E-ISSN: 3031-8629
P-ISSN: 3032-3258

Halaman 6438-6455
Volume 3 Nomor 4 Tahun 2026

Dampak Pernikahan Dini Pada Remaja Dan Implikasinya Terhadap Kesiapan Mental: Literature Review

The Impact of Early Marriage on Adolescents and Its Implications for Mental Readiness: A Literature Review

Fatma Mutia, Intan Kurnia Wati, Febby Putri Yani, Suci Habibah

Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

e-mail: fatmamutia769@gmail.com, intannq5@gmail.com, febbyputriyani2@gmail.com, suci.habibah@uin-suska.ac.id

Abstrak

Pernikahan dini masih menjadi persoalan serius di Indonesia meskipun batas minimal usia perkawinan telah dinaikkan menjadi 19 tahun melalui Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019. Remaja yang menikah berada pada tahap perkembangan ketika identitas diri, regulasi emosi, dan kemampuan mengambil keputusan masih dalam proses pematangan. Artikel ini bertujuan menelaah dampak pernikahan dini pada remaja dan implikasinya terhadap kesiapan mental. Metode yang digunakan adalah tinjauan pustaka naratif (narrative literature review), yang dipilih karena desain, populasi, dan instrumen studi yang beragam, terhadap 30 studi yang terbit pada 2011–2026 berupa artikel jurnal nasional dan internasional, dilengkapi literatur teori dan dokumen regulasi, yang ditelusuri melalui Google Scholar, Garuda, dan PubMed serta artikel yang dikumpulkan penulis. Hasil telaah menunjukkan bahwa pernikahan dini dikaitkan dengan depresi, kecemasan, stres, ketakutan, trauma, dan rendahnya harga diri, yang diperkuat oleh kekerasan dalam rumah tangga, tekanan ekonomi, isolasi sosial, dan putus sekolah. Studi di Indonesia melaporkan bahwa pasangan muda umumnya belum matang secara emosi, sulit mengelola konflik, dan masih bergantung pada orang tua sehingga kesiapan mentalnya rendah. Meskipun demikian, sebagian besar bukti berasal dari studi potong lintang dan kualitatif berskala kecil sehingga hubungan sebab-akibat belum dapat dipastikan. Temuan ini berimplikasi pada perlunya konseling pranikah, psikoedukasi kesiapan mental bagi remaja dan orang tua, penguatan dukungan sosial, serta pendampingan psikologis bagi remaja yang telah menikah.

Kata kunci: *Pernikahan dini; Remaja; Kesehatan mental; Kesiapan mental; Tinjauan Pustaka*

Abstract

Early marriage remains a serious problem in Indonesia even though the minimum marriage age was raised to 19 years by Law Number 16 of 2019. Adolescents who marry are at a developmental stage in which identity, emotion regulation, and decision-making are still maturing. This article aims to review the impact of early marriage on adolescents and its implications for mental readiness. A narrative literature review was conducted because study designs, populations, and instruments were heterogeneous. It covered 30 studies published between 2011 and 2026 (national and international journal articles), complemented by theoretical works and regulatory documents, retrieved from Google Scholar, Garuda, and PubMed and supplemented by articles collected by the authors. The review shows that early marriage is associated with depression, anxiety, stress, fear, trauma, and low self-esteem, which are amplified by domestic violence, economic pressure, social isolation, and school dropout. Studies in Indonesia report that young couples are generally emotionally immature, struggle to manage conflict, and remain dependent on their parents, indicating low mental readiness. However, most of the evidence comes from cross-sectional and small-scale qualitative studies, so causal relationships cannot be established. These findings imply the need for premarital counseling, psychoeducation on mental readiness for adolescents and parents, stronger social support, and psychological assistance for adolescents who are already married.

Keywords: *Early marriage; Adolescents; Mental health; Mental readiness; Literature review*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang berlangsung cepat. Pada periode ini remaja sedang membangun identitas, belajar mengelola emosi, dan mengembangkan kemampuan mengambil keputusan secara mandiri (Arnett, 2000; Erikson, 1968). Ketika remaja menikah pada usia tersebut, mereka dituntut menjalankan peran orang dewasa sebagai pasangan, pengelola rumah tangga, dan sering kali sebagai orang tua, sebelum tugas-tugas perkembangan tersebut tuntas.

Di Indonesia, Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 menetapkan batas minimal usia perkawinan 19 tahun bagi laki-laki dan perempuan, naik dari sebelumnya 16 tahun bagi perempuan, dengan pertimbangan bahwa pada usia tersebut calon pasangan dinilai telah matang jiwa dan raganya (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 16 Tahun

2019). Meskipun demikian, praktik perkawinan anak masih ditemukan. Undang-undang tersebut tetap membuka ruang dispensasi melalui pengadilan dengan alasan sangat mendesak (Pasal 7 ayat 2), dan penelitian di berbagai daerah mengaitkan praktik ini dengan kehamilan yang tidak direncanakan, tekanan ekonomi, rendahnya pendidikan, serta norma sosial yang memaklumi pernikahan dini (Ayudiputri dkk., 2024; Lestari & Jaelani, 2026; Zuhriyah dkk., 2026). Tinjauan sistematis tentang determinan perkawinan anak di Indonesia menunjukkan bahwa rendahnya pendidikan dan tekanan ekonomi menjadi pendorong utama (Ayudiputri dkk., 2024), dan kondisi ini lebih menonjol di wilayah perdesaan (Fitria dkk., 2024).

Dampak pernikahan dini terhadap kesehatan reproduksi relatif banyak dikaji, sedangkan dampaknya terhadap kesehatan mental lama kurang mendapat perhatian. Burgess dkk. (2022) menegaskan bahwa konsekuensi psikologis perkawinan anak sebagian besar terabaikan dalam literatur dan kebijakan. Kajian di Indonesia sendiri masih tersebar dalam studi kasus berskala kecil dengan instrumen yang berbeda-beda (Estu, 2025), sehingga gambaran yang utuh tentang hubungan antara pernikahan dini dan kesiapan mental remaja belum mudah diperoleh. Bagi konselor dan pendidik, gambaran tersebut menjadi dasar untuk merancang layanan pencegahan dan pendampingan yang tepat.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini menelaah tiga pertanyaan: (1) apa saja dampak pernikahan dini terhadap kesehatan mental dan kehidupan sosial remaja; (2) bagaimana kaitan dampak tersebut dengan kesiapan mental remaja untuk menikah; dan (3) apa implikasinya bagi layanan bimbingan dan konseling serta upaya pencegahannya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan tinjauan pustaka naratif (narrative literature review) yang bertujuan menyintesis temuan-temuan terdahulu secara tematik. Sumber data berupa artikel jurnal, laporan ilmiah, dan dokumen peraturan perundang-undangan yang ditelusuri melalui Google Scholar, Garuda, PubMed, dan situs resmi peraturan, serta artikel yang dikumpulkan penulis dari hasil penelusuran mandiri. Kata

kunci yang digunakan adalah "pernikahan dini", "perkawinan anak", "kesehatan mental", "kesiapan mental", "remaja", serta padanannya dalam bahasa Inggris, yaitu early marriage, child marriage, mental health, dan marital readiness.

Tinjauan naratif dipilih atas tiga pertimbangan. Pertama, tujuan artikel ini bukan mengestimasi besar efek pernikahan dini terhadap gangguan mental, melainkan memetakan dan menyintesis bukti tentang dampak psikologis serta kesiapan mental sebagai konsep yang masih terus dirumuskan, sehingga sintesis tematik lebih sesuai daripada penggabungan angka. Kedua, studi yang tersedia sangat beragam dalam desain (potong lintang, kualitatif, tinjauan), populasi (remaja perempuan, pasangan muda, pemohon dispensasi kawin), dan instrumen (misalnya skala gejala psikologis, wawancara, dan studi kasus), serta sebagian besar studi di Indonesia berskala kecil, sehingga meta-analisis atau tinjauan sistematis dengan penilaian kualitas formal sulit dilakukan secara bermakna. Ketiga, tinjauan naratif memungkinkan penulis memadukan bukti empiris dengan kerangka teori perkembangan serta perspektif hukum dan Islam yang relevan bagi layanan bimbingan dan konseling. Pendekatan ini memiliki konsekuensi: telaah tidak berpretensi memuat seluruh literatur yang ada (Sukhera, 2022) dan dapat lebih rentan terhadap bias seleksi dibandingkan tinjauan sistematis (Green dkk., 2006).

Kriteria inklusi meliputi: (a) membahas remaja atau anak yang menikah sebelum usia dewasa; (b) melaporkan luaran psikologis, sosial, atau kesiapan mental; (c) berupa artikel empiris, tinjauan sistematis atau naratif, dokumen regulasi, atau karya teori perkembangan yang relevan; dan (d) tersedia dalam bahasa Indonesia atau Inggris. Tulisan opini tanpa dasar data dan sumber yang hanya membahas kesehatan reproduksi tanpa luaran psikologis dikeluarkan dari telaah. Seluruh temuan disintesis secara tematik ke dalam lima tema: dampak psikologis, dampak sosial dan pendidikan, faktor penguat risiko, kesiapan mental, serta implikasi layanan. Penelaahan ini bersifat naratif sehingga tidak mengikuti prosedur seleksi dan penilaian kualitas sistematis seperti PRISMA.

Korpus akhir yang dirujuk dalam artikel ini terdiri atas 30 studi tentang pernikahan dini, kesehatan mental, atau kesiapan menikah yang terbit pada tahun 2011 hingga 2026,

yaitu 25 studi empiris dan 5 tinjauan pustaka (tinjauan sistematis atau naratif). Korpus ini dilengkapi tiga kajian konseptual atau normatif tentang pernikahan dini dalam perspektif hukum Islam, hukum positif, dan edukasi pranikah (2023–2024); delapan karya teori perkembangan dan kesehatan mental (1961–2005); serta dokumen regulasi dan laporan lembaga, yaitu Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019, Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2022, Peraturan Mahkamah Agung Nomor 5 Tahun 2019, laporan Organisasi Kesehatan Dunia (2022), dan satu berita hukum (2026) yang hanya digunakan sebagai pelengkap konteks kebijakan. Karena telaah ini bersifat naratif, jumlah rekaman pada tahap penelusuran awal tidak didokumentasikan secara kuantitatif, sehingga angka-angka tersebut menggambarkan korpus akhir dan bukan alur seleksi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Studi yang Ditelaah

Studi-studi utama yang ditelaah mencakup bukti global dan bukti dari berbagai daerah di Indonesia, dengan desain kuantitatif maupun kualitatif. Ringkasannya disajikan pada Tabel 1 memuat sembilan dari 30 studi yang menjadi rujukan utama dalam pembahasan; studi lainnya dibahas dalam teks sesuai temanya.

Tabel 1. Ringkasan studi utama tentang pernikahan dini dan kesehatan mental

Penulis (tahun)	Desain dan konteks	Temuan utama terkait kesehatan mental dan kesiapan mental
Burgess dkk. (2022)	Tinjauan naratif 21 studi dari 12 negara (mayoritas negara berkembang); 15 kuantitatif, 5 kualitatif, 1 *mixed-methods*	Depresi paling sering dilaporkan; juga kecemasan, distres psikologis, pikiran bunuh diri, dan penyalahgunaan zat. Distres dikaitkan dengan kekerasan pasangan, kemiskinan, isolasi, dan komplikasi kehamilan.

Penulis (tahun)	Desain dan konteks	Temuan utama terkait kesehatan mental dan kesiapan mental
Le Strat dkk. (2011)	Survei epidemiologi nasional di Amerika Serikat (NESARC) pada perempuan dewasa	Perempuan yang menikah sebelum usia 18 tahun memiliki kemungkinan lebih tinggi mengalami gangguan psikiatrik.
Kidman (2017)	Studi komparatif 34 negara berbasis survei demografi dan kesehatan	Menikah di usia anak berkaitan dengan kemungkinan lebih besar mengalami kekerasan oleh pasangan.
Nhampoca & Maritz (2024)	Kualitatif (*life-story*), 25 remaja perempuan yang menikah sebelum 18 tahun di Mozambik (dilaporkan dalam Estu, 2025)	Rasa tidak aman, stres kronis, gangguan harga diri, terputusnya pendidikan, isolasi sosial, serta perasaan terkurung, depresi, dan putus asa.
Gelchu & Wirtu (2024)	Kualitatif fenomenologis, perempuan dewasa muda di Ethiopia yang menikah sebelum 18 tahun (dilaporkan dalam Estu, 2025)	Kerusakan emosional, trauma, kecemasan, dan distres berkepanjangan; dipicu rasa takut, konflik rumah tangga, kekerasan berbasis gender, dan hilangnya kesempatan pendidikan.
Fitriani dkk. (2024)	Kualitatif, 12 remaja perempuan (14–17 tahun), orang tua, dan tokoh setempat di Ogan Komering Ilir	Emosi belum matang, ketakutan, kecemasan, trauma kehamilan pertama, sulit mengambil keputusan; menutup diri dan rentan bercerai. Sebagian remaja juga merasa bahagia.

Penulis (tahun)	Desain dan konteks	Temuan utama terkait kesehatan mental dan kesiapan mental
Ningrum dkk. (2023)	Kuantitatif potong lintang, 49 perempuan yang menikah dini (rerata usia 16,78 tahun) di Sleman, DASS-21	Stres berat 40,8%, kecemasan sangat berat 42,9%, depresi sangat berat 53,1%; koefisien korelasi 0,484 (stres), 0,465 (kecemasan), 0,406 (depresi).
Zuhriyah dkk. (2026)	Kualitatif studi kasus, enam pasangan muda yang menikah di bawah 19 tahun di Jember	Kesiapan mental rendah: sulit mengelola emosi dan konflik, bergantung pada orang tua secara ekonomi; stres, ketegangan emosional, dan turunnya kualitas komunikasi.
Lestari & Jaelani (2026)	Kualitatif fenomenologis, lima ibu muda dan enam informan pendukung di Bangka Barat	Stres, kecemasan, kesedihan, penyesalan, dan kelelahan emosional; stres dipicu ekonomi, perilaku suami, dan pengasuhan; dukungan keluarga menjadi strategi koping utama.

Dampak Pernikahan Dini pada Kesehatan Mental

Bukti dari berbagai negara menunjukkan bahwa pernikahan di usia anak berkaitan dengan beban kesehatan mental yang lebih besar. Burgess dkk. (2022) menemukan depresi sebagai kondisi yang paling sering dilaporkan, disusul kecemasan, distres psikologis, pikiran bunuh diri, dan penyalahgunaan zat. Di Amerika Serikat, Le Strat dkk. (2011) melaporkan kemungkinan gangguan psikiatrik yang lebih tinggi pada perempuan yang menikah sebelum usia 18 tahun. Studi kualitatif di Mozambik dan Ethiopia menggambarkan pengalaman yang serupa: rasa tidak aman, stres kronis, harga diri yang terganggu, trauma, dan perasaan terjebak (Gelchu & Wirtu, 2024; Nhampoca & Maritz, 2024, sebagaimana dilaporkan Estu, 2025).

Penelitian dari Indonesia menunjukkan pola yang sejalan. Ningrum dkk. (2023) menggunakan DASS-21 pada 49 perempuan yang menikah dini di Kabupaten Sleman dengan rerata usia menikah 16,78 tahun, dan melaporkan stres berat pada 40,8% responden, kecemasan sangat berat pada 42,9%, dan depresi sangat berat pada 53,1%. Fitriani dkk. (2024) mewawancarai remaja perempuan berusia 14–17 tahun di Ogan Komering Ilir dan menemukan emosi yang belum matang, ketakutan, kecemasan, trauma pada kehamilan pertama, serta kesulitan mengambil keputusan; sebagian informan menyelesaikan pertengkaran dengan pulang ke rumah ibunya hingga dijemput suami. Lestari dan Jaelani (2026) pada ibu muda di Bangka Barat melaporkan stres, kecemasan, kesedihan, penyesalan, dan kelelahan emosional, termasuk kesedihan karena cita-cita pendidikan terhenti. Temuan serupa tentang tekanan psikologis dilaporkan pula oleh Purwaningtyas dkk. (2022) dan Syalis dan Nurwati (2020), yang menggambarkan kecemasan sebagai campuran rasa takut dan khawatir menghadapi masalah keluarga akibat kematangan fisik yang lebih cepat daripada kematangan mental. Bagi ibu muda, Khairunnisa dan Abdullah (2022) mengkaji potensi *baby blues* setelah melahirkan, sedangkan Mangande dan Lahade (2021) mengaitkan kualitas pernikahan dengan status kesehatan mental perempuan yang menikah usia dini.

Angka dari Ningrum dkk. (2023) perlu dibaca hati-hati. Seluruh responden dalam penelitian tersebut adalah perempuan yang menikah dini, tanpa kelompok pembanding yang menikah di usia dewasa, sehingga uji hubungan yang dilaporkan (koefisien korelasi 0,406 hingga 0,484) tidak dapat langsung dimaknai sebagai bukti bahwa pernikahan dini menyebabkan gangguan tersebut. Data itu lebih tepat dipandang sebagai gambaran tingginya distres pada kelompok yang diteliti. Pengalaman remaja juga tidak seragam: dalam penelitian Fitriani dkk. (2024), sebagian besar remaja mengaku bahagia dengan pernikahannya namun tetap menyimpan kecemasan dan ketakutan terhadap persoalan rumah tangga. Perasaan bahagia di awal pernikahan karena itu tidak otomatis menunjukkan kesiapan mental yang memadai.

Dampak Sosial, Pendidikan, dan Perkembangan Anak

Dampak psikologis berjalan beriringan dengan dampak sosial dan pendidikan.

Fitriani dkk. (2024) menemukan remaja yang menutup diri dari lingkungan setelah menikah dan meningkatnya risiko perceraian akibat masalah ekonomi. Zuhriyah dkk. (2026) melaporkan bahwa empat dari enam pasangan muda yang diteliti menghentikan pendidikan setelah menikah, sementara dua lainnya tetap bersekolah dengan motivasi belajar yang menurun.

Gangguan psikologis pada remaja yang menikah dini jarang berdiri sendiri. Burgess dkk. (2022) mengidentifikasi kekerasan pasangan, kemiskinan, isolasi, dan komplikasi kehamilan serta persalinan sebagai faktor sosial yang berkaitan dengan distres emosional, dan faktor-faktor tersebut cenderung menumpuk. Kidman (2017) menemukan bahwa perempuan yang menikah di usia anak lebih besar kemungkinannya mengalami kekerasan oleh pasangan. Lestari dan Jaelani (2026) menggambarkan bagaimana perilaku suami yang sering mabuk menimbulkan rasa takut dan tertekan pada istri muda, sedangkan pekerjaan suami yang tidak tetap menjadi sumber kecemasan finansial.

Faktor pendorong pernikahan dini sekaligus menjadi faktor yang memperberat dampaknya. Kehamilan yang tidak direncanakan dan tekanan ekonomi keluarga mendorong pernikahan sebelum remaja siap (Lestari & Jaelani, 2026), dan sebagian orang tua memandang pernikahan sebagai cara meringankan beban ekonomi keluarga. Zuhriyah dkk. (2026) menambahkan peran norma sosial-budaya dan tekanan orang tua yang masih menganggap pernikahan dini sebagai hal wajar. Pendidikan berperan sebagai faktor protektif: rendahnya pendidikan dan pengetahuan berkaitan dengan tingginya pernikahan dini, sedangkan penguatan pendidikan dinilai penting untuk pencegahannya (Ayudiputri dkk., 2024; Fitria dkk., 2024).

Kesiapan Mental dan Perspektif Perkembangan

Organisasi Kesehatan Dunia memandang kesehatan mental sebagai keadaan sejahtera mental yang memungkinkan seseorang mengatasi tekanan hidup, menyadari potensinya, belajar dan bekerja dengan baik, serta berkontribusi bagi komunitasnya (World Health Organization, 2022). Keyes (2002) menambahkan bahwa kesejahteraan tidak sekadar ketiadaan gangguan, tetapi juga keberfungsian emosional dan sosial.

Dalam konteks pernikahan, kesiapan menikah dipahami mencakup kesiapan fisik, mental, emosional, sosial, dan ekonomi (Jannah & Halim, 2023), dan telah dikaji pada generasi muda (Herawati dkk., 2023). Berdasarkan sintesis literatur, kesiapan mental dalam artikel ini dipahami sebagai kapasitas psikologis untuk menjalankan peran perkawinan secara sehat, yang paling tidak mencakup kematangan emosi, regulasi diri, keterampilan mengambil keputusan dan menyelesaikan konflik, kesiapan peran sebagai pasangan dan orang tua, serta kemandirian dan dukungan sosial. Rincian ini merupakan analisis penulis dan bukan kriteria baku.

Temuan empiris menunjukkan bahwa dimensi-dimensi tersebut lemah pada remaja yang menikah dini. Zuhriyah dkk. (2026) melaporkan bahwa kesiapan mental pasangan muda tergolong rendah, ditandai ketidakmampuan mengelola emosi, kesulitan menghadapi konflik, dan ketergantungan ekonomi pada orang tua, dengan sebagian besar responden (dilaporkan 80%) menyatakan belum siap secara mental ketika memutuskan menikah; hanya satu pasangan yang beradaptasi baik karena mendapat bimbingan intensif keluarga dan tokoh agama. Lestari dan Jaelani (2026) mencatat informan yang masih bertanya kepada ibunya cara memasak dan membutuhkan bantuan orang tua untuk mengelola rumah tangga. Putri dan Pertiwi (2024) menunjukkan bahwa kesiapan menikah pada pemohon dispensasi kawin berbeda menurut jenis kelamin pada aspek stabilitas emosional dan kematangan psikologis, sedangkan Handayani dkk. (2025) mengaitkan kesiapan menikah dengan stabilitas emosional dan rendahnya konflik rumah tangga. Wibowo (2020) dan Pradana dkk. (2022) mengkaji dampak psikologis dan kesejahteraan psikologis pasangan pernikahan dini di Riau dan Blitar.

Beberapa teori membantu menjelaskan mengapa remaja berisiko kurang siap. Erikson (1968) menggambarkan masa remaja sebagai tahap pencarian identitas melawan kebingungan peran, sedangkan keintiman yang matang baru menjadi tugas utama pada dewasa awal. Pernikahan dini menuntut komitmen intim sebelum identitas terbentuk kokoh. Allport (1961) menekankan kematangan kepribadian yang mencakup kemampuan mengendalikan emosi dan bertanggung jawab secara sosial. Dari sisi neurokognitif, Steinberg (2005) menjelaskan bahwa sistem kontrol kognitif yang

mendasari pengendalian impuls dan perencanaan jangka panjang matang lebih lambat daripada sistem sosioemosional, sehingga pengambilan keputusan remaja rentan dalam situasi emosional dan penuh tekanan seperti konflik rumah tangga.

Dalam kerangka ekologis Bronfenbrenner (1979), tekanan pada remaja yang menikah dini berasal dari interaksi lingkungan mikro (pasangan dan keluarga), meso (komunitas), dan makro (norma budaya serta kemiskinan) yang saling memperkuat. Teori determinasi diri menambahkan bahwa kesejahteraan psikologis bergantung pada terpenuhinya kebutuhan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan (Deci & Ryan, 2000), kebutuhan yang mudah terhambat ketika remaja kehilangan akses pendidikan, terisolasi, dan berada dalam relasi yang timpang. Paparan kekerasan dan tekanan peran yang berulang pada usia belum matang juga dapat berkembang menjadi trauma kompleks (Herman, 1992), yang tampak pada rasa takut persisten dan perasaan terjebak dalam studi di Mozambik dan Ethiopia.

kesimpulan kausal yang dijaga di seluruh artikel.

Perspektif Hukum dan Islam

Dari sisi hukum, batas usia 19 tahun dimaksudkan agar pasangan matang jiwa dan raganya sehingga tujuan perkawinan dapat tercapai dan hak anak terpenuhi (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2019). Undang-undang yang sama masih memungkinkan dispensasi melalui pengadilan dengan alasan sangat mendesak disertai bukti pendukung yang cukup (Pasal 7 ayat 2), sehingga batas usia belum otomatis menutup praktik perkawinan anak. Peraturan Mahkamah Agung Nomor 5 Tahun 2019 mengtaur pedoman bagi hakim dalam menangani permohonan dispensasi kawin, termasuk mempertimbangkan kepenitngan anak (Mahkamah Agung Republik Indonesia 2019). Di sisi lain, Pasal 10 ayat (2) Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2022 memasukkan perkawinan anak ke dalam bentuk pemaksaan perkawinan yang termasuk tindak pidana kekerasan seksual (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2022). Pertimbangan aspek psikologis dalam proses dispensasi tersebut sejalan dengan temuan telaah ini bahwa kesiapan mental merupakan dimensi yang rentan pada remaja yang menikah dini.

Dalam perspektif Islam, tujuan perkawinan adalah terbentuknya keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah (QS. Ar-Rum [30]: 21). Kamal (2024) mencatat bahwa pernikahan dini sah secara hukum Islam apabila rukun dan syaratnya terpenuhi, namun secara sosial dan psikologis berpotensi menimbulkan mafsadah yang lebih besar daripada maslahat; kajian Habibi (2023) yang menimbang hukum Islam dan psikologi mengarah pada pertimbangan serupa. Tujuan sakinah hanya dapat dicapai apabila pasangan memiliki kematangan emosional dan kemampuan menjalankan tanggung jawab, sehingga kesiapan mental menjadi prasyarat penting yang tidak dapat digantikan oleh kesiapan biologis atau niat menghindari perbuatan dosa semata.

Implikasi Bagi Layanan Bimbingan dan Konseling

Pertama, pencegahan perlu dimulai dari edukasi remaja dan orang tua. Fitriani dkk. (2024) merekomendasikan edukasi intensif tentang dampak pernikahan dini dan pentingnya menunda usia menikah, disertai pemberdayaan keluarga untuk meningkatkan kesiapan ekonomi, sedangkan Zuhriyah dkk. (2026) mengusulkan program edukasi pranikah berbasis kesiapan mental di tingkat desa. Konselor sekolah dan konselor di lembaga keagamaan dapat menyelenggarakan layanan informasi dan bimbingan kelompok yang membahas kesiapan mental, regulasi emosi, komunikasi, dan perencanaan masa depan, sejalan dengan program Bimbingan Remaja Usia Sekolah (BRUS) Kementerian Agama, yang oleh Kemenko PMK didorong untuk memperkuat peran fasilitatornya dalam mencegah perkawinan anak (Hukumonline, 2026).

Kedua, konseling pranikah perlu menilai kesiapan mental calon pasangan, bukan hanya kelengkapan administrasi. Aspek yang dapat dijajaki meliputi kemampuan mengelola konflik, ekspektasi terhadap peran suami dan istri, rencana pendidikan dan ekonomi, serta sumber dukungan sosial. Pada konteks dispensasi kawin, pengukuran kematangan emosi dan kesiapan menikah seperti yang dikaji Putri dan Pertiwi (2024) dapat menjadi rujukan asesmen.

Ketiga, bagi remaja yang sudah menikah diperlukan pendampingan psikologis. Burgess dkk. (2022) menegaskan bahwa upaya mengakhiri perkawinan anak harus dilengkapi dukungan kesehatan mental yang eksplisit bagi mereka yang telah menikah,

dengan pendekatan komunitas yang memadukan dukungan psikologis, sosial, dan struktural. Konselor dapat berperan melalui konseling individu untuk keterampilan penyelesaian masalah, konseling keluarga yang melibatkan orang tua dan pasangan, serta kelompok dukungan sebaya untuk mengurangi isolasi.

Keterbatasan Bukti

Beberapa keterbatasan perlu diperhatikan. Pertama, sebagian besar studi kuantitatif yang ditelaah Burgess dkk. (2022) berdesain potong lintang dan hanya satu yang longitudinal, sehingga arah hubungan belum jelas: masalah mental dapat merupakan akibat pernikahan dini, tetapi kondisi psikososial yang buruk sebelumnya juga dapat mendorong remaja menikah lebih awal. Kedua, bukti tentang remaja laki-laki dan dampak antargenerasi masih terbatas. Ketiga, penelitian di Indonesia banyak berupa studi kualitatif dengan informan sedikit di satu wilayah, misalnya enam pasangan di Jember (Zuhriyah dkk., 2026) dan lima ibu muda di Bangka Barat (Lestari & Jaelani, 2026), serta studi kuantitatif tanpa kelompok pembanding (Ningrum dkk., 2023), sehingga generalisasinya terbatas. Keempat, telaah ini bersifat naratif, tidak menilai kualitas studi secara sistematis, dan tidak mendokumentasikan jumlah rekaman pada tahap penelusuran awal, sehingga kemungkinan bias seleksi tidak dapat dikesampingkan. Penelitian lanjutan dengan desain longitudinal, kelompok pembanding, dan mixed-methods diperlukan untuk memperjelas jalur kausal serta menguji efektivitas intervensi konseling. Tinjauan serupa di Asia Selatan juga menunjukkan keragaman bukti lintas konteks (Subramanee dkk., 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan telaah pustaka, pernikahan dini pada remaja dikaitkan dengan risiko depresi, kecemasan, stres, ketakutan, trauma, dan rendahnya harga diri, yang diperkuat oleh kekerasan dalam rumah tangga, tekanan ekonomi, isolasi sosial, dan putus sekolah. Ketidakmatangan emosi, sulitnya mengelola konflik, dan ketergantungan pada orang tua menunjukkan bahwa remaja pada umumnya belum memiliki kesiapan mental yang memadai untuk menjalankan peran pernikahan. Perspektif perkembangan memperkuat temuan ini karena identitas, regulasi emosi, dan kontrol keputusan masih berkembang

pada usia remaja. Namun, kesimpulan ini harus dibaca hati-hati karena dominasi studi potong lintang dan studi kualitatif berskala kecil.

Saran yang diajukan adalah: (1) bagi konselor dan pendidik, mengembangkan layanan informasi, bimbingan kelompok, dan konseling pranikah yang menempatkan kesiapan mental sebagai fokus; (2) bagi orang tua dan masyarakat, meningkatkan pemahaman tentang risiko pernikahan dini dan menyediakan dukungan bagi remaja yang sudah menikah; (3) bagi pembuat kebijakan, menegakkan batas usia perkawinan dan memperketat pemberian dispensasi kawin disertai layanan kesehatan mental yang terjangkau; dan (4) bagi peneliti, melakukan studi longitudinal dengan kelompok pembanding, melibatkan remaja laki-laki, dan menguji intervensi konseling yang sesuai dengan konteks budaya Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

Alfina, R., Akhyar, Z., & Matnuh, H. (2016). Implikasi psikologis pernikahan usia dini studi kasus di Kelurahan Karang Taruna Kecamatan Pelaihari Kabupaten Tanah Laut. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan, 6*(2), 1021–1032.

Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. Holt, Rinehart and Winston.

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist, 55*(5), 469–480.

Ayudiputri, Z. Z., Nur, A. A., Amanda, S., & Hanifa, F. F. (2024). Determinants of child marriage in Indonesia: A systematic review. *Journal of Community Medicine and Public Health Research, 5*(2), 216–227. https://doi.org/10.20473/jcmphr.v5i2.45777

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.

Burgess, R. A., Jeffery, M., Odero, S. A., Rose-Clarke, K., & Devakumar, D. (2022). Overlooked and unaddressed: A narrative review of mental health consequences of child marriages. *PLOS Global Public Health, 2*(1), e0000131. https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0000131

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11*(4), 227–268.

Destia, K. (2016). Tingkat stres pada remaja wanita yang menikah dini di Kecamatan Babakancikao Kabupaten Purwakarta. *Jurnal Ilmu Keperawatan, 2*(2).

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton.

Estu, B. (2025). Dampak pernikahan dini terhadap kesehatan mental perempuan: Systematic review. *Eudaimonia Journal Psychology, 2*(2).

Fitria, M., Laksono, A. D., Syahri, I. M., Wulandari, R. D., Matahari, R., & Astuti, Y. (2024). Education role in early marriage prevention: Evidence from Indonesia's rural areas. *BMC Public Health, 24*(1). https://doi.org/10.1186/s12889-024-20775-4

Fitriani, N. D., Etrawati, F., Rahmawaty, A., Fajar, N. A., & Aurasyiddin, J. K. (2024). Evaluasi dampak sosial dan psikologis pada pernikahan dini. *Health Information: Jurnal Penelitian, 16*(3), 366–380. https://doi.org/10.36990/hijp.v16i3.1605

Gelchu, S., & Wirtu, D. (2024). Effects of early marriage among women married before reaching 18 years old: A qualitative study. *Frontiers in Sociology, 9*, Article 1338732. https://doi.org/10.3389/fsoc.2024.1338732

Green, B. N., Johnson, C. D., & Adams, A. (2006). Writing narrative literature reviews for peer-reviewed journals: Secrets of the trade. *Journal of Chiropractic Medicine, 5*(3), 101–117. https://doi.org/10.1016/S0899-3467(07)60142-6

Habibi, A. (2023). Pernikahan dini dalam tinjauan hukum Islam dan psikologi. *Mitsaqan Ghalizan, 2*(1), 57–66. https://doi.org/10.33084/mg.v2i1.5276

Handayani, A., Yulianti, P. D., & Menarianti, I. (2025). Family life preparation: A qualitative study on females with marital readiness. *KnE Social Sciences, 10*(9), 523–534. https://doi.org/10.18502/kss.v10i9.18523

Herawati, I., Hoesni, S. M., Manap, J., & Khatib, N. A. M. (2023). A qualitative study: Exploring marital readiness among Generation Z. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences, 13*(12), 2562–2568. https://doi.org/10.6007/IJARBSS/v13-i12/20107

Jannah, R. N., & Halim, A. (2023). Edukasi pra nikah sebagai upaya pencegahan perceraian perspektif hukum Islam dan hukum positif. *Journal of Community Research and Engagement, 3*(1), 167–178. https://doi.org/10.37680/amalee.v3i1.1308

Jayawardana, D. (2022). Happily ever after? Mental health effects of early marriage in Indonesia. *Feminist Economics, 28*(4). https://doi.org/10.1080/13545701.2022.2079698

Kamal, A. (2024). Early marriage in the perspective of Islamic law: A case study in Indonesia. *Fitrah: Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Keislaman, 10*(1). https://doi.org/10.24952/fitrah.v10i1.11146

Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior, 43*(2), 207–222.

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, 11*(1). https://doi.org/10.21009/INSIGHT.111.02

Khairunnisa, F. S., & Abdullah, M. N. A. (2022). Dampak pernikahan dini terhadap potensi baby blues syndrom pada ibu muda di Kabupaten Bandung. *Jurnal Studi Masyarakat dan Pendidikan, 6*(1), 63–73. https://doi.org/10.29408/sosedu.v6i1.15101

Kidman, R. (2017). Child marriage and intimate partner violence: A comparative study of 34 countries. *International Journal of Epidemiology, 46*(2), 662–675.

Le Strat, Y., Dubertret, C., & Le Foll, B. (2011). Child marriage in the United States and its association with mental health in women. *Pediatrics, 128*(3), 524–530.

Lestari, D., & Jaelani, S. H. (2026). The psychological impact of early marriage on the mental health of young mothers. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati), 12*(9), 517–527. https://doi.org/10.33024/jkm.v12i9.28062

Mahkamah Agung Republik Indonesia. (2019). Peraturan Mahkamah Agung Nomor 5 Tahun 2019 tentang Pedoman Mengadili Permohonan Dispensasi Kawin.

Mangande, J., & Lahade, J. (2021). Kualitas pernikahan dan status kesehatan mental pada perempuan yang menikah usia dini. *Jurnal Keperawatan Jiwa, 9*(2), 293–310.

Minarni, M., Andayani, A., & Haryani, S. (2014). Gambaran dampak biologis dan psikologis remaja yang menikah dini di Desa Munding Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. *Jurnal Keperawatan Anak, 2*(2), 95–101.

Nafikadini, I., Insani, D. A., & Luthviatin, N. (2021). Bagaimanakah kesehatan mental remaja

etnis Madura yang menikah di usia dini? *Indonesian Journal for Health Sciences, 5*(1), 45. https://doi.org/10.24269/ijhs.v5i1.2731

Nhampoca, J. M., & Maritz, J. E. (2024). Early marriage, education and mental health: Experiences of adolescent girls in Mozambique. *Frontiers in Global Women's Health, 5*, Article 1341573. https://doi.org/10.3389/fgwh.2024.1341573

Ningrum, R. W. K., Astuti, D. A., & Anjarwati. (2023). The relationship between early marriage and mental health in adolescent girls in the KUA Ngemplak Yogyakarta. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education, 11*(2), 141–148. https://doi.org/10.20473/jpk.V11.I2.2023.141-148

Pradana, H., Prastika, S., Mudawamah, N., & Siswoko, R. Y. (2022). Kesejahteraan psikologis pada pasangan pernikahan dini di Kabupaten Blitar. *Al-Ihath: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, 2*(2), 99–107. https://doi.org/10.53915/jbki.v2i2.215

Purwaningtyas, F., Ristiani, E., Aisyah, Y., & Choirudin, M. (2022). Dampak psikologis pernikahan dini bagi perempuan. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa), 3*(2), 21–26. https://doi.org/10.38156/psikowipa.v3i2.83

Putri, N. T., & Pertiwi, R. E. (2024). Emotional maturity and marital readiness among marriage dispensation applicants. *Psychological Research and Intervention, 7*(1), 45–51. https://doi.org/10.21831/pri.v7i1.76857

Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. *Trends in Cognitive Sciences, 9*(2), 69–74.

Sukhera, J. (2022). Narrative reviews: Flexible, rigorous, and practical. *Journal of Graduate Medical Education, 14*(4), 414–417. https://doi.org/10.4300/JGME-D-22-00480.1

Syalis, E. R., & Nurwati, N. N. (2020). Analisis dampak pernikahan dini terhadap psikologis remaja. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial, 3*(1), 29. https://doi.org/10.24198/focus.v3i1.28192

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2022 tentang Tindak Pidana Kekerasan Seksual. https://peraturan.bpk.go.id/Details/207944/uu-no-12-tahun-2022

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2019 tentang Perubahan atas

Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan. https://peraturan.bpk.go.id/Details/122740/uu-no-16-tahun-2019

Wibowo, S. E. (2020). Dampak sosial dan psikologis pada pasangan pernikahan dini (studi kasus Desa Air Balui Kecamatan Kemuning Kabupaten Indragiri Hilir, Riau). *JIGC (Journal of Islamic Guidance and Counseling), 3*(2), 115–130. https://doi.org/10.30631/jigc.v3i2.36

World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. World Health Organization.

Zuhriyah, A., Ilzamil, U. A., & Balya, M. D. (2026). Faktor yang mempengaruhi kesiapan mental dalam pernikahan dini (studi kasus Desa Sukorejo, Kecamatan Sukowono, Kabupaten Jember). *Al-Hakim: Jurnal Hukum Islam, 6*(1).