

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pernikahan menjadi salah satu bagian dari tahapan penting dalam kehidupan manusia. Menurut VandenBos (2007; dalam Afiatin, 2018), pernikahan merupakan institusi sosial yang melibatkan dua individu, umumnya laki-laki dan perempuan, yang saling berkomitmen untuk menjalin hubungan sosial, melegalkan hubungan seksual (*intercourse*) serta bertanggung jawab terhadap satu sama lain dan keturunannya. Di Indonesia, pernikahan diatur secara legal dalam Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan, yang mendefinisikan perkawinan atau pernikahan sebagai 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. Sementara dalam perspektif psikologi perkembangan, pernikahan dipandang sebagai salah satu tugas perkembangan pada masa dewasa muda atau dewasa awal yang ditandai dengan memilih pasangan, menyesuaikan peran baru sebagai suami istri, membentuk kehidupan keluarga, serta membesarkan anak (Havighurst, 1972; Hurlock, 2006).

Akan tetapi, kehidupan pernikahan individu tidak selalu berjalan dengan harmonis. Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa dalam lima tahun terakhir angka perceraian di Indonesia mengalami fluktuasi. Pada tahun 2025 tercatat sebanyak 438.168 kasus perceraian yang terdiri atas 91.652 kasus cerai talak dan 346.516 kasus cerai gugat. Jumlah angka perceraian tersebut meningkat sebesar 43.560 kasus dibandingkan tahun 2024 yang berjumlah 394.608 kasus. Berdasarkan data BPS, perceraian di Indonesia dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya adalah terjadinya perselisihan dan pertengkaran terus-menerus dalam rumah tangga, permasalahan ekonomi, salah satu pihak meninggalkan pasangan, terjadinya kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), perjudian, mabuk, dihukum penjara, perzinaan, poligami, murtad, madat, mengalami kawin paksa, serta cacat badan (BPS, 2026).

Meningkatnya angka perceraian tersebut mendorong pemerintah untuk melakukan berbagai upaya preventif guna memperkuat ketahanan keluarga. Sebagaimana dikutip dari Majelis Permusyawaratan Rakyat Republik Indonesia (2025), pemerintah menyatakan kekhawatiran terkait tingginya angka perceraian yang dinilai telah memberikan dampak terhadap struktur sosial dan ekonomi keluarga. Oleh karena itu, salah satu upaya yang dilakukan pemerintah untuk menekan angka perceraian adalah dengan menambahkan Bab baru dalam UU Perkawinan, yaitu Bab Pelestarian Keluarga dan mengusulkan pembuatan RUU Ketahanan Keluarga. Selain melalui kebijakan, pemerintah juga memperluas upaya edukasi kepada masyarakat. Melalui Kantor Urusan Agama (KUA) sebagai lembaga yang menangani pencatatan dan pembinaan pernikahan di Indonesia, pemerintah memanfaatkan *platform* media sosial yang dapat menjangkau generasi muda sebagai sarana sosialisasi terkait pernikahan.

Pemanfaatan media sosial tersebut terlihat dari berbagai konten edukasi maupun konten jenaka yang dipublikasikan oleh KUA di sejumlah platform digital. Seperti halnya pada *platform* TikTok, akun KUA Menteng Jakarta Pusat (@kua_menteng) juga kerap menggemparkan dunia maya pada akhir tahun 2025 karena unggahan video edukatif mengenai lima pilar keluarga harmonis berjudul “Tepuk Sakinah” yang memperoleh 6.000.000 tayangan, sehingga memunculkan beragam respons. Sementara pada *platform* media sosial Instagram, perhatian publik terhadap konten-konten serupa juga cukup tinggi. Seperti halnya, tagar #kua tercatat memiliki sekitar 157.000 unggahan dan akun Direktorat Bina KUA dan Keluarga Sakinah (@kua_kita) mendapatkan ribuan hingga ratusan ribu tayangan pada konten-konten edukasi terkait pernikahan. Tidak hanya itu, upaya yang dilakukan oleh pemerintah terkait sosialisasi pernikahan tidak hanya dilakukan melalui media sosial, tetapi juga diperluas secara langsung ke dalam ruang publik melalui kegiatan “Gas Nikah Fun Walk” (Gerakan Sadar Pencatatan Nikah dan Konsultasi Perkawinan) yang dilaksanakan di area *Car Free Day* (CFD) Jakarta pada tanggal 25 Januari 2026.

Tidak hanya melalui media sosial dan kegiatan edukasi di ruang publik, pemerintah juga melakukan berbagai upaya preventif melalui program pembinaan pranikah. Dilansir dari pemberitaan Antara (2026), Kementerian Kependudukan

dan Pembangunan Keluarga (Kemendukbangga) atau BKKBN menjalin kolaborasi dengan Kementerian Agama (Kemenag) untuk melakukan pembinaan pranikah melalui aplikasi Elektronik Siap Nikah dan Hamil (Elsimil) sebagai bentuk preventif dalam menangani kasus perceraian di Indonesia. Sejalan dengan upaya tersebut, Menteri Agama, Nasaruddin Umar, juga menegaskan bahwa persiapan sebelum menikah menjadi kunci agar keluarga tetap harmonis dan anak terlindungi. Berbagai upaya yang dilakukan pemerintah tersebut menunjukkan bahwa kesiapan menikah menjadi salah satu aspek yang perlu diperhatikan sebelum individu memasuki kehidupan pernikahan.

Marriage readiness atau kesiapan menikah merupakan kondisi ketika individu telah memiliki berbagai kriteria yang diperlukan untuk menjalankan kehidupan pernikahan (Carroll dkk., 2009). Shemila dan Manikandan (2018) juga menjelaskan bahwa kesiapan menikah merupakan evaluasi individu terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi tuntutan dan tantangan yang muncul dalam kehidupan pernikahan yang mencakup kesiapan psikologis, moral, sosial, dan tanggung jawab finansial. Sementara menurut Duvall & Miller (1985; dalam Nunung dkk., 2024), kesiapan menikah diartikan sebagai kondisi individu yang memiliki keyakinan bahwa dirinya siap dan bersedia untuk membangun hubungan dengan pasangan, menjalankan tanggung jawab sebagai suami atau istri, menjalin hubungan seksual dalam pernikahan, mengelola kehidupan keluarga, serta mampu merawat anak.

Kesiapan menikah menjadi aspek sangat penting untuk dimiliki individu, khususnya bagi individu yang berencana untuk membangun keluarga di masa depan. Hal ini sejalan dengan Silliman & Schumm (2000; dalam Wibowo, 2023) yang menyatakan bahwa kesiapan sebelum memasuki kehidupan pernikahan sangat penting dalam memperkuat hubungan individu dengan pasangan, sekaligus membekali individu dengan kemampuan untuk menjalankan tugas dan peran sebagai anggota keluarga. Kesuksesan dalam keberlangsungan pernikahan akan tergantung pada kesiapan individu dalam memenuhi perannya (Stinnett, 1969; Badger, 2005; dalam Salsabila, 2019). Sebaliknya, individu yang belum memiliki kesiapan untuk menikah, cenderung lebih rentan mengalami konflik dalam rumah tangga yang dapat berujung pada perceraian. Davita (2021) menjelaskan bahwa

kurangnya kesiapan menikah dapat menurunkan kualitas pernikahan dan meningkatkan risiko terjadinya perceraian. Selain itu, masalah dalam pernikahan yang berdampak pada isu-isu sosial seperti perceraian, kekerasan dalam rumah tangga, pernikahan dini, serta stunting pada anak berkaitan dengan kurangnya kesiapan menikah individu (Adira dkk., 2024).

Namun demikian, temuan pada beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa tingkat kesiapan menikah di Indonesia masih belum optimal. Hal tersebut ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Murniati dkk. (2024) mengenai gambaran kesiapan menikah. Penelitian ini ditujukan kepada pemuda Indonesia dengan rentang usia 20–24 tahun yang belum menikah di 34 provinsi Indonesia dengan jumlah 7.322 responden. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa indeks kesiapan menikah dari responden penelitian berada di angka 79,21 atau < 80, sehingga dapat disimpulkan bahwa individu dengan rentang usia 20-24 tahun di Indonesia dikategorikan “belum siap” untuk menikah dan membangun sebuah keluarga. Penelitian lain terkait dengan kesiapan menikah juga dilakukan oleh Annisa dkk. (2024) terhadap 184 individu dewasa awal yang belum menikah. Hasil analisis penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 52,2% dewasa awal memiliki tingkat kesiapan menikah yang rendah, hal ini ditunjukkan oleh persepsi mereka yang merasa belum mampu untuk membangun hubungan pernikahan.

Di sisi lain, kehidupan di wilayah perkotaan menghadirkan dinamikanya tersendiri. Semakin *modern* suatu kota, maka semakin besar pula tekanan yang dihadapi individu, baik dari biaya hidup yang tinggi, persaingan karir, serta budaya *hustle* yang mengutamakan produktivitas. Besarnya biaya hidup dan tingginya tuntutan kehidupan di kota besar dapat berpotensi menjadi *stressor*, sehingga memengaruhi kondisi kesehatan mental individu yang hidup di kota besar (Poddar dkk., 2025). Tingginya tekanan hidup dan dinamika sosial dalam wilayah perkotaan juga dapat meningkatkan risiko perceraian. Gautier dkk. (2009) menjelaskan bahwa angka perceraian di wilayah perkotaan lebih tinggi dibandingkan dengan wilayah nonperkotaan. Dinamika perkotaan yang berubah dengan cepat serta urbanisasi yang mengikis peran mediasi komunitas tradisional untuk menengahi konflik perkawinan, meningkatkan risiko perceraian pada pasangan muda di wilayah perkotaan (Faki & Adi, 2026).

Di Indonesia, tingginya kasus perceraian juga tercermin dalam data perceraian di Provinsi DKI Jakarta sebagai ibu kota negara. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2025), kasus perceraian di DKI Jakarta tercatat mengalami peningkatan dari 12.149 pada tahun 2024 menjadi 14.062 pada tahun 2025. Peningkatan serupa juga terjadi di beberapa kota penyangga di sekitar DKI Jakarta, seperti Kota Bogor yang meningkat dari 1.387 menjadi 1.597, Kota Depok dari 2.727 menjadi 2.958, Kota Bekasi dari 3.105 menjadi 3.798, dan Kota Tangerang dari 2.178 menjadi 2.594 pada periode waktu yang sama. Data-data tersebut menunjukkan bahwa kasus perceraian tidak hanya terjadi secara nasional, tetapi juga menjadi fenomena nyata di Jabodetabek. Kondisi ini menjadikan Jabodetabek menjadi wilayah yang relevan untuk mengkaji kesiapan menikah lebih lanjut.

Berkaitan dengan hal tersebut, wawancara pendahuluan dilakukan oleh peneliti pada tanggal 17-19 Februari 2026 terhadap 25 responden yang berdomisili di DKI Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi dengan rentang usia 19-29 tahun untuk mengidentifikasi lebih lanjut mengenai pemaknaan individu yang tinggal di kota-kota besar terkait dengan kesiapannya untuk menikah. Hasil wawancara tersebut menunjukkan sebesar 21 dari 25 narasumber memutuskan untuk menunda pernikahan karena beberapa alasan, seperti pernikahan belum menjadi prioritas utama, kuatnya keinginan untuk masih menikmati masa muda, adanya kebutuhan untuk meningkatkan kualitas diri sebelum menikah, serta belum merasa mumpuni secara finansial, mental, dan emosional. Sementara terkait kesiapan menikah, sebanyak 18 dari 25 narasumber mengaku belum siap untuk menikah, sisa responden lainnya merasa cukup siap menikah, dan tidak ada responden yang menyatakan telah siap menikah. Alasan ketidaksiapan menikah tersebut antara lain dikarenakan belum menyelesaikan pendidikan, kurangnya pengetahuan mengenai pernikahan, ketidakstabilan kondisi finansial, kondisi mental dan psikologis yang belum optimal, kondisi keluarga yang kurang harmonis, serta adanya perasaan belum mampu menjadi pasangan yang baik.

Selain itu, sebanyak 23 dari 25 narasumber menyatakan adanya keterkaitan antara kondisi psikologis diri sendiri dengan kesiapannya untuk menikah. Dalam hal ini, responden menjelaskan berbagai faktor seperti adanya konflik internal, ketidakstabilan emosi, kesulitan untuk menerima dan mencintai diri sendiri, terlalu

bergantung secara emosional pada orang lain, pengalaman trauma dalam hubungan romantis di masa lalu, serta dinamika hubungan keluarga yang kurang positif turut memiliki andil dalam ketidaksiapan responden untuk melakukan pernikahan. Penjelasan yang dikemukakan oleh beberapa narasumber tersebut menunjukkan bahwa kesiapan menikah tidak hanya berkaitan dengan aspek eksternal, seperti usia atau kondisi finansial, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi psikologis individu. Adanya konflik internal, ketidakstabilan emosi, kesulitan menerima diri, serta pengalaman hubungan yang kurang positif mengindikasikan adanya peran kesejahteraan psikologis yang membentuk kesiapan individu untuk menikah. Oleh karena itu, penting untuk memahami bahwa kesejahteraan psikologis sebagai salah satu faktor yang berpotensi memengaruhi kesiapan menikah pada dewasa muda.

Psychological well-being atau kesejahteraan psikologis merupakan kondisi keberfungsian psikologis positif secara optimal yang ditandai dengan kemampuan menerima diri apa adanya, menjalin hubungan positif dengan orang lain, bersikap mandiri, memiliki tujuan hidup yang bermakna, mengelola lingkungan agar sesuai dengan kondisi diri, dan terus mengalami perkembangan diri (Ryff, 1989). Berkaitan dengan hal tersebut, Husain dkk. (2023) menjelaskan bahwa kesehatan fungsi psikososial individu, yang mencakup kemampuan mengelola emosi, relasi sosial yang positif, serta memiliki nilai moral, sikap religius, dan perilaku spiritual yang adaptif juga memengaruhi kesiapan individu untuk menikah.

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis memiliki keterkaitan dengan kesiapan menikah. Seperti halnya penelitian Aditria dkk. (2025) yang mengeksplorasi faktor finansial dan psikologis mahasiswa dalam hubungannya dengan kesiapan menikah. Temuan tersebut menekankan pentingnya meningkatkan literasi keuangan dan kesejahteraan psikologis sebagai faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan kesiapan menikah pada mahasiswa. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa kesejahteraan dalam kehidupan pernikahan lebih mungkin tercapai apabila individu memiliki kemampuan literasi keuangan yang baik serta kesiapan psikologis yang memadai untuk membangun hubungan yang sehat dalam pernikahan. Selain itu, penelitian Agustinnajmi (2025) menemukan bahwa kesejahteraan psikologis memengaruhi kesiapan menikah pada perempuan dewasa awal. Hasil penelitian

tersebut menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi cenderung lebih siap menghadapi berbagai tantangan dalam pernikahan, seperti konflik dengan pasangan, tanggung jawab finansial, dan perubahan peran dalam kehidupan rumah tangga.

Meskipun penelitian mengenai kesiapan menikah telah cukup banyak dilakukan di Indonesia, kajian yang secara spesifik menelaah peran kesejahteraan psikologis sebagai faktor yang memengaruhi kesiapan menikah pada dewasa muda masih terbatas, khususnya dalam konteks wilayah perkotaan besar seperti DKI Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih berfokus pada faktor usia, ekonomi, dukungan sosial, dan kematangan emosi. Padahal, kesejahteraan psikologis sebagai kondisi internal individu yang tidak hanya berkaitan dengan kematangan emosi, tetapi juga meliputi penerimaan diri, otonomi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, pengelolaan lingkungan, serta perkembangan diri juga berpotensi memiliki peran dalam kesiapan menikah. Dengan demikian, kesejahteraan psikologis menjadi penting untuk dikaji mengingat kesiapan menikah yang tidak didukung oleh kondisi psikologis yang baik dapat berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan dalam kehidupan pernikahan.

Selain itu, fenomena meningkatnya kasus perceraian di wilayah Jabodetabek serta adanya upaya pemerintah untuk meningkatkan ketahanan keluarga melalui perubahan kebijakan, edukasi, dan pembinaan pranikah, menunjukkan bahwa isu kesiapan menikah menjadi permasalahan yang aktual dan memerlukan analisis lebih lanjut. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperluas kajian mengenai kesiapan menikah di Indonesia, khususnya dengan meninjau kesejahteraan psikologis sebagai faktor yang berperan dalam kesiapan menikah di wilayah perkotaan besar. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap kesiapan menikah pada individu dewasa muda di Jabodetabek.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dijelaskan, maka identifikasi masalah yang didapatkan berupa:

1. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa angka perceraian di Indonesia mengalami peningkatan selama setahun terakhir.
2. Pemerintah merespons fenomena peningkatan kasus perceraian di Indonesia dengan melakukan berbagai upaya preventif untuk mencegah perceraian dengan merevisi UU dan RUU untuk meningkatkan ketahanan keluarga, melakukan sosialisasi melalui media sosial ataupun melalui kegiatan secara langsung di lapangan, serta melakukan kolaborasi untuk melakukan pembinaan pranikah melalui aplikasi Elektronik Siap Nikah dan Hamil (Elsimil).
3. Berdasarkan penelitian terdahulu, ditemukan bahwa tingkat kesiapan menikah individu dewasa awal di Indonesia cenderung rendah, bahkan kesiapan menikah para calon pengantin di salah satu Kantor Urusan Agama (KUA) juga belum optimal.
4. Kehidupan di perkotaan yang penuh tekanan, berubah dengan cepat, dan sangat urban menjadi alasan kasus perceraian tinggi, bahkan angka perceraian di kota-kota besar di Indonesia seperti DKI Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi mengalami peningkatan dalam kurun waktu satu tahun.
5. Hasil wawancara pendahuluan menunjukkan bahwa sebagian besar responden dewasa muda merasa belum memiliki kesiapan untuk menikah karena faktor finansial, psikologis, sosial, dan pendidikan.
6. Masih terbatasnya penelitian yang mengkaji keterkaitan kesejahteraan psikologis yang diduga menjadi faktor yang berpotensi memengaruhi kesiapan menikah pada dewasa muda di wilayah Jabodetabek.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penelitian ini berfokus pada pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap kesiapan menikah pada dewasa muda di Jabodetabek.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap kesiapan menikah pada dewasa muda di Jabodetabek?”

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan penjelasan rumusan masalah di atas, penelitian memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap kesiapan menikah pada dewasa muda di Jabodetabek.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian literatur dalam bidang psikologi dan dapat menambah wawasan pembaca mengenai bagaimana pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap kesiapan menikah pada dewasa muda di Jabodetabek. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan teoritis atau referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji konteks serupa, khususnya dalam kajian psikologi perkembangan dan psikologi positif.

1.6.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Dewasa Muda

Dapat memberikan gambaran serta menambah wawasan mengenai pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap kesiapan menikah pada dewasa muda di Jabodetabek, sehingga diharapkan dapat mempersiapkan faktor psikologis dengan baik sebelum menikah.

2) Bagi Praktisi Psikologi

Dapat menjadi dasar pertimbangan atau menjadi referensi dalam memberikan psikoedukasi atau intervensi psikologi terkait pentingnya meningkatkan kesejahteraan psikologis sebagai bagian dari persiapan memasuki pernikahan.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat menambah pemahaman mengenai faktor kesiapan menikah dan menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya jika ingin meneliti keterkaitan kesejahteraan psikologis dengan kesiapan menikah.

