

REGULASI EMOSI DUA PASANGAN MENIKAH DENGAN PROSES *TA'ARUF* DI YOGYAKARTA

ABSTRAK

Oleh:
Awalia Yusma
(20150710075)

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan regulasi emosi pada pasangan yang menikah dengan proses *ta'aruf* dan mengetahui faktor yang mempengaruhi regulasi emosi dua pasangan yang menikah dengan proses *ta'aruf*. Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dalam bentuk deskriptif. Subjek pada penelitian ini yaitu dua pasangan suami istri yang melakukan pernikahan melalui proses *ta'aruf*. Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis yang digunakan adalah menggambarkan sirkulasi terjadi antara pengumpulan data, penyajian data, reduksi data dan kesimpulan-kesimpulan semuanya dilakukan dalam proses yang terpisah.

Temuan penelitian ini bahwa banyak faktor yang mempengaruhi regulasi emosi setelah menikah, suami dan istri akan menemukan banyak masalah dalam pernikahan mereka mulai dari masalah antara suami dan istri sampai dengan masalah keluarga dengan lingkungan sekitarnya. Penyelesaian masalah dalam pernikahan yang dilakukan oleh suami dan istri adalah dengan pengelolaan emosi yang baik agar dapat menyesuaikan diri satu sama lain yaitu melakukan penyesuaian dengan pasangan, penyesuaian keuangan dan penyesuaian dengan keluarga dari pihak pasangan.

Hasil yang dicapai dalam regulasi emosi pasangan suami istri yang melakukan pernikahan melalui proses *ta'aruf* di Yogyakarta adalah bahwa subjek tersebut sama-sama tidak sulit untuk saling memahami dan mengerti kekurangan masing-masing pasangan. Karena sebelumnya mereka sudah *berta'aruf* melalui media *murobbi* maupun secara langsung melalui orang tua, walaupun tidak semua informasi mereka dapat. Namun dengan niat yang baik dan karena Allah SWT, semua seakan dimudahkan Allah SWT. Hanya di awal masa pernikahan mereka sulit menyesuaikan diri terhadap karakter masing-masing pasangan. Problematika yang terjadi saat menikah ialah komunikasi yang baik dan butuh waktu yang lama untuk memahami karakter masing-masing pasangan. Dengan melalui 5 tahapan regulasi emosi, kedua pasangan dapat memberikan respon yang lebih baik atau bisa menekan kondisi emosional dan pengekspresiannya dengan cara yang berbeda dari keadaan sebenarnya. Hal ini menunjukkan regulasi emosi pada kedua pasangan ini baik, karena saat menghadapi permasalahan dalam rumah tangga dapat menyelesaikannya dengan pengaturan emosi yang stabil tidak berlebihan.

Kata kunci: regulasi emosi, pernikahan, *ta'aruf*.

EMOTION REGULATION OF TWO COUPLES MARRIED THROUGH THE TA'ARUF PROCESS AT YOGYAKARTA

ABSTRACT

This study aims to describe the emotion regulation of couples married through the *ta'aruf* process and to know the factors that influence emotion regulation that couples. The subjects in this study were two married couples who were married through the *ta'aruf* process. To study emotion regulation of the subjects, the researcher uses a qualitative approach in descriptive form. The data techniques used are interviews, observation, and documentation. The data analyzed through back and forth process of data collection, data presentation, data reduction and conclusions that all carried out in a separate process.

This study found that many factors influence emotion regulation after marriage. Husband and wife will find many problems in their marriage ranging from problems between husband and wife to family problems with the surrounding environment. A method to handle marriage problems is the emotion regulation of the couple. A good emotion regulation makes the couples able to adjust each other finance, a daily habit, social relations, family relations, and personality.

The result of the emotion regulation of married couples who married through the *ta'aruf* process in Yogyakarta is the couple able to understand each other personality and shortcomings more easily. It is important for the couple married thorough *ta'aruf* process only meet in limited time and occasions. They communicate through *murabbi* or their religious teacher firstly before the marriage so there is unrevealed information. For the reason, the couples feel difficult to adjust each other in the first years of their marriage. However, the couples in this study feel their adjustment process in marriage becomes easier in the years after. The couples attribute the easiness they feel in adjustment for the good intentions that they believe that the marriage through the *ta'aruf* process is for the sake of Allah. They feel that everything seems to be facilitated by Allah SWT. This beliefs or rationalization help them to manage and provide a better response for their spouse at the time of trouble. This shows the emotion regulation in both partners is good, they can solve when problems faced with stable emotion.

Keywords: emotion regulation, marriage, *ta'aruf*.