

Hubungan Tingkat Stres dengan Sikap pada Generasi Z yang Mengalami Pernikahan Dini di Kecamatan Belawa Kabupaten Wajo

Arni AR^{1*}, Ruslang², Ikdafile¹, Nirmawati Darwis¹, Fitriani¹, Uray Wika Suriandani¹

¹Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Puangrimaggalutung, Wajo

²Program Studi Administrasi Kesehatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Puangrimaggalutung, Wajo

*e-mail korespondensi: arnilotus@yahoo.com

Keywords:

Early marriage;
Stress level;
Attitude;
Generation Z

ABSTRACT

Early marriage is a social phenomenon that frequently occurs among Generation Z and has implications for psychological conditions, particularly stress, which can influence individuals' attitudes in navigating married life. This study aims to determine the relationship between stress levels and attitudes among Generation Z individuals who experienced early marriage in Belawa District, Wajo Regency. This study employed a quantitative method with a cross-sectional design. The sample consisted of 30 respondents selected using a total sampling technique. Data were collected using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire to measure stress levels and a Likert scale to assess attitudes. Data analysis was performed using the Chi-Square test with the assistance of SPSS version 22. The results showed a significant relationship between stress levels and attitudes among Generation Z individuals who experienced early marriage, with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). Generation Z individuals experiencing severe stress tended to exhibit negative attitudes toward married life. It can be concluded that the higher the level of stress, the more negative the attitudes demonstrated.

Kata Kunci:

Pernikahan dini;
Tingkat stress;
Sikap;
Generasi Z

ABSTRAK

Pernikahan dini merupakan fenomena sosial yang banyak terjadi pada generasi Z dan berimplikasi pada kondisi psikologis, khususnya stres, yang dapat memengaruhi sikap individu dalam menjalani kehidupan pernikahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan sikap pada generasi Z yang mengalami pernikahan dini di Kecamatan Belawa Kabupaten Wajo. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross sectional. Sampel berjumlah 30 responden yang diambil dengan teknik total sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) untuk mengukur tingkat stres dan skala Likert untuk mengukur sikap. Analisis data menggunakan uji Chi-Square dengan bantuan SPSS versi 22. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan sikap pada generasi Z yang mengalami pernikahan dini dengan nilai $p =$

0,000 ($p < 0,05$). Generasi Z yang mengalami stres berat cenderung memiliki sikap negatif terhadap kehidupan pernikahan. Disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat stres, semakin negatif sikap yang ditunjukkan.

Submitted: 27-11-2025;

Accepted: 28-12-2025;

Published: 30-12-2025



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan yang memungkinkan individu mengatasi tekanan hidup, bekerja produktif, dan berkontribusi pada komunitas. Di Indonesia, masalah kesehatan mental didominasi oleh masalah psikososial seperti stres, kecemasan, depresi, hingga stigma dan bullying (Meilisa Behuku et al., 2023).

Generasi Z (lahir 1997–2012) merupakan kelompok paling rentan terhadap gangguan mental emosional dibanding generasi sebelumnya (Zaldy Abdulah et al., 2024). Data BPS 2023 menunjukkan bahwa generasi ini mencapai 27,94% penduduk Indonesia atau sekitar 74,93 juta jiwa (Rainer, 2023). Karakteristik generasi Z yang lekat dengan teknologi, media sosial, fenomena FOMO, serta kurangnya bimbingan dalam menyikapi informasi, berpotensi membentuk pola pikir yang kurang matang terhadap hubungan dan komitmen, sehingga mendorong terjadinya pernikahan dini (Duana et al., 2022; Rossanti et al., 2024).

Pernikahan dini masih menjadi persoalan serius di Indonesia, terutama pada remaja perempuan (Sri Utami et al., 2023). UNICEF melaporkan bahwa satu dari sembilan anak perempuan menikah sebelum usia 18 tahun, dengan penurunan angka yang sangat lambat dalam sepuluh tahun terakhir (Hakiki, Ulfah, et al., 2020). Di Sulawesi Selatan, 34% perempuan usia 20–24 tahun menikah sebelum 18 tahun, dan di Kabupaten Wajo tercatat 1.106 kasus dalam tiga tahun terakhir, dengan Kecamatan Belawa sebagai wilayah tertinggi (Tristiana et al., 2021).

Remaja yang menikah dini berada pada fase transisi psikologis yang belum matang, sehingga rentan menunjukkan sikap gelisah, menentang, dan emosional (Syalis et al., 2020). Kurangnya kesiapan menikah meningkatkan kerentanan terhadap stres, terutama pada remaja perempuan (Rahmawati et al., 2019). Paparan internet yang tinggi, tekanan ekonomi, peran ganda sebagai pasangan dan orang tua, serta stigma sosial semakin memperberat kondisi stres generasi Z yang menikah dini (Tampubolon, 2021; Sakitri, 2022).

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres dengan sikap generasi Z yang mengalami pernikahan dini di Kecamatan Belawa, Kabupaten Wajo.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif analitik dengan desain cross sectional untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres (variabel independen) dan sikap generasi Z yang mengalami pernikahan dini (variabel dependen). Penelitian dilaksanakan di Kecamatan Belawa, Kabupaten Wajo pada April–Mei 2025, dipilih karena memiliki prevalensi pernikahan dini tertinggi di wilayah tersebut. Populasi penelitian adalah seluruh pasangan yang mengalami pernikahan dini di Kecamatan Belawa sebanyak 30 orang, dan seluruhnya dijadikan sampel dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang terdiri dari data demografi, instrumen Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) untuk mengukur tingkat stres, serta skala Likert untuk mengukur sikap. Data primer diperoleh langsung dari responden melalui prosedur informed consent, sedangkan data sekunder diperoleh dari Kementerian Agama, KUA, serta kantor desa/kelurahan setempat. Pengolahan data meliputi tahap editing, coding, scoring, entry, dan cleaning menggunakan SPSS. Kategori tingkat stres ditentukan berdasarkan skor HARS, sedangkan sikap diklasifikasikan menjadi positif dan negatif berdasarkan nilai mean skor Likert. Analisis data dilakukan secara univariat untuk melihat distribusi karakteristik responden dan secara bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan sikap.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Umum Responden

No	Karakteristik	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Usia		
	>15 Tahun	3	10,0
	16-19 Tahun	23	90,0
2	Pendidikan		
	SD	2	6,7
	SMP	4	13,3
	SMA	24	80,0
3	Pekerjaan		
	IRT	28	93,3
	Wiraswasta	2	6,7

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 30 responden generasi Z yang mengalami pernikahan dini, mayoritas berusia 16–19 tahun (90,0%). Sebagian besar responden berpendidikan SMA (80,0%), dengan sebagian kecil berpendidikan SMP (13,3%) dan SD (6,7%). Berdasarkan pekerjaan, hampir seluruh responden berperan sebagai ibu rumah tangga (93,3%), dan hanya sebagian kecil yang bekerja sebagai wiraswasta (6,7%). Data ini menggambarkan bahwa pernikahan dini pada generasi Z di wilayah tersebut umumnya terjadi pada usia remaja akhir,

dengan latar belakang pendidikan menengah, dan diikuti dengan peran sebagai ibu rumah tangga.

Analisis Bivariat

Tabel 2. Hubungan Tingkat Stres dengan Sikap pada Generasi Z yang Mengalami Pernikahan Dini di Kecamatan Belawa Kabupaten Wajo

Tingkat Stres Generasi Z yang Mengalami Pernikahan Dini	Sikap yang Muncul				Total		p
	Positif		Negatif		n	%	
	n	%	n	%			
Tidak Stres	2	6,7	0	0	2	6,7	0,000
Stres Ringan	0	0	3	10,0	3	10,0	
Stres Sedang	1	3,3	10	33,3	11	36,6	
Stres Berat	0	0	14	46,7	14	46,7	
Total	3	10,0	27	90,0	30	100	

Tabel 2 menunjukkan hubungan antara tingkat stres dengan sikap pada generasi Z yang mengalami pernikahan dini di Kecamatan Belawa, Kabupaten Wajo, dengan jumlah responden 30 orang. Responden yang tidak mengalami stres seluruhnya menunjukkan sikap positif sebanyak 2 orang (6,7%). Pada kategori stres ringan, seluruh responden menunjukkan sikap negatif sebanyak 3 orang (10,0%). Pada kategori stres sedang, sebagian besar responden menunjukkan sikap negatif yaitu 10 orang (33,3%), dan hanya 1 orang (3,3%) yang menunjukkan sikap positif. Sementara itu, pada kategori stres berat, seluruh responden menunjukkan sikap negatif sebanyak 14 orang (46,7%). Secara keseluruhan, hanya 3 responden (10,0%) yang memiliki sikap positif, sedangkan mayoritas yaitu 27 responden (90,0%) memiliki sikap negatif terhadap kehidupan pernikahan. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan sikap pada generasi Z yang mengalami pernikahan dini. Semakin tinggi tingkat stres, semakin cenderung responden menunjukkan sikap negatif.

PEMBAHASAN

Hubungan Tingkat Stres dengan Sikap pada Generasi Z yang Mengalami Pernikahan Dini di Kecamatan Belawa Kabupaten Wajo

Penelitian ini menggunakan analisis bivariat melalui uji Chi-Square untuk menguji hubungan antara tingkat stres sebagai variabel independen dan sikap generasi Z yang mengalami pernikahan dini sebagai variabel dependen. Hasil analisis menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan sikap responden. Sebanyak 3 responden (10,0%) menunjukkan sikap positif yang terdiri dari 2 responden tidak mengalami stres (6,7%) dan 1 responden mengalami stres sedang (3,3%).

Sebaliknya, mayoritas responden yaitu 27 orang (90,0%) menunjukkan sikap negatif yang didominasi oleh responden dengan tingkat stres sedang (33,3%) dan stres berat (46,7%). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres yang dialami, semakin besar kecenderungan munculnya sikap negatif terhadap kehidupan pernikahan (Damiati, 2017 dalam Laoli et al., 2022).

Secara psikologis, temuan ini menggambarkan kondisi yang memprihatinkan pada generasi Z yang menjalani pernikahan dini. Banyak responden menunjukkan gejala denial terhadap kondisi stres yang mereka alami, seperti mengaku tidak stres meskipun hasil pengukuran menunjukkan kategori stres berat. Hal ini terlihat dari perilaku menghindar, kecemasan saat bertemu orang baru, ketegangan dalam komunikasi, serta adanya keinginan yang belum tercapai seperti melanjutkan pendidikan. Kondisi ini mengindikasikan belum adanya kesiapan emosional dan mental dalam menghadapi peran pernikahan (Rilus & Kinseng, 2020). Tekanan sosial dan budaya memiliki peran besar dalam membentuk sikap negatif pada individu yang mengalami pernikahan dini meskipun dukungan keluarga dapat menurunkan risiko stres tinggi (Rilus & Kinseng, 2020). Sikap negatif yang muncul bukan semata akibat pernikahan dini, melainkan hasil dari akumulasi faktor sosial, budaya, emosional, dan pengalaman pribadi yang tidak menyenangkan (Rilus & Kinseng, 2020).

Faktor penyebab stres pada responden dapat dikategorikan ke dalam aspek sosial budaya, psikologis, dan keluarga yang saling berinteraksi. Kurangnya pengetahuan tentang kehidupan rumah tangga, ketidakseimbangan pemahaman hak dan kewajiban pasangan, serta budaya masyarakat yang mendorong pernikahan dini menjadi pemicu utama stres (Safitri et al., 2023). Banyak orang tua memandang pernikahan sebagai perlindungan dari pergaulan bebas dan stigma sosial seperti “perawan tua” tanpa mempertimbangkan kesiapan psikologis anak (Safitri et al., 2023). Perempuan yang menikah di usia dini mengalami keterbatasan ruang gerak, rutinitas domestik yang monoton, serta isolasi sosial dari teman sebaya yang menyebabkan kebutuhan psikososial mereka tidak terpenuhi (Safitri et al., 2023). Kondisi ini diperparah oleh konstruksi budaya patriarki yang menempatkan perempuan pada peran domestik dan membatasi akses terhadap pendidikan serta kemandirian ekonomi (Puspita Sari et al., 2022). Ekspektasi tinggi dari keluarga suami terkait kemampuan mengurus rumah tangga juga menjadi beban psikologis tambahan bagi perempuan yang menikah dini (Puspita Sari et al., 2022).

Penelitian Rahmawati et al. (2019) menunjukkan bahwa pernikahan dini meningkatkan kerentanan remaja terhadap stres yang ditandai dengan mudah tersinggung, kesulitan istirahat, gugup, dan kesulitan untuk tetap tenang (Rahmawati et al., 2019). Kematangan emosi, kemampuan adaptasi, empati, dan pengendalian amarah juga sangat mempengaruhi sikap individu dalam pernikahan dini (Hayatnnufus et al., 2019). Stres akibat pernikahan dini berdampak langsung terhadap dinamika hubungan dan perubahan sikap pasangan muda seperti frustrasi, keengganan berkomunikasi, serta penolakan terhadap bantuan konselor (Nasrah et al.,

2021). Stres kronis pada pernikahan dini juga membentuk sikap pesimis terhadap hubungan, menurunkan kualitas relasi, dan memicu konflik rumah tangga (Ahmed et al., 2013). Stres pada perempuan muda dalam pernikahan dini memicu sikap tertutup, mudah marah, rendah diri, bahkan kehilangan semangat hidup akibat tekanan mental yang dialami (Sembiring, 2023). Sikap terbentuk dari pengalaman dan sangat dipengaruhi oleh kondisi emosi seseorang sehingga semakin tinggi stres yang dialami semakin besar kemungkinan munculnya sikap negatif (Damiani, 2017 dalam Laoli et al., 2022).

Intervensi pada aspek stres sangat penting untuk membentuk sikap yang lebih positif melalui konseling pernikahan, pendidikan kesiapan mental sebelum menikah, serta dukungan keluarga dan lingkungan sosial (Rilus & Kinseng, 2020). Stres tidak hanya memengaruhi aspek emosional tetapi juga kognisi dan perilaku yang tercermin dalam sikap terhadap pasangan, pernikahan, dan diri sendiri (Ahmed et al., 2013). Hubungan antara tingkat stres dan sikap pada pernikahan dini bersifat kompleks karena dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal sehingga pemahaman kondisi psikososial remaja menjadi sangat penting sebelum mengambil keputusan pernikahan (Safitri et al., 2023).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 30 responden di Kecamatan Belawa, Kabupaten Wajo, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan sikap pada generasi Z yang mengalami pernikahan dini. Mayoritas responden berada pada kategori stres berat, yang menunjukkan bahwa pernikahan dini memberikan tekanan psikologis yang cukup tinggi pada individu di usia remaja. Kondisi tersebut berimplikasi pada sikap yang ditunjukkan, di mana sebagian besar responden cenderung memiliki sikap negatif terhadap kehidupan pernikahan dibandingkan sikap positif. Temuan ini menegaskan bahwa semakin tinggi tingkat stres yang dialami, semakin besar kecenderungan munculnya sikap negatif pada generasi Z yang menjalani pernikahan dini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, S., Khan, S., Alia, M., & Noushad, S. (2013). Psychological Impact Evaluation of Early Marriages. *International Journal Of Endorsing Health Science Research (IJEHSR)*, 1(2), 84. <https://doi.org/10.29052/ijehsr.v1.i2.2013.84-86>
- Aulia Rovica Br Sembiring Eka Puji Safitri Nenda Valentin Tarigan Salamah, M. F. A. A. (2023). *Psychological Impact Evaluation of Early Marriage*.

- Duana, M., Maisyaroh, S., Siregar, F., Anwar, S., Musnadi, J., Husna, A., Eky Nursia, L., Studi, P., Masyarakat, K., & Umar, U. T. (2022). Dampak Pernikahan Dini Pada Generasi Z Dalam Pencegahan Stunting. *COMSEP: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2).
- Hayatnufus, R. S., Fauzia, R., Safitri, D. J., Km, J. A. Y., Kalimantan, B., & Kode, S. (2019). Emotional Maturity And Marital Adjustment In Women Who Did Early Marriage In Banjarmasin. In *Jurnal Kognisia* (Vol. 2, Issue 1).
- Laoli, Waruwu, & Lase. (2022). *Analisis Hubungan Sikap Pribadi Dan Harmonisasi Kerja Pada Kantor*.
- Meilisa Behuku, F., Guntur Alfianto, A., Amalia, W., & Malang, W. H. (2023). Self Care of Mental Health Generation Z of Melanesia Race In Indonesia. In *Journal of Rural Community Nursing Practice (JRCNP)* (Vol. 1, Issue 1). <https://ebsina.or.id/journals/index.php/JRCNPeISSN2986-7401>
- Nasrah, K., Sawai, R. P., & Sawai, J. P. (2021). The Effect Of Early Marriage And Marital Stres Among University Students IN Usim. *'Abqari Journal*, 25(2), 145–160. <https://doi.org/10.33102/abqari.vol25no2.460>
- Puspita Sari, A., Nurul Aulia, F., Psikologi, F., Psikologi, J., & Muhammadiyah Hamka Jl, U. (2022). Dampak Dan Faktor Penyebab Pernikahan Dini Di Indonesia. In *12 Tahun* (Vol. 3). <http://jurnal.anfa.co.id>
- Rahmawati, M. N., Rohaedi, S., & Sumartini, S. (2019a). Tingkat Stres Dan Indikator Stres Pada Remaja Yang Melakukan Pernikahan Dini. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 5(1). <https://doi.org/10.17509/jpki.v5i1.11180>
- Rilus, & Kinseng. (2020). *Struktugensi Sebuah Teori Tindakan*.
- Rossanti, F., Nuril Azhar, I., Putra W, Y. V., Apriliani, B., Mahfud, A., Konseling, B., Pendidikan, I., & Psikologi, D. (2024). Isu-Isu Pernikahan Dalam Perspektif Gen Z. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(10), 127–133. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13959285>
- Safitri, R., Dwi Salmarini, D., Hanik Fetriyah Fakultas Kesehatan, U., Sari Mulia, U., Pramuka No, J., Luar, P., Timur, B., & Selatan, K. (2023). Pengetahuan, Budaya, Serta Media Massa Berhubungan Dengan Kejadian Pernikahan Dini Pada Remaja Putri. *JKJ: Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(4).
- Sakitri, G. (2022). “Selamat Datang Gen Z, Sang Penggerak Inovasi!” Sanksi Pelanggaran Pasal 113 Undang-undang No. 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta. (n.d.).
- Sri Utami, A., Andini, P., Angeli, A., Jumadil Wahyuni, A., Oksalina Adrianti, D., & Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat, K. (2023). *Pencegahan Pernikahan Dini Pada Remaja* (Vol. 1).
- Ulfa, & Fahriza. (2019). *Psikologi Kesehatan Faktor Penyebab Stres dan Dampaknya Bagi Kesehatan*.
- Zaldy Abdulah, A., Suerni, T., Nurochmah Rumah Sakit Jiwa Daerah Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah, E., Brigjen Sudiarto No, J., & Tengah, J. (2024). Masalah Kesehatan Mental Generasi Z Di Rumah Sakit Jiwa. In *JKJ: Persatuan Perawat Nasional Indonesia* (Vol. 12, Issue 2).