

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Penelitian ini dilakukan di Desa Kuto Rejo, Kecamatan Kepahiang, terhadap enam remaja perempuan yang dijadikan informan dan beberapa informan pendukung seperti orang tua, tetangga dan teman dekat informan, berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa pengaruh pernikahan dini terhadap kesehatan mental remaja (cemas) sangat signifikan yang digolongkan dalam dua hal utama:

Remaja yang menikah di usia dini umumnya belum memiliki kesiapan mental dan emosional untuk menjalani peran sebagai istri. Mereka mengalami kebingungan, rasa takut, dan ketegangan dalam menghadapi tanggung jawab rumah tangga, serta sulit menyesuaikan diri dengan pasangan, lingkungan keluarga baru dan juga faktor dorongan ekonomi yang masih terbilang belum stabil serta cara untuk memahami satu sama lain masih sangat kurang.

Ketidaksiapan psikologis tersebut memicu berbagai gejala kecemasan seperti sulit tidur, jantung berdebar, rasa gelisah berlebihan, dan ketakutan tanpa sebab. Gejala ini berdampak pada aktivitas harian, hubungan dengan pasangan, dan interaksi sosial. Kecemasan juga menyebabkan remaja menarik diri, kurang percaya diri, dan merasa gagal menjalankan peran rumah tangga. Dengan demikian, pernikahan dini

bukan hanya berdampak pada kehidupan sosial dan ekonomi remaja, tetapi juga berpengaruh besar terhadap kondisi psikologis mereka. Minimnya dukungan sosial dan strategi mengatasi stres yang kurang efektif turut memperparah dampak yang dirasakan para remaja yang melakukan pernikahan dini.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian sehingga mendapatkan beberapa saran yang bisa diberikan untuk beberapa kalangan seperti Remaja, Orang Tua, Pemerintah, dan Bagi peneliti selanjutnya sebagai berikut:

1. Bagi Remaja

Sebaiknya remaja tidak terburu-buru dalam memutuskan untuk menikah, terutama jika belum memiliki kesiapan mental dan emosional. Penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mengenai konsekuensi pernikahan dini, terutama terhadap kesehatan mental dan tanggung jawab sosial serta sangat perlu memahami beberapa aspek yang perlu dipenuhi dalam kehidupan berumah tangga.

2. Bagi Orang Tua dan Keluarga

Perlu lebih bijak dan mendalam dalam mempertimbangkan keputusan menikahkan anak di usia dini. Orang tua diharapkan lebih terbuka untuk berdialog dengan anak, memahami kebutuhan mereka, serta memberikan pendampingan emosional agar tidak menekan atau memaksakan kehendak serta juga memberikan edukasi terhadap kehidupan setelah menikah supaya remaja bisa menjadikan alat pertimbangan untuk

melakukan pernikahan dini .

3. Bagi Pemerintah

Diperlukan program edukasi terkait tentang dampak pernikahan dini dan kesehatan mental yang secara rutin dan menyeluruh, agar bisa membuka pemahaman remaja tentang aspek-aspek yang perlu disiapkan dan resiko yang akan terjadi saat melakukan pernikahan dini serta dampak negatif yang akan ditimbulkan dari pernikahan dini seperti kesehatan reproduksi, resiko stunting dan resiko-resiko lainya yang ditimbulkan dari pernikahan dini.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat memperluas penelitian dan mendalami lagi fenomena-fenomena yang terjadi akibat dari pernikahan dini sehingga bisa efektif dalam menurunkan pernikahan dini yang marak terjadi, serta bisa memperbanyak lagi informan dan memperluas tempat penelitian agar bisa tersebar secara merata, dan juga meneliti tentang tingginya angka perceraian yang diakibatkan dari pernikahan dini.