

DAMPAK PERNIKAHAN DINI TERHADAP KESEHATAN MENTAL PADA PEREMPUAN INDONESIA: TINJAUAN LITERATUR

Siti Nur Anisatul Khariroh¹, Ayik Mirayanti Mandagi²

^{1,2} Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

Corresponding e-mail: ayikm@fkm.unair.ac.id

Copyright © 2026 The Author



This is an open access article

Under the Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 International License

DOI: [10.53866/jimi.v6i2.1355](https://doi.org/10.53866/jimi.v6i2.1355)

Abstrak

Pernikahan dini merupakan pernikahan pada individu berusia di bawah 19 tahun. Kondisi ini berpotensi menimbulkan gangguan fisik dan mental, terutama pada perempuan. Tinjauan literatur ini bertujuan untuk menganalisis faktor yang berkaitan dengan risiko gangguan kesehatan mental pada perempuan yang menikah usia dini di Indonesia, melalui literature review terhadap artikel nasional dan internasional tahun 2020-2025. Pencarian artikel diperoleh dari *PubMed* dan *Google Scholar* dengan item pelaporan menggunakan PRISMA. Hasil menunjukkan bahwa ketidakmatangan emosional, ekonomi, dan kurangnya dukungan sosial dapat mempengaruhi risiko gangguan mental, seperti stres dan trauma pada perempuan yang menikah usia dini. Temuan ini menegaskan bahwa pernikahan dini pada perempuan berhubungan dengan berbagai permasalahan kesehatan mental yang dipengaruhi oleh kesiapan psikologis, dukungan sosial, dan kehidupan setelah menikah.

Kata Kunci: Kekerasan Mental, Kekerasan Rumah Tangga, Perempuan, Pernikahan Dini

The Impact Of Adolescent Marriage On Women's Mental Health In Indonesia: A Literature Review

Abstract

Early marriage is marriage between individuals under the age of 19. This condition has the potential to cause physical and mental disorders, especially in women. This literature review aims to analyze factors related to the risk of mental health disorders in women who marry at an early age in Indonesia, through a literature review of national and international articles from 2020-2025. Articles were searched from PubMed and Google Scholar with reporting items using PRISMA. The results show that emotional immaturity, economic factors, and lack of social support can influence the risk of mental disorders, such as stress and trauma in women who marry at an early age.. These findings confirm that early marriage in women is associated with various mental health problems influenced by psychological readiness, social support, and life after marriage.

Keywords: *Psychological violence, Domestic violence, Women, Early marriage*

1. Pendahuluan

Pernikahan dini didefinisikan sebagai ikatan pernikahan antara seorang laki-laki dan perempuan dimana usia keduanya masih dibawah batas minimal yang diatur oleh undang-undang dan kedua calon masih belum memiliki kesiapan secara lahir batin, dan kematangan emosionalnya (Aulia & Rianto, 2024). Berdasarkan ketentuan Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 Pasal 7 Ayat 1 tentang perkawinan, menegaskan bahwa pernikahan hanya dapat dilangsungkan dan memperoleh izin apabila pihak laki-laki dan perempuan telah mencapai usia minimal 19 (Negara Republik Indonesia, 2019). Pada usia ini mereka masih tergolong belum memiliki kesiapan cukup matang dalam segi psikologis, finansial, maupun sosial dalam berumah tangga (Mangande et al., 2021).

Pernikahan usia dini masih menjadi persoalan sosial dan ekonomi yang cukup menonjol di banyak negara berkembang. *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) mendefinisikan *child marriage* atau pernikahan anak sebagai ikatan pernikahan yang dilangsungkan oleh individu yang belum mencapai usia 18 tahun (Maples, 2024). Istilah pernikahan dini di Indonesia umumnya digunakan untuk menggambarkan fenomena yang sama. Menurut Ayuwardany dan Kautsar Tahun 2022, pernikahan dini merujuk pada pernikahan yang terjadi sebelum usia 19 tahun sebagaimana diatur dalam Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 tentang Perkawinan. Kedua istilah tersebut memiliki makna yang serupa, namun berbeda dalam batas usia (Ayuwardany & Kautsar, 2022). Secara global, prevalensi pernikahan dini menunjukkan tren penurunan di berbagai negara, mulai dari angka persentase 21% menjadi 19% pada tahun 2023. Meskipun data global tersebut menunjukkan adanya penurunan, data yang didapatkan sebanyak 640 juta perempuan tercatat melangsungkan pernikahan ketika belum mencapai usia 18 tahun (UNICEF, 2023).

Secara regional, Indonesia dikategorikan sebagai negara dengan angka pernikahan dini tertinggi kedua di ASEAN setelah Kamboja. Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, tercatat sekitar 6,92% remaja yang belum mencapai usia 18 tahun telah melangsungkan pernikahan (ANTARA, 2025). Menurut data tersebut dalam skala global, posisi Indonesia cukup mengkhawatirkan. Data BPS tahun 2020 menunjukkan bahwa Indonesia menempati peringkat 10 dunia untuk kasus pernikahan dini, dengan total 1.220.900 anak yang menikah sebelum waktunya (BPS, UNICEF, 2020). Hasil pencatatan statistik menunjukkan bahwa dari sembilan anak perempuan di Indonesia, satu di antaranya melangsungkan pernikahan pada usia di bawah 18 tahun. Berdasarkan penelitian sebelumnya hasil studi menyatakan pernikahan usia dini berdampak negatif pada kondisi kesehatan mental perempuan (Mangande et al., 2021).

Kesehatan mental menurut *World Health Organization* (WHO), merupakan kondisi sejahtera secara fisik dan emosional yang membuat seseorang mampu menghadapi tekanan hidup, mengenali potensi diri, bekerja dengan baik, serta memberikan kontribusi positif kepada lingkungannya (WHO, 2004; (Farika et al., 2024)). Secara global, sekitar 450 juta orang mengalami masalah kesehatan mental dan perilaku, dan diperkirakan satu dari empat orang akan mengalaminya setidaknya sekali dalam hidup (Nur Haryanti et al., 2024) Laporan WHO Regional Asia Pasifik (WHO SEARO) menunjukkan bahwa kasus depresi paling banyak ditemukan di India, yakni 56.675.969 kasus (4,5% dari populasi), sedangkan yang paling sedikit ada di Maladewa dengan 12.739 kasus (3,7%). Indonesia sendiri, jumlah kasus depresi dilaporkan mencapai 9.162.886 orang atau sekitar 3,7% dari total populasi. Berdasarkan data Riskesdas Tahun 2018, sekitar 6% penduduk Indonesia berusia 15 tahun ke atas mengalami gangguan mental emosional, seperti depresi dan kecemasan. Angka tersebut menunjukkan bahwa lebih dari 14 juta penduduk Indonesia mengalami gangguan mental emosional. Sementara itu, gangguan jiwa berat seperti psikosis dialami oleh sekitar 1,7 dari setiap 1.000 penduduk (Andriani & Harnani, 2022).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa 6,1% masyarakat berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan mental. Sementara itu, menurut Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa masyarakat berusia di atas 15-24 tahun mengalami gangguan mental seperti depresi sebesar 2%. Berdasarkan data tersebut, mengungkapkan bahwa perempuan memiliki risiko dua kali lebih tinggi mengalami gangguan kesehatan mental dibandingkan laki-laki, dengan rasio sekitar 2:1 (SKI, 2023). Temuan tersebut sejalan dengan penelitian *Homewood Health* di Inggris yang melaporkan bahwa 47,5% perempuan dilaporkan memiliki potensi risiko gangguan kesehatan mental yang tinggi dibandingkan seorang laki-laki. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kondisi ini adalah kekerasan dalam rumah tangga, yang dapat menimbulkan depresi dan kecemasan, serta berdampak pada cedera baik fisik maupun mental pada perempuan (Suwijik & A'yun, 2022).

Pernikahan dini seringkali menempatkan perempuan pada posisi yang dirugikan. Salah satunya dijadikan sasaran pelampiasan masalah dalam rumah tangga, yang dalam beberapa kasus dapat berujung pada terjadinya kekerasan. Berbagai faktor penyebab seperti perijodohan, faktor budaya, faktor ekonomi turut andil dalam persoalan pernikahan dini (Taher, 2022), hal ini sejalan dengan temuan Ayuwardany et al. (2021) yang meneliti faktor-faktor probabilitas terjadinya pernikahan dini di Indonesia. Pada umumnya, perempuan yang menikah pada usia dini belum mencapai kematangan emosional dan mental yang memadai, sehingga secara tidak langsung diharuskan beradaptasi lebih cepat untuk dewasa. Kondisi ini membuat mereka rentan mengalami tekanan ketika menghadapi konflik rumah tangga, yang berdampak pada kualitas pernikahan dan kesehatan mental yang memicu stres maupun depresi (Wahyuningsih et al., 2024). Salah satu dampak serius yang muncul adalah Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Data Kementerian Pemberdayaan

Perempuan dan Perlindungan Anak mencatat 1.411 kasus pengaduan KDRT pada Januari – Februari 2022, serta 10.247 kasus pada tahun 2021 dengan 10.365 korban (Wahyu Trisno Aji, 2023). Pada beberapa penelitian tersebut menunjukkan bahwa pernikahan dini berkaitan dengan faktor sosial, ekonomi, budaya, dan pendidikan serta berhubungan dengan masalah kesehatan mental pada perempuan.

Penelitian ini menggunakan Teori Stres dan Koping yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (1984). Teori ini menjelaskan bahwa stres muncul ketika individu menghadapi tuntutan atau tekanan yang dianggap melebihi kemampuan yang dimiliki untuk mengatasinya. Dalam konteks pernikahan dini, perempuan sering dihadapkan pada berbagai tanggung jawab dan tekanan sosial, ekonomi, maupun keluarga pada usia yang belum matang secara psikologis. Kondisi tersebut dapat meningkatkan kerentanan terhadap gangguan kesehatan mental, seperti stres, kecemasan, dan depresi. Selain itu, dukungan sosial berperan sebagai sumber koping yang dapat membantu individu menghadapi tekanan yang dialami. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Acoba, pada tahun 2024 yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat membantu menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kondisi kesehatan mental (Acoba, 2024). Selain itu, kemampuan individu dalam menilai dan menghadapi tekanan juga berpengaruh terhadap kondisi kesehatan mental yang dialami (Spataru et al., 2024). Oleh sebab itu teori stres dan koping dapat digunakan untuk menjelaskan bagaimana berbagai tekanan yang muncul akibat pernikahan dini berpotensi memengaruhi kesehatan mental perempuan. Meskipun demikian, penelitian mengenai hubungan pernikahan dini dan kesehatan mental perempuan di Indonesia masih terbatas pada aspek dan wilayah tertentu, sehingga belum memberikan gambaran yang menyeluruh. Penelitian ini berfokus pada kesehatan mental perempuan sebagai kelompok yang paling rentan terdampak pernikahan dini dan belum banyak dikaji secara mendalam dalam penelitian sebelumnya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor apa saja yang memengaruhi kondisi kesehatan mental pada perempuan yang menikah di usia dini di Indonesia.

2. Metode Penelitian

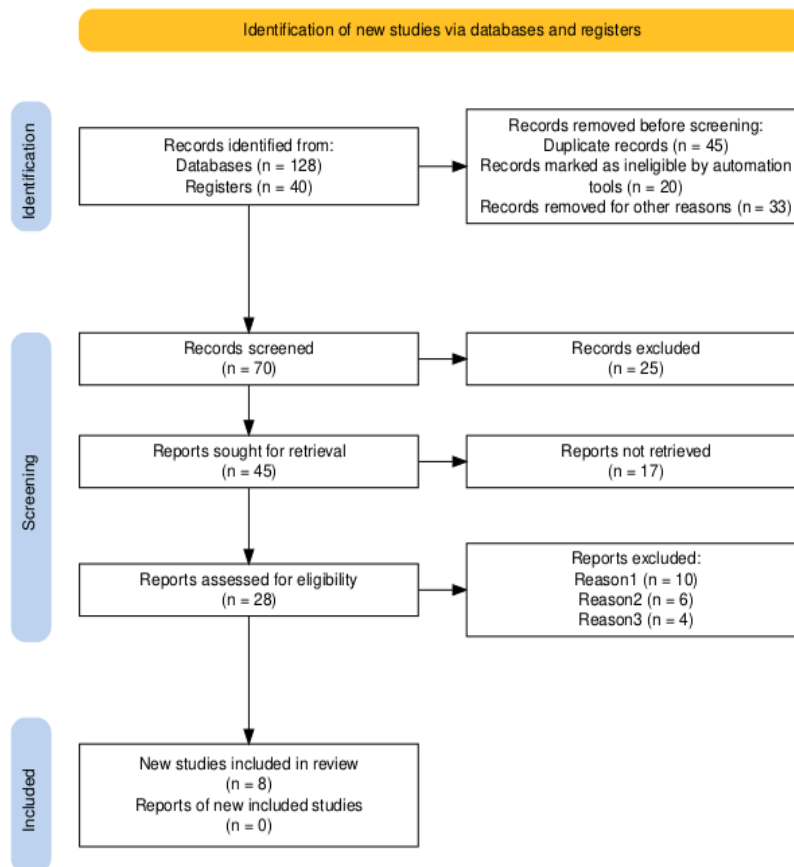
2.1. Strategi Pencarian Artikel

Tinjauan literatur ini dilakukan dengan menggunakan panduan alur PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) (Fitriyani, 2021). Proses pencarian literatur dilakukan melalui dua basis data yakni Google Scholar dan Pubmed. Pencarian artikel dilakukan menggunakan operator boolean, dengan kata kunci kunci (“pernikahan dini” OR “pernikahan usia dini”) AND (“kesehatan mental” OR “gangguan psikologis” OR “kesejahteraan psikologis” OR “kekerasan rumah tangga”) AND (“perempuan” OR “wanita”). Penelitian di dasarkan pada kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi artikel jurnal yang membahas pernikahan dini pada perempuan di Indonesia, mengkaji dampaknya terhadap kesehatan mental, diterbitkan pada tahun 2020–2025. Kriteria eksklusi pada penelitian ini yakni artikel yang tidak mengaitkan pernikahan dini dengan kesehatan mental, tidak menjelaskan usia pernikahan, menggunakan subjek selain perempuan, penelitian yang dilakukan di luar negara Indonesia, dan artikel yang menggunakan bahasa selain bahasa Indonesia atau bahasa Inggris.

2.2. Analisis dan Pelaporan

Proses seleksi artikel dilakukan menggunakan diagram alur PRISMA untuk menggambarkan tahapan identifikasi, penyaringan, dan pemilihan artikel. Berdasarkan hasil pencarian melalui database Google Scholar dan PubMed, diperoleh sebanyak 168 artikel. Pada tahap identifikasi, sebanyak 45 artikel dihapus karena duplikasi, 20 artikel dieliminasi melalui penyaringan otomatis karena tidak memenuhi kriteria yang telah ditetapkan, dan 33 artikel dikeluarkan karena tidak relevan dengan topik penelitian atau memiliki informasi yang tidak lengkap. Setelah proses tersebut, tersisa 70 artikel untuk tahap penyaringan lebih lanjut. Pada tahap screening, sebanyak 25 artikel dikeluarkan karena tidak sesuai dengan fokus penelitian, sehingga menyisakan 45 artikel (full text). Dari jumlah tersebut, sebanyak 17 artikel tidak tersedia dalam bentuk teks lengkap, sehingga tersisa 28 artikel yang dapat dinilai kelayakannya. Selanjutnya, pada tahap *eligibility*, sebanyak 20 artikel dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria inklusi, yang meliputi 10 artikel tidak membahas kesehatan mental pada perempuan secara spesifik, 6 artikel menggunakan populasi yang tidak sesuai dengan tujuan penelitian, dan 4 artikel yang tidak relevan dengan fokus penelitian. Setelah seluruh tahapan seleksi yang telah dilakukan, didapatkan hasil akhir 8 artikel yang memenuhi kriteria untuk dimasukkan ke dalam tinjauan, dan memastikan artikel tersebut relevan dan berkualitas.

Selain proses seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, dilakukan evaluasi terhadap artikel yang lolos seleksi untuk memastikan kesesuaiannya dengan tujuan penelitian. Evaluasi dilakukan dengan menelaah kejelasan tujuan penelitian, karakteristik responden, serta relevansi hasil penelitian dengan topik kesehatan mental pada perempuan yang menikah usia dini. Artikel yang tidak relevan dengan fokus penelitian tidak diikutsertakan dalam proses review. Tahap ini dilakukan untuk memastikan bahwa artikel yang dianalisis memiliki kualitas dan relevansi yang memadai. Proses seleksi mengikuti diagram PRISMA Gambar 1. Ekstraksi data dilakukan dengan menggunakan formulir terstruktur yang mencakup judul, penulis, tahun, metode dan hasil. Selain itu, proses analisis dilakukan dengan menggunakan Teori Stres dan Koping dari Lazarus & Folkman (1984). Teori ini digunakan untuk membantu memahami bagaimana pernikahan dini dapat memengaruhi kesehatan mental pada perempuan.



Gambar 1. Diagram *Flow Preferred Reporting Items for Systematic Reviews & Meta-Analyses method (PRISMA)*.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Tabel Hasil

Berdasarkan hasil pencarian artikel di database dengan kata kunci yang telah ditentukan serta penyaringan sesuai kriteria kelayakan, diperoleh 8 artikel yang memenuhi syarat dan digunakan sebagai literature review dalam penelitian ini.

Judul dan Penulis	Tahun	Metode	Hasil
Judul: Kualitas Pernikahan dan Status Kesehatan Mental Pada Perempuan yang Menikah Usia Dini. Penulis: Mangande et al.	2021	Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan desain penelitian deskriptif	Berdasarkan penelitian, didapatkan bahwa pernikahan usia dini berdampak negatif pada kesehatan mental perempuan. Banyak partisipan

Judul dan Penulis	Tahun	Metode	Hasil
			mengalami stres, kecemasan, dan ketidakpuasan dalam pernikahan. Kualitas pernikahan yang rendah, disebabkan oleh konflik dan komunikasi yang kurang baik, hal ini dapat menciptakan masalah kesehatan mental. Penelitian ini dilakukan melalui wawancara dengan perempuan yang menikah pada usia 17–19 tahun, dan menemukan bahwa mereka kesulitan menyesuaikan diri dengan peran baru dan menghadapi tekanan emosional yang signifikan.
Judul: Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pernikahan Usia Dini Pada Remaja Putri. Penulis: (Hikmah et al., 2021)	2021	Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional dengan <i>case control</i> . Sampel dipilih dengan menggunakan teknik total sampling. Penelitian ini menggunakan uji <i>Chi Square</i> .	Hasil penelitian dalam artikel ini menunjukkan bahwa berbagai faktor yang memengaruhi terjadinya pernikahan usia dini pada remaja putri di Kecamatan Pulau Laut, Kepulauan, antara lain. Faktor budaya pernikahan dini sebesar 65,4%, pengaruh teman sebaya 51,3% (uji bivariat, $p=0,000$), status ekonomi 57,7% ($p=0,000$), pengetahuan yang kurang 65,4% ($p=0,000$), serta paparan media pornografi 62,8% (uji bivariat, $p=0,101$).
Judul: Faktor-Faktor Probabilitas Terjadinya Pernikahan dini di Indonesia. Penulis: (Ayuwardany & Kautsar, 2022)	2021	Penelitian ini merupakan penelitian dengan metode analisis determinan pernikahan dini di Indonesia dengan data sekunder dari IFLS-5 tahun 2014, survei rumah tangga longitudinal.	Hasil temuan menunjukkan bahwa pendidikan, demografi, dan perijodohan berpengaruh signifikan terhadap kemungkinan terjadinya pernikahan dini di Indonesia, dengan estimasi marginal effect menunjukkan $p<0,01$, $p<0,05$, dan $p<0,1$. Sementara itu, status pekerjaan, status ekonomi, dan hutang tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap pernikahan dini.
Judul: Hubungan antara Tingkat Pernikahan dini dengan Perubahan Kesehatan Mental Pada Remaja Wanita Usia 14-19 Tahun Penulis: (Azhar et al., 2022).	2022	Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan rancangan penelitian <i>cross sectional</i> .	Hasil temuan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pernikahan dini dengan perubahan kesehatan mental pada remaja wanita usia 14–19 tahun yakni ($p<0,05$). Uji statistik Chi-Square

Judul dan Penulis	Tahun	Metode	Hasil
<p>Judul: Analisis Dampak Anak Perempuan Usia Dini dengan Status Kesehatan, Gizi, dan Psikologis.</p> <p>Penulis: (Dewi et al., 2023)</p>	2023	Penelitian ini menggunakan <i>Mixed Method</i> dengan pendekatan <i>case control</i> .	menunjukkan nilai signifikansi pada variabel depresi ($p=0,031$), kecemasan ($p=0,006$), dan stres ($p=0,034$), yang berarti semakin dini usia pernikahan maka semakin tinggi risiko gangguan kesehatan mental. Sebagian besar responden mengalami depresi sebesar (75%), kecemasan (77,5%), dan stres (52,5%) dengan intensitas “kadang-kadang”.
<p>Judul: Analisa Psychological Well Being Pada Wanita Dewasa Awal yang Menikah di Usia Dini di Kabupaten Minahasa.</p> <p>Penulis: (Tulenan et al., 2025)</p>	2025	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi.	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pernikahan usia ≤ 16 tahun dengan status kesehatan, status psikologis, dan status gizi dimana nilai ($p=0,000$). Uji <i>Mann-Whitney</i> juga menunjukkan adanya perbedaan bermakna antara kelompok usia ≤ 16 tahun dan ≥ 20 tahun, di mana semakin dini usia pernikahan maka semakin rendah tingkat kesehatan, gizi, dan kesejahteraan psikologis responden.
<p>Judul: Dampak Pernikahan dini Pada Kesehatan Reproduksi Dan Mental Perempuan (Studi Kasus Di Kecamatan Ilir Talo Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu).</p> <p>Penulis: (Sari et al., 2020)</p>	2020	Penelitian ini menerapkan desain survei dengan pendekatan kualitatif berbasis studi fenomenologi.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan yang menikah pada usia 16 tahun memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang berbeda. Sebagian mampu menerima diri, menjalin hubungan sosial yang baik, dan menemukan tujuan hidup, sedangkan sebagian lainnya mengalami stres serta kehilangan motivasi karena ketidaksiapan emosional. Dukungan sosial dan nilai religius berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis perempuan yang menikah di usia dini.
<p>Judul: Dampak Pernikahan dini Pada Kesehatan Reproduksi Dan Mental Perempuan (Studi Kasus Di Kecamatan Ilir Talo Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu).</p> <p>Penulis: (Sari et al., 2020)</p>	2020	Penelitian ini menerapkan desain survei dengan pendekatan kualitatif berbasis studi fenomenologi.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor penyebab pernikahan dini di Kecamatan Ilir Talo, Kabupaten Seluma, Provinsi Bengkulu, antara lain kehamilan di luar nikah, seks pranikah, kemauan pribadi, kondisi ekonomi, pengaruh

Judul dan Penulis	Tahun	Metode	Hasil
			teman sebaya, dan budaya lokal. Dampak yang timbul meliputi anemia, panggul sempit, bayi berat lahir rendah (BBLR), hipertensi, serta risiko kekerasan dalam lingkup rumah tangga (KDRT).
Judul: <i>Family Resilience Model of Early Marriage Couples in Preventing Domestic Violence and Child Violence</i> Penulis: (Radhiah et al., 2025)	2025	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain survei analitik.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pasangan yang menikah di bawah usia 19 tahun memiliki kemampuan menyesuaikan diri dalam keluarga yang masih rendah. Kondisi ini membuat mereka lebih rentan mengalami kekerasan dalam rumah tangga dan terhadap anak. Faktor seperti ketidaksiapan emosional, masalah ekonomi, dan kurangnya dukungan sosial turut memengaruhi kemampuan pasangan dalam membangun kehidupan keluarga yang harmonis. Sehingga tidak banyak dari mereka yang rumah tangganya berakhir/cerai.

3.2. Pembahasan

Berdasarkan tinjauan pustaka kedelapan artikel menunjukkan beberapa temuan, yaitu penelitian tersebut mengindikasikan adanya dampak negatif antara pernikahan dini dengan kondisi kesehatan mental perempuan. Secara umum, seluruh artikel menunjukkan bahwa perempuan yang menikah pada usia dini cenderung lebih rentan mengalami gangguan psikologis seperti stres. Faktor-faktor pendorong terjadinya pernikahan di usia dini antara lain kondisi ekonomi, pengetahuan, kehamilan pra nikah, budaya, dan perjodohan. Faktor tersebut dapat terlihat pada beberapa penelitian, salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Hikmah et al. (2021) yang menunjukkan bahwa faktor budaya, kondisi ekonomi keluarga, rendahnya tingkat pengetahuan, serta pengaruh lingkungan sekitar berperan dalam terjadinya pernikahan dini. Temuan ini sejalan dengan penelitian Ayuwardany & Kautsar (2022), dimana tingkat pendidikan yang rendah memiliki pengaruh signifikan terhadap terjadinya pernikahan dini di Indonesia. Faktor-faktor ini tidak hanya mendorong terjadinya pernikahan dini, tetapi juga dapat menyebabkan terjadinya gangguan fisik, bahkan mental bagi pasangan tersebut. Bahkan tidak sedikit perempuan selalu menjadi sasaran dalam melampiaskan permasalahan yang dihadapi dalam rumah tangganya.

Berdasarkan hasil dari beberapa penelitian tersebut menunjukkan bahwa pernikahan dini tidak hanya berhubungan dengan faktor sosial ekonomi saja, tetapi juga berhubungan dengan kondisi psikologis perempuan setelah menikah. Temuan ini dijelaskan melalui Teori Stres dan Koping Lazarus dan Folkman (1984), yang menyatakan bahwa tekanan psikologis muncul ketika tekanan yang dihadapi individu dinilai melebihi kemampuan adaptasi yang dimiliki. Pada pernikahan dini, perempuan sering kali harus menjalankan berbagai peran dan tanggung jawab yang baru, seperti menjadi istri, ibu, serta menghadapi tekanan ekonomi dan konflik rumah tangga dalam kondisi kematangan psikologis yang belum optimal. Kondisi tersebut dapat meningkatkan kerentanan terhadap gangguan kesehatan mental, seperti stres, kecemasan, dan depresi.

Temuan hasil studi yang dilakukan oleh Mangande et al. (2021) mengindikasikan tingginya jumlah perempuan yang melangsungkan pernikahan di usia dini mengalami stres, kecemasan, dan ketidakpuasan dalam pernikahan, yang secara langsung berdampak pada kesehatan mental mereka. Kondisi tersebut

diperkuat oleh penelitian yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara usia pernikahan dini dengan tingkat stres, depresi dan kecemasan, dimana semakin muda atau dini usia pernikahan maka semakin tinggi risiko gangguan kesehatan mental yang dialami (Azhar et al., 2022). Temuan lintas studi menunjukkan bahwa perempuan yang menikah pada usia dini memiliki risiko lebih tinggi mengalami stres, kecemasan, dan depresi dibandingkan perempuan yang menikah pada usia yang lebih matang. Selain itu, penelitian dilakukan oleh Dewi et al. (2023) menunjukkan bahwa perempuan yang menikah pada usia dini (≤ 16 tahun) memiliki kondisi kesehatan psikologis yang lebih rendah dibandingkan perempuan yang menikah pada usia ≥ 20 tahun. Temuan ini menunjukkan bahwa usia pernikahan berperan penting dalam kesiapan mental perempuan. Berdasarkan penelitian Tulenan et al. (2025) juga menunjukkan bahwa sebagian perempuan masih mampu mempertahankan kesejahteraan psikologis yang cukup baik. Kondisi ini dipengaruhi oleh adanya dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar. Temuan ini sejalan dengan penelitian Acoba (2024) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan dalam menurunkan tingkat stres dan membantu menjaga kesehatan mental individu. Dukungan dari keluarga, pasangan, maupun lingkungan sekitar dapat membantu perempuan yang menikah dini menghadapi berbagai tekanan setelah pernikahan sehingga meningkatkan kemampuan adaptasinya. Berdasarkan temuan tersebut, secara umum hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan yang menikah pada usia dini menghadapi berbagai tuntutan maupun tekanan dalam rumah tangga ketika kondisi emosional dan psikologisnya belum matang. Dalam Teori Stres dan Koping, kondisi tersebut menunjukkan bahwa tuntutan yang dihadapi perempuan setelah menikah sering kali lebih besar dibandingkan dengan kemampuan mereka untuk beradaptasi. Hal ini dapat menyebabkan risiko terjadinya gangguan kesehatan mental, seperti stres, kecemasan, dan depresi pada perempuan menjadi lebih tinggi. Perempuan yang menikah pada usia dini menjadi lebih rentan mengalami gangguan kesehatan mental. Begitupula sebaliknya, dukungan sosial dari keluarga, pasangan, maupun lingkungan sekitar dapat membantu perempuan menghadapi berbagai tekanan setelah pernikahan sehingga mengurangi risiko terjadinya gangguan kesehatan mental.

Pernikahan dini juga berkaitan dengan meningkatnya risiko kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), yang dapat memengaruhi kondisi kesehatan mental. Pada penelitian Sari et al. (2020) yang menemukan terkait pernikahan usia dini bukan sekedar menimbulkan masalah fisik, tetapi juga menambah kemungkinan munculnya kekerasan dalam rumah tangga yang memperburuk kondisi psikologis. Temuan lain menunjukkan bahwa rendahnya ketahanan keluarga pada pasangan yang menikah dini membuat mereka lebih rentan mengalami konflik kekerasan rumah tangga. Kondisi ini secara tidak langsung berdampak pada kesehatan mental perempuan, terutama dalam jangka panjang. Menurut Teori Stres dan Koping (1984), konflik dan kekerasan dalam rumah tangga merupakan kondisi yang dapat menimbulkan tekanan psikologis pada perempuan. Tekanan tersebut dapat menjadi lebih berat apabila terjadi secara berulang dan dialami oleh perempuan yang belum memiliki kesiapan emosional yang cukup dalam menjalani kehidupan rumah tangga. Kurangnya dukungan dari keluarga maupun lingkungan sekitar juga dapat memperburuk kondisi tersebut sehingga meningkatkan kemungkinan munculnya stres, kecemasan, dan depresi.

Selain itu beban peran sosial yang tidak seimbang turut memberikan kontribusi signifikan terhadap gangguan kesehatan mental. Kematangan emosional yang terbilang masih kurang dan tanggung jawab mengurus anak, serta urusan rumah yang hanya dibebankan pada seorang perempuan, yang seharusnya tanggung jawab tersebut harus seimbang antara suami maupun istri dengan pembagian yang adil, tanpa memberatkan salah satu pihak. Oleh sebab itu dari kejadian maupun permasalahan ini dapat memberikan dampak yang buruk pada psikis seorang perempuan. Kejadian tersebut dapat memicu risiko terjadinya kekerasan dalam lingkup rumah tangga atau KDRT. Faktor-faktor seperti ketidakmatangan emosional, keterbatasan ekonomi, dan kurangnya pemahaman tentang hak-hak dalam pernikahan berkontribusi terhadap tingginya risiko kekerasan yang terjadi. Berbagai faktor seperti tekanan ekonomi, konflik dalam pernikahan, kurangnya dukungan sosial, beban tanggung jawab yang tidak sejalan dengan usia, ditambah dengan keterbatasan akses pendidikan, dapat menjadi faktor utama pemicu kondisi kesehatan mental pada perempuan yang menikah sebelum usia yang matang.

Data SKI (Survei Kesehatan Indonesia) tahun 2023 dijelaskan bahwa seorang perempuan memiliki potensi mengalami gangguan mental 2 kali lebih berisiko dibandingkan laki-laki. Maka dari itu dukungan keluarga, dan adanya rasa pemahaman hak yang harus seorang perempuan terima menjadi kunci penting dalam menciptakan kesehatan mental bagi dirinya. Oleh karena itu, diperlukan upaya komprehensif untuk mencegah pernikahan dini. Memberikan edukasi kesehatan mental, menyediakan dukungan psikologis, serta

menguatkan peran keluarga dan masyarakat dalam mendukung kesejahteraan pasangan dini. Kondisi ini sejalan dengan program yang dijalankan oleh pihak UNICEF sejak tahun 2024 yakni mengenai Program Penguatan Retensi Sekolah Anak Perempuan dengan tingkat keberhasilan menemukan PKH (Program Keluarga Harapan) menurunkan angka pernikahan dini di pedesaan kurang lebih sebesar 3,5 poin atau sekitar 40%. Program Perlindungan Anak Terpadu Berbasis Masyarakat (PATBM), yaitu sebuah inisiatif berbasis komunitas yang melibatkan tokoh agama, tokoh adat, kader, dan orang tua untuk mengubah norma sosial serta mencegah praktik perjudohan, dan program edukasi kesehatan mental di sekolah dan dukungan psikososial di layanan primer meningkatkan pengetahuan remaja sekaligus memperluas akses layanan. Selain itu, adanya kebijakan daerah yang didukung lintas sektor mempercepat penurunan prevalensi pernikahan dini. Temuan ini menunjukkan bahwa kombinasi pendekatan struktural, komunitas, dan individu dapat memperkuat kesejahteraan psikologis pasangan dini sekaligus mencegah praktik pernikahan dini (Maples, 2024).

Secara keseluruhan, kedelapan artikel tersebut saling melengkapi dengan menunjukkan bahwa dampak pernikahan dini terhadap kesehatan mental bersifat multifaktor. Hubungan langsung terlihat pada munculnya gangguan psikologis seperti (stres, kecemasan, depresi) yang dialami oleh pasangan yang menikah di usia dini, sementara hubungan tidak langsung dipengaruhi oleh faktor ekonomi, budaya, pendidikan, serta minimnya dukungan sosial (Ningrum et al., 2023). Faktor-faktor tersebut menunjukkan bahwa pernikahan dini tidak hanya berkaitan dengan aspek psikologis, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi sosial dan lingkungan. Hal ini menjadi perhatian pemerintah dalam menekan angka pernikahan usia dini melalui Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 mengenai perkawinan, khususnya pasal 7 ayat 1 yang mengatur batas minimal usia perkawinan (Negara Republik Indonesia, 2019).

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil review terhadap delapan artikel, pernikahan dini dapat berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap kondisi kesehatan mental perempuan, terutama dapat menimbulkan stres, cemas, dan depresi. Kondisi ini juga bisa dipengaruhi oleh faktor usia yang belum matang, keterbatasan pendidikan dan ekonomi, serta tekanan budaya yang ada di lingkungan. Berdasarkan Teori Stres dan Koping (1984), berbagai tuntutan dan tekanan yang muncul ketika menikah dapat memengaruhi kesehatan mental ketika kemampuan individu dalam menghadapi kondisi tersebut masih kurang. Sebaliknya, dukungan sosial dari keluarga, pasangan, dan lingkungan sekitar berperan penting dalam membantu perempuan beradaptasi terhadap berbagai tantangan setelah menikah. Oleh sebab itu dibutuhkan upaya pencegahan pernikahan dini dan dukungan sosial melalui edukasi kesehatan mental, dukungan psikologis, dan keterlibatan keluarga serta masyarakat.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya menggunakan basis data *Google Scholar* dan *PubMed* dalam proses pencarian artikel, sehingga dapat memengaruhi kelengkapan dan keragaman temuan yang diperoleh. Meskipun demikian, hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan dalam memahami hubungan antara pernikahan dini dan kesehatan mental perempuan. Bagi penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji lebih mendalam mengenai mekanisme koping, peran dukungan sosial, serta dampak jangka panjang pernikahan dini terhadap kesehatan mental pada perempuan. Temuan dan keterbatasan dalam penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya.

Bibliografi

- Acoba, E.F. (2024) 'Social support and mental health : the mediating role of perceived stress', (February), pp. 1–12. Available at: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720>.
- Andriani, R., & Harnani, Y. (2022). *Analysis of Health Services for People with Mental Disorders (ODGJ) at the Kampar District Health Office in 2021*. 10(1), 61–68. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/jik/article/view/3272>
- ANTARA, N. (2025). *Ministry calls for regional govts' efforts in curbing child marriage*. <https://en.antaranews.com/news/385017/ministry-calls-for-regional-govts-efforts-in-curbing-child-marriage?>
- Aulia, A., & Rianto, A. (2024). Implementasi Batas Usia Minimal dalam Perkawinan. *Jurnal Fakultas Hukum Universitas Lampung*, XVIII, 111–124. <http://digilib.unila.ac.id/eprint/25763%0Ahttp://digilib.unila.ac.id/25763/3/>

- Ayuwardany, W., & Kautsar, A. (2022). Faktor-Faktor Probabilitas Terjadinya Pernikahan Dini Di Indonesia. *Jurnal Keluarga Berencana*, 6(2), 49–57. <https://doi.org/10.37306/kkb.v6i2.86>
- Azhar, Z., Putra, F., Atmaja, B. P., Darul, S., Batulicin, A., Benawa, J. B., Empat, S., Bumbu, T., Studi, P., & Keperawatan, I. (2022). Hubungan Antara Tingkat Pernikahan Dini Dengan Perubahan Kesehatan Mental Pada Remaja Wanita Usia 14-19 Tahun Relationship Between the Level of Early Marriage and Changes in Mental Health of Female Adolescent Aged 14-19 Years Old. *Nursing Sciences Journal*, 6(2), 63–71. <https://ojs.unik-kediri.ac.id/index.php/nsj/article/view/3470>
- BPS, UNICEF, P. (2020). Prevention Of Child Marriage : Acceleration that cannot wait. *Unicef*, 01. <https://www.unicef.org/indonesia/sites/unicef.org/indonesia/files/2020-06/Prevention-of-Child-Marriage-Report-2020.pdf>
- Dewi, L. S., Rahmiati, B. F., & Solehah, N. Z. (2023). Analisis Dampak Pernikahan Anak Perempuan Usia Dini Dengan Status Kesehatan, Gizi, Dan Psikologis. *Nutriology : Jurnal Pangan, Gizi, Kesehatan*, 3(2), 63–68. <https://doi.org/10.30812/nutriology.v3i2.3042>
- Farika, S. A., Mirza, M. N., & Romas, A. N. (2024). Promosi Kesehatan tentang Pentingnya Menjaga Kesehatan Mental pada Remaja. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan*, 1(1), 69–77. <https://doi.org/10.70109/jupenkes.v1i1.10>
- Fitriyani, N. I. (2021). Metode PRISMA Untuk Memprediksi Penyakit Kanker Payudara. *Jurnal Inovasi Informatika Universitas Pradita*, 6(2), 13–18. <https://journal.pradita.ac.id/index.php/jii/article/view/197>
- Hikmah, N., Carolin, B. T., Lubis, R., Kebidanan, S., Kesehatan, F. I., & Jakarta, U. N. (2021). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERNIKAHAN USIA DINI. 7(1), 17–24. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jkm.v7i1.3110>
- Mangande, J. A. S., Desi, & Lahade, J. R. (2021). Kualitas pernikahan dan status kesehatan mental pada perempuan yang menikah usia dini. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(2), 293–310. <https://doi.org/10.26714/jkj.9.2.2021.291-306>
- Maples, C. J. (2024). Phase III. *Giving Voice*, 92–95. <https://doi.org/10.4324/9781032676883-9>
- Negara Republik Indonesia. (2019). Undang-undang Republik Indonesia No 16 Tahun 2019 Tentang Perubahan Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan. *Undang-Undang Republik Indonesia*, 006265, 2–6. <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/122740/uu-no-16-tahun-2019>
- Ningrum, R., Ari Astuti, D., & Anjarwati. (2023). The Relationship between Early Marriage and Mental Health in Adolescent Girls in the KUA Ngemplak Yogyakarta. *Jurnal PROMKES*, 11(2), 141–148. <https://doi.org/10.20473/jpk.v11.i2.2023.141-148>
- Nur Haryanti, A., Bintang Syah Putra, M., Larasati, N., Nureel Khairunnisa, V., & Dyah Dewi, L. A. (2024). Analisis Kondisi Kesehatan Mental di Indonesia Dan Strategi Penanganannya. *Student Research Journal*, 2, 28–40. <https://doi.org/10.55606/srjyappi.v2i3.1219>
- Radhiyah, S., Munir, A., & Rahman, A. (2025). *Family Resilience Model of Early Marriage Couples in Preventing Domestic Violence and Child Violence*.
- Sari, L. Y., Umami, D. A., & Darmawansyah, D. (2020). Dampak Pernikahan Dini Pada Kesehatan Reproduksi Dan Mental Perempuan (Studi Kasus Di Kecamatan Ilir Talo Kabupaten Seluma Provinsi Bengkulu). *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 10(1), 54–65. <https://doi.org/10.52643/jbik.v10i1.735>
- SKI. (2023). Dalam Angka Dalam Angka. *Kota Kediri Dalam Angka*, 1–68. <https://kadirikota.bps.go.id/id/publication/2023/02/28/c56fb1d4ceef84eb488b8699/kota-kediri-dalam-angka-2023>
- Spataru, B. et al. (2024) ‘analysis’, (February). Available at: <https://doi.org/10.1002/smi.3450>.
- Suwijik, S. P., & A’yun, Q. (2022). Pengaruh Kesehatan Mental dalam Upaya Memperbaiki dan Mengoptimalkan Kualitas Hidup Perempuan. *Journal of Feminism and Gender Studies*, 2(2), 109. <https://doi.org/10.19184/jfgs.v2i2.30731>
- Taher, S. L. (2022). Hubungan Antara Budaya , Pengetahuan dan Sosial Ekonomi Dengan Pernikahan Dini. 50, 100–110. <https://doi.org/https://doi.org/10.53801/ijms.v1i3.46>
- Tulenani, E. S., Lumapow, H. R., & Naharia, M. (2025). Analisa Psychological Well-Being Pada Wanita Dewasa Awal Yang Menikah di Usia Dini di Kabupaten Minahasa. 3, 1577–1584. <https://doi.org/10.61579/future.v3i4.660>
- UNICEF. (2023). *Global polycrisis creating uphill battle to end child marriage*.

https://www.unicef.org/press-releases/global-polycrisis-creating-uphill-battle-end-child-marriage-unicef?utm_source

Wahyu Trisno Aji. (2023). Penyelenggaraan Perlindungan Perempuan dan Anak dalam Berbagai Bentuk Kekerasan di Provinsi Nusa Tenggara Barat Melalui Peraturan Daerah Nomor 8 Tahun 2015. *Mutiara : Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah*, 1(6), 303–320. <https://doi.org/10.59059/mutiara.v1i6.644>

Wahyuningsih, S., Kurniasari, N. D., Manafe, Y. D., Ayu, D., & Efendi, P. (2024). *Persuasive Communication of DKBP3A as a Form of Early Marriage Prevention Power to Minimize Domestic Violence and Perpetrator 's Mental Disorders*. 15(01), 1–17. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v15i1.25016>