

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kematangan Emosi

1. Pengertian Kematangan Emosi

Kematangan emosi adalah kemampuan dan kesanggupan individu untuk memberikan tanggapan emosi dengan baik dalam menghadapi tantangan hidup yang ringan dan berat serta mampu menyelesaikan, mampu mengendalikan luapan emosi dan mampu mengantisipasi secara kritis situasi yang dihadapi¹⁵Kematangan diri secara emosional (*maturing emotional self*) menunjuk pada emosi yang menyangkut semua wilayah perilaku afektif dengan melibatkan aspek biologis, kognitif, dan sosial. Kematangan emosi merupakan proses dimana pribadi individu secara terus menerus berusaha mencapai suatu tingkatan emosi yang sehat, baik secara intrafisik maupun interpersonal.

Kematangan emosi adalah ketika remaja telah matang emosinya, dan telah dapat mengendalikan emosinya, maka individu akan dapat berpikir secara matang, berpikir secara baik, berpikir secara obyektif. Kematangan emosi ini akan berkaitan erat dengan umur, diharapkan emosinya akan lebih matang, dan remaja akan dapat lebih menguasai

¹⁵ Nurparatiwi, Aulia. 2010. “ Pengaruh Kematangan Emosi dan Usia Saat Menikah Terhadap Kepuasan Pernikahan Pada Dewasa Awal. Skripsi (Diterbitkan). Jakarta : Universitas Syarif Hidayatullah Jakarta

atau mengendalikan emosinya. Namun, ini tidak berarti bahwa bila seseorang telah bertambah umurnya akan dengan sendirinya dapat mengendalikan emosinya secara otomatis.

Dengan kematangan emosi diharapkan individu akan dapat berpikir secara baik, melihat persoalan dengan secara obyektif. Periode kehidupan yang emosinya sangat menonjol yaitu pada masa remaja Sementara itu kematangan emosi pada remaja adalah kemampuan remaja dalam mengekspresikan emosi secara tepat dan wajar dengan pengendalian diri, memiliki kemandirian, memiliki konsekuensi diri, serta memiliki penerimaan diri yang tinggi. Pengendalian diri adalah kemampuan remaja dalam mempertahankan dorongan emosi, serta memahami emosi diri untuk diarahkan kepada tindakan-tindakan positif. Salah satu tindakan positifnya adalah rasa konsekuensi adalah rasa tanggung jawab remaja dengan kesadaran untuk menjalankan keputusan, serta berani bertanggung jawab terhadap semua akibat dan keputusan yang telah diambil.

Anak laki-laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kematangan emosinya bila pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang dapat diterima¹⁶. Petunjuk kematangan emosi yang lain adalah bahwa individu menilai situasi secara kritis terlebih dulu sebelum bereaksi

¹⁶ Gunarsa, Singgih D & Yulia Singgih D. G.1991.Psikologi Praktis Anak Remaja dan Keluarga. Jakarta: Gunung Mulia.

secara emosional, tidak akan lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya seperti anak-anak atau orang yang tidak matang secara emosi.

Dengan demikian, remaja mengabaikan banyak rangsangan yang tadinya dapat menimbulkan ledakan emosi. Akhirnya remaja yang emosinya matang memberikan reaksi emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain, seperti dalam periode sebelumnya.

Remaja yang memiliki kematangan emosi adalah remaja yang dapat mengontrol emosinya dan mampu untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima. Maka dapat dikatakan apabila remaja memiliki kematangan emosi dengan baik, maka remaja tersebut akan mampu berperilaku sesuai dengan karakteristik kematangan emosi tersebut. Sedangkan, remaja yang tidak memiliki kematangan emosi akan melakukan perilaku tidak sesuai dengan karakteristik dari kematangan emosi itu sendiri. Intinya remaja yang memiliki ke-matangan emosi akan mampu melakukan kontrol dan mengelola emosinya.

1. Ciri-Ciri Kematangan Emosi

Aspek-aspek yang terkandung dalam kematangan emosi remaja antara lain: ¹⁷(1) pemberian dan penerimaan cinta, yaitu mampu mengekspresikan cintanya sebagaimana remaja dapat menerima cinta dan kasih sayang dari orang-orang yang mencintainya; (2) pengendalian emosi, yaitu individu yang matang secara emosi

¹⁷ Muhammad Ali dan Ansori, *Psikologi Remaja* (Jakarta : PT. Bumi Aksara, 2017), 62

dapat menggunakan amarahnya sebagai sumber energi untuk meningkatkan usahanya dalam mencari solusi; (3) toleransi terhadap frustrasi, yaitu ketika hal yang diinginkan tidak berjalan sesuai dengan keinginan, individu yang matang secara emosi mempertimbangkan untuk menggunakan cara atau pendekatan lain; dan (4) kemampuan mengatasi ketegangan, yaitu pemahaman yang baik akan kehidupan menjadikan individu yang matang secara emosi; yakin akan kemampuannya untuk memperoleh apa yang diinginkannya sehingga remaja dapat mengatasi ketegangan. orang yang matang emosinya mempunyai ciri-ciri antara lain:

- a. Dapat menerima keadaan dirinya maupun orang lain sesuai dengan objektifnya.
- b. Pada umumnya tidak bersifat impulsive, dapat mengatur pikirannya dalam memberikan tanggapan terhadap stimulus yang mengenainya.
- c. Dapat mengontrol emosinya dengan baik dan dapat mengontrol ekspresi emosinya walaupun dalam keadaan marah dan kemarahan itu tidak ditampakkannya keluar.
- d. Dapat berpikir objektif sehingga akan bersifat sabar, penuh pengertian dan cukup mempunyai toleransi yang baik.
- e. Mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat berdiri sendiri, tidak mengalami frustrasi dan mampu menghadapi masalah dengan penuh pengertian.

Ciri-ciri individu yang memiliki kematangan emosi, antara lain:

- a. Penerimaan diri yang baik Individu yang memiliki kematangan emosi akan dapat menerima kondisi fisik maupun psikisnya, baik secara pribadi maupun secara sosial.
 - b. Kemampuan dalam mengontrol emosi Dorongan yang muncul dalam diri individu untuk melakukan sesuatu yang bertentangan dengan nilai-nilai yang berlaku akan dapat dikendalikan dan diorganisasikan ke arah yang baik.
 - c. Objektif Individu akan memandang kejadian berdasarkan dunia orang lain dan tidak hanya dari sudut pandang pribadi. Dari uraian di atas aspek dan ciri kematangan emosi antara lain dapat menerima keadaan dirinya maupun orang lain sesuai dengan objektifnya, pada umumnya tidak bersifat impulsive, dapat mengatur pikirannya dalam memberikan tanggapan terhadap stimulus yang mengenainya, dapat mengontrol emosinya dengan baik, dapat berpikir objektif sehingga akan bersifat sabar, mempunyai tanggung jawab yang baik.
- Berdasarkan ciri-ciri yang disebutkan di atas, peneliti mengacu pada teori dari Walgito tentang ciri- ciri kematangan emosi.

2. Faktor-Faktor yang mempengaruhi kematangan emosi

Faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi antara lain¹⁸:

1. Usia

Semakin bertambah usia individu, diharapkan emosinya akan lebih matang dan individu akan lebih dapat menguasai dan mengendalikan emosinya. Individu semakin baik dalam kemampuan memandang suatu masalah, menyalurkan dan mengontrol emosinya secara lebih stabil dan matang secara emosi.

2. Perubahan fisik dan kelenjar

Perubahan fisik dan kelenjar pada diri individu akan menyebabkan terjadinya perubahan pada kematangan emosi. Sesuai dengan anggapan bahwa remaja adalah periode “badai dan tekanan”, emosi remaja meningkat akibat perubahan fisik dan kelenjar. Beberapa ahli juga menyebutkan bahwa adanya faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi, yaitu antara lain:

a. Pola Asuh Orang Tua

Dari pengalamannya berinteraksi di dalam keluarga akan menentukan pula pola perilaku anak terhadap orang lain dalam lingkungannya. Salah satu faktor yang mempengaruhi dalam keluarga adalah pola asuh orangtua. Cara orangtua memperlakukan anak-anaknya akan memberikan akibat yang permanen dalam

¹⁸ Ahmad Purba 1999, Emotional Intelligence, Seri Ayah Bunda, 26 Juli-8 Agustus, Dian Raya, Jakarta

kehidupan anak. Karena pembentukan kematangan emosi tidak lepas dari peranan pola asuh orang tua, karena orangtua adalah orang pertama yang memiliki peranan dalam mengatur dan mendidik seorang remaja untuk memperoleh kematangan emosi yang baik. Masalah emosi yang terjadi pada remaja dapat diakibatkan salah satunya oleh pola asuh orangtua. Pola asuh sebagai pola sikap atau perlakuan orangtua terhadap remaja yang masing-masing mempunyai pengaruh tersendiri terhadap perilaku remaja antara lain terhadap kompetensi emosional, sosial, dan intelektual.

b. Lingkungan

Kebebasan dan kontrol yang mutlak dapat menjadi penghalang dalam pencapaian kematangan emosi remaja. Lingkungan disekitar kehidupan remaja yang mendukung perkembangan fisik dan mental memungkinkan kematangan emosi dapat tercapai

c. Jenis Kelamin

Laki-laki dikenal lebih berkuasa jika dibandingkan dengan perempuan, mereka memiliki pendapat tentang kemaskulinan terhadap dirinya sehingga cenderung kurang mampu mengekspresikan emosi seperti yang dilakukan oleh perempuan. Hal ini menunjukkan laki-laki cenderung memiliki ketidakmatangan emosi jika dibandingkan dengan perempuan

d. Perkembangan Emosi

Perasaan seseorang berlangsung seiring dengan kematangan fisik dan psikis masing-masing. Kematangan fisik ditandai dengan pertumbuhan normal secara fisiologis berdasar tahapan-tahapan yang ada. Adapun tahapan-tahapan perkembangan emosi dari masa bayi sampai remaja akhir adalah dijelaskan sebagai berikut¹⁹

1) Masa bayi

Masa bayi adalah masa yang berlangsung dari dua tahun pertama setelah periode baru lahir dua minggu. Dominasi emosi pada masa bayi adalah emosi yang menyenangkan dan tidak menyenangkan. Ada dua ciri khusus dari emosi pada bayi yaitu :

- a. Emosi bayi sangat berbeda dengan emosi orang dewasa, dan kadang-kadang dari anak yang lebih tua. Emosi bayi misalnya, disertai oleh reaksi perilaku yang terlampaui hebat bagi rangsangan yang menimbulkannya, terutama dalam hal marah dan takut. Emosi tersebut singkat tetapi kuat, dan sering muncul tetapi bersifat sementara dan berubah menjadi emosi lain kalau perhatian bayi dialihkan.
- b. Emosi lebih mudah dibiasakan pada masa bayi dibandingkan pada periode yang lain. Ini disebabkan karena terbatasnya kemampuan intelektual bayi sehingga

¹⁹ Gunarsa, Singgih D & Yulia Singgih D. G.1991.Psikologi Praktis Anak Remaja dan Keluarga. Jakarta: Gunung Mulia.

mudah dan cepat bereaksi terhadap rangsangan yang pada waktu lalu membangkitkan reaksi emosional.

2) Masa kanak-kanak awal (2-6 tahun)

Selama masa kanak-kanak emosi sangat kuat. Saat ini merupakan saat ketidakseimbangan karena anak keluar dari fokus, dalam arti bahwa dia mudah terbawa ledakan-ledakan emosional sehingga sulit dibimbing dan diarahkan. Hal ini tampak mencolok pada usia 2,5 sampai 3,5 dan 5,5 sampai 6,5 meskipun pada umumnya hal ini berlaku pada hampir seluruh periode awal. Emosi yang meninggi pada masa awal kanak-kanak ditandai oleh ledakan amarah, ketakutan yang hebat dan iri hati yang tidak masuk akal. Pola emosi yang umum terjadi pada masa kanak-kanak awal adalah amarah, takut, cemburu, ingin tahu, iri hati, gembira, sedih dan kasih sayang.

3) Masa kanak-kanak akhir (6-10/11 tahun)

Pada masa kanak-kanak akhir sudah ada keinginan untuk dapat mengendalikan emosinya, karena ungkapan emosi terutama emosi yang kurang baik, secara sosial tidak diterima oleh teman-teman sebaya. Anak merasa jika ia menampakkkan emosi yang kurang baik dianggap sebagai pengecut, menyakitkan hati orang lain dan tidak suportif. Tidak semua emosi pada masa ini menyenangkan, banyak ledakan amarah karena anak menderita kekhawatiran dan perasaan kecewa. Anak perempuan sering menangis sedangkan anak laki-

laki mengungkapkan kekesalan dan kekhawatiran dengan cemberut dan merajuk. Meningginya emosi pada masa kanak-kanak akhir disebabkan oleh keadaan fisik dan lingkungan. Kalau anak sakit atau lelah cenderung marah, rewel, dan umunya sulit dihadapi. Sedangkan faktor lingkungan antarlain adalah penyesuaian anak pada saat masuk sekolah. Namun pada umumnya, akhir masa kanak-kanak merupakan periode yang relatif tenang sampai mulainya masa puber.

4) Masa remaja awal (13/14-17 tahun)

Pola emosi pada remaja awal adalah sama dengan pola emosi pada masa kanak-kanak. Perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan derajatnya. Perlakuan sebagai anak kecil atau tidak adil membuat remaja sangat marah dibandingkan dengan hal-hal lain. Remaja mengungkapkan marahnya dengan jalan menggerutu, tidak mau berbicara, atau dengan suara keras mengkritik orang-orang yang menyebabkan marah Emosi yang sangat menonjol pada masa remaja awal adalah rasa sedih. Remaja sangat peka terhadap ejekan-ejekan yang dilontarkan kepadanya. Kesedihan akan muncul jika ejekan tersebut berasal dari teman sebaya, terutama yang berlainan jenis. Sebaliknya perasaan gembira akan nampak apabila remaja mendapat pujian, terutama pujian terhadap diri dan hasil karyanya. Perasaan gembira ini akan berpengaruh pada remaja terutama menyangkut rasa percaya diri pada remaja. Bentuk-bentuk emosi yang sering nampak pada remaja awal adalah

marah, malu, takut, cemas, cemburu, iri hati, sedih, gembira, kasih sayang, dan rasa ingin tahu. Dalam hal emosi yang negatif umumnya remaja awal belum dapat mengontrolnya dengan baik.

5) Masa remaja akhir (17-21/22 tahun)

Perkembangan emosi pada remaja akhir akan relatif stabil karena kematangan emosi dicapai pada akhir remaja awal. Pengungkapan emosi pada remaja akhir sudah lebih dapat diterima dengan melihat saat yang tepat untuk mengungkapkannya. Remaja menilai sesuatu dengan kritis sebelum bereaksi secara emosional. Dengan demikian remaja mengabaikan banyak rangsangan yang tadinya dapat menimbulkan ledakan emosi. Remaja yang matang emosinya, akan memberikan emosional yang stabil, tidak berubah-ubah dari satu suasana hati ke suasana hati yang lain, seperti dalam periode sebelumnya. menjelaskan bahwa remaja yang sudah mencapai kematangan emosi apabila pada akhir masa remaja tidak meledak emosinya di hadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima. mengungkapkan, kematangan emosi adalah kemampuan individu untuk bersikap toleran, merasa nyaman, mempunyai kontrol diri sendiri, perasaan mau menerima dirinya sendiri dan orang lain serta mampu menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif. untuk mencapai kematangan emosional remaja harus mempunyai pandangan luas terhadap situasi-situasi yang menimbulkan reaksi-reaksi

emosional yang hebat. hal ini bisa diperoleh bila remaja bersedia untuk membicarakan problem-problemnya dengan orang lain. Dalam kamus psikologi mendefinisikan kematangan emosi adalah sesuatu keadaan mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional dan karena itu pribadi tidak lagi menampilkan pola emosional yang pantas bagi anak-anak. perkembangan kematangan emosi adalah suatu kondisi yang telah mencapai tingkat kedewasaan seseorang dari perkembangan emosional sehingga individu tidak akan terus secara apriori atau bersikap berjuang secara emosi, atau melarikan diri dari problem, tapi dia akan sanggup untuk menghadapi problemaprobema itu secara obyektif

B. Keharmonisan Rumah Tangga

1. Secara Terminologi

Secara terminologi keharmonisan berasal dari kata harmonis yang berarti serasi, selaras. Titik berat dari keharmonisan adalah keadaan selaras atau serasi, keharmonisan ialah bertujuan untuk mencapai keselarasan dan keserasian, dalam kehidupan rumah tangga perlu ada nya menjaga kedua hal tersebut untuk mencapai keharmonisan rumah tangga.²⁰ Keharmonisan adalah perihal (keadaan) harmonis,

²⁰ Depdiknas, Kamus Besar Bahasa Indonesia Balai Pustaka, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2013), h. 299.

keselarasan, keserasian. Keluarga yang harmonis dan berkualitas yaitu keluarga yang rukun berbahagia, tertib, disiplin, saling menghargai, penuh pemaaf, tolong menolong dalam kebajikan, memiliki etos kerja yang baik, bertetangga dengan saling menghormati, taat mengerjakan ibadah, berbakti pada yang lebih tua, mencintai ilmu pengetahuan dan memanfaatkan waktu luang dengan hal yang positif dan mampu memenuhi dasar keluarga²¹

2. Ciri Keharmonisan Keluarga

keluarga bahagia adalah keluarga yang mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Adanya ketenangan jiwa yang dilandasi oleh ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa.
- b. Hubungan yang harmonis antara individu yang satu dengan individu yang lain dalam keluarga dan masyarakat.
- c. Terjamin kesehatan jasmani, rohani dan sosial.
- d. Cukup sandang, pangan dan papan.
- e. Adanya jaminan hukum terutama hak asasi manusia.
- f. Tersedianya pelayanan pendidikan yang wajar.
- g. Ada jaminan dihari tua, sehingga tidak perlu khawatir terlantar dimasa tua.

²¹ Basri Hasan, Merawat Cinta Kasih,(Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1996), h. 111

h. Tersedianya fasilitas rekreasi yang wajar.

3. Faktor-Faktor yang mempengaruhi keharmonisan

Menurut Sarlito bahwa keluarga harmonis hanya akan tercipta kalau kebahagiaan salah satu anggota berkaitan dengan kebahagiaan anggota-anggota keluarga lainnya.²² Secara psikologi dapat berarti dua hal:

1. Terciptanya keinginan-keinginan, cita-cita dan harapan-harapan dari semua anggota keluarga.
2. Seseorang mungkin terjadi konflik dalam pribadi masing-masing maupun antar pribadi. Suami istri yang bahagia menurut Hurlock adalah suami istri yang memperoleh kebahagiaan bersama dan membuahakan keputusan yang diperoleh dari peran yang mereka mainkan bersama, mempunyai cinta yang matang dan mantap satu sama lain, dan dapat melakukan penyesuaian seksual dengan baik, serta dapat menerima peran sebagai orang tua.²³

Dlori berpendapat keharmonisan keluarga adalah bentuk hubungan yang dipenuhi oleh cinta dari kasih, karena kedua hal tersebut adalah tali pengikat keharmonisan²⁴. Kehidupan keluarga yang penuh cinta kasih tersebut dalam islam

²² Wirawan Sarwono Sarlito, Menuju Keluarga Bahagia, (Jakarta: Bathara Karya Aksara, 1982), h. 2.

²³ Hurlock, , Psikologi Perkembangan, h. 299.

²⁴ Muhammad Dlori, Dicintai Suami (istri) Sampai Mati, (Yogyakarta: Katahati, 2005), h. 30-32.

disebut mawaddah-warahma, yaitu keluarga yang tetap menjaga perasaan cinta, cinta terhadap suami/istri, cinta terhadap anak, juga cinta pekerjaan. Perpaduan cinta suami-istri ini akan menjadi landasan utama dalam berkeluarga. Islam menganjurkan agar suami memerankan tokoh utama dan istri memerankan peran lawan yaitu menyeimbangkan karakter suami

Dari beberapa definisi tentang keharmonisan keluarga yang dikemukakan para tokoh di atas, maka dapat disimpulkan keharmonisan keluarga adalah keadaan keluarga di mana para anggotanya merasa bahagia, saling mencintai dan saling menghormati serta dapat mengaktualisasikan diri sehingga perkembangan anggota keluarga berkembang secara normal. Keluarga harmonis atau sejahtera merupakan tujuan penting. Oleh karena itu untuk menciptakan perlu diperhatikan faktor-faktor berikut:

1. Perhatian, yaitu menaruh hati pada seluruh anggota keluarga sebagai dasar utama hubungan yang baik antar anggota keluarga. Baik pada perkembangan keluarga dengan memperhatikan peristiwa dalam keluargadan mencari sebab akibat permasalahan, juga terdapat perubahan pada setiapanggotanya.
2. Pengetahuan, perlunya menambah pengetahuan tanpa henti- hentinya untukmemperluas wawasan sangat dibutuhkan dalam menjalani

3. kehidupan keluarga. Sangat perlu untuk mengetahui anggota keluarganya, yaitu setiap perubahan dalam keluarga, dan perubahan dalam anggota keluarganya, agar kejadian yang kurang diinginkan kelak dapat diantisipasi.
4. Pengenalan terhadap semua anggota keluarga. Hal ini berarti pengenalan terhadap diri sendiri dan pengenalan diri sendiri yang baik penting untuk memupuk pengertian-pengertian.
5. Bila pengenalan diri sendiri telah tercapai maka akan lebih mudah menyoroti semua kejadian atau peristiwa yang terjadi dalam keluarga. Masalah akan lebih mudah diatasi, karena banyaknya latar belakang lebih cepat terungkap dan teratasi, pengertian yang berkembang akibat pengetahuan tadi akan mengurangi kemelut dalam keluarga.
6. Sikap menerima, langkah lanjutan dari sikap pengertian adalah sikap menerima, yang berarti dengan segala kelemahan, kekurangan, dan kelebihannya, ia seharusnya tetap mendapatkan tempat dalam keluarga. Sikap ini akan menghasilkan suasana positif dan berkembangnya kehangatan yang melandasi tumbuh suburnya potensi dan minat dari anggota keluarga.
7. Peningkatan usaha, setelah menerima keluarga apa adanya maka perlumeningkatkan usaha. Yaitu dengan mengembangkan setiap dari aspek keluarganya secara optimal, hal ini disesuaikan dengan setiap kemampuan masing-masing, tujuannya yaitu agar tercipta perubahan-perubahan dan menghilangkan keadaan bosan.

Penyesuaian harus perlu mengikuti setiap perubahan baik dari fisik orangtua maupun anak.²⁵

4. Faktor-Faktor Keluarga Tidak harmonis

Terdapat beberapa masalah yang menjadi penyebab keluarga tidak harmonis yaitu :

1. Kurangnya komunikasi antar anggota keluarga komunikasi merupakan hal terpenting yang harus ada dalam membina sebuah keluarga yang harmonis.
2. Munculnya sikap gengsi dan superioritas, sikap gengsi yang timbul pada diri seseorang dapat menjadi salah satu penyebab hilangnya komunikasi
3. Hilangnya keterbukaan masih berhubungan dengan poin sebelumnya yaitu mengenai masalah gengsi-gengsian, sikap tersebut dapat menimbulkan hilangnya rasa terbuka pada sesama anggota keluarga, dan juga dapat menghilangkan komunikasi di dalamnya.

C. Remaja

Remaja diterjemahkan dari bahasa latin yaitu adolescence yang berarti tumbuh atau tumbuh untuk masak, menjadi dewasa. *Adolecen* atau remaja menggambarkan seluruh perkembangan remaja baik perkembangan fisik, intelektual, emosi dan

²⁵ Singgih D Gunarsa dan Yulia Singgih D., Psikologi Untuk Keluarga, (Jakarta: Gunung Mulia, 1986), h. 42-44.

sosial. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13-16 tahun atau 17 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun yaitu usia matang secara hokum. Remaja dimaksudkan sebagai masa perkembangan pralihan antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional. Perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional yang terjadi berkisar dari perkembangan fungsi seksual, maka proses berfikir abstrak sampai pada kemandirian. Masa remaja awal (*early adolescence*) kira-kira sama dengan sekolah menengah pertama dan mencakup kebanyakan perubahan pubertas. Masa remaja akhir (*late adolescence*) menunjuk kira-kira setelah usia 15 tahun.

Berdasarkan beberapa pengertian dapat disimpulkan bahwa remaja merupakan masa perkembangan serta peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa yang mencakup perkembangan fisik, intelektual, emosi dan sosial. Masa remaja berlangsung antara umur 13-18 tahun. Fase remaja merupakan fase perkembangan yang tengah berada pada masa amat potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi, maupun fisik. Perkembangan intelektual yang terus-menerus menyebabkan remaja mencapai tahap berpikir operasional formal. Tahap ini memungkinkan remajamampu berpikir secara lebih abstrak, menguji hipotesis, danmempertimbangkan apa saja peluang yang ada padanya daripada sekedarmelihat apa adanya. Kemampuan intelektual seperti ini yang membedakan fase remaja dari fase-fase sebelumnya.

D. Hubungan Kematangan Emosi Terhadap Keharmonisan Rumah Tangga

Manusia secara kodrati ditakdirkan sebagai makhluk individu sekaligus sebagai makhluk sosial. Manusia sebagai makhluk individu bertanggungjawab terhadap dirinya sendiri dengan segala keunikan yang dimilikinya. Sementara manusia sebagai makhluk sosial memiliki kebutuhan untuk hidup berkelompok baik dalam lingkungan keluarga maupun dalam lingkungan masyarakat yang lebih luas. Undang-undang menetapkan usia 16 tahun sebagai usia dewasa seorang perempuan dan 19 tahun seorang lelaki untuk menikah. Pada kenyataannya, kematangan seseorang banyak juga tergantung pada perkembangan emosi, latar belakang pendidikan, sosial, dan lain sebagainya. Padahal batas usia dalam melangsungkan perkawinan adalah penting atau dapat dikatakan sangat penting. Hal ini disebabkan karena didalam perkawinan menghendaki kematangan psikologis. Usia perkawinan yang terlalu muda dapat mengakibatkan meningkatnya kasus perceraian karena kurangnya kesadaran untuk bertanggung jawab dalam kehidupan berumah tangga bagi suami istri.

Tujuan dari perkawinan yang lain adalah memperoleh keturunan yang baik. Dengan perkawinan pada usia yang terlalu muda biasanya kurang memperoleh keturunan yang berkualitas dan tingkat kesejahteraan rumah tangga rendah²⁶. Kedewasaan ibu juga sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak, karena ibu yang telah dewasa secara psikologis akan akan lebih terkendali emosi maupun

²⁶ Duvall, Syvanus. Di Ambang Pernikahan .Persiapan Mental Bagi Muda-Mudi Untuk Mengantisipasi Berbagai Aspek Hidup Pernikahan.. cet. ke-7. Mitra Utama, 1993.

tindakannya, bila dibandingkan dengan para ibu muda. Selain mempengaruhi aspek fisik, umur ibu juga mempengaruhi aspek psikologi anak, ibu usia remaja sebenarnya belum siap untuk menjadi ibu dalam arti keterampilan mengasuh anaknya. Ibu muda ini lebih menonjolkan sifat keremajaannya dari pada sifat keibuannya. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa usia muda akan menimbulkan masalah dalam rumah tangga, seperti pertengkaran, percekocokan bentrokan antara suami-istri.

Emosi yang belum stabil, memungkinkan banyaknya pertengkaran dalam rumah-tangga. Di dalam rumah tangga pertengkaran atau bentrokan itu hal biasa, namun apabila berkelanjutan akan mengakibatkan suatu perceraian. Hasil ini juga menandai bahwa wanita mempunyai kehangatan emosionalitas, sikap hati-hati dan sensitif daripada pria. Lebih lanjut perbedaan hormonal maupun kondisi psikologis antara pria dan wanita menyebabkan adanya perbedaan karakteristik emosi di antara keduanya. Data demografis yang berkaitan dengan usia menunjukkan bahwa kematangan emosi tertinggi pada wanita berusia 24 tahun. Hal ini dapat dijelaskan dengan teori Benokraitis yang menyatakan bahwa bertambahnya usia seseorang menyebabkan emosinya akan semakin terkontrol dan matang.²⁷ Namun Young berpendapat bahwa walaupun kematangan emosi seseorang perkembangannya seiring dengan penambahan usia, akan tetapi faktor fisik fisiologis juga belum tentu mutlak sepenuhnya mempengaruhi perkembangan kematangan emosi, karena kematangan

²⁷ penelitian Rahma Khairani (*emotional maturity in male and female With early marriage*) vol 32 No,4 (2008)

emosi merupakan salah satu fenomena psikis, baik faktor pola asuh keluarga, lingkungan sosial, pendidikan dan sebagainya.

Perkawinan yang sukses sering ditandai dengan kesiapan memikul tanggung-jawab. Begitu memutuskan untuk menikah, mereka siap menanggung segala beban yang timbul akibat adanya pernikahan, baik yang menyangkut pemberian nafkah, pendidikan anak, maupun yang terkait dengan perlindungan, pendidikan, serta pergaulan yang baik.²⁸ Pendapat senada juga dikemukakan oleh Qaimi, “bahwa keluarga harmonis merupakan keluarga yang penuh dengan ketenangan, ketentraman, kasih sayang, keturunan dan kelangsungan generasi masyarakat, belas-kasih dan pengorbanan, saling melengkapi, dan menyempurnakan, serta saling membantu dan bekerja sama. Selain itu, Drajat juga berpendapat bahwa keluarga yang harmonis atau keluarga bahagia adalah apabila kedua pasangan tersebut saling menghormati, saling menerima, saling menghargai, saling mempercayai, dan saling mencintai. Hill, Pepland dan Ruben, diacu dalam Bird dan Melville mengemukakan bahwa persamaan tingkat pendidikan, usia—paling tidak rentang usianya tidak berbeda jauh, penampilan fisik (attractiveness) dan segi intelegensi mempengaruhi daya tahan perkawinan tersebut. Meskipun masing-masing pihak, baik suami maupun isteri, tidak mengharapkan pasangannya identik sama dengan dirinya, namun justru kesamaan-kesamaan kecil itulah yang akan membuat pernikahan menjadi langgeng dan harmonis. Selain itu

²⁸ Drajat, Zakiah. 1975. Ketenangan dan Kebahagiaan Keluarga. Jakarta: Bulan Bintang.

kesadaran masing-masing untuk menghabiskan banyak waktu bersama pasangan, berbagi tugas (dalam hal ini pekerjaan rumah) dan pengambilan keputusan bersama memiliki peluang awet daripada pasangan yang tidak melakukannya (*Berscheid, Snyder dan Omotu*, diacu dalam *Bird dan Melville* Faturochman, salah satu faktor yang kebahagiaan rumah tangga adalah individu yang mempunyai latar belakang kepribadian baik. Kepribadian tidak terlepas dari faktor emosi.

Dengan adanya kematangan emosi yang dimiliki oleh suami istri, maka akan menghasilkan kebahagiaan. suami yang mempunyai latar belakang kepribadian yang baik, cenderung mempunyai kematangan emosi yang tinggi. Emosi sangat berpengaruh baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap kepribadian. Secara langsung, emosi mempengaruhi fungsi fisik dan mental, suatu sikap, minat dan nilai-nilai individu. Sementara efek tidak langsungnya berasal dari penilaian orang lain terhadap individu yang berperilaku emosional, perlakuan yang diberikan dan hubungan emosional yang dapat dibina dengan individu tersebut.

seseorang yang mencapai kematangan emosi diharapkan dapat menunjukkan sikap tidak “meledak” di depan orang banyak, karena tidak dapat menahan emosinya lagi. Individu mampu mengendalikan emosi yang tampak dihadapan orang banyak. Apabila sedang marah tidak harus mengungkapkan dengan marah didepan orang yang menyebabkan marah melainkan mencari tempat atau suasana yang nantinya tidak menimbulkan ketersinggungan orang lain. Individu yang matang emosinya, mampu mempertimbangkan dengan kritis terlebih dahulu suatu situasi, sebelum memberikan

reaksi yang dikuasai oleh emosi-emosi. Misalnya emosi marah memancing perilaku yang dapat memberikan efek negatif terhadap lingkungan sekitar. Dengan adanya kematangan emosi yang dimiliki oleh suami istri, akan memberikan dampak positif untuk menyelesaikan konflik, reaksi terhadap salah satu bentuk emosi yang dialami. Memberi maaf pada seseorang berarti telah mampu mengontrol emosi negatif yang akan sangat berdampak buruk bagi diri sendiri dan orang lain.

Dengan kematangan emosi yang dimiliki oleh suami istri, mereka tidak akan menghabiskan waktunya dengan sia-sia. Mereka mampu menyadari bahwa sebagai manusia mereka mempunyai tanggung jawab baik pada diri sendiri, keluarga maupun terhadap lingkungan sekitarnya. Selain itu, kematangan emosi yang tinggi juga menunjukkan adanya kemampuan berempati. Empati adalah kemampuan untuk menempatkan diri pada posisi orang lain dan memahami apa yang mereka pikirkan atau rasakan. Empati adalah kunci di mana individu akan berperilaku matang. Pasangan yang memiliki empati akan berpengaruh terhadap kepekaan yang terjadi di keluarganya. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa suami istri dengan kematangan emosinya tinggi, akan menjadikan keluarganya harmonis. Sebaliknya, suami istri dengan kematangan emosi rendah lebih cenderung lebih tidak harmonis.