

## **PERNIKAHAN DINI DALAM PERSPEKTIF HUKUM ISLAM DAN DAMPAKNYA TERHADAP MENTAL HEALTH REMAJA**

**Eliya Rahmawati <sup>1</sup>, Indra Lukmana <sup>2</sup>, Nabila Zahwa Aldisa <sup>3</sup>,**

<sup>1</sup> *UIN Maulana Malik Ibrahim, Indonesia*

<sup>2</sup> *UIN Maulana Malik Ibrahim, Indonesia*

<sup>3</sup> *UIN Maulana Malik Ibrahim, Indonesia*

\*Correspondence: [dearbila06@gmail.com](mailto:dearbila06@gmail.com)

### **Abstract**

*Early marriage is a social phenomenon that still occurs frequently, especially in communities with limited access to education and information. From the perspective of Islamic law, early marriage is permitted as long as it meets the requirements and harmony of marriage, but requires physical, mental and financial readiness. The negative impacts that arise from early marriage include anxiety, stress, depression, and social isolation. This research uses a literature analysis and case study approach to explore the views of Islamic law and the mental health impacts associated with early marriage. This article also proposes several solutions, such as religious education, psychosocial support, and policies that involve synergy between Islamic law and national regulations.*

**Keywords :** marriage; early marriage; islamic family law

### **Abstrak**

Pernikahan dini adalah fenomena sosial yang masih banyak terjadi, khususnya di masyarakat dengan akses pendidikan dan informasi terbatas. Dalam perspektif hukum Islam, pernikahan dini diperbolehkan selama memenuhi syarat dan rukun pernikahan, namun memerlukan kesiapan fisik, mental, dan finansial. Dampak negatif yang timbul dari pernikahan dini mencakup kecemasan, stres, depresi, hingga isolasi sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan analisis literatur dan studi kasus untuk mengeksplorasi pandangan hukum Islam dan dampak kesehatan mental yang terkait dengan pernikahan dini. Artikel ini juga mengusulkan beberapa solusi, seperti edukasi agama, dukungan psikososial, dan kebijakan yang melibatkan sinergi antara hukum Islam dan regulasi nasional.

**Kata Kunci :** pernikahan; pernikahan dini; hukum keluarga islam

## **Pendahuluan**

Pernikahan dini, terutama yang melibatkan remaja, merupakan isu yang cukup kompleks dan menjadi perhatian global, termasuk di Indonesia. Praktik ini masih marak terjadi di beberapa wilayah, didorong oleh berbagai faktor seperti budaya, tradisi, ekonomi, serta pemahaman agama. Di sejumlah komunitas, pernikahan pada usia muda dipandang sebagai solusi untuk menjaga kehormatan keluarga atau sebagai jalan keluar dari masalah ekonomi. Namun, di balik itu, praktik pernikahan dini seringkali mengabaikan kesiapan emosional, psikologis, dan fisik dari para remaja yang menikah.

Dari perspektif hukum Islam, pernikahan merupakan bagian dari ibadah yang memiliki aturan-aturan tersendiri. Meskipun tidak ada ketentuan yang spesifik tentang batas usia dalam hukum Islam, Islam menekankan pentingnya kemaslahatan dalam setiap perbuatan, termasuk pernikahan. Salah satu syarat utama pernikahan adalah adanya kematangan baik fisik maupun mental dari kedua mempelai. Dalam konteks ini, penting untuk memahami bagaimana konsep maslahah (kemaslahatan) diterapkan dalam keputusan pernikahan, terutama bagi remaja yang belum sepenuhnya matang dari sisi psikologis dan emosional. Beberapa ulama modern bahkan menyarankan adanya pembatasan usia pernikahan untuk melindungi hak-hak anak dan remaja serta mencegah kerugian yang mungkin timbul.

Namun, pernikahan dini kerap menimbulkan berbagai persoalan yang serius, terutama dalam hal kesehatan mental remaja. Usia remaja merupakan masa transisi yang penuh dengan dinamika psikologis, di mana mereka masih dalam proses mencari identitas dan belajar mengelola emosi. Ketika mereka dihadapkan pada tanggung jawab sebagai suami atau istri, bahkan sebagai orang tua di usia yang sangat muda, beban mental tersebut bisa memicu berbagai masalah seperti depresi, kecemasan, stres, dan perasaan terisolasi. Belum lagi, ketidaksiapan dalam menghadapi konflik rumah tangga serta peran ganda yang harus diemban, baik sebagai pasangan maupun sebagai individu yang sedang dalam masa pertumbuhan.

## **Metodologi**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif-analitis, yang bertujuan untuk menggambarkan fenomena pernikahan dini dari perspektif hukum Islam dan dampaknya terhadap kesehatan mental remaja. Sumber data penelitian terdiri dari data primer yang diperoleh melalui wawancara mendalam dengan pakar hukum Islam dan psikolog remaja, serta data sekunder yang diambil dari literatur, jurnal, dan dokumen yang relevan. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi pustaka, wawancara, dan dokumentasi.

*Pernikahan Dini Dalam Perspektif Hukum Islam Dan Dampaknya Terhadap Mental Health Remaja*  
Analisis data menggunakan teknik deskriptif dengan memadukan hasil wawancara dan literatur, yang kemudian diverifikasi melalui triangulasi sumber untuk menjaga validitas hasil.

## Hasil dan Pembahasan

### A. Perspektif hukum Islam mengenai pernikahan dini

Pernikahan menurut syariat adalah ikatan yang sah antara seorang laki-laki dan perempuan, yang ditandai dengan adanya akad (ijab dan qabul) serta terpenuhinya rukun dan syarat-syarat pernikahan<sup>1</sup>. Menurut Imam Syafi'i, pernikahan didefinisikan sebagai akad yang menjadikan hubungan antara laki-laki dan perempuan menjadi halal. Dalam Islam, pernikahan diartikan sebagai ikatan lahir dan batin antara seorang laki-laki dan perempuan untuk membangun rumah tangga yang penuh dengan sakinah (ketenangan), mawaddah (cinta), dan rahmah (kasih sayang). Pernikahan bertujuan untuk menjalani kehidupan bersama, melanjutkan keturunan, dan dilakukan sesuai dengan syariat Islam.

Hukum Islam telah mengatur pernikahan sebagai sesuatu yang disunnahkan. Ketentuan ini didasarkan pada Al-Qur'an, Al-Hadits, Ijma' ulama fikih, dan Ijtihad ulama<sup>2</sup>. Dalam Al-Qur'an, perintah dan anjuran menikah tercantum antara lain dalam Surat Adz-Dzariyat ayat 59 dan An-Nisa' ayat 1. Selain itu, pernikahan juga merupakan sunnah Rasul, sebagaimana disebutkan dalam hadits berikut yang artinya: "Barang siapa di antara kalian yang telah memiliki kemampuan untuk menikah, hendaklah ia menikah, karena hal itu dapat menundukkan pandangan dan lebih menjaga kemaluan. Namun, barang siapa yang belum mampu menikah, hendaklah ia berpuasa, karena puasa adalah peredam syahwat baginya." (HR. Bukhari dan Muslim).

Sebagaimana dijelaskan diatas, Al-Qur'an dan hadits menjadi dasar utama dalam pelaksanaan pernikahan. Mayoritas ulama (jumhur ulama) berpendapat bahwa hukum asal pernikahan adalah sunnah. Namun, hukum ini dapat berubah sesuai dengan keadaan dan niat seseorang, berdasarkan kaidah fikih *Al-ahkam Al-khamsah* (lima hukum taklifi). Berikut adalah penjelasan hukum pernikahan<sup>3</sup>:

#### 1. Wajib

---

<sup>1</sup> (Khasanah, 2014. hlm 307)

<sup>2</sup> (Cahyani, 2020. hlm 3)

<sup>3</sup> (Cahyani, 2020. hlm 4-6)

Pernikahan menjadi wajib bagi laki-laki dan perempuan yang telah mampu melaksanakannya dan khawatir terjerumus dalam perbuatan zina.

2. Sunnah

Pernikahan dianjurkan bagi seseorang yang mampu secara materi dan non-materi tetapi tidak khawatir akan terjerumus dalam zina, karena mampu mengendalikan nafsunya.

3. Mubah

Pernikahan dihukumi mubah bagi seseorang yang tidak merasa terancam akan berbuat zina dan dapat memenuhi hak serta kewajiban dalam pernikahan tanpa menelantarkan pasangan.

4. Makruh

Pernikahan menjadi makruh bagi seseorang yang mampu menahan hawa nafsunya, tidak khawatir terjerumus dalam zina, namun tidak memiliki niat kuat untuk menjalankan tanggung jawab sebagai suami atau istri yang baik.

5. Haram

Pernikahan dihukumi haram jika dilakukan dengan tujuan maksiat atau niat yang bertentangan dengan syariat Islam

Pernyataan diatas menunjukkan bahwa islam memberikan fleksibilitas dalam menentukan hukum pernikahan berdasarkan kondisi individu dan tujuan pernikahan. Salah satu kondisi yang menjadi pertimbangan adalah faktor usia. Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 menyebutkan bahwa pernikahan adalah ikatan lahir batin antara pria dan wanita untuk membentuk keluarga yang bahagia. Dalam undang-undang ini, usia minimal untuk menikah ditetapkan 19 tahun, untuk memastikan kematangan biologis dan psikologis <sup>4</sup>. Menjaga keharmonisan dalam pernikahan tidak selalu mudah, terutama jika dilakukan di usia muda. Berbagai faktor, seperti kondisi psikologis, biologis, ekonomi, dan perbedaan pandangan hidup, sering menimbulkan masalah. Masalah tersebut antara lain berupa kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), gangguan kesehatan mental dan reproduksi, serta kesejahteraan anak yang lahir, baik secara fisik maupun mental <sup>5</sup>. Oleh karena itu, hukum islam memberikan tanggapan mengenai pernikahan dini yang dapat dijadikan acuan bagi umat muslim untuk mempertimbangkan dan memutuskan tindakan dalam permasalahan tersebut.

---

<sup>4</sup> (Darussalam et al., 2023. hlm 318)

<sup>5</sup> (Fadlyana & Larasaty, 2016. hlm 137)

Pernikahan usia muda atau pernikahan dini menurut perspektif hukum Islam pada dasarnya juga termasuk dalam kategori pernikahan yang sah.

<sup>6</sup>. Dalam pandangan syariat Islam, pernikahan merupakan bentuk penghargaan dan penghormatan tinggi terhadap harga diri manusia, yang diberikan Allah SWT, lebih tinggi dibandingkan makhluk lainnya. Namun, ada beberapa hal yang harus diperhatikan karena pernikahan dini memiliki kondisi yang berbeda dengan umumnya, misalnya kondisi mempelai laki-laki yang masih berstatus pelajar atau mahasiswa sehingga belum bekerja dan tidak mampu memberi nafkah. Oleh karena itu, dalam fikih Islam, ada beberapa ketentuan yang perlu dipenuhi untuk kesiapan menikah, yang ditinjau berdasarkan tiga hal, diantaranya adalah <sup>7</sup>:

1. Kesiapan ilmu

Memahami hukum-hukum fiqh yang berkaitan dengan pernikahan, baik sebelum, saat, maupun setelah menikah. Ini mencakup hukum khitbah (lamaran), syarat dan rukun akad nikah, serta hukum nafkah, talak, dan rujuk. Setiap Muslim diwajibkan mengetahui hal-hal yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari

2. Kesiapan materi

Memiliki harta untuk mahar (maskawin) dan nafkah suami kepada istri, yang meliputi kebutuhan dasar seperti sandang, pangan, dan papan.

3. Kesiapan fisik

Memastikan kondisi fisik yang sehat, khususnya bagi pria, yang mampu menjalankan tugasnya sebagai suami. Imam Ash Shan'ani menjelaskan bahwa kesiapan ini berkaitan dengan kemampuan melakukan hubungan suami-istri

Pada intinya, perspektif hukum islam mengenai pernikahan dini adalah memperbolehkan dan hukum pernikahannya tetap sah, tetapi pernikahan tersebut harus memenuhi ketentuan dalam Islam, pernikahan tetap menjadi haram jika tujuannya untuk menyakiti salah satu pasangan.

Islam tidak melarang pernikahan dini, selama semua persyaratan terpenuhi dan tujuannya untuk memperkuat ikatan keagamaan. Namun, sebaiknya pernikahan dini dihindari jika hanya bertujuan memenuhi nafsu, karena hal ini dapat berbahaya. Pernikahan seperti itu sering kali tidak sesuai dengan syariat Islam, dapat menimbulkan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), serta merugikan salah satu pasangan <sup>8</sup>. Dalam pernikahan dini, hukum yang berlaku mempertimbangkan aspek

<sup>6</sup> (Darussalam et al, 2023. hlm 322)

<sup>7</sup> (Khasanah, 2014. hlm 312-313)

<sup>8</sup> (Khasanah, 2014. hlm 317)

*Pernikahan Dini Dalam Perspektif Hukum Islam Dan Dampaknya Terhadap Mental Health Remaja* kemaslahatan sosial. Islam tidak secara tegas membatasi usia pernikahan, namun juga tidak melarang pernikahan dini secara mutlak. Pandangan ini bersifat relatif dan bergantung pada kondisi individu serta situasi masing-masing. Para ulama mempertimbangkan maslahat sosial untuk memastikan pernikahan dapat memberikan manfaat, bukan justru membawa mudarat bagi individu maupun masyarakat<sup>9</sup>.

Sebagai contoh, pernikahan antara Syeh Fuji dan Lutfiana Ulfa menunjukkan dampak negatif pernikahan dini. Ulfa, yang masih anak-anak, terpaksa menjalani kehidupan rumah tangga seperti orang dewasa, kehilangan masa kanak-kanaknya, serta mengalami kerugian fisik dan mental. Hal ini melanggar Undang-Undang No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak, melecehkan wanita, dan merampas hak anak. Selain itu, kita dapat melihat contoh sinetron “pernikahan dini” yang hanya didasari nafsu, menunjukkan betapa kacau dan bermasalahnya pernikahan yang tidak sesuai tujuan

B. Dampak pernikahan dini terhadap kesehatan mental remaja

Pernikahan dini, meskipun tidak secara tegas dilarang dalam hukum Islam, tetap memerlukan pertimbangan matang, terutama terkait kemaslahatan dan kesiapan individu. Dalam konteks kesehatan mental remaja, pernikahan dini dapat membawa tantangan yang signifikan, mengingat usia mereka belum sepenuhnya matang untuk menghadapi tanggung jawab rumah tangga sesuai tujuan syariat Islam, yaitu mencapai sakinhah, mawaddah, dan rahmah. Berikut dampak-dampak pernikahan dini terhadap kesehatan mental remaja yang meliputi:

1. Kecemasan

Kecemasan dapat menimbulkan berbagai gejala, baik fisik maupun psikologis. Gejala fisik meliputi ujung jari terasa dingin, gangguan pencernaan, keringat berlebih, sulit tidur, hilangnya nafsu makan, pusing, sesak napas, dan lainnya. Sementara itu, gejala psikologis mencakup rasa takut yang berlebihan terhadap ancaman atau bahaya, hilangnya kepercayaan diri, sulit berkonsentrasi, dan keinginan untuk menghindari kenyataan. Dalam keluarga yang menjalani pernikahan dini, kecemasan sering muncul akibat rasa takut terhadap ancaman atau masalah yang mungkin terjadi. Hal ini dapat menimbulkan tekanan emosional hingga rasa panik<sup>10</sup>. Dengan demikian, kecemasan yang dialami oleh keluarga dari pernikahan dini dapat digambarkan sebagai campuran ketakutan dan kekhawatiran yang muncul ketika

---

<sup>9</sup> (Darussalam et al., 2023. hlm 326)

<sup>10</sup> (SYALIS & Nurwati, 2020. hlm 36-37)

*Pernikahan Dini Dalam Perspektif Hukum Islam Dan Dampaknya Terhadap Mental Health Remaja* menghadapi berbagai masalah dalam kehidupan rumah tangga mereka karena mungkin merasa tertekan dengan tuntutan peran baru sebagai pasangan dan, jika sudah memiliki anak, sebagai orang tua.

2. Stress

Pernikahan di usia terlalu muda dapat menyebabkan stress hingga depresi neuritis, yang muncul akibat kekecewaan yang berkepanjangan dan tekanan emosional yang berlebihan<sup>11</sup>. Selain itu, kematangan sosial dan ekonomi sangat penting dalam pernikahan karena berperan sebagai penopang kehidupan keluarga. Namun, pada usia muda, individu umumnya belum memiliki kestabilan sosial maupun ekonomi, meskipun mereka diharuskan untuk memenuhi kebutuhan keluarga.

3. Resiko depresi

Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang menikah dini memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami depresi. Hal ini disebabkan oleh tekanan sosial dan emosional yang mereka hadapi, serta kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar.

4. Isolasi sosial

Pernikahan dini dapat meningkatkan risiko isolasi sosial, yang pada akhirnya juga meningkatkan kemungkinan gangguan mental, karena dukungan sosial yang kuat sangat penting untuk kesejahteraan psikologis<sup>12</sup>. Hal ini sering terjadi pada perempuan, yang terputus dari teman sebaya dan jaringan sosial mereka. Ditambah dengan pencapaian pendidikan yang lebih rendah, perempuan yang menikah dini lebih rentan terhadap isolasi sosial dan gangguan mental.

5. Kekerasan dalam rumah tangga

Remaja yang menikah di usia muda lebih rentan terhadap kekerasan dalam rumah tangga, yang dapat menyebabkan trauma psikologis jangka panjang. Tingginya kasus KDRT pada perempuan memberikan dampak buruk bagi kesehatan istri sebagai korban, baik secara fisik maupun mental. Dampak tersebut meliputi rasa takut, kecemasan, kelelahan, stres pasca-trauma, gangguan makan, hingga gangguan tidur. Selain itu, KDRT juga dapat mengganggu kesehatan reproduksi secara biologis, seperti gangguan menstruasi (menorrhagia, hipomenorrhagia, atau metrorrhagia), menopause dini, penurunan libido, hingga kesulitan mencapai orgasme<sup>13</sup>. Akibatnya, gangguan ini berdampak lebih luas pada aspek sosial dan psikologis korban.

---

<sup>11</sup> (SYALIS & Nurwati, 2020. hlm 37)

<sup>12</sup> (Hynek et al., 2022. hlm 8)

<sup>13</sup> (Ramadani & Yuliani, 2017. hlm 81)

6. Kesulitan dalam Pendidikan dan karir

Penelitian menunjukkan bahwa perempuan dengan pendidikan tinggi cenderung menunda pernikahan hingga usia matang, sementara mereka yang menikah dini biasanya memiliki aspirasi pendidikan yang lebih rendah. Tingkat pendidikan juga berhubungan dengan risiko gangguan mental, di mana individu dengan pendidikan rendah memiliki risiko tertinggi<sup>14</sup>. Oleh karena itu, menunda pernikahan hingga usia matang dapat memberikan manfaat, seperti kesempatan untuk menyelesaikan pendidikan lebih tinggi dan mengurangi risiko gangguan mental di masa depan.

7. Kesehatan mental ibu muda

Perempuan yang menikah dan melahirkan di usia sangat muda cenderung memiliki kesehatan fisik yang lebih buruk dan sering memerlukan pengobatan rutin. Hampir 40% dari mereka mengalami gangguan somatik, seperti penyakit hematologi atau masalah sistem peredaran darah, yang jauh lebih tinggi dibandingkan wanita yang menikah dan melahirkan di usia matang. Risiko ini terkait dengan ketidakdewasaan biologis remaja, tekanan emosional, serta ketidaksetaraan usia dan status dalam hubungan pernikahan<sup>15</sup>. Perempuan yang menikah dan melahirkan di usia sangat muda juga sering kali mengalami masalah kesehatan mental yang lebih serius, termasuk gangguan kecemasan dan depresi postpartum, karena mereka belum siap secara fisik dan emosional untuk menjadi orang tua.

C. Peran keluarga dan lingkungan sosial dalam memberikan dukungan terhadap remaja yang terlibat dalam pernikahan dini

Pernikahan dini adalah fenomena yang masih sering terjadi di berbagai masyarakat, terutama di kawasan dengan akses pendidikan dan informasi yang terbatas. Dalam kondisi tersebut, keluarga dan lingkungan sosial memiliki peran strategis untuk memberikan dukungan kepada remaja yang menjalani pernikahan di usia muda<sup>16</sup>. Dukungan ini tidak hanya penting untuk menjaga stabilitas rumah tangga mereka tetapi juga untuk memastikan terpenuhinya kebutuhan psikologis dan sosial remaja yang menjalani transisi besar dalam hidupnya.

Adapun peran keluarga dan lingkungan sosial dalam memberikan dukungan terhadap remaja yang terlibat dalam pernikahan diri diantaranya:

---

<sup>14</sup> (Hynek et al., 2022. hlm 8)

<sup>15</sup> (Sezgin & Punamäki, 2020. hlm 163)

<sup>16</sup> (Abdul Aziz Rusman Khairani Syam Br. Manurung et al., 2022)

1. Peran keluarga

Keluarga memegang peran yang sangat penting dalam membantu remaja yang menikah dini. Sebagai tempat terdekat, keluarga menjadi sumber utama dukungan bagi remaja yang sedang menghadapi perubahan besar dalam hidupnya. Peran keluarga diantaranya yakni :

a. Memberikan bimbingan nasehat

Orang tua dan anggota keluarga perlu memberikan bimbingan kepada remaja tentang bagaimana mengelola rumah tangga, membagi tanggung jawab, dan menyelesaikan masalah dengan pasangan. Hal ini penting karena sebagian besar remaja belum memiliki pengalaman yang cukup dalam menghadapi pernikahan.

b. Memberikan dukungan emosional

Keluarga dapat menjadi tempat curhat yang nyaman bagi remaja. Dukungan berupa perhatian, kasih sayang, dan komunikasi yang baik dapat membantu remaja menghadapi tekanan mental atau perasaan cemas yang sering muncul dalam pernikahan dini.

c. Membantu dari segi keuangan

Remaja yang menikah dini biasanya belum mandiri secara ekonomi. Keluarga bisa memberikan bantuan keuangan sementara untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari mereka sampai mereka mampu mandiri.

d. Membentuk nilai agama dan moral

Keluarga juga berperan dalam membentuk kepribadian remaja dengan menanamkan nilai-nilai agama dan moral. Hal ini membantu remaja memahami bahwa pernikahan bukan hanya tentang hidup bersama, tetapi juga tanggung jawab besar yang harus dijalani dengan baik<sup>17</sup>.

2. Peran sosial

Selain keluarga, lingkungan sosial seperti teman, tetangga, dan komunitas juga berperan penting dalam memberikan dukungan kepada remaja yang menikah dini. Lingkungan sosial dapat menciptakan suasana yang mendukung sehingga remaja merasa diterima dan tidak terisolasi. Diantara peran lingkungan sosial yakni:

a. Memberikan dukungan moral

Lingkungan sosial yang baik bisa memberikan rasa nyaman kepada remaja dengan tidak memandang rendah atau memberikan stigma negatif kepada mereka. Sikap yang ramah dan

---

<sup>17</sup> Fauziah Rahim, “Bimbingan Orangtua Bagi Pasangan Pernikahan Dini Untuk Mewujudkan Rumah Tangga Yang Harmonis Di Desa Malintang Jae Kecamatan Bukit Malintang” (Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan, 2023).

*Pernikahan Dini Dalam Perspektif Hukum Islam Dan Dampaknya Terhadap Mental Health Remaja* mendukung dari lingkungan dapat membantu remaja lebih percaya diri.

b. Menyediakan program pemberdayaan

Komunitas atau organisasi lokal bisa menyelenggarakan pelatihan keterampilan, kursus, atau kegiatan yang bermanfaat bagi pasangan muda. Program ini dapat membantu mereka meningkatkan kemampuan untuk menjalani kehidupan sehari-hari.

c. Memberikan penyuluhan

Lingkungan sosial juga dapat memberikan edukasi kepada remaja tentang kesehatan, pengelolaan konflik, dan cara menjalani pernikahan dengan baik. Penyuluhan ini dapat membantu remaja memahami bagaimana menghadapi tantangan yang muncul dalam pernikahan dini.

d. Menciptakan solidaritas

Dengan adanya dukungan dari komunitas atau kelompok teman sebaya, remaja dapat merasa memiliki tempat untuk berbagi cerita dan mencari solusi bersama. Hal ini membantu mereka merasa tidak sendirian dalam menghadapi situasi yang sulit.

D. Kebijakan pemerintah dan lembaga agama dalam mencegah dan menangani pernikahan dini

1. Kebijakan pemerintah dalam mencegah dan menangani pernikahan dini

Pemerintah memiliki peran penting dalam mengatasi pernikahan dini, yang sering kali berakar pada faktor sosial, ekonomi, dan budaya. Pernikahan dini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik dan mental remaja, tetapi juga membatasi peluang mereka untuk melanjutkan pendidikan dan meningkatkan kualitas hidup. Dalam upaya mengurangi angka pernikahan dini, pemerintah telah menerapkan berbagai kebijakan strategis yang mencakup regulasi, edukasi, dan pemberdayaan. Kebijakan ini tidak hanya bertujuan untuk mencegah pernikahan dini, tetapi juga memberikan perlindungan bagi remaja yang telah menikah agar tetap mendapatkan hak-haknya. Berikut beberapa langkah yang telah diambil pemerintah:

a. Peningkatan usia minimal pernikahan

Pemerintah telah menaikkan batas usia minimal menikah menjadi 19 tahun untuk laki-laki dan perempuan melalui revisi Undang-Undang Perkawinan. Hal ini bertujuan agar remaja memiliki

*Pernikahan Dini Dalam Perspektif Hukum Islam Dan Dampaknya Terhadap Mental Health Remaja* kesempatan yang cukup untuk menyelesaikan pendidikan dan mempersiapkan diri secara mental dan fisik sebelum menikah<sup>18</sup>.

- b. Edukasi dan sosialisasi bahaya pernikahan dini  
Melalui program kampanye di sekolah dan masyarakat, pemerintah terus mengedukasi tentang risiko pernikahan dini. Kampanye ini tidak hanya ditujukan kepada remaja, tetapi juga kepada orang tua agar mereka memahami pentingnya mendukung anak menyelesaikan pendidikan terlebih dahulu.
  - c. Penguatan layanan perlindungan anak  
Pemerintah telah menyediakan layanan perlindungan bagi anak-anak yang terancam atau telah mengalami pernikahan dini, termasuk pendampingan psikologis dan konsultasi hukum.
  - d. Penegakan hukum  
Pengawasan terhadap pernikahan di bawah umur semakin diperketat, terutama melalui lembaga terkait seperti Kantor Urusan Agama (KUA). Sanksi hukum juga diterapkan untuk pihak-pihak yang mencoba melanggar peraturan tersebut<sup>19</sup>.
2. Peran lembaga agama dalam mencegah dan menangani pernikahan dini  
Lembaga agama memiliki peran besar dalam masyarakat, terutama dalam memberikan bimbingan moral dan spiritual. Dalam konteks pernikahan dini, lembaga agama dapat menjadi penghubung antara nilai-nilai keagamaan dan kesadaran sosial. Banyak masyarakat yang masih menganggap pernikahan dini sebagai solusi untuk masalah sosial atau ekonomi, tetapi lembaga agama dapat memberikan perspektif yang lebih bijaksana tentang kesiapan pernikahan dari sudut pandang agama.<sup>20</sup> Selain itu, lembaga agama juga dapat membantu menangani dampak pernikahan dini dengan memberikan nasihat kepada pasangan muda agar mampu menjalani pernikahan secara bertanggung jawab. Berikut beberapa peran penting lembaga agama:

---

<sup>18</sup> Ayu Rahadianti and Azis Muslim, “Strategi Dan Dampak Kebijakan KUA Dalam Menekan Angka Pernikahan Dini Di Kecamatan Karangpawitan Kabupaten Garut,” *Jurnal Pemerintahan Dan Kebijakan (JPK)* 4, no. 2 (2023): 95–106, <https://doi.org/10.18196/jpk.v4i2.16198>.

<sup>19</sup> Dahriah Dahriah, Abdul Jabbar, and Muhammad Rusdi, “Strategi Pemerintah Dalam Meminimalisir Pernikahan Dini Di Kecamatan Maritengngae Kabupaten Sidenreng Rappang,” *PRAJA: Jurnal Ilmiah Pemerintahan* 8, no. 3 (2020): 163–72, <https://doi.org/10.55678/prj.v8i3.291>.

<sup>20</sup> Lalu Ahmad Zaenuri and Andri Kurniawan, “Komunikasi Dakwah Dan Peran Ulama Dalam Mencegah Pernikahan Dini Di Nusa Tenggara Barat,” *Jurnal Peurawi: Media Kajian Komunikasi Islam* 4, no. 2 (2021): 45, <https://doi.org/10.22373/jp.v4i2.10920>.

- a. Penyuluhan agama tentang makna pernikahan

Lembaga agama dapat mengajarkan bahwa pernikahan adalah ibadah yang membutuhkan persiapan matang, baik secara spiritual maupun emosional. Menunda pernikahan hingga usia yang tepat juga dianggap sebagai bagian dari menjaga maslahat <sup>21</sup>.

- b. Pengawasan oleh tokoh agama

Tokoh agama diharapkan lebih proaktif dalam mengawasi praktik pernikahan di masyarakat, termasuk menolak pernikahan yang tidak memenuhi syarat hukum dan agama.

- c. Keterlibatan dalam program pendidikan keagamaan

Lembaga agama dapat bekerja sama dengan pemerintah untuk mengadakan program pendidikan keagamaan yang menekankan pentingnya kesiapan mental, fisik, dan finansial dalam pernikahan.

- d. Peran dalam rekonsiliasi dan dukungan pasca-nikah

Bagi pasangan yang telah menikah dini, lembaga agama dapat memberikan dukungan berupa nasihat rumah tangga dan mediasi konflik, sehingga mereka mampu menjalani pernikahan dengan lebih baik <sup>22</sup>.

- E. Solusi yang untuk mengurangi dampak pernikahan dini dari perspektif hukum Islam dan kesehatan mental

Pernikahan dini memiliki beberapa dampak, baik dampak fisik maupun psikologis. Solusi untuk mengurangi dampak pernikahan dini sangat memerlukan pendekatan holistik dari perspektif hukum Islam. Berikut beberapa diantaranya:

1. Pemahaman dan edukasi keagamaan

Pernikahan dalam Islam merupakan ikatan suci yang dilakukan atas dasar kesiapan fisik, mental, dan tentunya finansial. Memerhatikan pada apa yang telah tertera pada QS. An-Nisa' ayat 6 yaitu:

وَإِنْتُلُوا الْيَتَمَى حَتَّىٰ إِذَا بَلَغُوا النِّكَاحَ فَإِنْ أَسْتَمْ مِنْهُمْ رُشْدًا فَادْفَعُوا إِلَيْهِمْ أُمُوَالَهُمْ  
وَلَا تُأْكِلُوهَا إِسْرَافًا وَبَدَارًا أَنْ يَكْرُبُوا ۝ وَمَنْ كَانَ عَيْنًا قَلِيلًا فَإِنْتَغْفِفْ ۝ وَمَنْ كَانَ فَقِيرًا  
فَلْيَأْكُلْ بِالْمَعْرُوفِ ۝ فَإِذَا دَعَمْتُمُ الْيَتَمَمْ أُمُوَالَهُمْ فَأَشْهُدُوا عَلَيْهِمْ ۝ وَكُفِّي بِاللَّهِ حَسِيبًا

Artinya: *Ujilah anak-anak yatim itu (dalam hal mengatur harta) sampai ketika mereka cukup umur untuk menikah. Lalu, jika menurut penilaianmu mereka telah pandai (mengatur harta), serahkanlah kepada mereka hartanya.*

<sup>21</sup> Rahadiani and Muslim, "Strategi Dan Dampak Kebijakan KUA Dalam Menekan Angka Pernikahan Dini Di Kecamatan Karangpawitan Kabupaten Garut."

<sup>22</sup> Turaya and Idhar, "Peran Lembaga Keagamaan Dalam Sosialisasikan Dampak Pernikahan Anak Di Bawah Umur Di Bima," 2023, 20–36, <https://doi.org/https://doi.org/10.47625/jemari/v1i1/477> History.

*Pernikahan Dini Dalam Perspektif Hukum Islam Dan Dampaknya Terhadap Mental Health Remaja*  
*Janganlah kamu memakannya (harta anak yatim) melebihi batas kepatutan dan (janganlah kamu) tergesa-gesa (menghabiskannya) sebelum mereka dewasa. Siapa saja (di antara pemelihara itu) mampu, maka hendaklah dia menahan diri (dari memakan harta anak yatim itu) dan siapa saja yang fakir, maka bolehlah dia makan harta itu menurut cara yang baik. Kemudian, apabila kamu menyerahkan harta itu kepada mereka, hendaklah kamu adakan saksi-saksi. Cukuplah Allah sebagai pengawas.*

Ayat ini memiliki pesan bagi wali anak yatim untuk menguji anak yatim hingga anak yatim tersebut cukup umur untuk menikah. Menurut Mujtahid cukup umur untuk menikah disini adalah baligh, yakni mampu mengeluarkan air mani yang merupakan asal-usul seorang anak. Kalimat selanjutnya menyiratkan bahwa tidak hanya baligh, kemandirian dan kedewasaan dapat ditandai dengan kemampuan dalam mengatur ataupun pengelolaan harta.

Pada usia dini seringkali kesiapan tersebut belum terpenuhi seutuhnya, dan akhirnya menyebabkan banyak permasalahan yang tidak diinginkan. Di sini peran guru dan orang tua sangat penting untuk mengedukasi anak bahwa pernikahan bukan hanya bentuk legalitas atas wanita dan lelaki yang sudah baligh, akan tetapi sesuatu yang sakral dan perlu kematangan. Diperlukan pengetahuan dan kemampuan dalam menjalankannya atau pernikahan tersebut akan mendatangkan mudharat bagi banyak orang. Dengan pengetahuan calon pasangan yang meningkat mengenai pernikahan, diharapkan mereka dapat lebih melakukan persiapan yang matang sebelum memasuki gerbang pernikahan sehingga *sakinah, mawaddah, dan warohmah*<sup>23</sup>.

## 2. Aturan hukum dan fatwa

Upaya mengatasi masalah yang muncul akibat pernikahan dini adalah dengan menelaah maqasid syari'ah dari pernikahan. Pernikahan dapat memiliki tujuan untuk menjaga agama dan keturunan. Tanpa kematangan dalam pelaksanaannya tentu memengaruhi keberhasilan dari tujuan yang seharusnya dicapai. Sedangkan tugas para Ulama' yang berwenang dalam mengeluarkan fatwa, adalah untuk mengeluarkan fatwa yang mendukung penundaan pernikahan sampai individu siap dan matang.

## 3. Penetapan usia minimum

---

<sup>23</sup> Cahaya, Riswan Munthe, and Neng Nurcahyati Sinulingga, "Pendidikan Pra Nikah Dalam Perspektif Islam: Tingkat Pernikahan Dini Dan Perceraian," *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)* 4, no. 3 (2023): 598, <https://doi.org/10.33474/jp2m.v4i3.20814>.

Agama Islam tidak menetapkan usia spesifik untuk menikah <sup>24</sup>. Dapat diketahui pula terkadang usia tidak menentukan kedewasaan ataupun kemampuan seseorang. Tidak semua orang yang sudah baligh mampu secara psikologis ataupun finansial. Sebagai bentuk harmonisasi dari syari'at Islam dan hukum nasional, penetapan usia minimum dapat ditentukan dengan mempertimbangkan kematangan biologis, dan psikis

Selain itu solusi permasalahan yang diciptakan oleh pernikahan dini dapat diperoleh dari perspektif kesehatan mental, yakni:

a. Pendidikan Kesehatan mental

Pendidikan kesehatan mental dapat diberikan pada lembaga pendidikan formal maupun non formal seperti pada sekolah atau penyuluhan pada kampanye-kampanye sosial. Pengenalan tentang apa itu pernikahan dan apa dampak mental yang mungkin terjadi karena hal tersebut. Dengan upaya tersebut, diharapkan akan meningkatkan kesadaran masyarakat akan dampak dari pernikahan dini.

b. Dukungan psikososial

Dukungan psikososial akan berhasil ketika beriringan dengan kesadaran masyarakat. Membentuk pusat konseling bagi remaja atau pasangan muda akan menjadi solusi dan menjadi wadah untuk saling berbagi pendapat mengenai tantangan psikologis dan emosional yang mungkin terjadi bagi pasangan yang menikah dini.

c. Penguatan keluarga

Pada Pendidikan dan pengasuhan di rumah keluarga berperan penting atas pertumbuhan dan perkembangan anak. Beberapa orang tua hanya fokus mencari nafkah tanpa memerhatikan pergaulan anaknya. Hal ini tentu berdampak pada pola pikir dan akhlak anak. Perhatian orang tua perlu ditingkatkan agar anak tidak terjerumus pada pergaulan bebas, mengabaikan hukum negara dan agama <sup>25</sup>.

Alangkah baiknya jika solusi dari dapat dilakukan secara bersinergi satu sama lain. Pemerintah sebagai pemangku kebijakan dapat bekerjasama dengan institusi agama dalam penyusunan kebijakan yang dapat mencakup ekstraksi dari berbagai perspektif, termasuk agama dan kesehatan mental. Pada bidang Pendidikan juga demikian, kemudahan akses baik Pendidikan umum maupun agama harus terus diperharikan

---

<sup>24</sup> Agus Kurnia et al., “Pencegahan Pernikahan Dini Dan Peningkatan Minat Melanjutkan Pendidikan Berlandaskan Nilai-Nilai Islam,” *Altifani: Jurnal Pengabdian Masyarakat Ushuluddin, Adab, Dan Dakwah* 4, no. 1 (2024): 63, <https://doi.org/10.32939/altifani.v4i1.4028>.

<sup>25</sup> Surawan Surawan, “Pernikahan Dini; Ditinjau Dari Aspek Psikologi,” *Al-Mudarris (Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam)* 2, no. 2 (2019): 206, <https://doi.org/10.23971/mdr.v2i2.1432>.

*Pernikahan Dini Dalam Perspektif Hukum Islam Dan Dampaknya Terhadap Mental Health Remaja*  
dan dikembangkan agar Upaya-upaya tersebut dapat terlaksana dengan baik dan mencapai tujuannya.

## **Kesimpulan**

Pernikahan dini, meskipun diperbolehkan dalam Islam, memerlukan pertimbangan matang terkait kesiapan fisik, mental, dan finansial. Perspektif hukum Islam menekankan pentingnya maslahat dan kesiapan individu, sementara kesehatan mental menunjukkan risiko signifikan yang harus diatasi. Pendekatan holistik yang melibatkan edukasi, dukungan psikososial, dan kebijakan pemerintah diperlukan untuk mencegah dan menangani dampak pernikahan dini. Sinergi antara pemerintah, lembaga agama, dan masyarakat menjadi kunci untuk memastikan kesejahteraan individu yang terlibat dalam pernikahan dini.

## **Daftar Pustaka**

- Abdul Aziz Rusman Khairani Syam Br. Manurung, Adinda Hafizah, Azlika Zuinu Rahma Sirait, Maulida Amelia Putri. "Permasalahan Dan Dampak Serta Peran Keluarga Dalam Pernikahan Dini Anak Remaja Di Desa Timbang Lawan, Bahorok, Langkat." *Jurnal Pendidikan Dan Koseling* 4 (2022): 2556–60. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i6.9998>.
- Cahaya, Riswan Munthe, and Neng Nurcahyati Sinulingga. "Pendidikan Pra Nikah Dalam Perspektif Islam: Tingkat Pernikahan Dini Dan Perceraian." *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)* 4, no. 3 (2023): 592–600. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v4i3.20814>.
- Cahyani, Timuk Dwi. *Hukum Perkawinan*. Vol. 1. UMMPress, 2020.
- Dahriah, Dahriah, Abdul Jabbar, and Muhammad Rusdi. "Strategi Pemerintah Dalam Meminimalisir Pernikahan Dini Di Kecamatan Maritengngae Kabupaten Sidenreng Rappang." *PRAJA: Jurnal Ilmiah Pemerintahan* 8, no. 3 (2020): 163–72. <https://doi.org/10.55678/prj.v8i3.291>.
- Darussalam, Jurnal, Pemikiran Hukum, Tata Negara, Perbandingan Hukum Issn, Pengaruh Perkawinan, Bawah Umur, Terhadap Tingkat, Kabupaten Aceh Tengah, U I N Ar, and Raniry Banda. "Fitra, H. Pengaruh Perkawinan Di Bawah Umur Terhadap Tingkat Perceraian Di Kabupaten Aceh Tengah . (UIN Ar Raniry Banda Aceh, 2017). [Https://Repository.Ar\\_raniry.Ac.Id/Id/Eprint/3180 317 1](Https://Repository.Ar_raniry.Ac.Id/Id/Eprint/3180 317 1)" 3, no. 2 (2023): 317–27.
- Fadlyana, Eddy, and Shinta Larasaty. "Pernikahan Usia Dini Dan Permasalahannya." *Sari Pediatri* 11, no. 2 (2016): 136. <https://doi.org/10.14238/sp11.2.2009.136-41>.
- Hynek, Kamila Angelika, Dawit Shawel Abebe, Aart C. Liefbroer, Lars Johan Hauge, and Melanie Lindsay Straiton. "The Association between Early

- Pernikahan Dini Dalam Perspektif Hukum Islam Dan Dampaknya Terhadap Mental Health Remaja Marriage and Mental Disorder among Young Migrant and Non-Migrant Women: A Norwegian Register-Based Study.” BMC Women’s Health* 22, no. 1 (2022): 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12905-022-01836-5>.
- Khasanah, Uswatun. “Pandangan Islam Tentang Pernikahan Dini.” *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar* 1, no. 2 (2014): 306–18.
- Kurnia, Agus, Nanda Lestari, Wahyu Erinna Ratih, Resa Putri Fibriyanti Subiyanto, Safira Fitri Anggraini, Sufria Dimi Permadi, and Putri Amalia Wardani. “Pencegahan Pernikahan Dini Dan Peningkatan Minat Melanjutkan Pendidikan Berlandaskan Nilai-Nilai Islam.” *Altifani: Jurnal Pengabdian Masyarakat Ushuluddin, Adab, Dan Dakwah* 4, no. 1 (2024): 62–72. <https://doi.org/10.32939/altifani.v4i1.4028>.
- Rahadianti, Ayu, and Azis Muslim. “Strategi Dan Dampak Kebijakan KUA Dalam Menekan Angka Pernikahan Dini Di Kecamatan Karangpawitan Kabupaten Garut.” *Jurnal Pemerintahan Dan Kebijakan (JPK)* 4, no. 2 (2023): 95–106. <https://doi.org/10.18196/jpk.v4i2.16198>.
- Rahim, Fauziah. “Bimbingan Orangtua Bagi Pasangan Pernikahan Dini Untuk Mewujudkan Rumah Tangga Yang Harmonis Di Desa Malintang Jae Kecamatan Bukit Malintang.” Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan, 2023.
- Ramadani, Mery, and Fitri Yuliani. “Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Kdrt) Sebagai Salah Satu Isu Kesehatan Masyarakat Secara Global.” *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas* 9, no. 2 (2017): 80–87. <https://doi.org/10.24893/jkma.v9i2.191>.
- Sezgin, Aysen Ufuk, and Raija Leena Punamäki. “Correction to: Impacts of Early Marriage and Adolescent Pregnancy on Mental and Somatic Health: The Role of Partner Violence (Archives of Women’s Mental Health, (2020), 23, 2, (155–166), 10.1007/s00737-019-00960-W).” *Archives of Women’s Mental Health* 23, no. 2 (2020): 167. <https://doi.org/10.1007/s00737-019-00971-7>.
- Surawan, Surawan. “Pernikahan Dini; Ditinjau Dari Aspek Psikologi.” *Al-Mudarris (Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam)* 2, no. 2 (2019): 200–219. <https://doi.org/10.23971/mdr.v2i2.1432>.
- SYALIS, ELPРИДА RIYANNY, and Nunung Nurwati Nurwati. “Analisis Dampak Pernikahan Dini Terhadap Psikologis Remaja.” *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial* 3, no. 1 (2020): 29. <https://doi.org/10.24198/focus.v3i1.28192>.
- Turaya, and Idhar. “Peran Lembaga Keagamaan Dalam Sosialisasikan Dampak Pernikahan Anak Di Bawah Umur Di Bima,” 2023, 20–36. <https://doi.org/https://doi.org/10.47625/jemari/v1i1/477> History.
- Zaenuri, Lalu Ahmad, and Andri Kurniawan. “Komunikasi Dakwah Dan Peran Ulama Dalam Mencegah Pernikahan Dini Di Nusa Tenggara Barat.” *Jurnal*

*Pernikahan Dini Dalam Perspektif Hukum Islam Dan Dampaknya Terhadap Mental Health Remaja Peurawi: Media Kajian Komunikasi Islam* 4, no. 2 (2021): 45.  
<https://doi.org/10.22373/jp.v4i2.10920>.



© 2024 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution ShareAlike (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>).

