

INTERVIEW GUIDE

I. Pengantar

1. Menjelaskan kembali identitas diri secara resmi kepada subjek
2. Menjelaskan tujuan wawancara dengan kode etik wawancara seperti menjaga kerahasiaan wawancara, izin merekam hasil wawancara dan identitas subjek.
3. Memulai aktivitas wawancara dengan subjek

II. Data diri responden

1. Nama :
2. Usia :
3. Jenis kelamin :
4. Pendidikan :

III. Tujuan Wawancara

1. Mengetahui regulasi emosi pasangan yang menikah dengan proses ta'aruf
2. Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi

IV. Proses Regulasi Emosi

a. Pemilihan Situasi (*Situation Selection*)

1. Apakah yang bapak/ibu lakukan ketika mengalami masalah?
2. Apakah bapak/ibu akan menceritakan masalah tersebut kepada orang disekitar?
3. Apa yang bapak/ibu lakukan ketika menghadapi sesuatu yang memicu emosi?

4. Situasi- situasi seperti apa yang biasanya memicu emosi negatif? Apa yang bapak/ibu lakukan?
 5. Apa yang bapak/ibu lakukan ketika berada pada situasi yang tidak menyenangkan?
- b. Perubahan/Modifikasi Situasi (*Situation Modification*)
1. Apa saja upaya yang bapak/ibu lakukan untuk mengubah situasi yang tidak menyenangkan tersebut?
 2. Bagaimana pendapat bapak/ibu terhadap situasi yang anda alami saat ini?
 3. Apakah bapak/ibu pernah mencoba mengubah situasi tersebut?
Contohnya.
- c. Penyebaran Perhatian (*Attentional deployment*)
1. Saat mengalami masalah, apa bapak/ibu pernah mengalihkan perhatiannya pada hal yang lebih menyenangkan?
 2. Bagaimana cara bapak/ibu untuk mengalihkan perasaan yang kurang menyenangkan?
 3. Apa yang biasa bapak/ibu pikirkan agar dapat meredakan emosi yang dirasakan?
 4. Apa bapak/ibu pernah membayangkan mengenai hal terburuk yang mungkin muncul dari masalah tersebut?
- d. Perubahan Kognitif (*Change of Cognitions*)
1. Apa yang bapak/ibu pikirkan ketika akan memulai hidup baru?
 2. Bagaimana pandangan bapak/ibu tentang pasangan saat ini?

3. Apa yang bapak/ibu pikirkan sehingga mampu menerima kondisi bapak/ibu saat ini?
 4. Hikmah apa yang bapak/ibu dapat setelah menikah?
 5. Bagaimana cara bapak/ibu menilai sebuah masalah?
 6. Apakah bapak/ibu dapat memikirkan langkah apa saja yang harus diambil untuk mengatasi masalah?
- e. Perubahan Respon (*Modulation of Respon*)
1. Apa yang bapak/ibu lakukan ketika sudah tidak dapat menahan emosi?
 2. Upaya apa yang bapak/ibu lakukan ketika ada permasalahan yang sama terulang kembali dalam rumah tangga?
 3. Setelah bertengkar atau berbeda pendapat dengan pasangan apa yang bapak/ibu rasakan?
 4. Bagaimana cara bapak/ibu mengatur perasaan terhadap orang lain ketika anda dalam keadaan marah?
 5. Apa hambatan yang terjadi dalam upaya mengatur perasaan negatif?

V. Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi

- a. Jenis Kelamin
1. Apakah yang bapak/ibu pikirkan saat pasangan sedang memiliki masalah?
 2. Bagaimana cara penyelesaian yang efektif dapat bapak/ibu lakukan ketika ada masalah?
- b. Religiusitas
1. Apa yang bapak/ibu pikirkan ketika ada yang mengajak untuk berta'aruf?
 2. Bagaimana cara bapak/ibu bisa yakin dengan keputusan tersebut?

3. Apa yang bapak/ibu rasakan ketika sudah meyakini bahwa ia adalah jodoh bapak/ibu?
4. Apa saja kegiatan sehari-hari yang bapak/ibu lakukan untuk mengantisipasi perasaan negatif?

c. Tempramen

1. Ceritakan apa yang bapak/ibu lakukan saat marah?
2. Bagaimana perasaan bapak/ibu saat itu?
3. Apakah bapak/ibu mudah kesal?
4. Apa yang bapak/ibu lakukan saat kesal?
5. Bagaimana perasaan bapak/ibu setelah emosi negatif itu hilang?
6. Bagaimana respon bapak/ibu setelah emosi negatif hilang?

d. Kepribadian

1. Apakah bapak/ibu mengalami kekhawatiran atau kecemasan selama proses ta'aruf?
2. Bagaimana cara bapak/ibu menghilangkan kecemasan tersebut?
3. Bagaimana cara bapak/ibu mengembalikan suasana hati jika ada masalah?

e. Motivasi

1. Apa motivasi bapak/ibu melakukan ta'aruf?
2. Apa yang bapak/ibu harapkan ketika melakukan pernikahan dalam proses ta'aruf?
3. Jika harapannya sudah tercapai, apa yang bapak/ibu rasakan?

f. Budaya

1. Kebiasaan apa yang bapak/ibu lakukan ketika emosi positif?

2. Mengapa bapak/ibu melakukan hal tersebut?
3. Kebiasaan apa yang bapak/ibu lakukan ketika emosi negatif?
4. Mengapa bapak/ibu melakukan hal tersebut?
5. Ketika ada masalah apa yang bapak/ibu lakukan?
6. Apakah bapak/ibu akan merasa tersinggung jika ditegur oleh pasangan?

g. Kognitif

1. Bagaimana perasaan bapak/ibu saat pertama kali ketika menjalani hari sebagai seorang istri/suami?
2. Apa yang ingin bapak/ibu capai dalam pernikahan dengan proses ta'aruf ini?
3. Bagaimana cara bapak/ibu mencapai hal tersebut?

h. Dukungan Sosial

1. Bagaimana pendapat keluarga ketika bapak/ibu melakukan ta'aruf?
2. Dukungan seperti apa keluarga dan teman bapak/ibu berikan?
3. Apa yang bapak/ibu lakukan setelah mendapat dukungan tersebut?
4. Adakah perubahan dalam pengelolaan perasaan bapak/ibu ketika mendapat dukungan dari orang-orang disekitar?
 - (a) Jika iya, perubahan seperti apa?
 - (b) Jika tidak, mengapa?

Interview Guide *Signifikan Person*

Nama :

Usia :

Hari/Tanggal Wawancara :

Waktu Wawancara :

Tempat Wawancara :

1. Identitas

- 1) Assalamualaikum, perkenalan
- 2) Inform Consent (ucapan terimakasih sebagai informan, izin penelitian, izin merekam, data akan terrahasiakan, mengisi inform consent)
- 3) Perkenalan (nama, usia, status, pekerjaan, kesibukan)
- 4) Latar belakang pendidikan dan keluarga subjek
- 5) Building Raport (menanyakan keadaan)

2. Wawancara Inti

- 1) Apa hubungan anda dengan subjek?
- 2) Sudah berapa lama anda mengenal subjek?
- 3) Apa yang anda ketahui tentang subjek?
- 4) Menurut anda subjek orang yang seperti apa?
- 5) Ceritakan bagaimana kedekatan anda dengan subjek?

3. Penutup

- 1) Menyelesaikan wawancara
- 2) Ucapan terimakasih dan mohon maaf
- 3) Semoga bermanfaat
- 4) Wassalamualaikum

Transkrip Pasangan pertama

Nama Inisial : Bapak Blue

Usia : 26 Tahun

Status : Suami

A	Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh
S	Waalaikumsalam Warahmatullahi Wabarakatuh
A	Perkenalkan saya Awalia Yusma Fakultas Agama Islam Jurusan Komunikasi Penyiaran Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Seperti yang sudah bapak baca di inform consent, saya disini ingin menggali informasi dari bapak tentang pengelolaan emosi pada pasangan yang menikah melalui proses taaruf. Selama proses wawancara ini saya izin merekam dan mencatat ya pak, bisa perkenalkan diri dulu pak?
S	Iya, perkenalkan nama saya Bapak Blue, usia 26 tahu, pendidikan sarjana teknologi pertanian UGM mba.
A	Baik, sebelumnya terimakasih ya karena bapak dan istri sudah bersedia menjadi subjek saya.
S	Iya mba.
A	Baik saya mulai ya pak, untuk yang pertama bapak ini menikahnya melalui proses taaruf ya?
S	Iya.
A	Kira-kira ada kendala yang dilewati selama proses taaruf tersebut tidak pak?
S	Alhamdulillah, dari awal taaruf sampai proses akad itu waktunya sangat singkat hanya kurang lebih engga sampe dua bulan.
A	Terkait proses taaruf tersebut apakah bapak bercerita kepada orang lain disekitar?
S	Iya, saya bercerita ke beberapa teman yang saya harapannya semoga bisa jadi inspirasi sehingga mereka bisa ikut berproses dalam taaruf dalam rangka mengurangi semacam pacaran dan sebagainya.
A	Saat ada emosi negative, biasanya apa yang bapak lakukan?
S	Sebagai seorang manusia tentu saja adakalanya kita punya emosi negative

	maupun positif, nah ketika kita punya emosi negative kita engga boleh menyalurkan ketempat yang salah atau mungkin menyalurkan dengan hal yang negative juga, kalo saya sendiri ketika punya emosi negative lebih cenderung berdiam diri untuk mengurangi dampak emosi negative itu keorang lain mba.
A	Lalu ketika ditempatkan pada situasi yang tidak menyenangkan bapak lebih suka berdiam diri saja, seperti itu?
S	ya kurang lebihnya seperti itu mba, walaupun ada kalanya emosi negative ini tanggapannya berbeda, tapi hanya pada kasus-kasus tertentu.
A	Untuk menghilangkan atau meredakan emosi negative, upaya apa yang biasanya bapak lakukan?
S	Kalau saya biasanya cari suasana baru, misalnya ketika saya dapat emosi negative itu ditempat A, ya saya pindah ketempat B, yang mungkin dengan pindah itu bisa sedikit meredam dan sedikit melupakan yang berkaitan dengan hal tersebut.
A	Bagaimana pendapat bapak tentang permasalahan rumah tangga yang dihadapi pasca menikah?
S	Pasca menikah ini tentu nya banyak kejutan-kejutannya, karena kita hidup dengan orang yang belum pernah kita kenal, bertemu, bahkan belum tau watak dan karakternya seperti apa, jadi saling belajar untuk memahami terhadap pasangan, memahami karakter, tingkah laku, maupun kebiasaan-kebiasaaan, yang bagi kita bertaaruf adalah hal-hal baru yang belum pernah kita dapatkan.
A	Bagaimana cara bapak mengubah atau menangani situasi yang penuh kejutan tersebut?
S	Kita sama-sama menjalani aja, saling mempelajari satu sama lain dan ya harus bisa saling mengerti, mungkin ada kebiasaan saya yang kurang disetujui sama istri, atau mungkin istri belum bisa menerima, ya kita saling memahami dulu, nah nanti ketika sudah saling memahami bisa kita ajak diskusi, mungkin ada bagian-bagian yang harus kita sesuaikan atau seperti apalah.
A	Selama berumah tangga pasti pernah mengalami masalah ya pak, apa bapak pernah mengalihkan perhatian pada hal-hal yang lebih menyenangkan?
S	Iya pernah, jadi memang masalah itu bukan sesuatu yang bisa kita hindari ya, setiap orang yang menikah pasti, baik taaruf atau engga akan ada aja masalahnya, mengenai pembeda taaruf dan yang engga, mungkin karena ini seperti yang saya sebutkan tadi kita belum memahami karakter masing-masing

	diawal, untuk menyelesaikannya ya itu saya lebih cenderung untuk diam, cari suasana baru, atau mengajak istri keluar untuk jalan-jalan seperti itu mba.
A	Berati untuk mengalihkan perasaan yang kurang menyenangkan, bapak suka cari suasana baru, terus ngajak istri jalan-jalan keluar gitu ya pak?
S	Iya mba, saya suka cari suasana baru aja biar engga ada perasaan canggung atau gimana gitu.
A	Apa yang biasanya bapak pikirkan untuk meredakan emosi negative?
S	Pertama, tergantung masalahnya terkait apa, apakah itu masalahnya mendasar, atau kah itu masalah ringan, nah kalau untuk yang mendasar dan mungkin butuh kehati-hatian untuk menasehati istri ya, untuk sementara mungkin lebih cenderung untuk berdiam seperti tadi mba, tapi kita cari momen terus cari waktu yang pas, untuk kemudian berdiskusi, beda hal dengan masalah yang ringan, mungkin bisa saat itu juga, tapi dengan waktu yang pas juga, kita selesaikan bareng.
A	Bapak pernah membayangkan tidak mengenai hal terburuk yang mungkin muncul dari sebuah permasalahan?
S	Iya, semua orang memang harus siap sedia ya mba, setiap orang yang menikah harus ada antisipasi terhadap hal-hal buruk yang kemungkinan anak terjadi.
A	Apa yang bapak pikirkan ketika akan memulai hidup berumah tangga?
S	Alhamdulillah semuanya berjalan lancar, yang saya pikirkan waktu itu intinya rumah tangga saya harus berhasil gitu mba.
A	Bagaimana pandangan bapak tentang pasangan istri saat ini?
S	Ini jodoh itu ternyata engga terlalu jauh dengan diri kita mba, jadi mau bagaimana pun ternyata jodoh itu sama dengan karakter kita, saya menanyakan kebeberapa temen saya juga ternyata sama, ternyata banyak kemiripan karakter dan kebiasaan seperti itu, jadi kalo saya menyarankan kepada temen-temen yang belum menikah jangan takut dengan proses taaruf.
A	Kemudian apa yang bapak pikirkan sehingga bisa menerima keadaan saat ini?
S	Jadi gini ya mba engga ada hal yang sempurna, jadi dari kita ataupun pasangan pasti punya kekurangan, tugas kita untuk bisa seiring sejalan, terus harmoni, ya itu kita saling melengkapi saling menutupi kekurangan satu sama lain.
A	Menurut bapak hikmah yang didapatkan setelah menikah apa?

S	Menikah itu membuat kita bahagia mba.
A	Iya baik pak, kemudian selama menikah itukan pasti ada masalah-masalah seperti yang tadi diawal saya sampaikan, bagaimana cara bapak menilai sebuah permasalahan tersebut?
S	Mungkin kita ukur dari efek masalah itu sendiri, misalnya efeknya besar bisa berefek panjang atau berhari-hari, tapi kalo masalah ringan itu saya maksud mungkin efek sementara dan itu tidak berefek besar.
A	Langka apa saja yang bapak pikirkan untuk mengatasi masalah?
S	Seperti yang udah saya sebutkan tadi, kalo saya yang pertama berpindah dari tempat dimana masalah tersebut didapatkan, kemudian pergi ke tempat yang baru cari suasana baru, dan nanti ketika momennya tepat, maksudnya katakanlah ketika itu saya masih ada emosi negative, ya udah tunggu sampai reda, begitu juga ketika istri kita tunggu sampe reda, kita cari momen terus kita diskusi baru diselesaikan mba, jadi engga seketika itu harus diselesaikan, dan harus diskusikan ketika itu, dan saya berpikir ketika masing-masing masih punya ego ataupun emosi negative, tentu saja itu malah membuat emosi itu semakin membesar seperti itu.
A	Baik pak, ketika tidak dapat menahan emosi biasanya apa yang bapak lakukan?
S	Kalo saya ini ke poin yang tadi sih mba, saya lebih ke berdiam diri, nunggu emosi reda, baru kita diskusi, jadi ketika diskusi dengan istri itu perasaannya udah agak lega seperti itu.
A	Terus upaya apa yang bapak akan lakukan ketika ada permasalahan yang terulang kembali dalam rumah tangga?
S	Mungkin di kami, itu jarang terjadi sih mba, lebih sering permasalahan yang baru, jadi intinya kami sama-sama sudah paham gitu mba, kalo pasangan engga suka, kami sama-sama perbaiki agar engga terulang lagi.
A	Saat bertengkar atau berbeda pendapat gitu apa yang biasanya bapak rasakan?
S	Berbeda pendapat terus ada bertengkar itu memang fitrahnya manusia ya mba, walaupun itu sepasang suami istri, saya yakin setiap pasangan pernah mengalami, nah kalo kami ketika terjadi perbedaan pendapat ya kita diskusi mencari titik temu dan memang kita saling memahami menurunkan ego masing-masing seperti itu.
VA	Kemudian bagaimana biasanya cara bapak mengatur perasaan terhadap orang lain ketika dalam keadaan marah?

S	Emang tipekal saya ketika marah cenderung diam itu, jadi ketika marah saya relatif berdiam diri seperti itu.
A	Kira-kira ada hambatan tidak ketika bapak berupaya mengatur perasaan negative?
S	Kalo saya sendiri tidak ada masalah, karena ya itu tadi ketika perasaan negative itu muncul langsung mencari suasana baru untuk meredakan emosi tersebut.
A	Ketika pasangan sedang memiliki sebuah masalah, apa yang bapak pikirkan?
S	Ini terkait dengan memahami karakter istri, ternyata itu mba istri itu juga karakternya tidak jauh dengan saya, ketika ada masalah cenderung berdiam diri dulu, ketika udah agak reda emosinya, itu baru bisa diajak bicara jadi ya saya mau engga mau harus mendiamkan diri dulu juga, biar emosinya agak turun baru saya ajak diskusi seperti itu.
A	Berati itu adalah cara efektif yang bapak lakukan dalam menyelesaikan masalah?
S	Kalo saya rasa dengan karakter istri saya yang sudah saya pahami, langkah itu paling efektif untuk saat ini mba.
A	Apa yang bapak pikirkan ketika mengambil keputusan untuk bertaaruf?
S	Karena prinsip saya dulu adalah menikah harus dengan proses taaruf, makanya saya yakin dengan keputusan tersebut.
A	Kemudian bagaimana cara bapak bisa yakin dengan keputusan tersebut?
S	Tentu saja setiap orang yang mau menikah bahkan yang engga taaruf pun, diawal-awal pasti akan muncul kebingungan dan itu adalah godaan setan, karena nikah itu setau saya ibadah yang panjang dan paling lama seumur hidup gitu ya mba, pasti setan itu akan menggoda untuk mengagalkan nikah tersebut mba, jadi kalo saya ya memperbanyak istighfar terus istikharah, intinya melibatkan Allah dalam mengambil keputusan ini.
A	Kegiatan apa yang biasanya bapak lakukan untuk mengantisipasi perasaan negative?
S	Saya sendiri biasanya mengisinya dengan hal-hal yang positif, seperti jangan sampai ada waktu kosong yang disitu istilahnya kita bisa melamun lah imba, ada peluang pikiran negative, jadi kita isi dengan berkegiatan positif untuk menghindari peluang-peluang negative seperti itu mba.
A	Bapak bisa ceritakan apa yang bapak lakukan ketika sedang marah?

S	Ya itu tadi mba kembali ke karakter saya yang relatif untuk berdiam diri dulu saat emosi, kemudian cari suasana baru, terus nanti mengintropeksi apa sih yang menjadi masalah sumber emosi tersebut, lalu kita diskusi kesumbernya, katakanlah misalnya sama istri ya kita diskusikan sama istri, kita bicara baik-baik.
A	Kira-kira kalau bisa digambarkan, seperti apa pak perasaan bapak saat itu?
S	Ya seperti emosi pada umumnya mba, kalau saya bisa terbang mungkin langsung terbang mba hehe, ya pokoknya jangan sampai efek marah atau emosi negative itu berimbas ke orang-orang sekitar sih mba, maka dari itu saya lebih banyak untuk berdiam diri dulu untuk meredakan emosinya mba.
A	Kemudian menurut bapak, orang yang mudah kesal tidak?
S	Tergantung sih mba, saya itu kesal dengan sesuatu yang mungkin menyinggung, tapi yang terkait dengan orang tua ataupun dengan orang-orang terdekat kita seperti itu, itu lebih mengesalkan dari pada diri saya sendiri yang disinggung atau semisalnya seperti itu mba.
A	Saat kesal seperti itu, apa yang biasanya bapak lakukan?
S	Ya kalau saya menurunkan emosi dulu, ditata dulu baru kita diskusi sama orang yang bikin kesal itu, dengan cara yang baik, tentu saja proses penyelesaiannya itu juga tidak menyinggung sumbernya tadi.
A	Ketika permasalahannya sudah selesai pak, gimana perasaannya?
S	Ini mba pokoknya kalo lagi emosi harus dihilangkan diredakan sampai pada kondisi awal kita tahu, katakanlah saat kita tersinggung terhadap sesuatu gitu ya, ya kita turunkan ego emosi itu sampai seperti kondisi awal sebelum kita tahu masalah tersebut seperti itu mba.
A	Bagaimana perasaannya setelah emosi negative itu hilang?
S	Jadi ketika emosi negative itu belum benar-benar hilang, kembali seperti awal sebelum ada masalah, ya pas itu kan engga enak mba perasaannya, tapi setelah kembali ke posisi awal perasaannya jadi lega, ketika diskusi juga lebih enak dan kita bisa berpikir jangka pendek maupun jangka panjang, jadi ketika emosi itu kan kita engga berpikir untuk jangka panjang, kadangkala kita terpaksa harus mengambil hal-hal pendek, yang disitu banyak merugikan diri kita maupun oranglain.
A	Kemudian selama proses taaruf sampai menikah, kira-kira bapak pernah mengalami perasaan khawatir atau cemas gitu engga pak?

S	Pasti diawal-awal ada rasa cemas terus khawatir juga, apalagi ini proses taaruf yang pertama dan terakhir gitukan, baru sekali taaruf, terus benar-benar dengan orang baru yang belum pernah kita kenal, ya ada rasa cemas gitu mba, tapi kalau saya cemasnya lebih kediri saya mba bukan kecalon pasangannya, jadi kaya kepikiran pantas engga ya kira-kira saya untuk dia gitu mba.
A	Bagaimana cara bapak menghilangkan perasaan tersebut, sehingga bisa mengembalikan suasana hati menjadi tenang lagi?
S	Kalo saya ini sih mba ketika ada perasaan takut khawatir gitu saya ikut kegiatan-kegiatan positif, ikut kajian-kajian, ketemu temen-temen yang sekiranya bisa ngasih solusi, ataupun ya sekedar ketemu dengan teman-teman yang sholih itu kan otomatis kita juga akan terkena frekuensi, jadi kita bisa menghilangkan kecemasan tersebut dari diri saya.
A	Apa motivasi bapak melakukan proses taaruf?
S	Karena prinsip saya sejak awal engga mau pacaran, terus saya mantap aja sih mba proses taaruf itu seru dan itu satu-satunya jalan untuk menuju pernikahan yang paling pas dan berkah seperti itu.
A	Kemudian harapan apa yang bapak ketika melakukan proses ini?
S	Kalau harapan taaruf, tentu saja memiliki pasangan yang mungkin sesuai dengan kriteria yang kita impikan, atau mungkin lebih dari yang kita harapkan, dan Alhamdulillah saya mendapatkan itu mba.
A	Bagaimana perasaannya bapak setelah itu?
S	Perasaannya ya sangat senang dan bersyukur sekali mba seperti itu.
A	Kebiasaan apa yang bapak lakukan ketika ada emosi-emosi positif ?
S	Kalau ada emosi positif ya mba, kalau dengan istri ya mungkin kasih hadiah keistri, ya walaupun sebatas ngajak keluar, atau beli makanan yang disukai istri, atau apalah seperti itu.
A	Kenapa bapak melakukan hal tersebut?
S	Ya sebagai wujud ini aja sih mba, bersyukur.
A	Kemudian untuk kebiasaan yang bapak lakukan ketika ada emosi negatif, itu seperti apa pak?
S	Ya itu mba bediam diri dan meredakan emosi.
A	Biasanya saat ditegur oleh istri, bapak ada perasaan tersinggung tidak?
S	Saya biasanya besembunyi dulu, jadi ketika puncak negative dari emosi tersebut

	sedang muncul, saya bagaimana pun caranya, jangan sampai istri itu mendekat dulu, walaupun biasanya saya sebentar, cepet hilang rasa emosi itu.
A	Bagaimana perasaan bapak saat menjalani hari sebagai seorang suami?
S	Tidak bisa digambarkan sih mba, tentu saja saya sebagai laki-laki menjadi seorang suami adalah sebuah capaian yang membuat kita sangat bahagia dan bagaimana caranya kita berusaha menjadi sebaik-baiknya suami, dan ketika sudah selesai taaruf lalu sudah sah jadi suami itu rasanya benar-benar ini mba bahagia, dan disitu saya merasa punya tanggung jawab besar terhadap istri saya.
A	Kira-kira ada hal yang ingin bapak capai atau wujudkan tidak dalam pernikahan ini, bagaimana cara bapak mencapainya?
S	Sesuai dengan kesepakatan kita dulu diawal bersama pasangan saya, kita ingin jadi keluarga Qurani yang menumbuhkan rasa cinta Quran, yang disitu kita menebarkan semangat dan energi positif dari Quran, nah itu prosesnya mungkin kita ini ya mba berusaha semaksimal mungkin dan memperbanyak kegiatan-kegiatan yang bersinggungan dengan cita-cita kita tersebut, mulai dari ikut Quran Cam dan seperti itu mba.
A	Bagaimana pendapat keluarga bapak ketika melakukan proses taaruf ini?
S	Kalau keluarga saya itu lebih cenderung mempersilahkan, jadi tidak menghalangi ataupun memberi semacam kebebasan juga, intinya dipersilahkan mengambil jalan hidup sendiri dan yang penting komitmen dengan jalan yang sudah diambil seperti itu.
A	Kalau dari teman-teman disekitar bapak?
S	Kalau teman-teman saya kebetulan juga melalui proses taaruf, jadi engga jauh bedalah, mereka mendukung juga seperti itu mba.
A	Kemudian apa yang bapak lakukan setelah mendapat dukungan tersebut?
S	Ketika kita semua berada di suatu frekuensi yang sama, tentu saja kita akan saling menguatkan untuk memantapkan langkah.
A	Bagaimana perasaan bapak setelah mendapatkan dukungan dari orang-orang tersebut?
S	Pasti setiap orang itu ada titik khawatir, cemas ketika melakukan proses taaruf itu ya mba lalu menuju pernikahan, nah ketika kita didukung oleh orang-orang sekitar, rasa cemas itu mulai hilang, jadi lebih mantap, engga ada rasa khawatir lagi seperti mba.

A	Mungkin itu saja bapak pertanyaan-pertanyaan yang diberikan dalam wawancara ini, sebelumnya terimakasih bapak atas waktu yang diberikan, insya Allah data identitas yang ada disini akan dirahasiakan, Assalamu'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh.
S	Iya, semoga bisa menlancarkan proses skripsi mba, terimakasih, Wa'alaikumsalam warrahmatullahi wabarakatuh.

Transkrip

Nama Inisial : Ibu Blue

Usia : 26 Tahun

Status : Istri

A	Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh
S	Waalaikumsalam Warahmatullahi Wabarakatuh
A	Perkenalkan saya Awalia Yusma Fakultas Agama Islam Jurusan Komunikasi Penyiaran Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Seperti yang sudah ibu baca di inform consent, saya disini ingin menggali informasi dari ibu tentang pengelolaan emosi pada pasangan yang menikah melalui proses taaruf. Selama proses wawancara ini saya izin merekam dan mencatat ya bu, bisa perkenalkan diri dulu bu?
S	Iya, perkenalkan nama saya Ibu Blue, usia 26 tahu, sekarang bekerja di rumah sakit sakinah Idaman.
A	Sudah berapa lama ibu bekerja disana?
S	Kurang lebih 4 tahun, dari sebelum menikah sampai sekarang.
A	Lulusan dari kampus apa bu?
S	Saya lulusan poltekes kemenkes Jogjakarta.
A	Oh berarti S1 nya disana ya bu, kalau SD, SMP, SMA nya dimana bu?
S	Itu D3 mba, kalau SDN nya Giri Wongo, SMP nya Negeri 1 Imogiri, SMA nya 3 Bantul dan D3 nya jurusan analisis kesehatan mba.
A	Sebelumnya maaf bu, kalau dari keluarga itu ada yang guru agama atau ustad gitu engga bu?
S	Engga ada sih sama aja kaya keluarga pada umumnya.
A	Kalau orang tua ibu asli orang jogja ya bu?
S	Iya, ibu saya asli jogja, kalau bapak aslinya Banyumas.
A	Ibu bisa ceritakan kenapa mengambil keputusan bertaaruf?
S	Kalau dari saya kan, karena sudah memasuki usia, terus memikirkan saya sudah lulus juga, apalagi gitu yang dipikirkan selain menikah, kemudiannya kita proses taarufnya itu, saya itu engga tau ternyata suami saya itu mengincar saya udah

	<p>lama, katanya sih sudah sejak SMA, tapi saya sendiri engga tau, memang kita itu satu kecamatan tapi beda organisasi, beda SMA, beda kuliah juga, tapi kita itu pernah dipertemukan dalam satu event, terus dalam satu kepanitian, nah dia itu ceritanya semejak itu dia berusaha untuk mencari-cari tau tentang saya melewati temen saya tanpa sepengetahuan saya, saya sendiri engga tau kalo misalkan temen saya itu tanya-tanya tentang saya untuk di informasikan ke dia, taunya ya ketika sudah berniat untuk serius, kemudian waktu itu tahun 2017 dia mengatakan keinginan untuk menikah, nah saat itu kan posisinya saya juga sudah bekerja, saya udah lulus, adik saya juga udah mau lulus, jadinya waktu itu saya bilang sama orang tua, ini ada yang mau melamar seperti itu, kalau dari orang tua sendiri mengembalikan lagi keputusan kepada saya udah siap belum, maksudnya dari menikah pasti akan punya anak, terus akan pisah sama orang tua juga, nah itu apakah sudah dipikirkan secara baik-baik, posisinya diusia itu saya dan teman-teman sedang dalam istilahnya pingin menikah tapi itu hanya sebatas keinginan saja, jadi belum meluruskan niat, ketika orang tua menanyakan seperti itu saya juga berpikir kembali, apakah niat saya menikah ini benar-benar niat ingin menikah atau hanya ingin seperti pasangan-pasangan yang lain, kemudian saya istikharah, meniatkan kembali dan saya berusaha untuk mencari tahu tentang dia juga, kebetulankan saya lihat agamanya juga baik, jadi ya insya Allah saya mantap terus bilang ke orang tua, orang tua juga setuju seperti itu, mereka menyerahkan semua keputusannya kepada saya.</p>
A	Masya allah ibu ceritanya romantis sekali, kalau boleh tau ibu berapa bersaudara?
S	Allhamdulillah mba, dua, saya sama adik saya, adik saya perempuan, baru lulus saja lulus dari D3 rekamedis UGM.
A	Kemudian ketika ada masalah, bagaimana cara ibu menghadapinya?
S	Ini permasalahan dalam rumah tangga ya mba?
A	Iya bu.
S	Kalau dari saya sendiri ini, ya diselesaikan baik-baik, jadi misalkan kita ada perbedaan pendapat, kan saya juga bekerja dia juga bekerja, kadang waktu sampai rumah kita juga udah sama-sama cape, terus masih ngurusin rumah juga, kadang ada masalah misalkan ini piring belum dicuci seperti itu, nah itu dibicarakan secara baik, kita selesaikan secara baik-baik juga.
A	Biasanya saat ada masalah rumah tangga, ibu pernah menceritakan ke orang tua

	atau keteman-teman sekitar ibu?
S	Kalau dari saya sendiri sih lebih cenderung tertutup, misalkan sama orang tua cuman cerita secara umum aja, maksudnya tentang perkembangan saya dan suami gimana, tapi kalau untuk masalah seperti itu saya engga pernah cerita karena kalo keyakinan saya dan suami kebetualan kita sama-sama menyakini kalo kejadian sesuatu dalam keluarga itu, ya harus diselesaikan di keluarga jangan sampai orang lain itu tau.
A	Situasi seperti apa yang bisa memicu emosi ibu?
S	Mungkin ini ya lebih ke keadaan aja sih, soalnya kita kan sama-sama bekerja, terus dalam keadaan ada beban yang harus saya tanggung dipekerjaan, terus bergitu pulang, keadaan rumah berantakan misalnya, itu juga memicu emosi saya, jadi mungkin lebih ke secara psikis aja sih.
A	Lalu ketika itu apa yang ibu lakukan?
S	Ketika keadaan seperti itu, saya diem aja sih, saya juga belajar dari tetangga ya kadang mereka marah-marah suaranya suka kedengaran jadi kalau saya sendiri cenderung diem terus sambil membereskan apa yang berantakan.
A	Berarti tidak diluapkan ke sesuatu yang lain ya bu, selain diam aja?
S	Engga kalau saya cuman diem aja mba, tapi suami tau kalau saya lagi marah itu pas diajak bicara sayanya diem, terus dia juga mendingkan diri, baru ketika nanti keadaan sudah reda diajak bicara baik-baik.
A	Ketika ibu berada pada situasi yang kurang menyenangkan apa yang ibu lakukan?
S	Situasi yang kurang menyenangkan misalnya dari pekerjaan rumah sakit itu kan banyak ya mba, kebetulan saya itu adalah kepala unit, jadinya beban kerjanya itu cenderung lebih banyak, ketika saya sampaikan pada suami, suami menyarankan untuk resign aja, seperti itu, tapi dari saya sendiri, saya masih ingin mengaplikasikan ilmu, jadi perasaan kurang menyenangkannya, sebagai istri kalau mengikuti keinginan suami kan dirumah aja gitu.
A	Lalu upaya apa yang ibu lakukan untuk merubah situasi yang kurang menyenangkan tersebut?
S	Saya bilang ke suami, saya berjanji pada diri saya sendiri untuk menyeimbangkan pekerjaan dirumah sakit, dan menyelesaikan pekerjaan dirumah juga, jadi engga mengecewakan.

A	Bagaimana cara ibu mengalihkan perhatian dari sebuah masalah?
S	Karena saya sukanya makan atau kalau engga belanja makanan banyak, atau saya juga suka nonton kartun. Saya sendiri meyakini ini kalau seorang muslim itu tidak boleh marah lebih dari 3 hari, apalagi dengan suaminya sendiri, jadi dalam satu hari itu pasti selesai.
A	Biasanya bagaimana cara ibu untuk menenangkan diri?
S	Kalau saya berusaha untuk menangkan diri, karena berkeyakinan saya sendiri sudah mengambil keputusan untuk menikah, menikah itu bukan suatu hubungan singkat, bukan putus nyambung gitu, jadi saya sendiri paham, bahwa kalau misalkan marah ya harus diredakan, jadi segala masalah apaun harus bisa diselesaikan seperti itu.
A	Apakah ibu pernah membayangkan sesuatu yg buruk saat sedang emosi?
S	Pernah sih, maksudnya dampak dari masalah ya?
A	Iya bu.
S	Saya sih membayangkan ketika saya meluapkan emosi, lalu tidak melakukan apa-apa, apakah rumah itu juga akan bersih dengan sendirinya, saya juga harus berpikir kedepan apa yang harus saya lakukan, dan akhirnya saya juga membersihkan rumah.
A	Apa yang ibu pikirkan ketika memulai hidup baru?
S	Kalau itu kebetulan karena kita belum pernah akrab, jadi untuk awal-awalnya sih masih canggung, tapi akhirnya dia mengajak bicara, kemudian kita sama-sama merencanakan apa rencana selanjutnya seperti itu.
A	Bagaimana pendapat ibu dengan situasi saat ini?
S	Kalo sekarang ya karna sudah ada teman hidup kali ya, jadinya segala permasalahan sekecil apapun, kan dulu sebelum menikah saya suka cerita ke temen, dan temen itu membantu tapi ibaratnya lebih kemenangan aja, jadinya tuh masalah itu akan selesai ketika saya sendiri yang menyelesaikan, tapi kalau sudah ada suami, suami siap membantu, memberikan jawaban yang lain, kadanga ada alternative-alternative juga dari segala permasalahan.
A	Lalu menurut pendapat ibu hikmah menikah itu apa?
S	Banyak sih, yang pertama itu menikahkan menyempurnakan agama jadi ya apa-apa yang kita kerjakan dinilai pahala, seperti itu, maksudnya ketika saya melakukan sebuah kebaikan kepada suami saya, bernilai sebuah kebaktian dari

	seorang istri kesuami, yang insya Allah memang salah satu ridho Allah terletak pada ridho suami, jadi ya sebagai salah satu ikhtiar saya dalam beribadah, misalnya ibadah-ibadah yang lain saya masih kurang, saya bisa maksimalkan ketika dengan suami.
A	Apa yang ibu lakukan saat tidak dapat menahan emosi?
S	Ya saya marah-marah juga mba, tapi marahnya lebih kediain, saya engga banting piring atau mengeluarkan kata-kata yang kasar, karena saya sendirikan tipikal orang nya waktu marah cenderung lebih suka mendiamkan diri, jadi ya itu walaupun saya melampiaskannya kepada hal-hal yang lain, paling seperti banyak makan atau mencari hiburan.
A	Jika ada masalah yang terulang kembali dalam rumah tangga, apa yang akan ibu lakukan?
S	Jadi ya belajar dari peristiwa kemarin, kalo misalkan ternyata suami melakukan kesalahan yang sama, ya sudah saya belajar melakukan apa yang saya lakukan seperti sebelumnya, tapi kalau misalnya berulang kali, ya mungkin dalam diri ada jengkel juga,,jadi ya berusaha untuk memperbaiki terus kedepannya dijadikan evaluasi tugas sama suami.
A	Bagaimana jika sedang berbeda pendapat bu?
S	kalau perbedaan pendapat suami istri itu wajar ya, mungkin ini kalau dari saya itu tidak selalu menurut dengan suami dalam hal pendapat, suami juga engga selalu menurut apa yang saya sampaikan dalam hal pendapat, jadi kita itu sama-sama ambil yang menurut kita baik, biasanya dia juga menyampaikan pertimbangan-pertimbangan, nah saya juga akan menyampaikan, nanti pertimbangan yang banyak manfaatnya kita ambil, sekali pun yang mengemukakan saya atau bukan saya, salah satu pasti diambil, tapi engga melulu dia dengan pendapatnya, saya juga kuat dengan pendapat saya, harus ada yang mengalah.
A	Bagaimana cara ibu mengatur emosi saat sedang bersama orang lain?
S	Saya biasa aja ke orang lain, kalau Saya ada masalah dalam rumah tangga itu, saya engga pernah menampakan, engga pernah cerita juga sama orang lain, soalnya kan antara percaya atau engga tapi yang namanya sudah berumah tangga itu masalah apapun itu, saya jarang sekali ceritain, takutnya itu ya bukan nya suudzon sih malah jadi pandangan orang saya menikah itu engga bahagia, takut akan anggapan-anggapan orang lain jadi seperti itu.
A	Apa yang menjadi hambatan ibu dalam mengatur emosi?

S	Kalo untuk hambatan sih ada, misallnya saya terkadang suka memikirkan pendapat orang ya mba, tapi kadang kepikiran juga kenapa saya harus memikirkan pendapat orang lain, yang penting kan saya sudah menjalankan sesuatu yang menurut saya benar seperti itu.
A	Saat suami ibu ada masalah, apa yang biasanya ibu lakukan?
S	Karena biasanya dia juga cerita kalau lagi ada masalah, saya biasa mencoba memberikan solusi juga, tapi kadangkannya pemmasalahan antara laki-laki sama perempuan beda, jadi kalo laki-laki mungkin cenderung ibaratnya dia kan biasanya cerita masalah pekerjaan jadi kalo cerita hanya sebatas keluh kesah.
A	Apa yang ibu pikirkan ketika ada yang mengajak untuk bertaaruf?
S	Kalau saya pikirkan, oh ternyata ada ya laki-laki yang diam-diam ini menginginkan saya, saolnya selama ini saya juga engga kepikiran kalau akan menikah sama dia, dulu saya mikirnya akan menikah dengan orang yang mungkin saya kenal, atau yang dulu pernah akrab, tapi ternyata sama suami saya sekarang, Kalau dulu ya pikirannya karena saya belum jauh mengenal dia, tapi yang saya mencoba meyakini karena dia aktif di tarbiyah, terus saya juga aktif di tarbiyah, jadi insya Allah satu visi kaya gitu, jadi saya berpikinya insya Allah kedepannya itu lebih enak untuk memikirkan apa yang akan dibangun dalam keluarga.
A	Apa yang membuat ibu menjadi yakin?
S	Saya meyakini dia seseorang yang agamanya baik, jadi dia memilih jalan untuk taaruf itu sudah membuat saya yakin, bahwa dia itu memuliakan seorang perempuan, engga langsung datang, terus mengajak whatsapp-an dulu misalnya, atau pertemuan ngajak jalan, karena di jaman sekarang yang seperti itu sudah banyak mba.
A	Biasanya kegiatan apa yang ibu ikuti untuk mengantisipasi perasaan negative?
S	Kalau saya itu mba, mengikuti kajian.
A	Kajiannya yang diliqo itu ya bu?
S	Iya.
A	Setiap hari apa biasanya bu?
S	Setiap hari kamis mba, tapi itu kan hanya untuk yang putri, suami saya juga punya kajian sendiri khusus putra.
A	Udah berapa lama ibu ikut liqo?

S	Semenjak kuliah sih, dari tahun 2011.
A	Berarti dari sebelum menikah udah ikut ya bu?
S	Iya, cuman beda guru aja.
A	Oh kenapa mba gurunya berubah?
S	Karna kan sudah beda tingkatan mba, jadi kalo misalkan kuliah di semester awal, materi yang disampaikan itu islam secara mendasar, tapi semakin kesini-kesini banyak materi yang harus disampaikan, karena itu harus menyesuaikan dari tingkatan liqo, masing-masing orang kan beda seperti itu.
A	Berati setiap tingkatan itu gurunya beda ya bu?
S	Iya.
A	Baik bu, saya lanjut ya bu, menurut ibu, orangnya mudah kesal engga bu?
S	Tentang pekerjaan iya sih, kerena beban kerja yang saya hadapi biasanya.
A	Saat sedang kesal, apa yang biasa ibu lakukan?
S	Saya kan kerjanya dirumah sakit, kalo ada masalah seputar itu kadang saya cari temen buat cerita paling engga kan bisa meluapkan.
A	Bagaimana perasaan ibu saat perasaan negative itu menghilang?
S	Kalau perasaan saya sih tenang, terus jadi lega soalnya bisa melewati sesuatu yang sulit seperti itu.
A	Ketika melakukan proses taaruf sempet ada perasaan khawatir atau takut gitu engga bu?
S	Iya ada perasaan khawatir, cemas, terus takut juga, soalnya kan belum kenal, saya sendiri bisa tidak ya menyesuaikan diri sama suami atau suami bisa tidak menyesuaikan sama saya, maksudnya dia kan tau tentang saya itu hanya melalui teman saya, takutnya saya kan juga punya kebiasaan buruk nih, kira-kira dia bisa menerima engga seperti itu.
A	Lalu bagaimana cara ibu menghilangkan perasaan tersebut?
S	Awal-awalnya berusaha menampilkan yang baik, tapi lama kelamaan semakin keliatan aslinya, suami udah bisa menerima, saya juga bisa menerima kekurangan dari suami.
A	Menurut ibu cara yang efektif untuk menghilangkan emosi apa bu?
S	Tidur, nanti ketika bangun itu emang belum sepenuhnya lupa tapi perasaan udah tenang aja gitu, emang menurut saya tidur itu obat mujarab.
A	Apa motivasi ibu bertaaruf?

S	Sejak dulu saya emang engga mau pacaran, terus saya ingin melalui jalur yang secara syariat.
A	Lalu apa yang menjadi harapan ibu?
S	Bahagia, dunia dan akhirat.
A	Jika sudah tercapai apa yang akan ibu rasakan?
S	Tentu saja seneng ya mba, karena kita kan orientasi sama-sama pembelajar, jadinya kita juga butuh ilmu, jadi setiap harinya kita sama-sama tau tentang kebutuhan diri kita, jadi kita harus terus berlajar, ketika orientasi kita juga sudah akhirat itu beda dengan orientasinya dengan dunia, jadi kita berusaha sebaik mungkin menjadi pasangan yang baik siapa tau diakhirat kita menjadi pasangan lagi.
A	Kebiasaan apa yang ibu lakukan saat ada emosi positif?
S	Kalo dalam keadaan kaya gitu seneng aja, paling senyum-senyum bahagia aja hehe.
A	Kalau yang negatif bu?
S	Ya itu biasanya langsung saya alihkan kehal-hal yang bisa buat saya senang.
A	Kenapa bu?
S	Karena saya sendiri meyakini kalau dalam diri seseorang itu pikirannya negative terus, malah bikin penyakit hati, terus nanti timbul rasa iri, dengki, sama prasangka buruk seperti itu.
A	Semisal pasangan ibu menegur, ibu merasa tersinggung tidak?
S	Kalo saya sih engga, contohnya ya misalkan ini lampunya dimatikan, oh iya saya langsung matikan, atau misalnya dia bilang kamu itu suka nyuruh aku matikan tapi kamu sendiri engga matikan, oh yaudah, saya emang engga masalah ditegur, kalo saya salah ya saya bisa menerima.
A	Bagaimana perasaan ibu saat menjalani hari sebagai istri?
S	Waktu pertama itu, saya kan emang bisa masak, tapi saat sebelum menikah itu jarang, jadi ada perasaan kira-kira suami suka atau engga sama masakan saya, ada rasa cemas gitu.
A	Apa yang ingin ibu capai dalam pernikahan dengan proses taaruf ini?
S	Iya ada, pokoknya saya ingin menikah dengan taaruf, agar saya dapat menjaga diri seperti itu, harapannya proses yang saya jalani itu terjaga.
A	Ibu kata temen saya kalo mau menikah dengan proses taaruf di liqo itu harus

	mengajukan CV ya bu, lalu ibu sudah mengajukan CV sejak tahun 2011?
S	Engga, saya mengajukannya baru ditahun 2017.
A	Oh berarti prosesnya cepat ya bu?
S	Iya, ibaratnya karena dia ini kan, kalau proses yang benarkan CV perempuan ditampung dulu diguru ngajinya, terus laki-laki tinggal disodori beberapa CV perempuan yang mana, lalu dia baru milih, tapi karena suami saya ini minta tolong sama murabbinya buat minta data saya, jadi ya saya mengumpulkannya ya kemurabbinya seperti itu.
A	Untuk pembuatan CV nya itu boleh kapan saja ya bu?
S	Iya, jika ada yang berkeinginan menikah, kalo di liqo sekarang yang menikah saya aja sendiri, jadi temen-temen yang lain belum menikah dipersilahkan mengumpulkan CV kemurabbinya, di suami saya juga gitu, binaanya mengumpulkan kemurabbinya sendiri, jadi dalam proses taaruf itu laki-laki yang berhak memilih bukan perempuan yang melihat dari CV banyak laki-laki, kalau misalkan dari pihak laki-laki berkeinginan bertaaruf nanti murabbinya yang menyampaikan kepada murabbi perempuan
A	Ketika melakukan proses taaruf lalu menikah, bagaimana pendapat keluarga ibu?
S	Kalo keluarga kan emang menyerahkan sepenuhnya sama saya, pokoknya jangan sampai pacaran, soalnya dilingkungan saya banyak yang pacara, terus diapelin kerumah, jadi kesannya ketetangga gak baik, ibaratnya kalo misalnya serius ya langsung menikah.
A	Berati keluarga mendukung sekali ya bu?
S	Iya, dari temen-temen juga mendukung.
A	Keluarga ibu kan katanya biasa-biasa aja bu, tau taaruf itu bagaimana?
S	Jadi mereka itu engga tau istilah taaruf, taunya itu ngelamar langsung ngajak nikah seperti itu.
A	Bagaimana perasaan ibu saat mendapat dukungan dari keluarga?
S	Seneng sih, ibaratnya saya memilih jalan taaruf itu didukung oleh keluarga sendiri.
A	Apakah ada perubahan perasaan setelah mendapat dukungan dari orang-orang disekitar ibu?
S	Iya, ibaratnya dengan pertimbangan yang matang saya merasa jadi lebih yakin aja sih.

A	Baik bu, unguin itu saja pertanyaan-pertanyaan yang saya berikan dalam wawancara ini, sebelumnya terimakasih banyak atas waktu yang diberikan, insya Allah data identitas yang ada disini akan dirahasiakan, Assalamu'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh.
S	Iya sama-sama mba, semoga bisa bermanfaat dan bisa membantu ya mba, Wa'alaikumsalam warrahmatullahi wabarakatuh.

Transkrip Pasangan Kedua

Nama Inisial : Bapak Yellow

Usia : 19 Tahun

Status : Suami

A	Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh
S	Waalaikumsalam Warahmatullahi Wabarakatuh
A	Perkenalkan saya Awalia Yusma Fakultas Agama Islam Jurusan Komunikasi Penyiaran Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Seperti yang sudah bapak baca di inform consent bahwa saya sedang melakukan penelitian tentang pengelolaan emosi pada pasangan yang menikah melalui proses taaruf. Selama proses wawancara ini saya izin merekam dan mencatat ya pak.
S	Iya.
A	Bapak boleh perkenalkan diri?
S	Perkenalkan mba nama saya bapak yellow, usia saya 19 tahun, terkadang saya juga jadi guru ngaji mba.
A	Biasanya jadi guru ngajinya setiap hari apa pak?
S	Engga mba, jadi saya ini guru tartil mba, kadang juga ikut ummi tapi engga tetap, jadi kalau ada panggilan aja saya ngajar.
A	Keluarga bapak berasal dari pondok pesantren atau punya pondok?
S	Abi kiyai biasa mba, tapi sudah meninggal dan engga punya pondok.
A	Kalau umi?
S	Umi guru ngaji.
A	Bapak berapa bersaudara?
S	Saya punya adek dua, cowo dan cewe, yang cewe sekarang kelas 3 SMP, yang cowo kelas 4 SD.
A	Keluarga asli jogja ya pak?
S	Bapak yang meninggal asli nya ciamis, kalau bapak tiri saya dari Palembang, kalau umi asli jogja mba.
A	Ketika sedang ada masalah sama istri, biasanya bagaimana cara bapak menyelesaikannya?

S	Aku biasanya bercanda aja, kadang dipeluk mba, terus aku duluan yang bilang maaf ke dia.
A	Biasanya kalau lagi ada masalah sama istri, bapak suka bercerita ke orang lain?
S	Engga.
A	Tidak cerita kesiapa pun pak?
S	Iya, saya engga cerita ketemen-temen, keumi ataupun abi mba.
A	Kenapa pak?
S	Ya saya lebih suka urusan rumah tangga yang tau saya aja sama istri, biar nyelesain nya juga lebih mudah, engga ada campur tangan dari orang lain, selama kita masih bisa nyelesain berdua aja.
A	Bapak pernah merasa marah sama istri?
S	Pernah mba.
A	Situasi seperti apa yang membuat bapak emosi?
S	Kalau dia disuruh mandi susah, terus paling kalau dia lagi marahin saya, cuman itu aja.
A	Lalu ketika bapak marah, apa yang dilakukan?
S	Yaa saya diem aja mba, tapi rasanya sakit hati.
A	Lalu bagaimana menyelesaikan permasalahannya?
S	Menyelesaikannya saya yang minta maaf duluan ke dia.
A	Ketika sedang marah, bagaimana cara bapak mengubah situasi tersebut?
S	Dengan cara bercanda aja mba, biar lucu.
A	Meskipun bapak sedang emosi, bapak masih bisa bercanda?
S	Iya mba hehe.
A	Waktu bapak emosi pernah tidak membayangkan sesuatu yang buruk terjadi?
S	Pernah mba, saya kepikiran kalo rumah tangganya hancur gimana, makanya saya bercandain aja biar harmonis.
A	Motivasi bapak menikah apa?
S	Jadi contoh di keluarga, saya kan anak pertama juga, terus kalo udah halal enak mba, biar ada temen sih, buat nemenin sehari-hari.
A	Apa yang bapak pikirkan sekarang sebagai suami?
S	Saya ngerasa harus lebih mandiri, kalau dulu kan minta uang ke orang tua lebih gampang gitu ya mba, kalo sekarang sebenarnya masih bisa tapi ya engga enak gitu mba, jadi nunggu orang tua ngasih aja, terus tanggung jawab juga keistri,

	saya sering jadi tukang ojeknya dia sekarang, kalau ada apa-apa tak anter.
A	Menurut bapak, bagaimana pandangan tentang istri saat ini?
S	Dia keibuan, sama lebih terjaga dari pada yang dulu.
A	Bagaimana cara menghadapi istri ketika sedang emosi?
S	Iya dia suka marah-marah, tapi aku kan orang nya penyabar, jadi aku ngertiin aja mba.
A	Apa hikmah setelah menikah?
S	Nyaman, pahalanya mengalir terus mba, lebih tenang dari pada dulu, kalau dulu rasanya was-was aja sih.
A	Saat tidak bisa menahan emosi, apa yang biasanya bapak lakukan?
S	Saya main game aja mba.
A	Biasanya seseroang kalau mengekspresikan emosi itu kan beda-beda ya pak, ada yang suka lempar-lempar, ada yang pukul, ada yang menangis juga, kalau bapak sendiri seperti apa biasanya saat emosinya sudah memuncak?
S	Kalau saya lebih suka diem aja mba, engga pernah kaya gitu.
A	Jika ada masalah yang sama terulang kembali, bagaimana cara bapak mengatasinya?
S	Ya menghindari aja mba, biar engga terulang lagi.
A	Gimana cara menghindarinya?
S	Caranya saya harus menyelesaikan masalahnya sampai tuntas mba, biar engga keulang lagi.
A	Bapak pernah masuk kuliah tapi sedang ada masalah sama istri?
S	Iya pernah.
A	Bagaimana cara bapak mengatasi emosi itu, terhadap orang-orang disekitar?
S	Saya berusaha senyum-senyum aja, kaya engga ada apa-apa gitu mba.
A	Kenapa?
S	Kalau saya lebih engga mau aja orang-orang tau, bahwa kita lagi bertengkar, malu mba udah nikah masa diumbar-umbar aibnya.
A	Apa hambatan bapak dalam mengatur emosi selama pernikahan?
S	Kalau awal-awal susah sih mba, tapi sekarang udah biasa aja, gampang, udah sama ngerti sama sifat masing-masing.
A	Saat sedang marah, apa yang biasa bapak lakukan?
S	Iya mba diem aja, saya juga suka bercanda.

A	Bagaimana cara bapak meyakinkan orang tua untuk menikah?
S	Awalnya saya bilang baik-baik, terus selanjutnya kaya maksa tapi engga juga, saya cuma bilang tentang keadaan jaman sekarang, takut kalau ketemu terus di kampus jadi dosa, akhirnya dibolehin, tapi yaitu mba sebelumnya aku juga ditanya-tanyain sekeluarga, kaya disidang gitu, mana diteriakin juga tapi akhirnya sekeluarga besar setuju juga mba.
A	Saat istri ada masalah apa yang biasanya bapak lakukan?
S	Biasanya saya tanya kenapa, tapi kadang dia engga mau jawab.
A	Lalu setelah itu apa yang bapak lakukan?
S	Ya udah ditinggal main game mba hehe.
A	Apa yang bapak pikirkan saat mengambil keputusan menikah dengan proses taaruf?
S	Ya, saya yakin aja sih mba, kalau orang menikah itu dijamin Allah, karena menikah itu kan ibadah tapi cara menuju pernikahannya itu yang syar'i sesuai syariat gitu loh mba, yakin aja sama Allah.
A	Apa yang membuat bapak yakin dengan keputusan tersebut?
S	Soalnya dia diajak nikah sama saya langsung mau mba, jadi saya merasa oh ini berarti jodoh saya, saya engga nganu kriteria sih mba.
A	Saat sedang marah bapak kan kata suka nya diam terus tidak melakukan apa-apa, lalu bagaimana perasaan bapak?
S	Iya kadang ada rasa sebel mba, ada rasa dongkol juga dihati.
A	Lalu bapak tidak mengungkapkan atau meluapkan perasaan itu sama sekali?
S	Engga saya diem aja mba, saya lebih baik mengalah.
A	Menurut bapak sendiri, bapak orangnya mudah merasa kesal tidak?
S	Engga mba.
A	Bagaimana cara bapak menghilangkan perasaan negative?
S	Yaudah biasa-biasa aja, saya melakukan aktivitas kaya biasa.
A	Bagaimana perasaannya setelah itu?
S	Rasanya plong mba.
A	Ketika menikah mengalami rasa kekhawatiran atau cemas gitu engga?
S	Iya mba ada, waktu mau nikahkan perjalanan jogja-pemalang mba takut kecelakaan atau gimana gitu, terus cemas-cemas takut engga jadi karena sesuatu yang buruk aja mba.

A	Lalu bagaimana cara bapak menghilangkan perasaan itu?
S	Saya berdoa aja mba.
A	Saat sedang seneng perasaannya, apa yang bapak lakukan?
S	Beli-beli mba, kalau lagi ada uang, jalan-jalan juga, terus main game juga.
A	Kenapa memilih melakukan kegiatan itu?
S	Soalnya itu yang saya bisa sih mba, kalau ada uang ya kita beli-beli kaya sepatu baju, sepatu, biar tambah seneng aja.
A	Kemudian ketika sedang ada perasaan negatif, apa yang bapak lakukan?
S	Kadang saya terlintas perasaan pamrih mba sama dia, karena biasanya saya suka anter-anter dia.
A	Kenapa ada perasaan pamrih?
S	Soalnya kadang saya merasa kaya engga dihargai aja kalo dia marah-marah, tapi yaudah akhirnya saya tetep minta maaf mba.
A	Misalkan bapak di tegur oleh istri, pernah merasa tersinggung atau bagaimana pak?
S	Iya kadang saya tersinggung mba, tapi kalo saya salah yaudah saya mengakui salah mba.
A	Tapi misalkan ketika ditegur walaupun bapak sebenarnya engga salah atau benar, bapak tetap minta maaf?
S	Saya diem aja, soalnya dia kalau udah emosi itu ngeri, kan saya juga udah paham toh dia orang nya gimana, kata ummi nya, kalau dia udah marah saya disuruh lebih baik diem aja, jadi yaudah saya sabar aja mba.
A	Bagaimana perasaan bapak sekarang sudah menjadi seorang suami?
S	Kaya ada rasa tanggung jawab lebih mba, udah engga kaya dulu lagi, engga bebas, kalo terkekang sih engga mba.
A	Bagaimana perasaan bapak ketika keluarga menyetujui pernikahan?
S	Seneng banget mba.
A	Bagaimana cara bapak meyakinkan orang tua?
S	Intinya saya bilang mau menikah mba, terus sambil ngasih uang 4 juta ke orang tua buat biaya tambahan dari tabungan ku, soalnya orang tua udah bilang, ya kalo mau nikah di fasilitasi tapi resikonya ditanggung saya sendiri.
A	Sebelumnya kalau boleh tau bapak berapa bersaudara ya?
S	Saya tiga bersaudara, adek saya dua-dua nya perempuan.

A	Mungkin itu saja pak pertanyaan-pertanyaan yang saya berikan dalam wawancara ini, sebelumnya terimakasih atas waktu yang diberikan, insya Allah data identitas yang ada disini akan dirahasiakan, Assalamu'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh.
S	Iya,sama-sama ya mba, semoga bisa membantu skripsinya. Wa'alaikumsalam warrahmatullahi wabarakatuh.

Transkrip

Nama Inisial : Ibu Yellow

Usia : 19 Tahun

Status : Istri

A	Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh
S	Waalaiikumsalam Warahmatullahi Wabarakatuh
A	Perkenalkan saya Awalia Yusma Fakultas Agama Islam Jurusan Komunikasi Penyiaran Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Seperti yang sudah ibu baca di inform consent bahwa saya sedang melakukan penelitian tentang pengelolaan emosi pada pasangan yang menikah melalui proses taaruf. Selama proses wawancara ini saya izin merekam dan mencatat ya bu.
S	Iya.
A	Ibu bisa perkenalan diri terlebih dahulu?
S	Iya mba, nama saya ibu yellow, asal dari pemalang, selain kuliah saya juga jualan oneline mba.
A	Sekarang kuliahnya udah semester berapa?
S	Saya sekarang semester 3 mba.
A	Sudah berapa lama pernikahannya ibu?
S	3 bulan mba, saya menikahnya dibulan agustus.
A	Pernikahannya dilangsungkan dimana bu?
S	Nikahnya di pemalang mba.
A	Proses taaruf sama suami berapa lama bu?
S	Sekitar satu bulan mba.
A	Ibu bisa ceritakan bagaimana mengambil keputusan menikah dengan proses taaruf?
S	Jadi ceritanya mba, dulu waktu mataf suami itu pernah ngeliat saya mba dan saat itu saya belum kenal dia, waktu saya belum pake cadar, saya pake cadar itu semester 2, jadi pas semester 1 dia ngeliat saya ternyata kita sekelaskan mba, menurut saya sih dia kaya temen biasa aja mba, ternyata dia bilang ketemen saya, kalau suka sama saya, terus saya bilang kalau seumpama mau bilang suka

	<p>gitu ya karena sebelumnya jangan bilang kesaya tapi keorang tua aja, sebelumnya saya juga sudah mau dilamar sama orang mba tapi sekarang masih di Mesir, cuman kata abah saya, kan prinsipnya seumpama ada yang melamar lebih dulu itu yang diterima, saya nungguin mas nya yang di Mesir engga pulang-pulang, yaudah jadi dia datang duluan kerumah, setelah sebulan kenal, bulan Novemhernya dia kerumah mba, langsung bilang keabah saya mau ngelamar menikah.</p>
A	Tanggapan orang tua saat itu bagaimana?
S	Abah saya awalnya engga ngebolehkan mba.
A	Lalu bagaimana akhirnya bisa disetujui bu?
S	Umi saya sebenarnya mendukung mba, abah saya juga lama-kelamaan ngerti gitu loh mba, kalau zinah itu kan pertanggung jawabannya engga cuman dunia tapi juga akhirat, jadi kata umi saya buat menyakinkan abah gitu, mending kita susah sekarang menikahkan, ribet gitukan, terus rempong juga, tapi untuk kedepannya kita percaya Allah lebih menjamin untuk orang yang menikah dengan alasan yang baik, untuk rezeki juga kan bisa dicari dimana aja.
A	Sudah melalui proses tidak disetujui sampai akhirnya disetujui orang tua, bagaimana perasaan ibu?
S	ya saya merasa lega aja, sebelumnya saya juga ada rasa takut soalnya dia kan sampai mau pindah, kalo semisal engga jadi menikah, karena takut nanti kita sering ketemu kan dikelas, dia juga merasa engga pantas aja, takut nanti jatuhnya kaya pacaran syar'I, padahal kata ummi itu juga termasuk zinah, makanya kita mengusahakan, sambil membujuk orang tua.
A	Lalu bagaimana cara ibu menyakinkan diri menikah dengan suami?
S	Ya saya istikharah, karena sebelumnya kan laki-laki yang saya kenal sudah mapan, dewasa, S1 di Mesir udah selesai, cuman tinggal nunggu dia sekolah mufti kan, terus katanya mau ngelamar, tapi dia kaya engga ada kejelasan gitu ke orang tua saya mba, yaudahlah mba, saya engga mau berharap lama-lama, karekan saya juga posisinya juga jauh dari orang tua, keamanan saya buat engga bergaul sama laki-laki itu susah mba, jadi saya mikirnya gitukan, apalagi ngekoskan mba.
A	Untuk sekarang masih ngekos ya?
S	Engga, itu dulu sebelum menikah mba sekarang saya ikut mertua.
A	Tinggalnya di daerah mana?

S	Kotagede.
A	Selama pernikahankan pasti ada masalah-masalah, Bagaimana cara ibu mengantisipasi perasaan negative tersebut?
S	Saya selama tengkar gitukan mba, mikirnya namanya setan ya mba kalo seumpama menggoda nya dua kali lebih kuat dari pada orang yang belum menikah, ya saya kembali lagi ke Allah ini itu godaan setan gitu loh mba.
A	Lalu bagaimana perasaan ibu saat itu?
S	Ya berusaha mengendalikan emosi mba dengan bersabar, meskipun kadang akhirnya suka ngomong-ngomong sendiri.
A	Saat sedang emosi itu pernah meluapkan nya dengan memukul atau sebagainya tidak?
S	Iya, kadang saya suka mukul-mukul biasa gitu aja mba ke suami.
A	Saat sedang marah apa yang biasanya ibu lakukan?
S	Kalau lagi sebel atau marah gitu, saya suka buka-buka instagram gitu mba.
A	Lebih sering berdiam diri aja ya bu?
S	Iya, diem aja mba, kaya orang eneg gitu, tapi kadang saya ungkapin juga mba sambil ngomel, kadang juga uring-uringan, kondisi kalau saya marah-marah itu biasanya waktu lagi PMS itu saya sensitif banget.
A	Menurut ibu, ibu itu orangnya mudah kesal tidak?
S	Iya, saya orangnya emosian mba.
A	Saat sedang kesal apa yang biasanya ibu lakukan?
S	Biasanya saya keluarin semua uneg-uneg, marah-marah juga tapi cuman sama suami aja, kalo ke yang lain saya lebih diem mba.
A	Bagaimana perasaan ibu setelah mengeluarkan emosi tersebut?
S	Perasaannya jadi agak plong, emosinya juga cepet hilang.
A	Ketika emosinya sudah hilang, bagaimana perasaan ibu?
S	Senenglah mba, berusaha tetap tenang aja mba.
A	Lalu apa yang biasanya ibu lakukan?
S	Karena suami saya suka bercanda, jadi saya emosinya cuman bentar.
A	Suami orangnya suka bercanda ya?
S	Iya mba.
A	Selama taaruf ibu mengalami perasaan cemas, takut atau khawatir gitu engga?
S	Iya ngalamin mba, saya sempat takut, jadi saya sharing-sharing gitu sama temen-

	temen dan nanya-nanya keteman-temanyang udah nikah juga mba.
A	Temannya menikah dengan proses taaruf juga?
S	Iya mba taaruf juga mba, perasaan saya waktu itu takut, terus kaya ada rasa ragu-ragu, kepikiran kenapa saya sama dia nikah nya, ada rasa-rasa kenapa engga sama ini aja, tapi karena katanya temen saya gitu itu perasaan yang harus ditepis, maksudnya karena itu dari setan datengnya, biar saya kembali yakin lagi mba.
A	Apa motivasi ibu menikah dengan proses taaruf?
S	Untuk taarufnya ya buat mengenal satu sama lain karena saya engga suka pacaran, kan saya kenal dia engga lama mba, kalau sama yang sebelumnya saya sudah kenal lama, jadi ya saya udah tau dia seperti apa, kalau sama suami saya ini, saya coba tanya-tanya tentang dia melalui ibunya dengan chat-chattan gitu mba, jadi ibunya udah cerita duluan ke saya dia itu seperti apa, sama temen-temennya juga cerita ke saya, untuk motivasi nikahnya yaa itu karena saya jauh dari orang tua jadi saya punya alasan yang syar'i, saya sebenarnya kurang setuju sama orang yang menikah muda tapi tidak ada alasan yang syar'i gitu loh mba, karena masih bisa berbakti sama orang tua.
A	Ketika harapan dari pernikahannya sudah tercapai, bagaimana perasaannya?
S	Ya seneng aja mba, seengganya saya bisa membahagiakan orang tua dengan cara menghindarkan mereka dari api neraka gitu mba.
A	Kebiasaan apa yang ibu lakukan ketika ada perasaan positif?
S	Saya kegiatannya monoton kok, mba paling ya jalan-jalan sama suami dan temen-temen juga, atau kepantai misalnya atau foto buat jualan online aja udah bikin saya seneng.
A	Kenapa ibu memilih jalan-jalan dan kegiatan-kegiatan yang lain tersebut?
S	Karena saya suka aja, kegiatan ngurusin jualan dan lain-lain kaya gitu bikin saya seneng aja gitu mba.
A	Kalau kebiasaan saat emosi negative apa?
S	Saya banyak diem sekarang mba, kalo engga saya dirumah marah-marahnya, ngomong ke dia, tapi ke orang lain saya berusaha tenang, malukan saya mba sama predikat istri hehe.
A	Apa alasan ibu memilih untuk marah-marah kesuami?
S	Ya cuman itu cara saya melampiaskannya mba, sebelum nikah saya kalo marah ke orang langsung aja marah keorangnya mba, tapi setelah nikah udah jadi istri

	masa masih tetep gini, meskipun kadang masih ada beberapa orang yang saya marahin kalo dia sudah kelewatan dan kurang ajar mba.
A	Saat ditegur oleh suami, apakah ibu pernah merasa tersinggung?
S	Sering mba.
A	Alasannya apa bu?
S	Mungkin karena kita seumuran juga sih mba, tapi kadang ada enaknya juga sih, jadi ada positif dan negative nya menurut saya.
A	Oke, Positifnya apa bu?
S	Kalau seumpama cerita apa-apa itu enak, maksudnya kan kaya temen sendiri, ngajak diskusi ngombrolin apa aja enak sama dia mba, saya merasa nyaman gitu.
A	Kalau negativenya?
S	Negative nya itu, ya kadang itu ada perasaan saya engga terima gitu mba dinasehati dia, soalnya kadang saya merasa lebih tua dibanding dia.
A	Bagaimana perasaan ibu menjalani hari-hari setelah menikah?
S	Biasa aja mba, saya sih ngerasanya biasa aja mungkin karena masih tinggal dirumah mertua juga, jadi belum dapet feel nya, kaya masak sendiri, nyuci sendiri itu belum terlalu sering mba, tapi Insya Allah nanti kita mau pindah ke kontrakan.
A	Saat ada masalah dalam rumah tangga, apa yang biasa ibu lakukan?
S	Saya suka mengungkit-ngungkit mba, maksudnya biar cepet diselesaikan biar hati saya lega, kalo menghindar, gitu malah kaya ngeganjel gitu loh mba, malah nanti saya emosi terus.
A	Ketika ada masalah suka bercerita kepada siapa bu?
S	Ke temen dekat saya mba, ke umi juga tapi kalo ke umi masalahnya yang biasa aja bukan masalah rumah tangga, kalo masalah rumah tangga saya berusaha buat engga cerita kesiapa-siapa mba, langsung diselesaikan aja sama suami berdua.
A	Situasi-situasi apa yang dapat memancing emosi negative ibu?
S	Seumpama suami itu males mengerjakan tugasnya, karena kita sering satu kolompok jadi saya suka ngomel kalau dia engga ngerjain tugasnya mba.
A	Ibu seing masak engga dirumah?
S	Saya jarang masak mba, karena saya sama suami kan jadwal kuliah nya sama, jadi kadang kita makan diluar.

A	Ketika ibu masak, bagaimana respon dari suami?
S	Dia selalu suka meskipun asin, cuman dari mukanya kan keliatan hehe.
A	Ketika pada posisi yang memancing emosi tadi, apa yang biasanya ibu lakukan?
S	Iya saya ngomel-ngomel ke dia mba, tapi dia itu orangnya diem gitu loh, jadi iya iya aja terus dibikin becandaan kalau saya lagi ngomel.
A	Kemudian bagaimana perasaan ibu setelah itu?
S	Saya jadi nya engga emosi lagi mba, soalnya ya itu, dia becandain jadi lucu aja, saya malah ketawa.
A	Lalu ketika pada posisi yang tidak menyenangkan atau canggung gitu, apa yang biasanya ibu lakukan?
S	Tidur.
A	Bagaimana penyelesaian masalahnya bu?
S	Seumpama lagi emosi banget, saya engga langsung berusaha menyelesaikan dulu mba, nanti saya ngomongnya engga kekontrolkan, malah nanti memperkeruh masalah, takutnya nanti dia jadi emosi juga, jadi mending saya tidur dulu biar tenang.
A	Kalau sudah tidur begitu, lalu kapan akan baikan atau waku bicaranya bu?
S	Biasanya pagi habis bangun tidur, waktu saya merasa ngomongnya udah bisa terkontrol mba.
A	Waktu ada masalah seperti itu, apa ibu pernah membayangkan situasi terburuk dari timbulnya masalah tersebut?
S	Ada mba, karena kan dia laki-laki sebagai imam, kadang saya takutnya dia terlalu emosi terus ngomong talak itukan engga boleh mba, kata-kata yang bisa di anggap talak itu keluar dari mulut dia, takutnya dia engga hati-hati itu sih mba.
A	Menurut pendapat ibu, bagaimana suami ibu saat ini?
S	Dia Sabar, lucu, baik juga.
A	Hikmahnya setelah menikah apa menurut ibu?
S	Iya banyak mba, pertama saya merasa bersyukur, saya mikir coba kalau saya engga menikah sama dia, pasti udah engga karuan sama masalah perzinahan mba, saya takut.
A	Bagaimana cara ibu menilai sebuah masalah?
S	Meskipun permasalahan dalam keluarga itu pasti ada, tapi karena masalah kita

	jadi sama-sama lebih mengerti satu sama lain, dia paham saya orangnya emosian, dia juga tau saya lelet, jadi kita sama terus belajar agar kedepannya kita lebih saling menghargai, memahami, dan jadi pasangan yang lebih baik lah mba.
A	Ketika ada masalah yang sama terulang lagi dalam rumah tangga, apa yang akan kamu lakukan?
S	Seumpama cekcok gitu ya mba, terus terulang lagi, yaudah saya nyelesainya monoton aja mba, seumpama dia ngerusakin hp saya, yaudah saya diem aja saya berusaha berpikir, ya namanya manusiakan banyak salah, yang penting dia minta maaf.
A	Ketika berbeda pendapat dengan suami, apa yang ibu lakukan?
S	Kalo beda pendapat itu dia yang selalu ikutin saya, dia orangnya ngikut-ngikut aja, lebih ke menghindari masalah jadi yaudah ikut aja sama saya.
A	Apa hambatan mba dalam mengatur emosi negative?
S	Normalnya saya saat marah itu diem, tapi ketika sedang PMS saya suka meledak-meledak mba, ngomong apa aja keluar engga terkontrol, kadang juga sambil nangis-nangis, terus ngomong sendiri.
A	Sebelumnya kalau boleh tau, ibu sekolah SD, SMP, SMA nya dimana?
S	Saya SD nya di MI Pernalang, SMP Muhammadiyah terpadu Pernalang, SMA Muallimat yoga mba.
A	Kalau saudara berapa bu?
S	Saya 2 bersaudara, adek saya semester 1 sekarang di UMY mba.
A	Maaf sebelumnya bu, keluarga ibu itu yang jadi ustad atau penceramah?
S	Engga mba, keluarga saya biasa aja.
A	Ada yang mau disampaikan lagi ngga bu?
S	Dulu ketika saya belum menikah, bakalan susah gitu mba ekonominya kalau menikah diusia muda kaya sekarang, tapi ternyata saya salah buktinya saya masih bisa hidup aja sampai sekarang mba hehe.
A	Mungkin itu saja bu pertanyaan-pertanyaan yang saya berikan dalam wawancara ini, sebelumnya terimakasih ibu atas waktu yang diberikan, insya Allah data identitas yang ada disini akan dirahasiakan, Assalamu'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh.
S	Iya, semoga bisa bermanfaat ya mba, sukses terus, semoga skripsinya cepat selesai, terimakasih, Wa'alaiakumsalam warrahmatullahi wabarakatuh.

Analisis Isi Pasangan Pertama

Nama Inisial : Bapak Blue

Usia : 26 Tahun

Status : Suami

Meaning Unit	Makna Deskriptif	Makna Interpretatif
<p>Pasca menikah ini tentu nya banyak kejutan-kejutan, karena kita hidup dengan orang yang belum pernah kita kenal, bertemu, bahkan belum tau watak dan karakter nya seperti apa, jadi saling belajar untuk memahami terhadap pasangan, memahami karakter, tingkah laku, maupun kebiasaan-kebiasaan yang bagi kita bertaaruf adalah hal-hal baru yang belum pernah kita dapatkan.</p>	<p>Subjek merasa bahwa permasalahan adalah sebuah proses untuk setiap pasangan yang menikah agar bisa saling memahami pasangan.</p>	<p>Subjek memilih untuk memperelajari dan memahami pasangan, agar tidak mudah terpancing emosi. (<i>Situation Selection</i>)</p>
<p>Bagaimana cara bapak mengubah situasi yang penuh kejutan tadi?</p> <p>Kita sama-sama menjalani aja saling mempelajari satu sama lain dan ya harus bisa saling mengerti, mungkin ada kebiasaan saya yang kurang disetujui sama istri, atau mungkin istri belum bisa menerima ya kita saling memahami dulu, nah nanti ketika sudah saling memahami bisa kita ajak diskusi, mungkin ada bagian-bagian yang harus kita sesuaikan atau seperti apalah.</p>	<p>Subjek merasa kaget terhadap hal-hal baru yang ditemukan dalam rumah tangga. Subjek mengambil inisiatif untuk mendiskusikan sesuatu yang tidak sesuai bersama istri, agar bisa saling mengerti dan memaklumi kekurangan masing-masing.</p>	<p>Subjek melakukan diskusi dengan pasangan agar bisa menerima kekurangan dan kelebihan satu sama lain, sehingga meminimalisir permasalahan yang akan datang. (<i>Situation Modification</i>)</p>
<p>Jadi memang masalah itu bukan sesuatu yang bisa kita hindari ya, setiap orang yang menikah pasti baik taaruf atau engga akan ada aja masalahnya, mengenai pembeda</p>	<p>Subjek mengalihkan perasaan yang kurang menyenangkan dengan mencari suasana baru</p>	<p>Subjek mengalihkan perhatian dari masalah yang dihadapi dengan suasana baru dengan</p>

<p>taaruf dan yang engga mungkin karena ini seperti yang saya sebutkan tadi kita belum memahami karakter masing-masing diawal, untuk menyelesaikannya ya itu saya lebih cenderung untuk diam, cari suasana baru, atau mengajak istri keluar untuk jalan-jalan seperti itu mba, biar ga ada perasaan canggung atau gimana gitu.</p> <p>Seperti yang udah saya sebutkan tadi, kalo saya yang pertama berpindah dari tempat dimana masalah tersebut didapatkan, kemudian pergi ke tempat yang baru cari suasana baru, dan nanti ketika momennya tepat, maksudnya katakanlah ketika itu saya masih ada emosi negative ya udah tunggu sampai reda, begitu juga ketika istri kita tunggu sampe reda, kita cari momen terus kita diskusi baru diselesaikan mba, jadi engga seketika itu harus diselesaikan, dan harus diskusikan ketika itu.</p>	<p>seperti mengajak istri jalan-jalan keluar, untuk menghilangkan perasaan yang kurang menyenangkan.</p>	<p>mengajak istri jalan-jalan karena subjek tidak mau hanyut dalam emosi negative. (<i>Attention Deployment</i>)</p>
<p>Alhamdulillah semuanya berjalan lancar, yang saya pikirkan waktu itu intinya rumah tangga saya harus berhasil gitu mba, jodoh itu juga ternyata engga terlalu jauh dengan diri kita mba, jadi mau bagaimana pun ternyata jodoh dengan karakter kita sama, saya menanyakan ke beberapa temen saya juga ternyata sama, ternyata banyak kemiripan karakter dan kebiasaan seperti itu, jadi kalo saya menyarankan kepada temen-temen yang belum menikah jangan takut dengan proses taaruf, jadi gini ya mba</p>	<p>Subjek berpikir pernikahan yang dijalaninya harus berhasil, karena subjek merasa bahwa istri memiliki karakter yang sama dengan subjek, sehingga lebih mudah dalam mengerti dan memaklumi sifat masing-masing.</p>	<p>Subjek merasa tidak ada yang sempurna dalam hubungan pernikahan, subjek berpikir pernikahan merupakan hal yang membahagiakan dan ingin rumah tangganya berhasil dengan cara melengkapi kekurangan-kekurangan istri.</p>

<p>engga ada hal yang sempurna, jadi dari kita ataupun pasangan pasti punya kekurangan, tugas kita untuk bisa seiring sejalan terus harmoni ya itu kita saling melengkapi saling menutupi kekurangan satu sama lain, karena menurut saya menikah itu membuat kita bahagia mba.</p> <p>Mungkin kita ukur dari efek masalah itu sendiri, misalnya efeknya bisa berefek panjang atau sehari-hari, tapi kalo masalah ringan, itu saya maksud mungkin efek sementara dan itu tidak berefek besar, dan saya berpikir masing-masing masih punya ego ataupun emosi negative, tentu saja itu malah membuat emosi itu semakin membesar seperti itu.</p>		<p><i>(Cognitive Change)</i></p>
<p>Kalau saya ini ke poin yang tadi sih mba, saya lebih ke berdiam diri nunggu emosi reda, baru kita diskusi, jadi ketika diskusi dengan istri itu perasaanya udah agak lega, intinya kami sama-sama sudah paham gitu mba, kami itu pasangan yang sama-sama perbaiki diri mba, agar engga terulang lagi, berbeda pendapat terus ada bertengkar itu memang fitrahnya manusia ya mba, walaupun itu sepasang suami istri saya yakin setiap pasangan pernah mengalami, nah kalo kami ketika terjadi perbedaan pendapat ya kita diskusi mencari titik temu dan memang kita saling memahami menurunkan ego masing-masing seperti itu.</p>	<p>Subjek merasa selama menikah harus mempersiapkan diri untuk mengantisipasi permasalahan yang akan datang, karena subjek merasa berbeda pendapat dan bertengkar dalam rumah tangga adalah yang fitrah, sehingga subjek merasa harus saling memahami dan menurunkan ego.</p>	<p>Subjek melakukan penyesuaian terhadap respon emosi negatif yaitu dengan mempersiapkan diri terhadap permasalahan yang akan datang, saling memahami pasangan dan menurunkan ego sehingga permasalahan yang sama tidak terulang (<i>Modulation of Respon</i>)</p>

<p>Ya, semua orang memang harus siap sedia ya mba, setiap orang yang menikah harus adaantisipasi terhadap hal-hal buruk yang kemungkinan akan terjadi.</p>		
<p>Ini terkait dengan memahami karakter istri, ternyata itu mba istri itu juga karakternya tidak jauh dengan saya, ketika ada masalah cenderung berdiam diri dulu, ketika udah agak reda emosinya, itu baru bisa diajak bicara jadi ya saya mau engga harus mendiamkan diri dulu juga, biar emosinya agak turun baru saya ajak diskusi seperti itu.</p> <p>Kalo saya rasa dengan karakter istri saya yang sudah saya pahami, langkah itu paling efektif untuk saat ini mba.</p>	<p>Subjek merasa sudah memahami karakter istrinya sehingga sudah memiliki cara yang efektif untuk menghadapi istri saat sedang emosi.</p>	<p>Faktor jenis kelamin mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>
<p>Karena prinsip saya dulu adalah menikah harus dengan proses taaruf, makanya saya yakin dengan keputusan tersebut, tentu saja setiap orang yang mau menikah bahkan yang engga taaruf pun, diawal-awal pasti akan muncul kebingungan itu dan itu adalah godaan setan, karena nikah itu setau saya ibadah yang panjang dan paling lama seumur hidup gitu ya mba, pasti setan itu akan menggoda untuk mengagalkan nikah tersebut mba, jadi kalo saya ya memperbanyak istighfar terus istikharah, intinya melibatkan Allah dalam mengambil keputusan ini.</p> <p>Saya sendiri biasanya mengisinya dengan</p>	<p>Subjek memilih melibatkan Allah dalam setiap keputusan yang diambil, subjek merasa yakin dengan memperbanyak istigfar dan istikharah. Subjek memilih melakukan kegiatan positif untuk mengantisipasi perasaan negative.</p>	<p>Faktor religiusitas mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>

<p>hal-hal yang positif seperti jangan sampai ada waktu kosong yang disitu istilahnya kita bisa melamun lah istilahnya mba, ada peluang pikiran negative, jadi kita isi dengan berkegiatan positif untuk menghindari peluang-peluang negative seperti itu mba.</p> <p>Kalo saya ini sih mba ketika ada perasaan takut khawatir gitu saya ikut kegiatan-kegiatan positif, ikut kajian-kajian, ketemu temen-temen yang sekiranya bisa ngasih solusi, ataupun ya sekedar ketemu dengan teman-teman yang sholih itu kan otomatis kita juga akan terkena frekuensi, jadi kita bisa menghilangkan kecemasan tersebut dari diri saya.</p>		
<p>Emang tipekal saya ketika marah cenderung diam itu, jadi ketika marah saya relatif berdiam diri seperti itu.</p> <p>Bagaimana perasaan saat itu? Ya seperti emosi pada umumnya mba, kalau saya bisa terbang mungkin langsung terbang mba hehe, ya pokoknya jangan sampai efek marah atau emosi negative itu berimbas keorang-orang sekitar sih mba, maka dari itu saya lebih banyak untuk berdiam diri dulu untuk meredakan emosinya mba.</p>	<p>Subjek bercerita bahwa dirinya cenderung diam saat emosi untuk meredakan emosi neaktif, agar orang-orang disekitar subjek tidak mendapatkan imbas dari emosi negatif.</p>	<p>Faktor tempramen mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>
<p>Ya itu tadi mba kembali kekarakter saya yang relatif untuk berdiam diri dulu saat emosi, kemudian cari suasana baru, terus nanti mengintropeksi apa sih yang menjadi</p>	<p>Subjek merasa lebih kesal dengan sesuatu yang menyinggung keluarga dibandingkan dirinya</p>	<p>Faktor kepribadian mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>

<p>masalah sumber emosi tersebut, lalu kita diskusi ke sumbernya, katakanlah misalnya sama istri ya kita diskusikan sama istri, kita bicara baik-baik.</p> <p>Tergantung sih mba, saya itu kesal dengan sesuatu yang mungkin menyinggung tapi yang terkait dengan orang tua ataupun dengan orang-orang terdekat kita seperti itu, itu lebih mengesalkan dari pada diri saya sendiri yang disinggung atau semisalnya seperti itu mba, kalau saya menurunkan emosi dulu, ditata dulu baru kita diskusi sama orang yang bikin kesal itu, dengan cara yang baik, tentu saja proses penyelesaiannya itu juga tidak menyinggung sumbernya tadi, ini mba pokoknya kalo lagi emosi harus dihilangkan diredakan sampai pada kondisi awal kita tahu, katakanlah saat kita tersinggung terhadap sesuatu gitu ya, ya kita turunkan ego emosi itu sampai seperti kondisi awal sebelum kita tahu masalah tersebut seperti itu mba.</p>	<p>sendiri, subjek memilih menurunkan ego, mencari suasana baru untuk meredakan emosi negatifnya terlebih dahulu, agar bisa menyelesaikan masalah tanpa menyinggung perasaan orang lain.</p>	
<p>Karena prinsip saya sejak awal engga mau pacaran, terus saya mantap aja sih mba proses taaruf itu seru dan itu satu-satunya jalan untuk menuju pernikahan yang paling pas dan berkah seperti itu.</p> <p>Kalau harapan taaruf, tentu saja memiliki pasangan yang mungkin sesuai dengan kriteria yang kita impikan, atau mungkin lebih dari yang kita harapkan, dan Alhamdulillah saya mendapatkan itu mba,</p>	<p>Subjek merasa senang dan bersyukur karena tujuannya menikah sudah terlaksana, yaitu menikah tanpa pacaran dan mendapatkan pasangan yang diinginkan sehingga membawa keberkahan dalam rumah tangganya. Subjek bercerita ingin memiliki keluarga yang</p>	<p>Faktor motivasi mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>

<p>perasaannya ya sangat senang dan bersyukur sekali mba seperti itu.</p> <p>Sesuai dengan kesepakatan kita dulu diawal bersama pasangan saya, kita ingin jadi keluarga Qurani yang menumbuhkan rasa cinta Quran, yang disitu kita menebarkan semangat dan energi positif dari quran, nah itu prosesnya mungkin kita ini ya mba berusaha semaksimal mungkin dan memperbanyak kegiatan-kegiatan yang bersinggungan dengan cita-cita kita tersebut, mulai dari ikut quran cam dan seperti itu mba.</p>	<p>cinta Al-Quran, sehingga subjek berusaha mencapai cita-citanya tersebut dengan kegiatan yang berhubungan dengan Al-Quran.</p>	
<p>Tidak bisa digambarkan sih mba, tentu saja saya sebagai laki-laki menjadi seorang suami adalah sebuah capaian yang membuat kita sangat bahagia dan bagaimana caranya kita berusaha menjadi sebaik-baiknya suami, dan ketika sudah selesai taaruf lalu sudah sah jadi suami itu rasanya benar-benar ini mba bahagia dan disitu saya merasa punya tanggung jawab besar terhadap istri saya.</p> <p>Jadi ketika emosi negative itu belum benar-benar hilang, kembali seperti awal sebelum ada masalah ya pas itu kan engga enak, tapi setelah kembali ke posisi awal perasaannya jadi lega, ketika diskusi juga lebih enak dan kita bisa berpikir jangka pendek maupun jangka panjang, jadi ketika emosi itu kan kita engga berpikir untuk jangka panjang, kadang kala kita terpaksa harus mengambil</p>	<p>Subjek merasa lebih baik melakukan diskusi setelah meredam emosi negatifnya, agar tidak merugikan siapapun. Subjek merasa bahagia menjadi suami dan merasakan tanggung jawab yang lebih besar terhadap istri.</p>	<p>Faktor kognitif mempengaruhi regulasi emosi pada subjek.</p>

<p>hal-hal pendek yang disitu banyak merugikan diri kita maupun oranglain.</p>		
<p>Kalau keluarga saya itu lebih cenderung mempersilahkan, jadi tidak menghalangi ataupun memberi semacam kebebasan juga, intinya dipersilahkan mengambil jalan hidup sendiri dan yang penting komitmen dengan jalan yang sudah diambil seperti itu, kalau teman-teman saya kebetulan juga melalui proses taaruf, jadi engga jauh bedalah, mereka mendukung juga, ketika kita semua berada di suatu frekuensi yang sama, tentu saja kita akan saling menguatkan untuk memantapkan langkah, pasti setiap orang itu ada titik khawatir, cemas ketika melakukan proses taaruf itu ya mba, nah ketika kita didukung oleh orang-orang sekitar, rasa cemas itu mulai hilang, jadi lebih mantap, engga ada rasa khawatir lagi seperti mba.</p>	<p>Subjek merasa memiliki kekuatan untuk melangkah karena mendapatkan dukungan dari keluarga dan teman-temannya, sehingga hal tersebut mampu menghilangkan perasaan negative.</p>	<p>Faktor dukungan sosial mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>

Analisis Isi

Nama Inisial : Ibu Blue

Usia : 26 Tahun

Status : Istri

Meaning Unit	Makna Deskriptif	Makna Interpretatif
Kalau dari saya sendiri ini, ya diselesaikan baik-baik, jadi misalkan kita ada perbedaan pendapat, kan saya juga bekerja dia juga bekerja, kadang waktu sampai rumah kita juga udah sama-sama cape, terus masih ngurusin rumah juga, kadang ada masalah misalkan ini piring belum dicuci seperti itu, nah itu dibicarakan secara baik, kita selesaikan secara baik- baik juga, saya sendiri sih lebih cenderung tertutup, misalkan sama orang tua cuman cerita secara umum aja, maksudnya tentang perkembangan saya dan suami gimana, tapi kalau untuk masalah seperti itu saya engga pernah cerita karena kalo keyakinan saya dan suami kebetulan kita sama-sama menyakini kalo kejadian sesuatu dalam keluarga itu, ya harus diselesaikan di keluarga jangan sampai orang lain itu tau.	Ketika ada masalah subjek merasa lebih baik menyelesaikan dengan berbicara yang baik terhadap suami. Subjek tertutup terhadap permasalahan rumah tangga agar dapat diselesaikan dengan mudah dan baik.	Subjek memilih menyelesaikan permasalahan rumah tangga dengan membicarakan secara baik-baik bersama suami. (<i>Situation Selection</i>)
Contohnya ini dari pekerjaan rumah sakit itukan banyak, kebetulan saya kan kepala unit jadinya beban kerjanya itu cenderung lebih banyak , ketika saya sampaikan pada suami, suami menyarankan yaudah resign aja, seperti itu, tapi dari saya sendiri, itukan maksudnya saya masih ingin mengaplikasikan ilmu, jadi perasaan antara	Ketika subjek menyampaikan keluhan kesah pekerjaan kepada suami, suami menyarankan subjek untuk berhenti, akan tetapi subjek merasa masih ingin mendistribusikan ilmu yang dimilikinya,	Subjek berusaha merubah situasi yang tidak menyenangkan dengan meyakinkan diri sendiri untuk menyeimbangkan pekerjaan rumah sakit dan pekerjaan rumah

<p>sebagai istri kalo keinginan suami kan dirumah aja ya itu. Akhirnya saya bilang ke suami, saya berjanji pada diri saya sendiri untuk menyeimbangkan pekerjaan dirumah sakit, dan menyelesaikan pekerjaan dirumah juga, jadi engga mengecewakan.</p>	<p>sehingga subjek berjanji pada dirinya sendiri untuk menjalankan pekerjaan dan rumah tangga secara seimbang karena subjek tidak ingin mengecewakan suami.</p>	<p>tangga. (<i>Situation Modification</i>)</p>
<p>Karena saya sukanya makan atau kalau engga belanja makanan banyak, atau saya juga suka nonton kartun.</p> <p>Tidur, nanti ketika bangun itu emang belum sepenuhnya lupa tapi perasaan udah tenang aja gitu, emang menurut saya tidur itu obat mujarab.</p> <p>Kalau saya berusaha untuk menangkan diri, karena berkeyakinan saya sendiri sudah mengambil keputusan untuk menikah, menikah itu bukan suatu hubungan singkat, bukan putus nyambung gitu, jadi saya sendiri paham, bahwa kalau misalkan marah ya harus diredakan, jadi segala masalah apapun harus bisa diselesaikan seperti itu.</p>	<p>Ketika ada emosi negatif, subjek menenangkan diri dengan meyakinkan keputusan menikah yang sudah diambilnya, subjek juga mengalihkan emosi negatifnya dengan melakukan kegiatan yang disukainya.</p>	<p>Subjek mengalihkan perhatian dengan meyakinkan diri sendiri, dan melakukan kegiatan yang disukai. (<i>Attention Deployment</i>)</p>
<p>Saya sih membayangkan ketika saya meluapkan emosi, lalu tidak melakukan apa-apa, apakah rumah itu juga akan bersih dengan sendirinya, saya juga harus berpikir kedepan apa yang harus saya lakukan, dan akhirnya saya juga membersihkan rumah.</p>	<p>Subjek berfikir ketika subjek melampiaskan emosi dan tidak melakukan apa-apa, rumah tidak mungkin akan bersih dengan sendirinya.</p>	<p>Subjek mengubah pola pikirnya bahwa melampiaskan emosi tidak akan merubah apa-apa. (<i>Cognitive Change</i>)</p>
<p>Jadi ya belajar dari peristiwa kemarin, kalo misalkan ternyata suami melakukan</p>	<p>Subjek berusaha memperbaiki setiap</p>	<p>Subjek melakukan penyesuaian terhadap</p>

<p>kesalahan yang sama, ya sudah saya belajar melakukan apa yang saya lakukan seperti sebelumnya, tapi kalau misalnya berulang kali, ya mungkin dalam diri ada jengkel juga, jadi ya berusaha untuk memperbaiki terus kedepannya dijadikan evaluasi tugas sama suami.</p> <p>Kalau perbedaan pendapat suami istri itu wajar ya, mungkin ini kalau dari saya itu tidak selalu menurut dengan suami dalam hal pendapat, suami juga engga selalu menurut apa yang saya sampaikan dalam hal pendapat, jadi kita itu sama-sama ambil yang menurut kita baik, biasanya dia juga menyampaikan pertimbangan-pertimbangan, nah saya juga akan menyampaikan, nanti pertimbangan yang banyak manfaatnya kita ambil, sekali pun yang mengemukakan saya atau bukan saya, salah satu pasti diambil, tapi engga melulu dia dengan pendapatnya, saya juga kuat dengan pendapat saya, harus ada yang mengalah.</p> <p>Saya biasa aja ke orang lain, kalau Saya ada masalah dalam rumah tangga itu, saya engga pernah menampakan, engga pernah cerita juga sama orang lain, soalnya kan antara percaya atau engga tapi yang namanya sudah berumah tangga itu masalah apapun itu, saya jarang sekali ceritain, takutnya itu ya bukan nya suudzon sih malah jadi</p>	<p>permasalahan yang ada dengan mengintropeksi diri, mempertimbangkan pendapat terbaik dalam memutuskan sebuah masalah, subjek juga tidak mau orang lain beranggapan bahwa rumah tangganya tidak bahagia, sehingga subjek merasa harus menjaga dan menyelesaikan permasalahan rumah tangga dengan suami saja.</p>	<p>respon yaitu dengan menyelesaikan permasalahan setiap permasalahan dalam rumah tangga dengan baik agar tidak menimbulkan prasangka buruk dari orang lain tentang rumah tangganya. (<i>Modulation of Respon</i>)</p>
--	---	--

<p>pandangan orang saya menikah itu engga bahagia, takut akan anggapan-anggapan orang lain jadi seperti itu.</p>		
<p>Karena biasanya dia juga cerita kalau lagi ada masalah, saya biasa mencoba memberikan solusi juga, tapi kadangkala pemasalahan antara laki-laki sama perempuan beda, jadi kalo laki-laki mungkin cenderung ibaratnya dia kan biasanya cerita masalah pekerjaan jadi kalo cerita hanya sebatas keluh kesah.</p>	<p>Subjek bercerita bahwa permasalahan antara dirinya dan suami berbeda, akan tetapi subjek tetap mencoba memberikan solusi kepada suami.</p>	<p>Faktor jenis kelamin mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>
<p>Saya sendiri meyakini ini kalau seorang muslim itu tidak boleh marah lebih dari 3 hari, apalagi dengan suaminya sendiri, jadi dalam satu hari itu pasti selesai.</p> <p>Banyak sih, yang pertama itu menikahkan menyempurnakan agama jadi ya apa-apa yang kita kerjakan dinilai pahala, seperti itu, maksudnya ketika saya melakukan sebuah kebaikan kepada suami saya, bernilai sebuah kebaktian dari seorang istri kesuami, yang insya Allah memang salah satu ridho Allah terletak pada ridho suami, jadi ya sebagai salah satu ikhtiar saya dalam beribadah, misalnya ibadah-ibadah yang lain saya masih kurang, saya bisa maksimalkan ketika dengan suami.</p> <p>Saya meyakini dia seseorang yang agamanya baik, jadi dia memilih jalan untuk taaruf itu sudah membuat saya yakin, bahwa dia itu memuliakan seorang</p>	<p>Subjek tidak boleh merasa marah terhadap suami lebih dari tiga hari, sehingga subjek memilih menyelesaikan masalah secepat mungkin.</p> <p>Subjek merasa setiap hal baik yang dilakukan untuk suaminya adalah sebuah usaha untuk mendapatkan ridho Allah dan menyempurnakan ibadah. Subjek merasa cara suaminya dalam mengambil keputusan taaruf karena agamanya baik dan untuk mengantisipasi perasaan negatif subjek memilih mengikuti kajian.</p>	<p>Faktor religiusitas mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>

<p>perempuan, engga langsung datang, terus mengajak whatshapp-an dulu misalnya, atau kertemuan ngajak jalan, karena di jaman sekarang yang seperti itu sudah banyak mba.</p> <p>Kalau saya itu mba, mengikuti kajian.</p>		
<p>Ya saya marah-marah juga mba, tapi marahnya lebih kediaam, saya engga banting piring atau mengeluarkan kata-kata yang kasar, karena saya sendirikan tipikal orang nya waktu marah cenderung lebih suka mendingkan diri, jadi ya itu walaupun saya melampiaskannya kepada hal-hal yang lain, paling seperti banyak makan atau mencari hiburan</p> <p>Tentang pekerjaan iya sih kerena beban kerja yang saya hadapi biasanya, saya kan kerjanya dirumah sakit, kalo ada masalah seputar itu kadang saya cari temen buat cerita paling engga kan bisa meluapaka, kalau perasaan saya sih tenang, terus jadi lega soalnya bisa melewati sesuatu yang sulit seperti itu.</p>	<p>Ketika ada permasalahan keluarga subjek lebih suka mendingkan diri, subjek melampiaskannya kepada kegiatan makan dan mencari hiburan. Sedangkan dalam urusan pekerjaan subjek lebih suka meluapkannya keluh kesahnya kepada teman sehingga membuat perasaan subjek menjadi lebih tenang dan lega.</p>	<p>Faktor tempramen mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>
<p>Kalau saya diem sih, saya juga belajar dari tetangga ya kadang mereka marah-marah suaranya suka kedengaran jadi kalo saya sendiri cenderung diem terus sambil membereskan apa berantakan.</p> <p>Kalau saya cuman diem aja mba, tapi suami tau kalau saya lagi marah itu pas diajak bicara sayanya diem, terus dia juga mendingkan diri, baru ketika nanti keadaan</p>	<p>Subjek merasa khawatir tentang pandangan suami terhadap dirinya, sehingga subjek berusaha melakukan yang terbaik. Subjek bercerita bahwa dirinya belajar dari tetangga yang suka marah-marah, sehingga subjek merasa berdiam diri dan</p>	<p>Faktor kepribadian mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>

<p>sudah reda diajak bicara baik-baik.</p> <p>Iya ada perasaan khawatir, cemas, terus takut juga, soalnya kan belum kenal, saya sendiri bisa tidak ya menyesuaikan diri sama suami atau suami bisa tidak menyesuaikan sama saya, maksudnya dia kan tau tentang saya itu hanya melalui teman saya, takutnya saya kan juga punya kebiasaan buruk nih, kira-kira dia bisa menerima engga seperti itu, awal-awalnya berusaha menampilkan yang baik, tapi lama kelamaan semakin keliatan aslinya, suami udah bisa menerima, saya juga bisa menerima kekurangan dari suami.</p>	<p>melakukan kegiatan positif saat emosi adalah sesuatu yang bisa meredam emosi negatifnya.</p>	
<p>Sejak dulu saya emang engga mau pacaran, terus saya ingin melalui jalur yang secara syariat, harapannya bahagia, dunia dan akhirat.</p> <p>Tentu saja seneng ya mba, karena kita kan orientasi sama-sama pembelajar, jadinya kita juga butuh ilmu, jadi setiap harinya kita sama-sama tau tentang kebutuhan diri kita, jadi kita harus terus belajar, ketika orientasi kita juga sudah akhirat itu beda dengan orientasinya dengan dunia, jadi kita berusaha sebaik mungkin menjadi pasangan yang baik siapa tau diakhirat kita menjadi pasangan lagi.</p>	<p>Subjek merasa senang karena tujuannya menikah sesuai syariat tercapai, sehingga subjek merasa harus berusaha menjadi istri yang baik agar bahagia dunia dan akhirat.</p>	<p>Faktor motivasi mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>
<p>Untuk hambatan sih ada, misalnya saya terkadang suka memikirkan pendapat orang ya mba, tapi kadang kepikiran juga kenapa saya harus memikirkan pendapat orang lain,</p>	<p>Subjek merasa tidak perlu mikirkan pendapat orang lain, karena sudah merasa yakin mengambil</p>	<p>Faktor kognitif mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>

<p>yang penting kan saya sudah menjalankan sesuatu yang menurut saya benar seperti itu.</p> <p>Kalau saya pikirkan, oh ternyata ada ya laki-laki yang diam-diam ini menginginkan saya, soalnya selama ini saya juga engga kepikiran kalau akan menikah sama dia, dulu saya mikirnya akan menikah dengan orang yang mungkin saya kenal, atau yang dulu pernah akrab, tapi ternyata sama suami saya sekarang, kalau dulu ya pikirannya karena saya belum jauh mengenal dia, tapi yang saya mencoba meyakini karena dia aktif di tarbiyah, terus saya juga aktif di tarbiyah, jadi insya Allah satu visi kaya gitu, jadi saya berpikinya insya Allah kedepannya itu lebih enak untuk memikirkan apa yang akan dibangun dalam keluarga.</p> <p>Karena saya sendiri meyakini kalau dalam diri seseorang itu pikirannya negative terus, malah bikin penyakit hati, terus nanti timbul rasa iri, dengki, sama prasangka buruk seperti itu.</p>	<p>keputusan yang benar. Subjek menepis pikiran negatif dalam dirinya dengan keyakinan bahwa dirinya dan suami memiliki visi yang sama dalam berkeluarga. Subjek menghindari pikiran negatif karena tidak mau memiliki prasangka buruk, penyakit hati, rasa iri dan dengki.</p>	
<p>Jadi mereka itu engga tau istilah taaruf, taunya itu ngelamar langsung ngajak nikah seperti itu.</p> <p>Kalo keluarga kan emang menyerahkan sepenuhnya sama saya, pokoknya jangan sampai pacaran, soalnya dilingkungan saya banyak yang pacaran, terus diapelin</p>	<p>Subjek merasa lebih yakin dalam mengambil keputusan menikah karena mendapat dukungan dari keluarga dan teman-teman.</p>	<p>Faktor dukungan sosial mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>

<p>kerumah, jadi kesannya ketetangga gak baik, ibaratnya kalo misalnya serius ya langsung menikah, dari temen-temen juga mendukung.</p> <p>Seneng sih, ibaratnya saya memilih jalan taaruf itu didukung oleh keluarga sendiri, ibaratnya dengan pertimbangan yang matang saya merasa jadi lebih yakin aja sih.</p>		
--	--	--

Analisis Isi Pasangan Kedua

Nama Inisial : Bapak Yellow

Usia : 19 Tahun

Status : Suami

Meaning Unit	Makna Deskriptif	Makna Interpretatif
Kalau dia disuruh mandi susah, terus paling kalau dia lagi marahin saya,yaa saya diem aja mba tapi rasanya sakit hati, menyelesaikannya saya yang minta maaf duluan ke dia, biasanya bercanda aja, kadang dipeluk mba, terus saya duluan yang bilang maaf ke dia, kalau ada masalah saya engga cerita ketemen-temen, keumi ataupun abi mba, saya lebih suka urusan rumah tangga yang tau saya aja sama istri, biar nyelesain nya juga lebih mudah, engga ada campur tangan dari orang lain, selama kita masih bisa nyelesain berdua aja.	Ketika ada situasi yang memacu emosi, subjek merasa lebih baik dengan meminta maaf terlebih dahulu kepada istri, bersama dengan mengeluarkan sifat humorisnya agar suasana menjadi lebih baik, subjek juga merasa tidak perlu menceritakan permasalahan rumah tangga kepada orang lain, untuk mempermudah penyelesaian masalah yang ada.	Subjek memilih untuk menekan emosi kepada pasangan karena tidak mau permasalahan semakin memburuk. (<i>Situation Selection</i>)
Dengan cara bercanda aja mba, biar lucu.	Subjek mengajak istrinya bercanda agar terlihat lucu.	Subjek berusaha merubah situasi dengan bercanda kepada istri. (<i>Situation Modification</i>)
Biasanya saya main game aja sih mba, atau kadang bercandain aja istri biar harmonis.	Ketika subjek tidak bisa menahan emosi, subjek memilih melakukan sesuatu seperti bermain game untuk mengalihkan emosi	Subjek mengalihkan perhatian dengan bermain game agar tidak meluapkan emosi negatif kepada hal yang tidak seharusnya.

	negatif.	<i>(Attention Deployment)</i>
Saya ngerasa harus lebih mandiri, kalau dulu kan minta uang ke orang tua lebih gampang gitu ya mba, kalo sekarang sebenarnya masih bisa tapi ya engga enak gitu mba, jadi nunggu orang tua ngasih aja, terus tanggung jawab juga ke istri, saya sering jadi tukang ojeknya dia sekarang, kalau ada apa-apa tak anter, perasaannya nyaman, pahalanya mengalir terus mba, lebih tenang dari pada dulu, kalau dulu rasanya was-was aja sih.	Subjek merasa tenang dan mandiri setelah menikah karena sebagai suami harus lebih bertanggung jawab, tidak sama seperti dulu sebelum menikah.	Subjek mengubah pola pikir bahwa menjadi seorang suami harus bertanggung jawab terhadap istri. <i>(Cognitive Change)</i>
Kalau saya lebih suka diem aja mba, engga pernah meluapkan ke hal-hal yang lain, saya menghindari masalah yang sama biar engga terulang lagi, caranya saya harus menyelesaikan masalahnya sampai tuntas mba, biar engga keulang lagi, saya juga berusaha senyum-senyum aja, kaya engga ada apa-apa gitu mba, karena saya lebih engga mau aja orang-orang tau, bahwa kita lagi bertengkar, malu mba udah nikah masa diumbar-umbar aibnya.	Subjek merasa sudah saling memahami dan mengerti terhadap sifat pasangan, sehingga harus menyelesaikan masalah sampai tuntas agar tidak terulang kembali dan menutupi emosi terhadap orang-orang disekitar karena merasa harus menjaga aib keluarga agar permasalahan pun akan lebih mudah di selesaikan.	Subjek melakukan penyesuaian respon yaitu dengan memaklumi dan memahami karakter istri sehingga permasalahan yang sama tidak terulang (<i>Modulation of Respon</i>)
Saya yakin aja sih mba, kalau	Subjek merasa Allah	Faktor religiusitas

<p>orang menikah itu dijamin Allah, karena menikah itu kan ibadah tapi cara menuju pernikahannya itu yang syar'i sesuai syariat gitu loh mba, yakin aja sama Allah, terus waktu dia diajak nikah sama saya langsung mau mba, jadi saya merasa oh ini berarti jodoh saya, saya engga nganu kriteria sih mba.</p>	<p>akan menjamin kehidupan orang yang menikah karena ibadah.</p>	<p>mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>
<p>Ya kadang ada rasa sebel mba, ada rasa dongkol juga dihati,tapi saya diem aja mba, saya lebih baik mengalah, saya cenderung ngga meluapkan emosi mba, jadi yaudah biasa-biasa aja, saya melakukan aktivitas kaya biasa, kalau udah hilang rasanya plong mba.</p> <p>Biasanya saya tanya kenapa, tapi kadang dia engga mau jawab, ya udah ditinggal main game mba hehe, memang dia suka marah-marah, tapi aku kan orang nya penyabar, jadi aku ngertiin aja mba.</p>	<p>Saat sedang marah subjek merasa kesal akan tetapi subjek memilih untuk diam, mengalah, dan tidak melampiaskan perasaannya kepada hal apapun. Subjek berkata bahwa istri subjek adalah orang yang pemaarah sehingga subjek memaklumi akan karakter istri subjek.</p>	<p>Faktor tempramen mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>
<p>Waktu mau nikahkan perjalanan jogja-pemalang mba takut kecelakaan atau gimana gitu, terus cemas-cemas takut engga jadi karena sesuatu yang buruk aja mba, yaudah saya berdoa, terkadang saya meras tersinggung mba, tapi kalo saya salah yaudah saya mengakui salah mba, atau</p>	<p>Subjek sudah memahami sifat istri subjek sehingga subjek dapat memaklumi hal tersebut.</p>	<p>Faktor kepribadian mempengaruhi subjek.</p>

<p>saya diem aja, soalnya dia kalau udah emosi itu ngeri, kan saya juga udah paham toh dia orang nya gimana, kata uminya, kalau dia udah marah, saya disuruh lebih baik diam aja, yaudah saya sabar aja mba.</p>		
<p>Jadi contoh di keluarga, saya kan anak pertama juga, terus kalo udah halal enak mba, biar ada temen sih, buat nemenin sehari-hari.</p>	<p>Subjek merasa setelah menikah lebih menyenangkan karena ada yang menemani dikeseharian.</p>	<p>Faktor motivasi mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>
<p>Ada rasa tanggung jawab lebih mba, udah engga kaya dulu lagi, engga bebas, kalau terkekang sih engga mba.</p>	<p>Subjek merasakan tanggung jawab yang lebih sebagai suami akan tetapi tidak merasa tertekan.</p>	<p>Faktor kognitif mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>
<p>Seneng banget mba, intinya saya bilang mau menikah mba, terus sambil ngasih uang 4 juta ke orang tua buat biaya tambahan dari tabungan, soalnya orang tua udah bilang, ya kalo mau nikah di fasilitasi tapi resikonya ditanggung saya sendiri, awalnya saya bilang baik-baik, terus selanjutnya kaya maksa tapi engga juga, saya cuma bilang tentang keadaan jaman sekarang, takut kalau ketemu terus di kampus jadi dosa, akhirnya dibolehin, tapi yaitu mba sebelumnya aku juga ditanyain sekeluarga, kaya disidang gitu, mana diteriakin juga tapi</p>	<p>Subjek merasa senang karena keputusannya didukung oleh keluarga besar, dan menerima resiko yang ditanggung selama pernikahan hal tersebut membuat subjek bertambah yakin dengan keputusan yang diambil.</p>	<p>Faktor dukungan sosial mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>

akhirnya sekeluarga besar setuju juga mba.		
--	--	--

Analisis Isi

Nama Inisial : Ibu Yellow

Usia : 19 Tahun

Status : Istri

Meaning Unit	Makna Deskriptif	Makna Interpretatif
<p>Situasi yang memancing emosi saya waktu suami itu males mengerjakan tugasnya, karena kita sering satu kelompok jadi saya suka ngomel kalau dia engga ngerjain tugasnya, yang saya lakukan biasanya mengungkit-ngungkit masalahnya, maksudnya biar cepet diselesaikan biar hati saya lega, kalo menghindar, gitu malah kaya ngeganjel gitu loh mba, malah nanti saya emosi terus, kadang saya juga bercerita sama temen dekat, ke umi juga tapi kalau ke umi dan temen itu masalahnya yang biasa aja bukan masalah rumah tangga, kalo masalah rumah tangga saya berusaha buat engga cerita kesiapa-siapa mba, langsung diselesaikan aja sama suami berdua.</p>	<p>Situasi yang memancing emosi subjek adalah saat suami tidak mengerjakan tugas kuliah, subjek merasa kesal karena ia dan suami selalu dalam satu kelompok. Sehingga subjek mengungkapkan kekesalanya secara terus menerus sampai suami mengerjakan tugasnya, supaya permasalahan tersebut dapat diselesaikan dan membuat perasaannya menjadi lega. Subjek menceritakan permasalahan yang biasa saja kepada ibu dan teman dekatnya, tapi untuk masalah dalam rumah tangga subjek tidak menceritakan kepada siapa-siapa karena ingin menyelesaikan dengan suami saja.</p>	<p>Saat suami tidak mengerjakan tugasnya, subjek memarahi suaminya untuk mengerjakan tugasnya, agar dirinya tidak terpancing emosi terus menerus. (<i>Situation Selection</i>)</p>
<p>Pas saya ngomel-ngomel ke dia mba, dia itu orangnya diem gitu loh, jadi iya iya aja terus</p>	<p>Ketika subjek memarahi, tetapi dibalas dengan</p>	<p>Subjek bisa merasa lebih tenang ketika</p>

<p>dibikin bercandaan kalau saya lagi ngomel.</p> <p>Perasaan ibu setelah itu? Saya jadinya engga emosi lagi mba, soalnya ya itu, dia bercandain jadi lucu aja, saya malah ketawa.</p>	<p>bercandaan dari suami, subjek merasa emosi yang tadinya marah bisa teredam.</p>	<p>suami memberikan candaan saat emosi, sehingga subjek dapat menghilangkan emosinya. (<i>Situation Modification</i>)</p>
<p>Kadang juga saya bawa tidur mba buat nyelesainnya, Seumpama saya lagi emosi banget, saya engga langsung berusaha menyelesaikan dulu mba, nanti saya ngomongnya engga kekontrolkan, malah nanti memperkeruh masalah, takutnya nanti dia jadi emosi juga, jadi mending saya tidur dulu biar tenang. Biasanya pagi habis bangun tidur, waktu saya merasa ngomongnya udah bisa terkontrol.</p>	<p>Ketika ada masalah yang sama terulang lagi dalam rumah tangga, subjek lebih memaklumi hal tersebut dengan beranggapan bahwa manusia banyak salah itu wajar, yang penting sudah meminta maaf atas kesalahan yang dilakukan.</p>	<p>Subjek mengalihkan perhatian dengan mencoba memahami pasangan jika melakukan kesalahan yang sama karena subjek tidak mau ambil pusing atas kesalahan yang dilakukan pasangannya. (<i>Attention Deployment</i>)</p>
<p>Seumpama cekcok gitu ya mba, terus terulang lagi, yaudah saya nyelesainya monoton aja mba, seumpama dia ngerusakin hp saya, yaudah saya diem aja saya berusaha berpikir, ya namanya manusiakan banyak salah, yang penting dia minta maaf.</p> <p>Pertama saya merasa bersyukur, saya mikir coba kalau saya engga menikah sama dia, pasti udah engga karuan sama masalah perzinahan mba, saya takut. Meskipun permasalahan dalam keluarga itu pasti ada tapi karena masalah kita jadi sama-sama lebih mengerti satu sama lain, dia paham saya orangnya emosian, dia juga tau saya lelet, jadi kita sama terus belajar agar</p>	<p>Subjek merasa bersyukur atas pernikahannya, karena menghindarkan nya dari hal-hal yang tidak diinginkan, subjek belajar untuk saling memahami agar bisa menjadi pasangan yang lebih baik kedepannya.</p>	<p>Pada tahap ini subjek berhasil dalam meregulasi emosinya dengan beranggapan bahwa ia harus bisa menyesuaikan diri dengan keadaan pasangan. (<i>Cognitive Change</i>)</p>

<p>kedepannya kita lebih saling menghargai, memahami, dan jadi pasangan yang lebih baik lah mba.</p>		
<p>Saat ditegur oleh suami saya sering merasa tersinggung, mungkin karena kita seumuran juga sih mba, tapi kadang ada enak nya juga sih, jadi ada positif dan negative nya menurut saya, positifnya kalau seumpama cerita apa-apa itu enak, maksudnya kan kaya temen sendiri, ngajak diskusi ngombrolin apa aja enak sama dia mba, saya merasa nyaman gitu, kalau negativenya itu, ya kadang itu ada perasaan saya engga terima gitu mba dinasehati dia, soalnya kadang saya merasa lebih tua dibanding dia.</p>	<p>Subjek merasa tidak nyaman saat dinasehati oleh suami karena merasa seumuran, sehingga belum bisa menepis perasaan tersinggung dirinya, akan tetapi subjek juga merasa nyaman memiliki pasangan seusia karena bisa menjadi seorang teman bagi subjek.</p>	<p>Faktor usia mempengaruhi regulasi emosi pada subjek.</p>
<p>Saya berusaha meyakinkan diri saya dengan istikharah, karena sebelumnya kan laki-laki yang saya kenal sudah mapan, dewasa, S1 di Mesir udah selesai, cuman tinggal nunggu dia sekolah mufti kan, terus katanya mau ngelamar, tapi dia kaya engga ada kejelasan gitu ke orang tua saya mba, yaudahlah mba, saya engga mau berharap lama-lama, karekan saya juga posisinya juga jauh dari orang tua, keamanan saya buat engga bergaul sama laki-laki itu susah mba, jadi saya mikirnya gitukan, apalagi ngekoskan mba.</p>	<p>Subjek menepis segala keraguan dan kecemasan yang datang subjek menjalankan istikharah untuk membuatnya merasa yakin dengan keputusan yang dilakukan dan mempercayai tindakan yang dilakukan adalah hal terbaik.</p>	<p>Faktor religiusitas mempengaruhi regulasi emosi subjek.</p>
<p>Iya, saya orangnya emosian mba. Biasanya saya keluarin semua uneg-uneg, marah-marah juga tapi cuman sama suami aja, kalau ke yang lain saya lebih diem mba, atau diem aja mba, kaya orang eneg gitu, tapi kadang saya ungkapin juga mba sambil</p>	<p>Subjek merasa bahwa dirinya adalah tipe yang mudah marah, tapi jika diluar rumah subjek banyak menahan emosi, sehingga berpengaruh pada</p>	<p>Faktor tempramen adalah faktor yang mempengaruhi regulasi emosi pada subjek.</p>

<p>ngomel, kadang juga uring-uringan, kondisi kalau saya marah-marah itu biasanya waktu lagi PMS itu saya sensitif banget.</p>	<p>pengendalian emosi yang berdampak pada aktivitas yang berhubungan dengan orang lain.</p>	
<p>Untuk taarufnya ya buat mengenal satu sama lain karena saya engga suka pacaran, kan saya kenal dia engga lama mba, kalau sama yang sebelumnya saya sudah kenal lama, jadi ya saya udah tau dia seperti apa, kalau sama suami saya ini, saya coba tanya-tanya tentang dia melalui ibunya dengan chat-chattan gitu mba, jadi ibunya udah cerita duluan ke saya dia itu seperti apa, sama temen-temennya juga cerita ke saya, untuk motivasi nikahnya yaa itu karena saya jauh dari orang tua jadi saya punya alasan yang syar'i, saya sebenarnya kurang setuju sama orang yang menikah muda tapi tidak ada alasan yang syar'i gitu loh mba, karena masih bisa berbakti sama orang tua. Perasaannya seneng aja mba, seengganya saya bisa membahagiakan orang tua dengan cara menghindarkan mereka dari api neraka gitu mba.</p>	<p>Subjek berusaha mencapai pernikahan tanpa pacaran, untuk melindungi orang tuanya dari siksaan api neraka. Sehingga untuk sampai pada tujuan tersebut subjek menggali informasi tentang suami melalui orang-orang terdekat suami, agar dapat menjaga jarak dan tidak melenceng dari tujuan yang ingin dicapainya.</p>	<p>Faktor motivasi mempengaruhi regulasi emosi pada subjek.</p>
<p>Saya kegiatannya monoton kok, mba paling ya jalan-jalan sama suami dan temen-temen juga, atau kepantai misalnya atau foto buat jualan online aja udah bikin saya seneng, kalau emosi negativenya saya banyak diem sekarang mba, kalo engga saya dirumah marah-marahnya, ngomong ke dia, tapi ke orang lain saya berusaha tenang, malukan</p>	<p>Subjek menjelaskan kegiatan yang biasanya dilakukan saat merasakan emosi positif, subjek lebih memilih melakukan hal yang sama karena ia merasa suka dan senang. Sedangkan untuk emosi</p>	<p>Faktor kepribadian mempengaruhi regulasi emosi pada subjek.</p>

<p>saya mba sama predikat istri hehe. Ya cuman itu cara saya melampiaskannya mba, sebelum nikah saya kalo marah ke orang langsung aja marah keorangnya mba, tapi setelah nikah udah jadi istri masa masih tetep gini, meskipun kadang masih ada beberapa orang yang saya marahin kalo dia sudah kelewatan dan kurang ajar mba.</p>	<p>negative nya subjek memilih melampiaskan emosi hanya pada suami, dan menahan emosi pada orang lain, karena merasa harus menjaga gelar sebagai istri yang baik dengan tidak memperlihatkan emosi terhadap orang lain.</p>	
<p>Saya selama tengkar gitukan mba, pikirnya namanya setan ya mba kalo seumpama menggoda nya dua kali lebih kuat dari pada orang yang belum menikah, ya saya kembali lagi ke Allah ini itu godaan setan gitu loh mba, jadi berusaha mengendalikan emosi mba dengan bersabar, meskipun kadang akhirnya suka ngomong-ngomong sendiri. Iya, kadang saya suka mukul-mukul biasa gitu aja mba ke suami.</p>	<p>Subjek merasakan perbedaan emosi sebelum dan sesudah menikah, dari pemikiran tersebut akhirnya mempengaruhi perasaan subjek sehingga hal tersebut membuat subjek terkadang melampiaskan emosi negative kepada suami.</p>	<p>Faktor kognitif mempengaruhi regulasi emosi pada subjek.</p>
<p>Saya sempat takut, jadi saya sharing-sharing gitu sama temen-temen dan nanya-nanya keteman-teman yang udah nikah juga mba, perasaan saya waktu itu takut, terus kaya ada rasa ragu-ragu, kepikiran kenapa saya sama dia nikah nya, ada rasa-rasa kenapa engga sama ini aja, tapi karena katanya temen saya gitu itu perasaan yang harus ditepis, maksudnya karena itu dari setan datengnya, biar saya kembali yakin lagi mba.</p>	<p>Ketika subjek merasa takut, ragu-ragu dan cemas subjek merasa hal pertama yang dilakukan adalah berbagi dan bertanya kepada teman yang berpengalaman. Subjek beranggapan bahwa cara tersebut membuatnya mampu menghilangkan emosi negative yang datang, jangan sampai</p>	

	emosi tersebut membatalkan niat baiknya dalam pernikahan.	
Abah saya awalnya engga ngebolehin mba, tapi umi saya sebenarnya mendukung mba, abah saya juga lama-kelamaan ngerti gitu loh mba, kalau zinah itu kan pertanggung jawabannya engga cuman dunia tapi juga akhirat, jadi kata umi saya buat menyakinkan abah gitu, mending kita susah sekarang menikah, ribet gitukan, terus rempong juga, tapi untuk kedepannya kita percaya Allah lebih menjamin untuk orang yang menikah dengan alasan yang baik, untuk rezeki juga kan bisa dicari dimana aja, ya saya merasa lega aja, sebelumnya saya juga ada rasa takut soalnya dia kan sampai mau pindah, kalo semisal engga jadi menikah, karena takut nanti kita sering ketemu kan dikelas, dia juga merasa engga pantas aja, takut nanti jatuhnya kaya pacaran syar'i, padahal kata umi itu juga termasuk zinah, makanya kita mengusahakan, sambil membujuk orang tua.	Subjek merasa lega karena mendapat persetujuan dan dukungan dari orang tua, sehingga dapat mencegah perasaan takut atau tertekan akan perbuatan zina diluar pernikahan.	Faktor dukungan sosial mempengaruhi pada subjek.

Significant person I

Nama : Ibu Cantik
Pekerjaan : Dosen Perternakan
Hubungan dengan subjek : Staf BKKBS

A	Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh
S	Waalaikumsalam Warahmatullahi Wabarakatuh
A	Perkenalkan saya Awalia Yusma Fakultas Agama Islam Jurusan Komunikasi Penyiaran Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Seperti yang sudah ibu baca di inform consent, saya disini ingin menggali informasi dari ibu tentang pengelolaan emosi pada pasangan yang menikah melalui proses taaruf, salah satu pasangan yang menjadi subjek saya itu bu, melakukan proses taaruf melalui BKKBS via murabbi, jadi disini saya ingin menggali informasi tentang BKKBS yang ibu ketahui, selama proses wawancara ini saya izin merekam dan mencatat ya bu
S	Iya.
A	Sudah berapa lama ibu bekerja di sini?
S	Saya baru bekerja disini satu tahun, jadi saya mewakili untuk kota. untuk diatasnya saya engga tau jadi hanya itu yang saya ketahui.
A	Untuk tahun berdirinya ibu tau?
S	Kalau tahun berdirinya karena saya juga baru tahun ini, kayanya berdirinya udah lama juga tapi saya engga tau.
A	Kalau nama pendirinya bu?
S	Nama pendiri itu engga tau, itu bagian dari kaderisasi terus ada yang mengurus bagian keluarga, kalau bagian keluarga itu tidak semata-mata hanya BKKBS, jadi yang diurus itu banyak, jadi BKKBS itu hanya sebagian kecil dari biro keluarga dan ketahanan keluarga di partai keadilan sejahtera, tapi kalau yang lebih dalam lagi saya engga tau, terus juga karena saya sebagai staff, tidak mengetahui banyak tentang itu, kaya organisasi sekarang siapa saya engga tau, kan dulu itu dibawah kaderisasi, lalu dibawah kewanitaan, yang seperti itu saja yang saya tau, saya hanya membantu mencarikan perempuan, dan ada biodata ikhawan kemudian kita bantu

	mencarikan jodohnya.
A	Ada struktur organisasi?
S	Saya bagian terkecil disini mba, jadi saya kurang tau.
A	Ibu ini pekerjaannya apa bu?
S	Saya ini juga dosen di Muhammdiyah Porworejo mba, di pertenakan.
A	Jumlah anggota yang terdaftar saat ini berapa bu?
S	Kalau disaya cuman itu 15 an orang saja,
A	Berati sekarang jumlah yang daftar taaruf itu 15 orang ya bu?
S	Iya
A	Untuk perbandingan laki-laki dan perempuannya berapa bu?
S	Kalau sayakan bagian kota, bagian perempuan, kalau laki-lakinya ke bapak-bapak, biasanya kalau mau ditaaruf itu pihak bapak-bapaknya menghubungi udah gitu aja.
A	Jumlah keseluruhan yang sudah dinikahkan berapa bu di tahun ini?
S	Ada 4 pasangan mba dari satu tahun setengah lah, hanya segitu.
A	Bagaimana cara mencocokkan antara ikhwan dan akhwat nya bu?
S	Ya ditanya kriteriannya apa, nanti pihak dari bapak-bapak itu menghubungi, misalkan ada engga perempuan yang sesuai dengan permintaan yang ini, udah gitu aja.
A	Itu menghubunginya via apa bu?
S	Itu ada blangkonya mba nanti dikirim ke saya.
A	Untuk sistem pendaftarannya lewat murabbi ya bu?
S	Iya.
A	Kira-kira sistem perjodohnya sesuai dengan antrian gitu ngga bu?
S	Sesuai kecocokan aja, kalau sudah cocok dengan permintaannya.
A	Paling cepat itu prosesnya berapa lama bu?
S	Ya itu kan prosesnya agak lama juga, soalnya sampai kekeluarga, batas waktunya menerima biasanya dua minggu, kalau engga mau yasudah, jadi kalau iya berati ya nanti, kembali yang bertanggung jawab tentang data-datanya sendiri-sendiri kemurabbi yang meminta, jadi tugas saya sudah selesai disitu
A	Kalau engga jadi itu dicariin lagi ya bu?
S	Waktu yang laki-laki engga mau itukan yang perempuannya engga tau, beratikan engga masalah, kalau laki-lakinya engga mau ya sudah nanti dicariikan lagi yang mendekati itu.

A	Ada yang mau ditambahkan engga bu?
S	Ya tujuannya membantu perempuan yang ingin menikah dengan yang sesuai, biro jodoh itu kan banyak sekali ya, jadi para murabbi membantu mencarikan, dilihat mungkin dari agamanya yang baik, jadi tujuannya memang ya itu, sehingga dikasih batas dua minggu.
A	Setelah dua minggu lalu diterima, proses selanjutnya apa bu?
S	Ya dikembalikan lagi ke orangtua, karena mereka kan anaknya orang tua, kitakan hanya membantu, kalau orangtuanya engga setuju ya engga masalah kalau orangtuanya setuju ya lanjut, jadi kita hanya memfasilitasi proses itu, karena kitakan proses taaruf itu engga bisa berkhawat ya, jadi kita hanya membantu mencarikan seperti itu.
A	Baik bu, mungkin itu saja yang saya tanyakan, sebelumnya terimakasih ya bu untuk waktunya.
S	Iya mba sama-sama, saya juga minta maaf ini karena saya masih baru jadi belum tau banyak, jadi anggap aja ini perkenalan awal ya mba, semoga bisa melancarkan skripsinya mba.

Significant person II

Nama : Ibu Pink
Pekerjaan : Mahasiswa
Hubungan dengan subjek : Sahabat

A	Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh
S	Waalaikumsalam Warahmatullahi Wabarakatuh
A	Perkenalkan saya Awalia Yusma Fakultas Agama Islam Jurusan Komunikasi Penyiaran Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Seperti yang sudah ibu baca di inform consent, saya disini ingin menggali informasi dari ibu tentang pengelolaan emosi pada pasangan yang menikah melalui proses taaruf, salah satu pasangan yang menjadi subjek saya itu bu, merupakan teman dekat ibu, jadi disini saya ingin menggali informasi tentang subjek yang ibu ketahui, selama proses wawancara ini saya izin merekam dan mencatat ya bu.
S	Iya.
A	Apa hubungan ibu dengan subjek?
S	Hubungan saya dengan bapak yellow itu sahabat dan ibu yellownya juga sahabat dekat sekali mba.
A	Sudah berapa lama ibu mengenal subjek?
S	Saya kenal bapak yellow itu sekitar satu tahun lebih mba, sedangkan ibu yellow saya udah akrab dari semester satu perkuliahan.
A	Apa yang ibu ketahui tentang subjek?
S	Bapak yellow itu anak pertama dari 3 bersaudara, ayah kandung nya sudah meninggal sejak dia SD, orangnya baik, supel, suka jengkelin tapi baik kok, keluarga nya sudah kenal dengan saya, sedangkan ibu yellow orangnya baik, asyik, suka dengerin semua keluh kesah saya, saya suka sama dia dah kayak sodara sendiri, keluarga nya juga dah kenal sama saya mba.
A	Menurut ibu kedua subjek ini seperti apa orangnya?
S	Menurut saya bapak yellow itu orangnya supel, ramah sama semua orang, suka sapa orang yg di kenal ataupun tidak bahkan tukang parkirpun dia sapa dan salami, ya baiklah mba intinya penyabar juga, kalau ibu yellow itu orangnya baik juga,

	ramah, pengertian tapi kadang suka jengkelin kalau lagi emosi hehe.
A	Ceritakan bagaimana kedekatan ibu dengan subjek?
S	Saya dekat sama bapak yellow itu waktu ibu yellow sudah dekat sama iqbal, sebelumnya kenal tapi engga sedeket sekarang, sedangkan ibu yellow sama saya udah dekat sejak lama, pertama kita ketemu aja langsung akrab dan pembicaraan kita selalu nyambung, saya sama dia dah kayak sodara , dulu sebelum ibu yellow nikah saya sama dia kemana-mana selalu bareng, kalo dia ngga punya duit ya pake uang saya dan begitupun sebaliknya.
A	Kata subjek ibu ini menjadi saksi proses ta'aruf yang mereka berdua jalani ya bu?
S	Iya mba kan ibu yellow cerita semuanya kesaya, saya juga kadang bantu agar hubungan mereka bisa berjalan dengan baik sampai menikah.
A	Tadi kata ibu, ibu yellow agak menjengkelkan orangnya?
S	Iya
A	Itu bagaimana bu biasa yang dilakukan oleh bapak dan ibu yellow?
S	Kalau ibu itu menurut saya agak menjengkelkan ketika dia emosi atau marah gitu mba, karena kadang dia suka ngomelkan tapi ya engga keterlaluhan sih mba tapi adalah gitu, nah sedangkan bapak yellow ini kebalikannya dia penyabar banget, orangnya santai dan diem aja kalo emosi atau dimarahin, ya emang kaya gitu sudah mereka sejak awal menikah.
A	Baik bu, mungkin itu saja yang saya tanyakan, sebelumnya terimakasih ya bu untuk waktunya.
S	Iya mba sama-sama, semoga bisa melancarkan skripsinya mba.

Inform Consent

SURAT PERSETUJUAN PARTISIPAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

TTL :

Jenis Kelamin :

Nomer Telp. :

Alamat :

Dengan ini menyatakan persetujuan saya untuk ikut berpartisipasi sebagai informan dalam penelitian dengan tema “Regulasi Emosi Dua Pasangan Menikah Dengan Proses Ta’aruf”. Saya menyatakan bahwa keikutsertaan saya dalam penelitian ini dilakukan secara sukarela tanpa paksaan dari pihak manapun. Saya juga memperkenankan kepada peneliti untuk menggunakan data-data yang saya berikan agar dipergunakan sesuai dengan kepentingan dan tujuan penelitian.

Saya menyetujui hak-hak yang saya peroleh dalam penelitian ini, yang telah dijelaskan oleh peneliti. Diantaranya, diperbolehkan berhenti sewaktu-waktu bila saya tidak bersedia melanjutkan sebagai informan. Seluruh informasi dan identitas yang saya berikan dijamin kerahasiaannya. Peneliti juga sudah menerangkan resiko serta dampak

yang akan saya terima dalam penelitian ini, dan saya pun menyetujuinya dengan sukarela.

Yogyakarta, 2018

Peneliti

Informan
