
IBU REMAJA DAN MOTIVASI HIDUP DALAM MEMBANGUN KEBAHAGIAAN

Siti Rahmawati

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta

sitirhmawati2110@gmail.com

Abstract: Teenage mothers are women aged 15-20 years who are in the transition period from childhood to adulthood but are burdened with the responsibility of being a mother. This research was conducted with 9 informants consisting of 3 teenage mothers, 3 husbands and 3 mothers. The aim of the research was to determine the life motivation of teenage mothers in building happiness in Monta Tangga Village, Bima Regency. The research method used is descriptive qualitative which focuses on natural conditions, where the researcher is the main instrument, and the results of this qualitative research place more emphasis on the meaning of generalizations. Initial observations explain that teenage mothers have the potential to have high life motivation in building happiness through their husband's collaboration with the family environment. In conclusion, the role of husband and family can motivate the lives of teenage mothers in building happiness. Motivation is given by applying positive things to stabilize the emotions of teenage mothers so that the emotional stability of teenage mothers is expected to be able to make teenage mothers able to build happiness in the family.

Keywords: Teenage Mother, Life Motivation, Building Happiness

Abstrak: Ibu remaja merupakan perempuan dengan usia 15-20 tahun yang berada pada masa peralihan masa anak ke dewasa tetapi sudah diberatkan dengan tanggung jawab menjadi seorang ibu. Penelitian ini dilakukan kepada 9 informan yang terdiri dari 3 orang ibu remaja, 3 orang suami dan 3 orang Ibu. Tujuan dilakukannya penelitian untuk untuk mengetahui motivasi hidup ibu remaja dalam membangun kebahagian di Desa Monta Tangga, Kab.Bima. Metode penelitian yang digunakan yakni kualitatif deskriptif yang dimana berfokus pada kondisi alamiah,dimana peneliti sebagai instrument utama, serta hasil penelitian kualitatif ini lebih menekankan pada makna generalisasi. Observasi awal menjelaskan bahwa ibu remaja berpotensi memiliki motivasi hidup yang tinggi dalam membangun kebahagiaan melalui kerja sama suami dengan lingkungan keluarga. Kesimpulannya peran suami dan keluarga dapat memotivasi hidup ibu remaja dalam membangun kebahagiaan, motivasi diberikan dengan cara menerapkan hal-hal positif untuk menstabilkan emosi ibu remaja sehingga dari kestabilan emosi ibu remaja diharapkan mampu menjadikan ibu remaja mampu membangun kebahagian dalam keluarga.

Kata Kunci: Ibu Remaja, Motivasi Hidup, Membangun Kebahagiaan

PENDAHULUAN

Ibu remaja sebagai salah satu tonggak dalam rumah tangga setelah ayah, dalam usia yang rentan ini melakukan pernikahan tentu akan menimbulkan dampak-dampak baik dari segi fisik dan mental. Secara fisik, dimana ibu remaja itu belum memiliki kekuatan yang matang dalam proses persalinan sehingga bisa membahayakan dirinya (keadaan tulang pinggul yang masih kecil, Fika Zulfarina, Badaruddin 2023). Dan secara mental, ibu remaja akan mudah mengalami stress ketika meninggalkan keluarganya dan harus bertanggung jawab atas keluarganya sendiri yang dimana sudah mulai dihadapkan oleh kehidupan bekeluarga yang menuntut kesejahteraan dan kebahagiaan dalam aktor suami istri (Widyadhara and Putri 2021).

Ibu remaja merupakan perempuan dengan usia 15-20 tahun yang berada dalam masa peralihan dari anak ke dewasa tetapi diberatkan dengan tanggung jawab yang harus berperan sebagai orang tua (Khayun, Kurniawati, and Sulistyorini 2021). Ibu remaja merupakan masa transisi menjadi orang tua dalam hal ini menjadikannya berbeda dengan teman sebayanya, melewatkannya berbagai kegiatan yang menyenangkan dan serta tekanan dini yang masuk kedalam lingkup social budaya. Pernikahan usia anak di Indonesia, khususnya perempuan yang menikah sebelum usia 18 tahun tercatat sebesar 23% (Rad Cloud Dirgantoro Kesumojati 2022). Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwasanya angka pernikahan dibawah usia matang di Indonesia masih berada di angka yang tinggi, hal ini menjadi kendala orang tua muda dalam membangun kebahagiaan hidup dikarenakan usia yang belum matang tetapi sudah memutuskan untuk menikah sehingga diperlukannya motivasi hidup agar orang tua muda mampu menjalankan kehidupan berkeluarga.

Motivasi dalam kamus besar Bahasa Indonesia (KBBI) didefinisikan sebagai suatu dorongan yang terjadi dari individu seseorang secara sadar dalam melakukannya segala sesuatu dengan tujuan yang dituju. Selain itu dalam ilmu psikologi motivasi sebagai usaha yang dapat menyebabkan suatu kelompok atau individu bergerak dalam melakukan sesuatu untuk mencapai suatu tujuan

yang akan dituju untuk memperoleh kepuasannya sendiri (Iskandar 2022). Sehingga dapat dikatakan bahwa motivasi hidup yang dimana manusia harus melakukan segala sesuatu sesuai dengan apa yang sudah diperintahkan Allah dan menjauhi segala larangan Allah.

Motivasi hidup dalam perspektif Islam terdapat pada (QS.Ali Imran: 139). “Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman” (Huda 2016). Berdasarkan penjelasan diatas motivasi hidup sangat diperlukan dalam diri individu sebagai salah satu jalan untuk menuju sesuatu yang diingkan, sama halnya dengan seorang ibu remaja yang membutuhkan motivasi hidup dalam menjalankan kehidupan berkeluarga sehingga terciptanya kebahagiaan.

Teori Kebahagiaan Dasar Easterlin menjelaskan adanya Set Point Theory dalam psikologi. Keberadaan dari set point atau tingkat kebahagiaan akan dipengaruhi oleh berbagai peristiwa kehidupan misalnya pernikahan, kehilangan pekerjaan dan kecelakaan. Veenhoven membagi teori kebahagiaan menjadi tiga bagian juga yaitu set point theory, cognitive theory dan affective theory. Dalam set-point theory, kebahagiaan merupakan sesuatu yang sudah diprogram oleh seseorang dan tidak berkaitan dengan bagaimana hidup seseorang. Kebahagiaan dipengaruhi oleh sifat atau karakter (personal trait), genetika dan budaya. Orang akan berupaya untuk mempertahankan tingkat kebahagiaan yang nyaman baginya (comfortable level). Dalam teori kognitif, kebahagiaan adalah produk dari pemikiran dan refleksi manusia atas perbedaan antara persepsi kehidupan yang sebenarnya dan seharusnya dimiliki. Kebahagiaan tidak dapat dihitung tetapi dapat diketahui. Dalam teori afektif, kebahagiaan adalah refleksi manusia tentang seberapa baik kehidupannya secara umum (Harumi and Bachtiar 2022).

Pentingnya penelitian ini terletak pada kemampuan menjelaskan motivasi hidup dalam membangun suatu kebahagiaan. Misalnya, Karyn menjelaskan bahwa kebahagiaan dan motivasi secara simultan atau bersama-sama berpengaruh positif dan signifikan terhadap segala prestasi yang

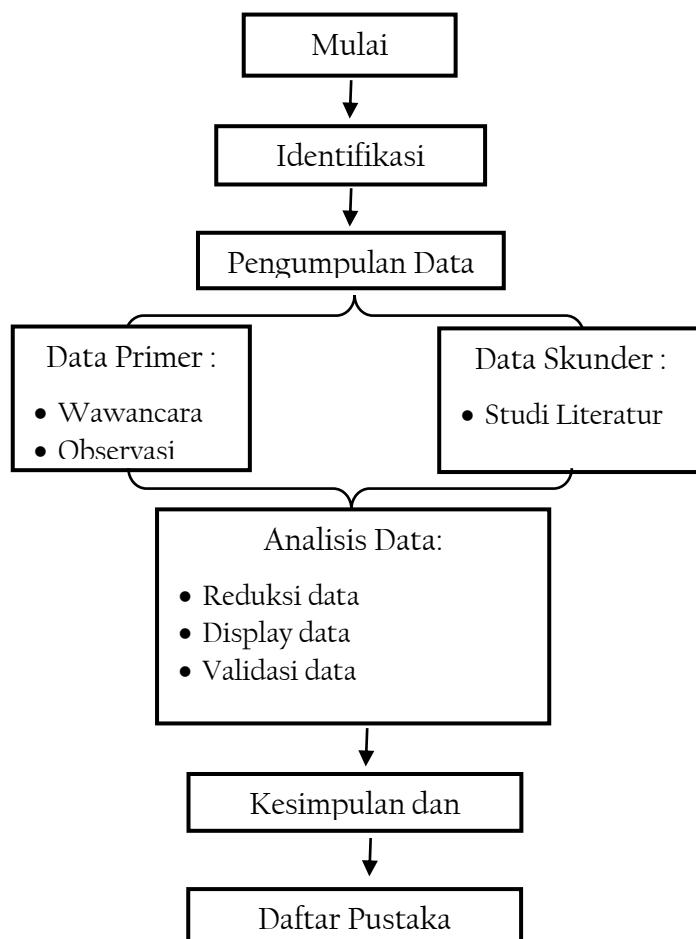
diusahakan begitupun dengan kebahagiaan hidup apabila dilandasi dengan motivasi tentu menghasilkan hasil yang positif (Pangarungan et al. 2023). Ratna Wulan, menjelaskan bahwa motivasi yang diberikan oleh orang tentu menjadi peranan penting dalam memberikan semangat single mother dalam menciptakan kebahagian sehingga terciptanya keluarga yang utuh (Wulan 2020). Budi Kramadiprata, menjelaskan bahwasanya motivasi dapat diberikan melalui berbagai bentuk dalam menciptakan kebahagiaan, seperti pemberian bonus dalam tatanan pekerjaan yang membuat setiap karyawan termotivasi untuk bersemangat dalam bekerja tentu hal itu menjadi sumber kebahagiaan (Kramadibrata 2019). Terlepas dari banyaknya literature mengenai motivasi hidup dalam membangun kebahagiaan, tujuan peneliti ini ingin mengetahui lebih jauh mengenai motivasi hidup dalam membangun kebahagiaan terlebih bagi ibu remaja.

Pada saat ini yang menjadi tantangan dalam penerapan motivasi hidup untuk membangun kebahagian bagi ibu remaja datang dari diri sendiri dan lingkungan keluarga. Diri sendiri menjadi faktor utama dalam meraih kebahagian hidup dimana sebagai ibu remaja yang dihadapkan dengan berbagai tantangan baru seperti harus menjadi ibu untuk anaknya dan istri untuk suaminya, akan tetapi masih ada ibu remaja yang belum siap menjadi ibu dan menjadi seorang istri. Karena belum adanya kesiapan diri sendiri maka munculah peran keluarga yang dianggap mampu menjadi jembatan ibu remaja dalam menjalani kehidupan sebagai seorang ibu dan seorang istri.

Berdasarkan hasil observasi awal yang sudah dilakukan oleh peneliti terhadap 3 ibu remaja di Desa Tangga Monta, Kab.Bima berpotensi memiliki motivasi hidup yang tinggi dalam membangun kebahagiaan melalui kerja sama suami dengan lingkungan keluarga. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu setiap ibu remaja dalam menjalankan kehidupan baru dan mampu menciptakan kebahagiaan hidup dalam berumah tangga.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif yang dimana berfokus pada kondisi alamiah, yang dimana peneliti sebagai instrument utama, serta hasil penelitian kualitatif ini lebih menekankan pada makna generalisasi. Hal ini dipengaruhi oleh pengmatan proses yang menciptakan hubungan antara bagian yang diteliti menjadi lebih jelas. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui motivasi hidup dalam membangun kebahagiaan ibu remaja di Desa Tangga Monta, Kab.Bima. Adapun alur penelitiannya sebagai berikut ;



Digram Penelitian.

Dapat dilihat dari diagram penelitian diatas merupakan langkah-langkah yang dilakukan peneliti untuk melakukan penelitian di lokasi sehingga mendapatkan hasil yang valid sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti

oleh peneliti. Adanya diagram ini diharapkan peneliti mampu melakukan penelitian sesuai dengan kaidah penelitian yakni terstruktur.

Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan 3 metode, yaitu sebagai berikut : 1) Observasi, pengamatan ini dilakukan berdasarkan pengamatan individu serta mencatat kegiatan dan peristiwa dalam situasi kehidupan yang nyata; Adhandayani 2020) 2) Wawancara, dalam penelitian ini peneliti menggunakan wawancara terstruktur dimana pihak yang diwawancara dimintai penejelasan mengenai data penelitian yang ingin diteliti; 3) Pengumpulan informasi berbentuk fakta ataupun data yang digunakan peneliti seperti dokumentasi, gambaran, serta karaya penulis lain. Setelah data dikumpulkan, dilanjutkan dengan melakukan analisis data yang sudah didapatkan yang dimana dilakukan dengan 3 tahapan yakni; reduksi data, penyajian data dan validasi data. Dan tahap terakhir dilakukan penarikan kesimpulan dan saran oleh peneliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti kepada 9 orang informan yaitu 3 orang ibu remaja (16-19 tahun), 3 orang suami (18-22 tahun) dan 3 orang tua (Ibu). Berikut peneliti memaparkan hasil wawancara yang sudah dilakukan terhadap masing-masing informan.

Wawancara dengan informan TP (16 tahun) dan IB (20 tahun), mereka mengungkapkan menjadi ibu remaja harus menyiapkan segalanya dengan matang, baik dari fisik, emosi, dan mental dan harus ada peran keluarga didalamnya. PA (Ibu/47 Tahun) mengungkapkan bahwa pernikahan anak-anaknya tersebut tidak jauh dari pantauan mereka sebagai keluarga. Hal ini sebagaimana dengan kutipan wawancara bersama TP dan IB berikut.

“Saya awalnya merasa takut untuk menikah di usia dini, karena belum siap menghadapi tanggung jawab yang besar akan tetapi orang tua saya memperbolehkan menikah diusia dini untuk mencegah terjadinya zina. Setahun menikah saya memiliki anak, dan disaat itu saya merasa tidak mampu untuk melanjutkan pernikahan karena banyak tuntutan yang saya dapatkan.” Ungkap TP

“Pada awal pernikahan juga saya merasa sangat tertekan, karena setelah menikah banyak hal yang harus dipersiapkan dan setelah memiliki anak saya merasa tidak sanggup untuk membiayai istri dan anak karena tidak memiliki penghasilan yang tetap dan mencari pekerjaan juga susah.”

Ungkap IB

Permasalah tersebut dibenarkan oleh PA bahwasanya awal pernikahan anak-anak mereka memiliki banyak sekali problematika, mulai dari TP merasa takut dan gagal menjadi istri serta seorang ibu karena usia yang masih cukup muda sudah dibebankan dengan tanggung jawab dan IB merasa tidak sanggup untuk meanjutkan pernikahan dikarenakan masalah ekonomi dan susahnya mencari pekerjaan untuk menafkahi istri dan anaknya.

Selanjutnya peneliti menanyakan bagaimana cara mereka memotivasi hidup terlebih untuk ibu remaja dalam memciptakan kebahagiaan, hasil wawancara sebagai berikut ;

“Ibu selalu menginatkan saya bahwa pernikahan bukanlah suatu hal yang bisa dipermainkan, ibu selalu mengajarkan setiap masalah dalam rumah tangga harus bisa diselesaikan secara bersama-sama dan tidak mengambil keputusan sendiri. Ketika saya memiliki anak dan saya sebagai seorang ibu, saya berfikir saya harus mampu menjadi ibu yang baik untuk anak saya meskipun umur saya yang masih kecil. Saya selalu mengikuti kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan cara mengurus anak, menjaga keluarga dll sehingga hal-hal itulah yang menjadikan saya mampu bertahan dalam pernikahan dan menciptakan keluarga yang bahagia”

“Melihat perjuangan istri dalam mempertahankan rumah tangga menjadikan saya semangat dalam mengusahakan apapun untuk istri dan anak, dan sesekali saya sebagai suami membantu memberi motivasi kepada istri bahwa kami mampu menjalankan kehidupan yang bahagia mespiku diusia yang masih muda.”

Sebagai seorang keluarga, PA juga menjadi penyemangat dan guru untuk anak-anaknya dalam menjalankan kehidupan berkeluarga. Dan yang lebih penting PA sangat memberi motivasi kepada TP yang dimana dia menjadi seorang ibu diusianya yang remaja, PA menjelaskan menjadi ibu remaja bukan hal yang buruk jika dikelilingin oleh orang-orang yang mampu dan paham terhadap perkembangan ibu remaja.

Informan lainnya, SS (18 tahun) dan RN (21 tahun). Mereka mengungkapkan bahwa menjadi seorang ibu remaja memerlukan lingkungan yang positif, sehingga emosi dan mental ibu remaja mampu terjaga dan menghasilkan kebahagian dalam hidupnya. GS (Ibu/49 tahun) mengatakan pernikahan yang terlalu muda menjadi pantauan mereka, sebagai orang tua menginginkan yang terbaik untuk anaknya terlebih dalam pernikahan/berkeluarga. Berikut hasil wawancara dengan informan SS dan RN.

“Menikah diusia muda bukan menjadi penghalang kebahagian dalam berkeluarga, akan tetapi banyak sekali ketakutan-ketakutan yang saya rasakan. Salah satunya ketika saya menjadi Ibu, dimana pemahaman menjadi seorang ibu yang baik masih kurang disitu saya sangat takut gagal menjadi seorang ibu. Selain menjadi seorang ibu, saya harus menjadi seorang istri untuk suami saya, tuntutan tersebut datang bersamaan dan menjadikan saya down dan sempat ingin menyerah.” Ungkap SS

“Saya sebagai seorang suami tahu betul ketakutan-ketakutan yang dirasakan istri, hal tersebut juga saya rasakan pada saat saya menjadi ayah, ada rasa takut dan gagal menjadi seorang ayah. menjadi seorang suami, tentu hal itu tidak saya saimpaikan kepada istri, melainkan saya menguatkan istri bahwa dia mampu dan bisa menjadi istri sekaligus ibu untuk anak kami.” Ungkap RN

Permasalahan itu dibenarkan oleh GS, dimana pernikahan anak-anak mereka memiliki banyak ketakutan pada awal pernikahan. GS paham betul bahwa menjadi seorang ibu di usia remaja tidaklah mudah oleh karenanya GS sebagai keluarga sekaligus Ibu selalu menjadi pendengar dan garda terdepan untuk anak-anaknya, sehingga mampu mempertahankan rumah tangga dan menciptakan kebahagiaan.

Selanjutnya peneliti bertanya mengenai bagaimana cara pasangan ini mampu memotivasi hidup dalam membangun kebahagian terlebih untuk ibu remaja, berikut hasil wawancara :

“Menjadi seorang ibu remaja memang gampang, tetapi saya percaya bahwa saya bisa jika saya ingin dan mau untuk belajar. Dilingkungan desa tempat saya tinggal selalu ada pelayanan sosialisasi yang beritakan dengan parenting atau pola asuh orang tua terhadap anaknya. Selain itu juga, orang tua selalu mendukung dan membantu saya dalam

memainkan peran sebagai seorang ibu remaja. Hal ini yang memotivasi saya terus untuk belajar sehingga mampu menciptakan kebahagiaan hidup.”
Ungkap SS

“Usia yang memang muda ini dimana emosional masih labil mengajarkan saya bahwa harus mampu menguasai diri agar tidak terbawa arus emosi. Begitupun dengan istri saya, saya sangat menjaga sekali emosinya karena menjadi seorang ibu remaja dan istri diwaktu yang bersamaa tidaklah mudah. Dalam hal ini juga tidak lepas dari bimbingan orang tua yang selalu menasehati dan mengajarkan menjadi ibu dan ayah yang baik untuk anak-anaknya.” Ungkap RN

Sebagai seorang ibu GS selalu mengingatkan anak-ananya untuk tetap saling menjaga komunikasi satu sama lain sehingga tidak terjadinya miskomunikasi dalam menjalankan kehidupan. Dalam memotivasi ibu remaja, GS selalu memberikan dan mengajarkan hal-hal positif kepada SS, kearena usia yang masih muda dan tentu emosi yang masih menggebu-gebu ini membuat GS sangat berhati-hati dalam menyiapkan sesuatu baik itu masukan ataupun kritikan dalam menjalankan kehidupan sehingga diharapkan mampu menciptakan kebahagiaan bagi ibu remaja.

Informan terakhir, JL (19 tahun) dan AZ (22 tahun). Mereka menejalskan bahwasanya menjadi seorang ibu remaja memiliki banyak tantangan seperti harus menjadi seorang ibu di usia bermainnya, dan belum stabilnya emosi. FD (Ibu/45 tahun) mengakatan pernikahan mereka sebagai pr keluarga dalam membimbing, mengajar dan mengarahkan ke hal-hal positif. Berikut hasil wawancara terhadap informan JL dan AZ.

“Menjalani pernikahan diusia yang sangat muda ada saja tantangannya, salah satunya pada saat saya menjadi seorang ibu, pengetahuan cara mengasuh anak yang masih minim membuat saya hampir menyerah bahkan saya tidak mau menyentuk anak saya selama tiga hari. Hal itu yang membuat saya merasa sedih menjadi seorang ibu remaja.
Ungkap JL

“Pertama menjadi seorang ibu dan ayah kami sama-sama memiliki emosi yang tinggi, akan tetapi melihat istri yang tertekan saya berusaha mengendalikan emosi dengan tujuan mampu memberikan ketenangan kepada istri saya. Saya memberikan penjelasan bahwasanya dia tidak sendiri dalam mengurus anak, ada saya selaku suami dan keluarga yang lain akan selalu membantu dia. Peran keluarga juga sangat penting menurut

saya, karena mereka lebih dulu faham mengenai perkembangan dan membangun hubungan dalam rumah tangga.” Ungkap AZ

Problematika tersebut dibenarkan oleh BR yang merupakan keluarga sekaligus ibu. Pada awal menjadi seorang ibu JL hampir menyerah dalam mengurus anak, dia beranggapan bahwa tidak dapat menjadi ibu yang baik, JL sempat tidak menyentuh anaknya karena merasa muak terhadap anak yang selalu rewel, sebagai ibu BR menjelaskan bahwa JL bisa menjadi seorang ibu yang baik meski usiannya sangat muda.

Terakhir peneliti bertanya tentang bagaimana cara mereka mampu memotivasi hidup dalam membangun kebahagiaan wabil khusus ibu remaja, berikut hasil wawancara :

“selama saya menjadi ibu remaja ini banyak sekali hal-hal yang tidak pernah saya bayangkan akan terjadi jika saya menikah muda. Akan tetapi banyaknya dukungan dari suami dan keluarga menjadikan saya mau mencoba untuk mengatasi emosi dan belajar lebih banyak lagi terkait pola pengasuhan anak. Saya biasa mengikuti kelas-kelas online cara parenting dan mengikuti sosialisasi di posyandu” Ungkap JL

“selelah menjadi ibu peningkatan emosi istri saya lebih tinggi, terkadang saya kasihan dan kadang juga kesal. Akan tetapi nasihat dari ibu bahwa istri dalam keadaan seperti itu sangat wajar. Karena memiliki anak kecil dan diusianya remaja yang menjadikannya semakin sulit untuk mengontrol emosi. Jadi saya sebagai suami memberikan semangat dan motivasi bahwa dalam rumah tangga ini dijalankan secara sama-sama.”

Seorang ibu FD memberikan motivasi kepada anak-anaknya bahwa kehidupan berkeluarga harus ada kerjasama antara keduanya sehingga dengan begitu kebahagiaan akan terukir didalamnya. FD juga seringkali membantu JL dalam merawat dan membesarkan anaknya, membeberikan contoh dan cara pengasuhan anak yang baik, sehingga JL dalam masa menjadi ibu remaja merasakan kebahagiaan.

Berdasarkan hasil penelitian motivasi hidup dalam membangun kebahagiaan ibu remaja yang sudah dilakukan peneliti kepada informan. Dalam penelitian ini, dimana setiap informan menjelaskan bahwa menikah diusia muda atau pernikahan dini harus menyiapkan berbagai persiapan seperti

fisik, kestabilan emosi, dan mental. Menyikapi hal tersebut peneliti memberikan penjelasan bahwa menjaga kestabilan emosi ibu remaja dimulai dari suami dan keluarga. Oleh sebab itu, peneliti memberi saran agar suami dan keluarga membantu ibu remaja dalam memotivasi hidupnya sehingga mampu membangun kebahagian dalam berumah tangga.

Pembahasan

Kestabilan Emosi

Emosi merupakan suatu hal yang mengacu pada perasaan serta pikiran yang memiliki ciri khas atau afeksi yang muncul dalam diri individu sebagai suatu hasil dari persepsi terhadap perubahan-perubahan yang terjadi dalam tubuhnya ketika menghadapi situasi tertentu. Perubahan yang sangat kompleks dilakukan oleh sistem saraf individu terhadap rangsangan eksternal atau internal (Sukatin, Indah Purnama Kharisma, and Galuh Safitri 2023). Pada dasarnya emosi ini merujuk kepada psikologi atau perasaan yang terjadi dalam diri individu. Emosi melibatkan berbagai perasaan yang dapat berubah dari positif hingga negatif, tetapi tidak terbatas pada kegembiraan, sedih marah, takut, cemburu, kagum dan cinta. Emosi pada umumnya akan selalu berubah ubah sesuai dengan keadaan individu itu sendiri. Perubahan emosi ini bisa mempengaruhi perilaku dan aktivitas seseorang hingga untuk menangani emosi membutuhkan kestabilan emosi.

Kestabilan Emosi merupakan keadaan emosi seseorang yang stabil dalam menyesuaikan dirinya dengan lingungan untuk mencapai kesejahteraan dan kenyamanan atas dirinya. Menurut Stephen P. Robbins, dimana kestabilan emosi sebagai bentuk tidak berebih-lebihannya dalam mengungkapkan emosi karena emosi yang diungkapkan secara berlebihan membahayakan kesehatan fisik dan psikis manusia (Asiva Noor Rachmayani 2015). Kestabilan emosi sangat mempengaruhi perilaku individu dalam kehidupannya. Kestabilan emosi yang baik banyak membawa manfaat dan begitupun sebaliknya. Individu yang memiliki kestabilan emosi cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah, kesejahteraan lebih produktif, mampu mengatasi masalah dengan baik dan

memiliki kemampuan yang baik dalam mengambil keputusan. Sedangkan kestabilan emosi yang rendah pada individu dapat mengganggu fokus, motivasi dan kemampuan seseorang dalam mengatasi tantangan (Ahmad 2022). Hal ini dapat menghambat pencapaian tujuan dan potensi individu. Manusia yang hidup dalam keadaan sosial sangat membutuhkan kestabilan emosi dengan melakukan refleksi terhadap setiap masalah yang dihadapi.

Adapun indikator kestabilan emosi antara lain: (1) Bersikap tenang, yang dimana individu memiliki kestabilan emosi cenderung menunjukkan ikap yang tenang dalam berbagai keadaan. Biasanya individu ini mengendalikan reaksi emosional mereka dan tidak gampang terpancing oleh tekanan, mereka mampu menjaga dan menghadapi konflik dengan tenang; (2) Santai, Individu mampu mempertahankan suasana hati dalam kehidupannya dimana individu itu tidak mudah gelisah, tegang atau cemas secara berlebihan; (3) Nyaman dengan lingkungan sekitar, individu stabil secara emosi mereka nyaman dan dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitar, mereka tidak merasa cepat terganggu oleh perubahan situasi lingkungan (Nurul Namira Zahara and Wisnusakti 2022). Indikator-indikator ini dapat membantu memperlihatkan suatu kemampuan individu dalam mengelola dan mengendalikan emosi secara efektif.

Bila kestabilan emosi terwujud pada masing-masing ibu remaja maka dalam menjalankan kehidupan berumah tangga dan membangun kebahagiaan semakin mudah untuk dicapai. Disamping itu juga seorang suami dan keluarga harus berusaha menciptakan lingkungan yang tenang sehingga ibu remaja mampu mengontrol dirinya dengan baik dalam menghadapi situasi apapun.

Peran Suami dan Keluarga dalam Memotivasi Ibu Remaja

Peran Suami

Suami mempunyai peranan besar dalam menjaga keutuhan keluarganya salah satunya bertanggung jawab atas istrinya, bagaimana seorang suami itu mampu membimbing kepada kebaikan. Hal tersebut senada dengan firman Allah bahwa seorang laki-laki adalah pemimpin bagi perempuan, dimana laki-

laki berperan sebagai seorang suami dan perempuan sebagai seorang istri (Q.S An-Nisa' 34), kemudian setelah menjadi pemimpin seorang suami mampu memberi teladan yang baik bagi keluarga seperti memberikan contoh-contoh ucapan serta perilaku yang baik, serta mengajak kepada kebaikan dan menghindari kejelekaan yang akan merusak keluarga, sebagaimana perintah Allah bahwa salah satu tanggung jawab seorang suami adalah menjaga istrinya dan keluarganya dari siksa neraka (Q.S At-tahrim' 6, Azis 2018).

Adapun upaya yang dilakukan oleh seorang suami dalam membentuk keluarga, sebagai berikut;

1. Sebagai pemimpin

Untuk mewujudkan keinginan dalam membentuk keluarga, suami berusaha menjadikan suasana dalam keluarga bahagian dan tentaram lahir batin, yang ditunjukkan dengan sikapnya:

a. Selalu berusaha melindungi keluarga

Beberapa ahli menjelaskan bahwa salah satu wajiban dari seorang suami terhadap istri dan anak-anaknya yakni melindungi mereka dengan memberikan nafkah untuk mereka. Sejalan dengan itu Ibnu Rusd dalam kitabanya bahwa imam Malik mengatakan suami wajib memberi nafkah kepada istri apabila seorang suami telah menggauli istinya.

b. Mencari sandang dan pangan dan papan bagi keuarga

Kebutuhan ini menjadi kebutuhan lahiriah yang menjadi tugas seorang suami sebagai pemimpin dalam keluarganya. Permasalahan cukup atau tidaknya kebutuhan ini kembali kepada pelakunya apannya disyukuri atau tidak. Rasa syukur merupakan salah satu konsep dimana mampu mensyukuri segala sesuatu yang didapatkan.

c. Memberikan kelonggaran atau kesempatan pada istri dan anak untuk melakukan kebaikan

Manusia diciptakan sebagai makhluk sosial yang saling membutuhkan satu sama lain dan berinteraksi dengan yang lainnya sebagai fitrah.

d. Tidak menyakiti anak serta istri

Dalam membangun keluarga tentu ada masalah didalamnya, baik itu masalah kecil ataupun besar. Diharapkan setiap anggota keluarga mampu menyelesaikan permasalahan dengan baik tanpa ada menyakiti satu sama lain.

2. Sebagai Teladan

Keutuhan serta kesuksesan dalam berumah tangga akan menjadi cerminan bagi anak-anak yang dilahirkan, oleh sebab itu suami memberikan teladan bagi istri dan anak sebagai hal yang sangat penting dalam keluarga.

- a. Memperlakukan istri dengan baik
- b. Menggerjakan urusan yang penting
- c. Sebagai penanggung jawab
 - 1) Tanggung jawab terhadap Allah
 - 2) Tanggung jawab terhadap keluarga
 - 3) Tanggung jawab terhadap profesi

Dilihat dari pemaparan diatas bahwasanya sebagai seorang pemimpin, suami tidak dipandang dari usia baik itu muda ataupun tua. Apabila seorang laki-laki sudah melaksanakan Ijab Qobul maka sah dikatakan sebagai seorang suami. Dilihat dari fungsinya, suami berperan penting dalam memimpin serta sebagai teladan keluarga dengan mencukupi segala kebutuhan anak dan istri, mampu melindungi, memperlakukan istri dengan baik dan sebagai penanggung jawab dalam rumah tangga.

Ibu remaja yang usianya masih usia bermain akan tetapi dihadapkan dengan peran ibu dan istri tentu menjadi hal yang sangat susah untuk diterima dimana tingkat emosi yang masih belum stabil menjadikan ibu remaja gampang stres. Sehingga diperlukannya peran suami dalam memotivasi ibu remaja dengan cara menyeimbangkan emosinya dengan kata-kata serta perlakuan positif. Seperti yang dijelaskan diatas dimana seorang suami mampu memperlakukan istrinya dengan baik, memotivasi ibu remaja tidak hanya diucapkan melalui kata-kata akan tetapi bisa dilakukan dengan pemberian tindakan yang membuat ibu remaja itu merasa disayangi dan dikasihi tentu hal

ini akan menjadi motivasi bagi ibu remaja untuk membangun kebahagian dalam hidupnya.

Peran Keluarga

Motivasi merupakan hal yang penting dalam kehidupan seseorang bertujuan untuk menggerakkan seseorang agar timbul keinginan serta kemauannya untuk melakukan sesuai sehingga dapat memperoleh hasil atau mencapai tujuan tertentu.

Keluarga pada hakikatnya terdiri atas ayah, ibu dan anak. Keluarga merupakan lingkungan pertama bagi anak, dalam lingkungan keluarga inilah seorang anak mendapatkan pengaruh karena keluarga merupakan lembaga pendidikan tertua yang bersifat informal. Keluarga bertanggung jawab atas anak-anaknya dimana memelihara serta membesarkan, melindunginya serta menjamin kesehertannya dan mendidik dengan berbagai ilmu (Hairiyah and Arifin 2020).

Pernan keluarga meliputi tiga hal, yakni; sebagai proses sosialisasi, sebagai pertumbuhan afeksi, dan sebagai proses pembentukan status ;

a. Keluarga sebagai proses sosialisasi,(Awlaa 2017)

- 1) Pengenalan dan pengembangan sikap sosial awal, melalui hubungan dengan orang tua serta saudara-saudaranya yang kemungkinan berkembang melalui pergaulan dengan anak-anak sektarnya.
- 2) Belajar memegang peran, anak sejak kecil diajarkan bahwa sesama manusia adalah sama dan saling membutuhkan.
- 3) Bimbingan awal kepribadian, keluarga harus memberikan pengalaman yang positif terhadap perkebambangan anak sebagai makluk individu, sosial maupun beragama.

b. Keluarga sebagai pertumbuhan afeksi,

- 1) Memenuhi kebutuhan masa kanank-kanan seperti rasa aman, kasih sayang, penghargaan, rasa kebebasan, sukses dan bimbingan. Contohnya, disaat anak merasa kedinginan sebaiknya seorang ibu

memeluknya, karena dengan pelukan itu memberikan rasa kasih sayang yang melimpah.

2) Keadilan dalam kasih sayang, tidak adanya pembeda antara anak seperti kakak dan adik.

c. Keluarga sebagai proses pembentukan status,

- 1) Pembentukan akhlak, akhlak menjadi permasalahan yang paling kursial, karena kerusakan akhlak seseorang akan menjadi pengganggu ketentraman sesamanya.
- 2) Menjadikan mandiri, keluarga memiliki tugas untuk menjadikannya anak tersebut mandiri, karena dalam hidup anak tidak selamanya bergantung kepada orang tua.
- 3) Mempersiapkan anak menjadi anggota masyarakat, keluarga dapat membimbing anaknya dengan menyekolahkannya sehingga anak tersebut mampu berfaat untuk lingkungan dan masyarakat sekitarnya.

Dari penjelasan diatas bahwa keluarga menjadi pihak paling dekat dengan anak-anaknya terutama dalam hal membimbing. Pernikahan yang dilakukan oleh pasangan yang usianya masih sangat muda (dibawah umur) tentu tidak lepas dari pengawasan serta bimbingan keluarga, terutama seorang ibu yang memiliki peranan penting dalam membimbing anak perempuannya yang tentu menjadi seorang ibu remaja. Sebagai seorang ibu yang sudah memiliki banyak pengalaman dalam menjalani kehidupan berkeluarga menjadi pr untuk membantu dan membimbing ibu remaja dalam menjalankan statusnya sebagai seorang ibu dan istri, karena ada keterlibat seorang ibu yang faham akan permasalahan yang dialami, tentu ibu remaja akan merasa ringan dalam menjalani kehidupan karena hal tersebut yang menjadi motivasi ibu remaja dalam membangun kebahagiaan.

KESIMPULAN

Peran suami dan keluarga dapat memotivasi hidup ibu remaja dalam membangun kebahagiaan. Berdasarkan hasil penelitian, seluruh informan menjelaskan bahwasanya dalam menumbuhkan motivasi hidup ibu remaja ada

keterlibatan antara suami dan keluarga (ibu) yang dimana melakukan atau memberikan hal-hal positif. Hal-hal positif diberikan oleh suami contohnya seperti menjalankan semua kewajibannya sebagai suami seperti memberi nafkah, menjaga dan memperlakukan istri dengan baik begitu juga dengan keluarga mampu membinggmbing ibu remaja jalan menjalankan kehidupannya terutama dalam menghadapi fase ibu remaja. Pemberian hal-hal positif juga berpengaruh terhadap kestabilan emosi ibu remaja, yang dimana apabila ibu remaja mampu menjaga kestabilan emosinya tentu pada saat menjalani kehidupan berkeluarga mampu menciptakan dan membangun kebahagiaan.

Penelitian ini diharapakan nantinya dapat dijadikan sebagai penambahan refensi atau tinajun pustaka bagi para peneliti yang hendak melakukan penelitian mengenai ibu remaja dan motivasi dalam membangun kebahagiaan. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi pedoman bagi keluar muda khususnya Desa Tangga Monta, Kab.Bima.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhandayani, Amalia. 2020. “Modul Metode Penelitian 2 (Kualitatif)” 2 (Psi 309).
- Ahmad, Hariadi. 2022. “Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menegah Pertama.” *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 6 (2). <https://doi.org/10.33394/realita.v6i2.4495>.
- Asiva Noor Rachmayani. 2015. “Emosi Dan Suasana Hati,” 6.
- Awlaa, Syahriyatul. 2017. “Peran Keluarga (Nuclear Family Dan Extended Family) Dalam Pengembangan Literasi Dini Anak Di Paud Surabaya.” *Journal Dinamika Pendidikan* 53 (9): 1689–99.
- Azis, Mohamad Abdul. 2018. “Peran Suami Dalam Membentuk Keluarga Sakinah.” *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 15 (2): 66–78.
- Fika Zulfarina, Badaruddin, Hadrina...dkk. 2023. “Pernikahan Dini Dan Kerentanan Rumah Tangga (Studi Kasus Di Desa Ujung Kubu Kecamatan Tanjung Tiram Kabupaten Batu Bara).” <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.5007>.
- Hairiyah, Siti, and Siful Arifin. 2020. “Peran Keluarga Dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar Anak Sejak Dini.” *Jurnal Kariman* 8 (02): 279–94. <https://doi.org/10.52185/kariman.v8i02.150>.
- Harumi, Wise, and Nasri Bachtiar. 2022. “Potret Kebahagiaan Negara-Negara Di Dunia.” *Bappenas Working Papers* 5 (2). <https://doi.org/10.47266/bwp.v5i2.166>.

- Huda, Nur. 2016. "Konsep Percaya Diri Dalam Al - Qur'an Sebagai Pembentukan Karakter Bangsa." *Inovatif* 2 (2): 65–90. <http://jurnal.iaih.ac.id/index.php/inovatif/article/view/57>.
- Iskandar, Topan. 2022. "Pendidikan Tauhid Terhadap Motivasi Hidup Dalam Perspektif Alquran." *Reflektika* 17 (2): 397–412.
- Khayun, Q R, D Kurniawati, and L Sulistyorini. 2021. "Gambaran Dukungan Keluarga Pada Peran Ibu Remaja Di Kecamatan Sukowono-Jember." *Pustaka Kesehatan* 9 (3): 143–50. <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JPK/article/view/10523%0Ahttps://jurnal.unej.ac.id/index.php/JPK/article/download/10523/10264>.
- Kramadibrata, Budi. 2019. "Penerapan ESOP Sebagai Bonus Untuk Meningkatkan Motivasi Dan Kinerja Karyawan (Studi Kasus Pada Perusahaan XYZ)." *Biopsikososial* 3 (2).
- Nurul Namira Zahara, and Khrisna Wisnusakti. 2022. "Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Kestabilan Emosi Pada Anak Usia Remaja." *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences* 1 (3): 85–93. <https://doi.org/10.53801/oajhs.v1i3.10>.
- Pangarungan, Karyn CL, Olivia S Nelwan, Genita G Lumintang, and Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis. 2023. "Pengaruh Locus of Control, Kebahagiaan Dan Motivasi Terhadap Prestasi Kerja Karyawan Airnav Indonesia Cabang Manado the Effect of Locus of Control, Happiness and Motivation on Work Performance of Employees of Airnav Indonesia Manado Branch." *Jurnal EMBA* 11 (3): 523–34.
- Rad Cloud Dirgantoro Kesumojati. 2022. "ANALISIS YURIDIS PERKAWINAN USIA ANAK DI INDONESIA DITINJAU DARI HUKUM ISLAM DAN UNDANG-UNDANG PERKAWINAN" 16 (1): 1–23.
- Sukatin, Indah Purnama Kharisma, and Galuh Safitri. 2023. "Efikasi Diri Dan Kestabilan Emosi Pada Prestasi Belajar." *Educational Leadership: Jurnal Manajemen Pendidikan* 3 (1): 28–39. <https://doi.org/10.24252/edu.v3i1.39695>.
- Widyadhara, Azarine Pandita, and Tasya Meilani Putri. 2021. "Pengaruh Pernikahan Dini Terhadap Kesehatan Mental Dan Fisik: Sistematik Review." *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat* 13 (4): 198–205. <https://doi.org/10.52022/jikm.v13i4.79>.
- Wulan, Ratna. 2020. "Motivasi Belajar Singel Mother Terhadap Anak Di Masa Pandemi Di Dusun Bukit Teungku." *Jurnal Review Pendidikan Dasar: Jurnal Kajian Pendidikan Dan Hasil Penelitian* 6 (2): 174–78. <https://doi.org/10.26740/jrpd.v6n2.p174-178>.