

BAB II

KERANGKA TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR

2.1. Kajian Teori

2.1.1. Adaptasi Pasangan Muda

2.1.1.1. Definisi Adaptasi Pasangan Muda

Dari segi pandangan psikologi, adaptasi memiliki banyak arti, seperti pemuasan kebutuhan, keterampilan dalam menangani frustrasi dan konflik, ketenangan jiwa dan pikiran, atau bahkan pembentukan diri. Itu berarti belajar bagaimana bergaul yang baik dengan orang lain serta bagaimana menghadapi tuntutan-tuntutan pekerjaan. Menurut Soerjono (2007), adaptasi adalah suatu proses individu atau kelompok-kelompok manusia yang awalnya saling bertentangan mengadakan penyesuaian diri untuk mengatasi ketegangan-ketegangan. Adaptasi juga merupakan kemampuan atau kecenderungan makhluk hidup dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru untuk dapat tetap hidup dengan baik (Usman Pelly, 1998). Sedangkan menurut Soeharto Heerdjan (1987) dalam Sunaryo (2002), adaptasi adalah usaha atau perilaku yang tujuannya mengatasi kesulitan dan hambatan. Adaptasi juga yaitu mengubah diri sesuai keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai keadaan atau keinginan diri (Gerungan, 1996). Jadi adaptasi adalah suatu perubahan yang menyertai individu dalam merespon terhadap perubahan yang ada di lingkungan dan untuk dapat hidup dengan baik agar bisa mengatasi masalah atau hambatan yang akan dihadapi atau sedang dihadapi.

Adaptasi pasangan muda merupakan perubahan dan penyesuaian dalam suatu hubungan selama komitmen atau kehidupan pernikahan berlangsung (Atwater & Duffy, 1999). Adaptasi pasangan muda juga merupakan suatu proses yang berkepanjangan dalam rangka mendapatkan titik temu dari suatu isu perbedaan dan mengusahakan cara hidup bersama (Landis, 1954). Spanier (1976) memandang adaptasi pasangan muda sebagai antara dua individu (adaptasi diadik) dalam suatu kontinum. Adaptasi diadik adalah proses yang bergerak dalam suatu kontinum yang dapat di evaluasi berdasarkan kedekatan dengan penyesuaian yang baik atau penyesuaian yang buruk (Spanier, 1976)

Adaptasi diadik ini memiliki empat komponen (Wilson & Filsinger, 1986), yaitu:

- a. Kesepakatan dalam pernikahan (*dyadic consensus*), yaitu kesepahaman antara suami dan istri pada berbagai masalah dalam perkawinan, seperti keuangan keluarga, rekreasi, agama, filosofi hidup, dan tugas-tugas rumah tangga.
- b. Kepuasan hubungan dalam pernikahan (*dyadic satisfaction*) yang dilihat dari seberapa sering pasangan bertengkar, berciuman, saling membuka diri, pernah tidaknya mempertimbangkan perpisahan, dan komitmen terhadap kelanjutan hubungan.
- c. Kedekatan hubungan (*dyadic cohesion*), yaitu derajat keakraban pasangan yang dilihat dari frekuensi pasangan saling bertukar pikiran, mengerjakan kegiatan bersama, dan berbagi minat.
- d. Ekspresi afeksi atau kasih sayang (*affectional expression*), yaitu kesepakatan pasangan mengenai cara-cara untuk menunjukkan kasih sayang dan memenuhi

kebutuhan seksual.

Pasangan suami istri dianggap memiliki kualitas adaptasi diadik atau penyesuaian pernikahan yang baik apabila memiliki sedikit perbedaan derajat yang menimbulkan ketegangan antar pribadi. Mereka berdua mampu mengelola berbagai perbedaan yang menimbulkan ketegangan antar pribadi. Pasangan suami istri mampu mengelola berbagai perbedaan atau ketidakcocokan yang ada dengan kesepakatan atau kesepahaman. Perbedaan tidak menimbulkan pertengkaran dan konflik yang berkepanjangan, mereka mampu mengelola konflik dengan tepat dan dewasa.

Kualitas adaptasi juga mendapatkan penilaian yang baik apabila pasangan suami istri memiliki kohesivitas atau rasa kedekatan yang sangat kuat. Pasangan suami istri memiliki kualitas persahabatan yang bagus dan mampu berbagi kebersamaan, dapat mengungkapkan afeksi yang saling disetujui pasangan, serta merasa puas dan berkomitmen terhadap kelanjutan hubungan pernikahan. Kondisi ini menunjukkan adanya usaha adaptasi yang berhasil. Pasangan suami istri memiliki kemampuan untuk beradaptasi secara cepat dan tepat, sehingga mereka mencapai tingkat keseimbangan dan keserasian sebagai pasangan yang harmonis karena saling menyesuaikan diri.

Dalam sebuah pernikahan, harus ada upaya adaptasi dari suami dan istri, mengingat sebelum menikah mereka adalah dua makhluk yang memiliki status bebas merdeka, tidak terikat satu dengan yang lainnya. Pernikahan membuat mereka berdua menjadi saling terikat, saling tergantung, saling memberikan pengaruh secara timbal balik. Suami memiliki sejumlah harapan dan keinginan

kepada istri, dan istri memiliki sejumlah harapan dan keinginan kepada suami. Kemampuan beradaptasi menjadi salah satu faktor penentu kebahagiaan pernikahan. Jika masing-masing pihak cepat beradaptasi, maka akan mempercepat pula munculnya keharmonisan dan kelanggengan hubungan kerumahtanggaan. Namun jika kedua belah pihak atau salah satu pihak enggan beradaptasi, cenderung mempertahankan kemauannya sendiri, tanpa mau berusaha menyesuaikan dengan harapan pasangan, maka akan menyebabkan kelambatan pasutri tersebut dalam mencapai titik keharmonisan dan kebahagiaan pernikahan. Adaptasi pernikahan terjadi bukan hanya pada bagian awal kehidupan berumah tangga, namun harus menjadi usaha yang bersifat kontinyu. Sebagian ahli menyatakan adaptasi pernikahan merupakan perubahan dan penyesuaian dalam suatu hubungan selama komitmen atau kehidupan pernikahan berlangsung (Atwater & Duffy, 1999).

2.1.1.2. Dimensi Adaptasi

Adaptasi terbagi menjadi beberapa jenis yaitu :

1. Adaptasi fisiologis

Indikator adaptasi ini bisa terjadi secara lokal atau umum. Lebih mudah diidentifikasi dan secara umum dapat diamati atau diukur. Namun demikian, indikator ini tidak selalu teramati sepanjang waktu pada semua orang yang mengalami stress, dan indikator tersebut bervariasi menurut individunya.

2. Adaptasi psikologis

Adaptasi psikologis bisa terjadi secara :

- a. Sadar, individu mencoba memecahkan atau menyesuaikan diri dengan masalah
- b. Tidak sadar, menggunakan mekanisme pertahanan diri (*defence mechanism*)
- c. Menggunakan gejala fisik atau psikofisiologi/psikosomatik

3. Adaptasi Perkembangan

Stres yang berkepanjangan dapat mempengaruhi kemampuan untuk menyelesaikan tugas perkembangan. Pada setiap tahap perkembangan, seseorang biasanya menghadapi tugas perkembangan dan menunjukkan karakteristik perilaku dari tahap perkembangan tersebut. Stress yang berkepanjangan dapat mengganggu atau menghambat kelancaran menyelesaikan tahap perkembangan tersebut. Dalam bentuk yang ekstrem, stress yang berkepanjangan dapat mengarah pada krisis pendewasaan.

4. Adaptasi Sosial Budaya

Mengkaji stressor dan sumber coping dalam dimensi sosial mencakup penggalan bersama klien tentang besarnya, tipe, dan kualitas dari interaksi sosial yang ada. Stressor pada keluarga dapat menimbulkan efek disfungsi yang mempengaruhi klien atau keluarga secara keseluruhan (Reis & Heppner, 1993).

5. Adaptasi Spiritual

Orang menggunakan sumber spiritual untuk mengadaptasi stress dalam banyak cara, tetapi stress dapat juga bermanifestasi dalam dimensi spiritual. Stress yang berat dapat mengakibatkan kemarahan pada Tuhan, atau individu

mungkin memandang stressor sebagai hukuman. Stresor seperti penyakit akut atau kematian dari orang yang disayangi dapat mengganggu makna hidup seseorang dan dapat menyebabkan depresi.

2.1.1.3. Aktivitas Adaptasi Suami dan Istri

Karena pernikahan adalah menghimpun bukan saja dua jenis manusia yang berbeda, namun juga dua hati, dua perasaan, dua otak, dua jiwa bahkan dua nyawa yang tidak sama, maka adaptasi harus selalu diusahakan untuk meminimalisir dampak-dampak perbedaan tersebut. Ada sejumlah usaha adaptasi pernikahan yang biasanya dilakukan oleh pasangan suami istri:

1. Mendialogkan harapan. Salah satu usaha adaptasi adalah dengan mendiskusikan harapan tentang kehidupan keluarga dan pernikahan yang diharapkan dari pasangan dan juga diri sendiri. Masing-masing dari suami dan istri tentu memiliki sejumlah ekspektasi dan harapan dalam kehidupan pernikahan. Mereka memiliki gambaran ideal tentang pasangan dan kehidupan keluarga, yang perlu ditemukan dan diambil kesepakatan bersama.
2. Saling memberikan dukungan emosional dan afeksi kepada pasangan. Masing-masing memiliki preferensi yang berbeda dalam sisi ekspresi kasih sayang yang diperlukan dan diharapkan dari pasangan. Hal ini perlu didialogkan agar bisa dimengerti oleh pasangannya. Apabila dukungan emosional dan curahan kasih sayang sesuai dengan keinginan pasangan, pasti akan memberikan nilai kepuasan yang sangat tinggi dalam kehidupan berumah tangga mereka.
3. Menyesuaikan kebiasaan pribadi dengan pasangan. Awalnya, suami dan istri tumbuh dari pembiasaan keluarga serta lingkungan yang berbeda, sebelum

mereka menikah. Mereka memiliki kebiasaan pribadi yang khas sesuai dengan pembawaan karakter serta kebiasaan yang didapatkan dari keluarga masing-masing. Setelah menikah, harus ada upaya adaptasi untuk menyesuaikan dua kebiasaan yang berbeda tersebut.

4. Pembagian peran dan tanggung jawab suami istri. Pembagian peran dan tanggung jawab suami istri harus menjadi tema yang didialogkan berdua untuk menghasilkan poin-poin kesepakatan. Sebagian peran suami dan istri sudah mendapatkan pengaturan dan pengarahan syariah agama, tinggal melaksanakan sesuai dengan aturan tersebut. Namun ada peran dan tanggung jawab teknis yang tidak diatur dengan detail dalam syariah agama, maka harus didiskusikan berdua agar mencapai kesepakatan tentang peran yang mampu merefleksikan kepribadian, keterampilan, minat dan kebutuhan pribadi.
5. Penyesuaian ekspresi cinta kasih. Masing-masing orang memiliki kebutuhan akan ekspresi cinta kasih dan seleraseksualitas yang berbeda. Sisi ini sering kali dianggap sebagai sesuatu yang tabu oleh masyarakat Indonesia. Ketika terjadi ketidakpuasan, sering didiamkan dan berharap pasangannya akan mengerti sendiri apa yang menjadi kebutuhannya. Ekspresi cinta kasih dan kebutuhan seks ini harus dilakukan penyesuaian pada suami dan istri agar bisa menjadi sesuatu yang dinikmati bersama.
6. Penyesuaian antara aktivitas, karir dan keluarga. Suami dan istri harus menyepakati bersama hal yang terkait dengan kesibukan masing-masing, terutama yang di luar rumah. Hal ini menyangkut aktivitas pekerjaan,

organisasi, karir, bisnis, hobi dan lain sebagainya, agar bisa diseimbangkan dengan peran mendidik anak serta mengurus keluarga. Jika suami dan istri sama-sama sibuk, harus ada format penyesuaian dan kesepakatan agar semua bisa berjalan dengan baik tanpa ada yang terabaikan.

7. Mengembangkan keterampilan komunikasi. Pola, gaya dan corak komunikasi setiap orang tidaklah sama, karena pengaruh kebiasaan dan budayanya. Untuk itu suami dan istri harus berusaha beradaptasi dalam kemampuan berkomunikasi, kemampuan berbagi ide, dan perasaan persahabatan yang lekat satu sama lain, keterampilan mengutarakan masalah yang dihadapi, berbagi suka dan duka, membangun aturan berkomunikasi, dan belajar bagaimana menegosiasikan perbedaan untuk memperkuat jalinan pernikahan.
8. Mengatur masalah keuangan dan anggaran keluarga. Persoalan keuangan perlu mendapatkan porsi tersendiri dalam usaha adaptasi suami istri. Hal ini menyangkut persoalan yang sensitif, maka harus berhati-hati dalam membicarakannya. Bagaimana pola keuangan dan anggaran keluarga yang paling nyaman dan paling tepat bagi mereka berdua, harus ditemukan format kesepakatannya. Hal ini bisa berbeda-beda antara keluarga yang satu dengan yang lain.
9. Membangun dan mengatur pola hubungan dengan keluarga besar. Pernikahan bukan saja urusan dua individu, lelaki dan perempuan. Namun juga menyangkut dua keluarga besar yang harus didekatkan. Perlakuan kepada pihak keluarga besar suami dan pihak keluarga besar istri bisa menjadi persoalan apabila tidak ada pola yang disepakati bersama. Keseimbangan dan

keadilan dalam memberikan perhatian dan hubungan kepada kedua belah keluarga besar tersebut menjadi bagian tersendiri untuk dilakukan penyesuaian.

10. Berpartisipasi dalam masyarakat. Tingkat, bentuk dan intensitas partisipasi di tengah kehidupan masyarakat juga perlu penyesuaian. Setelah menikah, suami dan istri menjadi keluarga mandiri yang hidup di tengah masyarakat. Mereka memiliki tetangga dan lingkungan sekitar, dan terikat oleh sejumlah hak serta kewajiban. Maka keduanya harus menentukan pola partisipasi di tengah masyarakat agar bisa berbagi dan saling mengerti tingkat kesibukannya.

2.1.2. Perkawinan

2.1.2.1. Definisi Perkawinan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) makna kata “kawin” sama artinya dengan kata ”nikah”. Sedangkan, perkawinan berasal dari bahasa “kawin” yang berarti menjalin kehidupan baru dengan bersuami atau beristri, menikah; melakukan hubungan seksual atau bersetubuh. Menurut Undang-undang perkawinan, yang dikenal dengan Undang-Undang No. 1 Tahun 1974 (Walgito 2004), yang dimaksud dengan perkawinan ialah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Lebih lanjut lagi dalam Undang-Undang perkawinan disebutkan bahwa perkawinan sah apabila dilakukan menurut hukum agama dan kepercayaan, serta dicatat menurut peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Perkawinan menurut hukum islam adalah suatu akad atau perikatan untuk menghalalkan hubungan kelamin antara laki-laki dan perempuan dalam rangka mewujudkan kebahagiaan hidup keluarga, yang diliputi rasa ketentraman serta kasih sayang dengan cara di ridhoi allah (Basyir, 1984). Definisi tersebut tidak terdapat perbedaan yang mendasar apabila dibandingkan dengan yang tercantum dalam Undang-Undang Perkawinan No.1 tahun 1974. Dalam hal umur Menurut Walgito (2004) dikaitkan dengan perkawinan tidak ada ukuran pasti. Beberapa pertimbangan dalam hal perkawinan adalah:

1. Kematangan fisiologis dan kejasmanian

Bahwa untuk melakukan tugas sebagai dari akibat perkawinan dibutuhkan keadaan jasmani yang cukup matang dan sehat. Pada umur 16 tahun kematangan emosi seorang wanita dan umur 19 tahun kematangan jasmani seorang pria diperoleh.

2. Kematangan Psikologis

Dalam sebuah perkawinan selalu diketahui akan terjadi berbagai macam hal yang dimana diperlukan keadaan psikologis untuk mengatasinya. Kematangan psikologis akan diperoleh ketika seseorang telah mampu mempertanggung jawabkan segala perbuatan dan perkataannya dimana akan diperoleh pada umur dewasa yaitu umur 21 tahun.

3. Kematangan sosial terutama sosial ekonomi

Kematangan sosial, terutama sosial ekonomi sangat penting di dalam perkawinan, Karena ekonomi merupakan penyangga roda perekonomian keluarga. Pada umur yang masih muda, umumnya belum mempunyai

pegangan dalam hal sosial ekonomi. Padahal apabila seseorang telah memasuki perkawinan, maka keluarga tersebut harus berdiri sendiri tidak menggantungkan kepada pihak lain termasuk orangtua.

Berdasarkan pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa perkawinan merupakan ikatan lahir batin antara seorang pria dan wanita untuk mewujudkan tujuan perkawinan yang sebenarnya dan disahkan secara hukum yang berlaku di Indonesia.

Hingga pada tahun 1930, pernikahan diterima sebagai bagian akhir perkembangan dewasa. Akan tetapi, dalam 70 tahun terakhir, keinginan untuk memenuhi kebutuhan pribadi, baik dalam ataupun di luar pernikahan juga menjadi bagian akhir perkembangan dewasa. Pada tanggal 2 januari 2005, artikel dalam *Cleveland Plain Dealer* bertajukan, "Hilangnya Budaya Pernikahan". Akan tetapi, kenyataan di dibelakang kehebohan tersebut tidak terlalu mengejutkan. Kebanyakan orang pada akhirnya menikah. Bahkan diantara mereka yang bercerai, pernikahan kembali sudah menjadi hal yang biasa. (Poponoe & Whitehead, 2006).

2.1.2.2. Tujuan Perkawinan

Pernikahan merupakan suatu aktivitas individu. Aktivitas individu umumnya akan terkait pada suatu tujuan yang ingin dicapai oleh individu yang bersangkutan, demikian juga dalam hal pernikahan. Karena perkawinan merupakan suatu aktivitas dari suatu pasangan, maka sudah selayaknya mereka mempunyai tujuan tertentu. Menurut Ghazaly (2003) tujuan perkawinan ialah untuk memenuhi petunjuk agama dalam rangka mendirikan keluarga yang

harmonis, sejahtera dan bahagia. Harmonis dalam menggunakan hak dan kewajiban anggota keluarga; sejahtera artinya terciptanya ketenangan lahir dan batinnya, sehingga timbul kebahagiaan, yakni kasih sayang anggota keluarga.

Berdasarkan undang-undang perkawinan nomor 1 tahun 1974 pasal 1, tujuan dari perkawinan adalah membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa dengan menlangsungkan pernikahan akan memperoleh suatu keberhasilan baik materil maupun spiritual (Walgito, 2004). Selain itu perkawinan bersifat kekal, sehingga perlu ditanamkan pada masing-masing pihak adanya pengertian akan perkawinan yang berlangsung seumur hidup tanpa perceraian.

“Dan diantara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu pasangan hidup dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tentram kepadanya, dan dijadikanNya diantaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berfikir.” (Q.S Ar-Ruum:21)

Berdasarkan uraian tersebut diatas, maka tujuan menikah ialah untuk membentuk keluarga harmonis, menjalin hubungan yang bersifat kekal dengan suami dan istri dengan cara yang legal, serta untuk melanjutkan keturunan. Seperti dikemukakan di atas pula bahwa tanpa adanya pengertian yang mendalam mengenai tujuan ini, hal tersebut akan menjadi sumber kesulitan bagi kehidupan keluarga dan tentunya milik bersama dan akan dicapai secara bersama-sama.

2.1.2.3. Syarat-syarat Perkawinan

Berdasarkan definisi dan tujuan pernikahan yang telah diuraikan di atas, tentunya sebuah pernikahan membutuhkan syarat-syarat tertentu sehingga keluarga yang dibentuk dapat berlangsung dengan baik sesuai dengan yang diinginkan.

Seperti yang tercantum dalam Undang-Undang Perkawinan Bab II pasal 6 (Walgito, 2004) yang merupakan persyaratan formal, syarat-syarat perkawinan yaitu:

1. Perkawinan harus didasarkan atas persetujuan kedua calon mempelai.
2. Untuk melangsungkan perkawinan seorang yang belum mencapai umur 21 (dua puluh satu) tahun harus mendapat restu kedua orang tua.
3. Dalam hal salah seorang dari kedua orang tua telah meninggal dunia atau dalam keadaan tidak mampu menyatakan kehendaknya, maka izin yang dimaksud ayat (2) pasal ini cukup diperoleh dari orang tua yang masih hidup atau dari orang tua yang mampu menyatakan kehendaknya.
4. Dalam hal kedua orang tua telah meninggal dunia atau dalam keadaan yang tidak mampu untuk menyatakan kehendaknya, maka izin diperoleh dari wali, orang yang memelihara atau keluarga yang mempunyai hubungan darah dalam garis keturunan lurus ke atas selama mereka masih hidup dan dalam keadaan dapat menyatakan kehendaknya.
5. Dalam hal ada perbedaan pendapat antara orang-orang yang disebut dalam ayat (2), (3), dan (4) pasal ini, atau salah seorang atau lebih di antara mereka tidak menyatakan pendapatnya, maka Pengadilan dalam daerah hokum tempat tinggal orang yang akan melangsungkan perkawinan atas permintaan orang tersebut dapat memberikan izin setelah lebih dahulu mendengar orang-orang tersebut dalam ayat (2), (3) dan (4) pasal ini.
6. Ketentuan tersebut ayat (1) sampai dengan ayat (5) pasal ini berlaku sepanjang hukum masing-masing agamanya dan kepercayaannya itu dari yang bersangkutan tidak menentukan lain.

Sedangkan dalam pasal 7 ditambahkan bahwa syarat-syarat perkawinan lain diantaranya: (1) perkawinan diizinkan jika pihak pria sudah mencapai umur 19 (Sembilan belas) tahun dan pihak wanita sudah mencapai umur 16 (enam belas) tahun, (2) kedua belah pihak tidak ada hubungan sedarah, (3) tidak sedang terikat tali perkawinan dengan orang lain kecuali telah mendapatkan izin dari pihak-pihak terkait.

Disamping persyaratan-persyaratan yang umum, masing-masing individu juga mempunyai persyaratan-persyaratan yang bersifat pribadi. Persyaratan itu akan berbeda dengan individu lainnya. Namun dalam kenyataannya seseorang kadang sulit menemukan calon pasangan yang memenuhi persyaratan yang dituntut secara tuntas.

2.1.3 Kesiapan Mental

2.1.3.1 Definisi Kesiapan Mental

Kesiapan menurut kamus psikologi adalah tingkat perkembangan dari kematangan atau kedewasaan yang menguntungkan untuk mempraktikkan sesuatu (Chaplin, 2006). Dikemukakan juga bahwa kesiapan meliputi kemampuan untuk menempatkan dirinya jika akan memulai serangkaian gerakan yang berkaitan dengan kesiapan mental dan jasmani. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Slameto (2010) kesiapan adalah keseluruhan kondisi yang membuatnya siap untuk memberi respon atau jawaban di dalam cara tertentu terhadap suatu kecenderungan untuk memberi respon. Kondisi mencakup setidaknya-tidaknya tiga aspek, yaitu:

1. Kondisi fisik, mental dan emosional
2. Kebutuhan-kebutuhan, motif dan tujuan
3. Keterampilan, pengetahuan dan pengertian lain yang telah dipelajari.

Dalyono (2005) mengemukakan kesiapan adalah kemampuan yang cukup baik fisik dan mental. Kesiapan fisik berarti tenaga yang cukup dan kesehatan yang baik, sementara kesiapan mental, memiliki minat dan motivasi yang cukup untuk melakukan suatu kegiatan. Sedangkan menurut Hamalik (2008) kesiapan adalah tingkatan atau keadaan yang harus dicapai dalam proses perkembangan perorangan pada tingkatan pertumbuhan mental, fisik, sosial dan emosional.

Secara etimologi kata “mental” berasal dari bahasa Yunani, yang mempunyai pengertian sama dengan pengertian *psyche*, artinya psikis, jiwa atau kejiwaan. James Draver memaknai mental yaitu “*revering to the mind*” maksudnya adalah sesuatu yang berhubungan dengan pikiran atau pikiran itu sendiri, Secara sederhana mental dapat dipahami sebagai sesuatu yang berhubungan dengan batin dan watak atau karakter, tidak bersifat jasmani (badan) (Moeljono Notoesoedirjo,2001). Kesiapan mental untuk menikah menurut Dariyo Agus (2004) mengandung pengertian sebagai kondisi psikologis-emosional untuk siap menanggung berbagai resiko yang timbul selama hidup dalam pernikahan, misalnya pembiayaan ekonomi keluarga, memelihara dan mendidik anak-anak, dan membiayai kesehatan keluarga. Kesiapan mental seseorang erat hubungannya dengan umur usia, pendidikan, status karir/pekerjaan. Dengan terpenuhinya kriteria - kriteria tersebut, memungkinkan seseorang siap untuk menikah. Sebaliknya, tidak terpenuhinya persyaratan tersebut, menyebabkan seorang individu kurang merasa siap untuk menikah.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan kesiapan mental merupakan bentuk kematangan seseorang untuk menghadapi suatu situasi baru.

Ketika seseorang memutuskan untuk menikah maka harus siap dengan segala konsekuensi keputusan yang telah diambil dan harus mampu mengemban segala tanggung jawab serta memahami peran barunya sebagai seorang suami atau sebagai seorang istri.

Turner dan Helms (Dariyo, 2004) mengklasifikasikan alasan pernikahan menjadi lima jenis motif, yaitu cinta (*love*), kecocokan (*conformity*), legimitasi untuk memenuhi kebutuhan seksual, memperoleh legimitasi status anak, dan merasa siap secara mental untuk menikah. Berikut ini uraian kelima motif pernikahan menurut Turner dan Helms (Dariyo, 2004):

1. Motif cinta, cinta dan komitmen seringkali dijadikan dasar utama bagi pasangan untuk memasuki jenjang pernikahan. Untuk mempertahankan komitmen, tidak ada cara lain lagi selain menikah, apalagi bila hubungan asmara tersebut terjalin bertahun-tahun sehingga pernikahan merupakan cara terbaik agar hubungan cinta tersebut tidak memudar.
2. Motif kecocokan, cinta dapat tumbuh karena adanya kecocokan atau kesamaan diantara pasangan. banyak pasangan yang berani melakukan sebuah pernikahan karena adanya kecocokan minat antara keduanya. Misalnya, memiliki hobi, pekerjaan atau karir, suku atau agama yang sama. Dengan kesamaan tersebut, mereka akan dengan mudah menyesuaikan diri dalam kehidupan berkeluarga.
3. Motif untuk memperoleh legimitasi (pengakuan sah secara hukum) terhadap pemenuhan biologis. Dengan diraihnya status pernikahan yang sah, baik dari segi agama maupun hukum Negara, individu memperoleh pengesahan dalam

hubungan seksual dengan pasangan hidupnya. Mereka tidak dianggap melanggar hukum dan norma-norma sosial jika melakukan hubungan seksual dengan pasangannya. Akan tetapi hubungan sosial telah melindungi dari perbuatan asusila. Kebalikannya dengan mereka yang melakukan hubungan seksual tapi belum menikah, perbuatan tersebut dianggap tidak baik dan asusila. Karena, perbuatan seksual yang dilakukan pasangan yang belum menikah adalah hal yang melanggar hukum dan norma yang berlaku dalam masyarakat. Oleh karena itu, pernikahan merupakan cara terbaik untuk individu yang ingin menyalurkan kebutuhan seksual dengan pasangan tanpa melanggar norma-norma.

4. Untuk memperoleh legitimasi status anak. Anak-anak yang lahir dari pasangan yang memiliki ikatan resmi sesuai hukum, tentunya akan memperoleh pengakuan yang sah oleh ajaran agama ataupun hukum Negara. Mereka berhak mendapatkan pemeliharaan dan tanggung jawab yang layak dari orangtuanya, sampai mereka dewasa dan mandiri. Hal ini berbeda dengan anak-anak yang terlahir diluar pernikahan mereka memperoleh penilaian yang negative oleh masyarakat, misalnya dianggap sebagai anak haram (*illegal children*)
5. Merasa siap secara mental. Kesiapan mental untuk menikah mengandung pengertian sebagai kondisi psikologis dan emosional untuk siap menanggung setiap resiko yang timbul selama hidup dalam pernikahan misalnya masalah ekonomi, masalah pengasuhan anak, dan lain sebagainya. Kesiapan mental seseorang erat kaitannya dengan usia, pendidikan, dan karir. Umumnya mereka yang siap mental untuk menikah, memiliki karakteristik seperti, usia

20 tahun keatas untuk wanita dan 25 tahun keatas untuk laki-laki, telah menyelesaikan pendidikan tertentu misalnya SLTA, Akademi atau Universitas, memiliki status pekerjaan yang jelas atau mapan. Dengan terpenuhinya kriteria-kriteria tersebut, memungkinkan seseorang merasa kurang siap untuk menikah.

Tingkah laku sering dijadikan ciri atau karakteristik kematangan mental seseorang. Adapun beberapa ahli yang berusaha menjabarkan karakteristik kesiapan mental menurut Smithson (dalam Rogers, 1981) mengemukakan enam kriteria kesiapan mental:

1. Berkembang kearah kemandirian (*toward independent*)

Kemandirian merupakan kapasitas seseorang untuk mengatur kehidupannya sendiri, individu lahir kedunia dalam keadaan tergantung pada orang lain namun dalam perkembangannya mereka belajar untuk mandiri dan mengendalikan dorongan yang bersifat *pleasured-oriental* artinya mereka mampu memutuskan apa yang dikehendaki dan bertanggung jawab terhadap keputusan tersebut.

2. Mampu menerima kenyataan (*ability to accept reality*)

Seseorang yang matang bisa menerima kenyataan hidup baik yang positif maupun yang negatif tidak menyangkal atau lari darinya. Ia menggunakan apa yang ada pada dirinya untuk menghadapi kenyataan tersebut dan secara efektif mengembangkan pola tingkah laku dan pola hubungan dengan orang lain.

3. Mampu merespon dengan tepat (*readiness to responed*)

Individu yang matang mentalnya memiliki kepekaan untuk berespon terhadap kebutuhan emosi orang lain, baik yang diekspresikan maupun yang tidak diekspresikan. Hal ini melibatkan kesadaran bahwa individu unik, memiliki hak dan perasaan.

4. Kapasitas untuk seimbang (*capacity to balance*)

Seseorang yang belum siap memandang segala sesuatu dengan pertimbangan apa yang ia dapatkan dari situasi atau orang, sedangkan pada individu yang matang psikologi/ mentalnya mereka akan menyeimbangkan pemenuhan kebutuhan sendiri dan orang lain.

5. Mampu berempati (*empathic understanding*)

Empati adalah kemampuan untuk menempatkan diri pada posisi orang lain dan memahami apa yang mereka pikirkan atau rasakan. Dengan kemampuan ini, individu tidak hanya mengetahui apa yang dirasakan orang lain tetapi juga memahami hal-hal dibalik munculnya perasaan tersebut. Empati dapat dikembangkan jika individu tidak lagi perhatian pada diri sendiri.

6. Mampu menguasai amarah (*Controlling anger*)

Menerima rasa marah serta kesadaran akan adanya perasaan-perasaan lain yang mendasari kemarahan tersebut akan membantu mengetahui rasa marah dan menyalurkannya dengan cara konstruktif. Individu yang matang mentalnya dapat mengetahui hal-hal apa saja yang dapat membuatnya marah maka ia dapat mengendalikan perasaan marahnya.

2.1.4. Hubungan Kesiapan Mental dengan Adaptasi Pasangan Muda Pada Perkawinan

Kesiapan mental untuk menikah menurut Dariyo Agus (2004) mengandung pengertian sebagai kondisi psikologis-emosional untuk siap menanggung berbagai resiko yang timbul selama hidup dalam pernikahan, misalnya pembiayaan ekonomi keluarga, memelihara dan mendidik anak-anak, dan membiayai kesehatan keluarga. Adaptasi pasangan muda merupakan perubahan dan penyesuaian dalam suatu hubungan selama komitmen atau kehidupan pernikahan berlangsung (Atwater & Duffy, 1999).

Sesuai dengan teori Jufri (2005) yang menyebutkan bahwa kesiapan mental merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian perkawinan pada pasangan muda yang baru menikah. Penelitian oleh Muchlisah (2012) menemukan bahwa adanya hubungan kesiapan mental dengan penyesuaian perkawinan. Ia menarik kesimpulan bahwa pasangan muda yang telah menikah tetapi belum siap untuk menghadapi tuntutan yang timbul dan terjadi dalam perkawinan. Hal ini dikarenakan kesiapan yang masih labil sehingga masih mudah terpengaruh dengan kondisi di sekelilingnya, belum mampu menyesuaikan diri dalam waktu singkat bahkan masalah-masalah yang akan dihadapi. Adaptasi perkawinan akan baik karena individu telah mempersiapkan kesiapan mentalnya dengan kedewasaan untuk dapat memutuskan dan mempertahankan hubungan yang baik dan mengatasi persoalan-persoalan hidup dengan lebih efektif. Dari penjelasan diatas bisa dilihat hubungan kesiapan mental dengan adaptasi pasangan muda pada perkawinan.

2.2. Kerangka Berpikir

Perkawinan merupakan ikatan lahir dan batin antara suami dan istri yang telah terikat dari keluarga, adat, sifat, kebiasaan, kepribadian, kelebihan, kelemahan budaya dan karakteristik yang berbeda. Perkawinan biasanya hadir dari suku, adat dan budaya yang berbeda, walaupun tidak menutup kemungkinan berasal dari satu kesatuan yang sama.

Dengan adanya perbedaan itulah kadangkala tujuan utama keluarga untuk mencapai sejahtera tidak dapat berjalan dengan baik. Sehingga, sering sekali kita lihat penyimpangan- penyimpangan tujuan pernikahan seperti KDRT, perceraian usia muda, penelantaran anak, dan berbagai macam bentuk kegagalan rumah tangga lainnya.

Untuk mengatasi semua perbedaan itu, dibutuhkan kemampuan beradaptasi dan kesiapan mental yang baik di dalam perkawinan. Kemampuan beradaptasi menjadi salah satu penentu kebahagiaan pernikahan. Karena, apabila pasangan suami istri atau salah satu pasangannya susah untuk beradaptasi, tetap mempertahankan keinginannya sendiri, dan tidak ada usaha untuk beradaptasi dengan pasangannya maka pasangan tersebut tidak akan mencapai kebahagiaan pernikahan.

Dalam sebuah pernikahan, harus ada upaya adaptasi dari suami dan istri, mengingat sebelum menikah mereka adalah dua makhluk yang memiliki status bebas merdeka, tidak terikat satu dengan yang lainnya. Pernikahan membuat mereka berdua menjadi saling terikat, saling tergantung, saling memberikan pengaruh secara timbal balik. Suami memiliki sejumlah harapan dan keinginan

kepada istri, dan istri memiliki sejumlah harapan dan keinginan kepada suami.

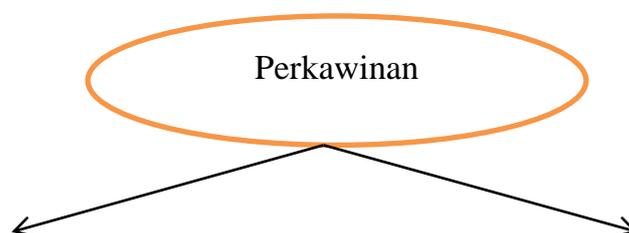
Adaptasi dalam perkawinan menurut (Wilson & Filsinger,1986) mencakup:

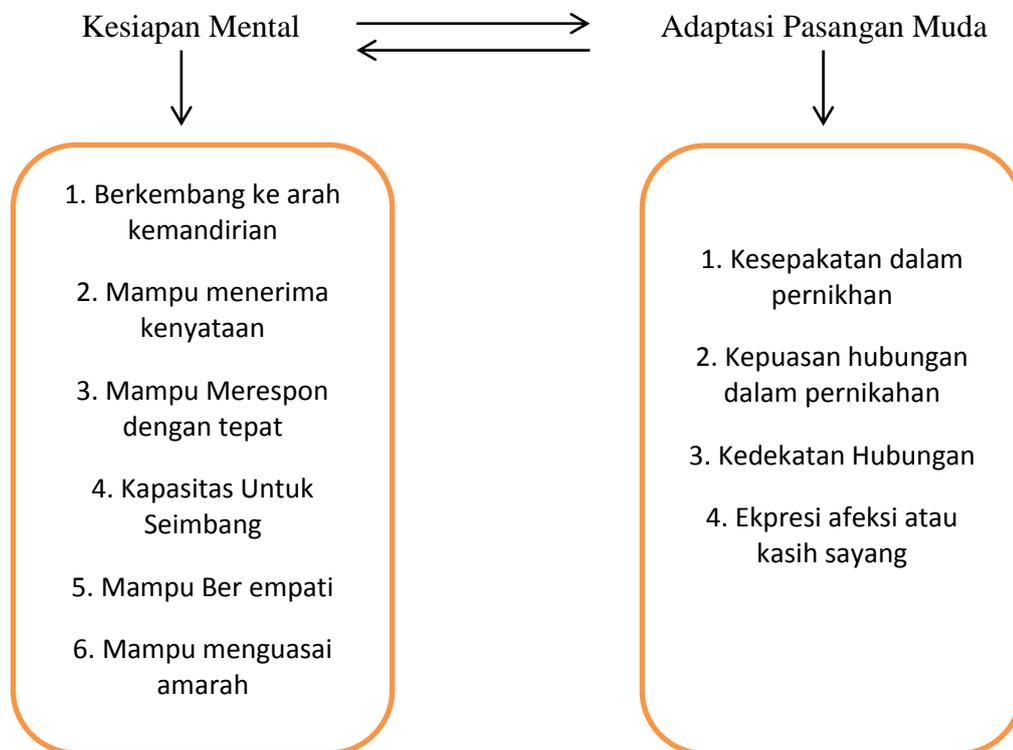
1. Kesepakatan dalam pernikahan (*dyadic consensus*),
2. Kepuasan hubungan dalam pernikahan (*dyadic satisfaction*)
3. Kedekatan hubungan (*dyadic cohesion*)
4. Ekspresi afeksi atau kasih sayang (*affectional expression*)

Proses adaptasi juga saling berhubungan dengan kesiapan mental pasangan. Kesiapan mental merupakan bentuk kematangan seseorang untuk menghadapi suatu situasi baru. Ketika seseorang memutuskan untuk menikah maka harus siap dengan segala konsekuensi keputusan yang telah diambil dan harus mampu mengemban segala tanggung jawab serta memahami peran barunya sebagai seorang suami atau sebagai seorang istri.

Fenomena saat ini adalah banyak sekali pasangan yang memutuskan untuk menikah dikarenakan perwujudan nafsu saja. Sehingga, tujuan utama pernikahan tidak mampu dicapai dengan baik. Akhirnya, nilai perceraian semakin meningkat setiap tahunnya, dikarenakan pasangan yang tidak memiliki kesiapan mental yang baik. Kesiapan mental yang baik itu mencakup dalam beberapa hal mencakup usia, pendidikan dan pekerjaan. Dan kemudian kematangan kesiapan mental tersebut mencakup berkembangnya kearah kemandirian (*toward independent*), mampu menerima kenyataan (*ability to accept reality*), mampu merespon dengan tepat (*readiness to responed*), kapasitas untuk seimbang (*capacity to balance*), mampu berempati (*empatic understanding*), mampu menguasai amarah (*Controlling anger*).

Dalam hal ini, kesiapan mental individu dapat mempengaruhi adaptasi pasangan pada perkawinan. Jika individu memiliki kesiapan mental atau mental yang matang, maka ia dapat beradaptasi dengan mudah. Sebagai contoh, apabila suami memiliki mental yang matang seperti (mandiri, dapat menahan ego, berempati, dan dapat mengambil keputusan dengan bijak) maka dalam perkawinan tersebut akan terjadi adaptasi dengan baik, kesepakatan antar pasangan yang dibuat atau disepakati tidak akan merugikan salah satu pihak atau masing-masing pasangan. Sehingga dalam perkawinan dibutuhkan kesiapan mental yang cukup agar terjadi adaptasi antar pasangan dengan baik dan menghasilkan perkawinan yang berkualitas.





Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

2.3. Hipotesa Penelitian

Dengan demikian hipotesa yang akan ditarik oleh peneliti adalah :

Hipotesis deskriptif :

Ho : Tidak terdapat hubungan antara kesiapan mental dengan adaptasi pasangan muda

Ha : terdapat hubungan antara kesiapan mental dengan adaptasi pasangan muda