

BAB I

PENDAHULUAN

I.A Latar Belakang Masalah

Pernikahan dipandang sebagai suatu hal yang penting di Indonesia. Pernikahan sudah menjadi suatu target yang harus dicapai bagi mereka yang sudah dewasa. Dalam perspektif gender, tuntutan menikah jauh lebih berat pada wanita dewasa dari pada pria. Budaya pada masyarakat Indonesia yang cenderung menuntut para wanita untuk menjadi ibu dalam sebuah keluarga, supaya ia dihargai dalam anggota keluarga sepenuhnya. Karena budaya tersebut, setiap keluarga akan tetap menyarankan anak wanitanya untuk menikah (Kumalasari, 2007).

Namun tidak sedikit yang memutuskan untuk menunda atau memutuskan untuk tidak menikah. Fenomena hidup lajang / *single* terdata persentasenya. Berdasarkan data statistik Indonesia menunjukkan banyaknya wanita yang belum menikah, baik di perkotaan maupun di pedesaan. Di Indonesia menurut Data Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2019, persentase untuk wanita yang belum menikah pada rentang usia 25-44 adalah sebesar 11.42 %, dan untuk rentang usia 45-59 adalah sebesar 2.92 %. Sedangkan untuk wanita yang belum menikah pada usia yang lebih dari 60 tahun adalah sebesar 1.51 %. Sedangkan pada tahun 2021, persentase untuk wanita yang belum menikah pada rentang usia 25-44 adalah sebesar 13.16%, dan untuk rentang usia 45-59 adalah sebesar 3.55 %. Sedangkan, untuk wanita yang belum menikah pada usia yang lebih dari 60

tahun adalah sebesar 1.68%. Meningkatnya persentase status lajang pada wanita dewasa pada setiap rentangan usia yang selayaknya sudah menikah, menunjukkan pernikahan bukan menjadi prioritas ataupun pencapaian setiap wanita dewasa.

Wanita dewasa memilih tetap sendiri karena ingin menikmati kebebasan, ingin melanjutkan pendidikan, bereksperimen, berkeliling dunia, mengejar ambisi ataupun ingin menjadi wanita karier dan independent. Menurut Amawidyati dan Utami (2007) Wanita lajang berkarir memiliki persepsi yang positif terhadap status yang dimilikinya. Wanita lajang berkarir merasa bahwa karir lebih dapat menjamin ekonomi, identitas sosial dan kebebasan dalam hidup mereka, sedangkan pernikahan dianggap dapat membatasi kebebasan mereka sehingga memilih menjadi wanita lajang saja.

Wanita Lajang yang memiliki harapan dan keinginan untuk menikah maupun tidak memiliki keinginan untuk menikah, tidak jarang mendapat tekanan-tekanan dari lingkungannya, seperti; pertanyaan-pertanyaan seputar kapan menikah, kenapa belum menikah, pernyataan-pernyataan tidak “laku”. Selaras dengan penelitian Tandiono dan Sudagijono (2016) menyebutkan bahwa terdapat tantangan pada kehidupan wanita lajang yaitu salah satunya adalah pertanyaan orang lain mengenai status lajangnya. Tapi tidak hanya tekanan dari lingkungan, perasaan-perasaan diri sendiri dan tuntutan tugas perkembangan yang melekat dalam diri wanita lajang akan berdampak pada kesejahteraan Psikologis mereka.

Masalah Psikologis itu didukung dengan beberapa pernyataan dalam wawancara yang peneliti lakukan terhadap wanita lajang, berikut ini hasil wawancara dengan NS :

“usia 31 tahun, masih belum menikah membuat saya mengalami tuntutan yang terlalu berlebihan dari keluarga. Khususnya dari bapak saya, karena dia sudah tua

dan dia ingin melihat saya menikah. Perkataan ini lah setiap kali ketemu bapak membuat pernikahan menjadi sebuah keterpaksaan dan itu mengganggu saya. Bagi saya pernikahan itu menjadi momok yang mengerikan karena menurut saya tidak etis untuk melangsungkan pernikahan kita harus menghutang. Saya juga pernah dijodohkan, tapi saya menolaknya karena saya merasa menikah itu panggilan. Memang terkadang saya merasakan kesepian, apalagi saat di rumah sakit beberapa hari yang lalu, saya berbicara pada diri sendiri “oh begini ya rasanya kalau tidak ada pasangan, semua saya harus urus sendiri, tidak ada yang memperhatikan”.

(komunikasi personal, wanita lajang NS, 31 tahun, 14 Oktober 2022)

Berdasarkan hasil wawancara di atas, menggambarkan bahwa subjek merasa tidak nyaman dengan tekanan-tekanan dari lingkungan dan perasaan sendiri dalam status lajangnya saat ini.

Hal ini sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap YB, berikut hasil wawancara nya:

“usia 33 tahun, saya masih sendiri membuat saya merasakan perkataan – perkataan yang tidak mengenakkan dari lingkungan saya. Ya mereka bilang seharusnya sudah punya pasangan, harusnya sudah punya anak, berkeluarga, ya seperti itu lah. Tuntutan dalam keluarga juga seperti itu, tapi mereka menyampaikannya dengan becanda gitu, karena mereka takut menyinggung saya, kadang-kadang itu mengganggu ya, membuat saya jadi malas bertemu dan juga mempengaruhi sedikit mood saya. Hal yang akan saya lakukan jika sudah bertemu dengan keluarga ya, saya sering pergi saat pembicaraan itu yang dibahas. Kalau di lingkungan teman-teman parah sih, kadang mereka bawa serius, jadi kita malu, jadi selalu pengen kabur, tapi ya dibawa senyum aja terkadang. Kadang-kadang saya merasa minder sih dengan status ini, dari minder pasti sedih lah, sebenarnya pengen cepat, tapi kan kadang-kadang ada hal yang menuntut belum bisa secepat itu untuk menikah. Mungkin karna belum siap dari sisi kedewasaan, juga mental kan itu juga harus siap dalam pernikahan. Saya rasa kalau mental belum siap, pernikahan akan bermasalah. Kadang ada rasa minder, rasa cemburu melihat teman-teman yang sudah menikah dan punya anak,

apalagi mereka usianya di bawah saya. Hal yang membuat saya bisa semangat dalam tekanan-tekanan masa sendiri ini ya pastinya saya berdoa, minta kekuatan dari Tuhan untuk dapat menguatkan diri sendiri dan yang kedua lebih menenangkan diri sendiri saja dan menyemangati diri sendiri dan berpikir positif, saya akan menikah di waktu yang tepat.”

(komunikasi personal, wanita lajang YB, 33 tahun, 26 Oktober 2022)

Orang dewasa yang belum menikah dan tinggal dalam budaya yang mengharapkan perempuan menikah, mereka akan mendapatkan tekanan dari orang tua dan teman-temannya untuk segera menikah (Hurlock, 1980). Dimana tekanan itu berasal dari orang-orang terdekat mereka. Tekanan lain juga datang dari dalam diri mereka sendiri karena tuntutan tugas perkembangan. Perempuan yang belum menikah setelah memasuki usia 30-an akan memasuki fase usia kritis (*critical age*) karena mereka berada dalam persimpangan antara pilihan tetap ingin menikah atau akan bertahan menjadi lajang (Hurlock, 1980).

Dari hasil wawancara dan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa wanita lajang mendapatkan tekanan seperti pernyataan-pernyataan yang menyinggung, pertanyaan yang menyudutkan dan tuntutan-tuntutan untuk segera menikah serta stigma terhadap wanita lajang dan tuntutan tugas perkembangan dari dalam dirinya sendiri. Hal itu yang menyebabkan munculnya masalah terkait dengan *Psychological well-being*.

Psychological well-being merupakan gabungan beberapa fungsi positif yang menggambarkan kesehatan psikologis individu dan mempengaruhi kesejahteraan hidup seseorang. *Psychological well-being* memiliki beberapa komponen yang meliputi: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain,

otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi, menurut Ryff dan Keyes (1995).

Menurut Nurhikmah,dkk (2022) tentang Gambaran *Psychological Well-Being* pada Wanita Dewasa Madya Lajang Bersuku Bugis, menemukan bahwa setiap individu memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang berbeda, informan pertama terlihat menonjol pada tujuan hidup dan pengembangan diri sedangkan informan kedua pada penerimaan diri sehingga selalu mensyukuri apapun yang telah didapatkan.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Azlin dan Pamilia (2020) tentang *Challenges and Well-being of Single Women Living in Malaysia*, menemukan bahwa para peserta memandang tantangan mereka terkait dengan, sikap menghakimi orang lain terhadap para lajang, perjuangan sendiri dengan penerimaan diri, distereotipkan dan diperlakukan tidak adil, perasaan tidak aman dan terlantar, pengalaman emosi negatif.

Psychological well-being yang tinggi, ditemukan pada wanita lajang yang memiliki dukungan sosial yang tinggi, dan harga diri yang tinggi, menurut penelitian-penelitian sebelumnya. Namun *Psychological well-being* yang rendah terlihat pada wanita melajang yang bukan karena pilihan hidup (melajang karena belum mendapatkan pasangan yang sesuai) akan mempunyai pandangan yang negatif terhadap dirinya sendiri, sehingga wanita tersebut cenderung tidak bisa menerima keadaan dirinya, merasa minder dalam bergaul, serba kaku, malu atau malah terlalu agresif (Rubianto, 2000). Juga menurut Gunadi (2001) menjelaskan bahwa wanita lajang sulit menerima keadaan

bahwa dirinya sendiri belum terlalu siap untuk menerima kondisi kelajangannya, sehingga secara emosi mudah terusik, mudah jengkel dan lebih sensitif ketika orang-orang sudah mulai menyinggung statusnya.

Status wanita lajang telah menjadi sebuah kategori sosial tersendiri yang dilekati dengan karakteristik yang khas yang seringkali bernada negatif atau “tidak normal” karena akan cenderung dibandingkan dengan kelompok wanita yang sudah menikah yang lebih dipandang “normal” menurut Septiana (2013).

Berbeda dengan hasil penelitian Putri, Frisca (2018) tentang *Psychological well-being* Wanita Dewasa Lajang (Ditinjau dari Empat Tipe Wanita Lajang menurut Stein) menyatakan bahwa wanita dewasa lajang dapat menjalani kehidupan yang sama selayaknya wanita yang sudah menikah. Penelitian ini membuktikan bahwa *psychological well-being* mampu dicapai oleh wanita dewasa lajang.

Wanita dewasa lajang memiliki beberapa tipe, diantaranya : wanita yang memilih untuk fokus pada diri sendiri dan memprioritaskan karirnya, belum pernah menikah dan memiliki keinginan untuk menikah, namun tidak berusaha mencari pasangan secara aktif adalah *tipe Voluntary temporary singles*. Wanita tidak pernah menikah, sudah bercerai ataupun janda yang memutuskan untuk tidak menikah lagi, dan hidup bersama dengan orang lain namun tidak memiliki keinginan untuk menikah yaitu *Voluntary stable single*. Tipe ke-tiga, *Involuntary temporary singles*, ialah wanita yang belum menikah dan secara aktif mencari pasangan, tetapi belum menemukan. Dan *Involuntary stable singles*, ialah wanita

yang tidak pernah menikah dan memiliki harapan untuk menikah, namun menerima kemungkinan akan hidup sendiri, menurut Stein (dalam Susanti, 2012).

Ditinjau dari tipe wanita lajang ini, sebuah penelitian Christie, dkk (2013) tentang Perbedaan Kesejahteraan Psikologis pada Wanita Lajang, ditemukan bahwa perbedaan kesejahteraan psikologis pada wanita lajang tidak ditentukan oleh tipe wanita lajang, tetapi lebih ditentukan oleh kesepian dan dukungan sosial yang dirasakan. Namun wanita lajang memikirkan dan mempersiapkan banyak hal untuk memasuki sebuah pernikahan, sehingga tidak fokus pada pernikahan itu sendiri dan masih tetap melajang terlepas apapun tipe wanita lajang yang dimilikinya. Berkaitan dengan penelitian secara online yang dilakukan oleh Carl Weisman (dalam Suharnan, 2015) manemukan bahwa keputusan untuk melajang lebih banyak, dikarenakan adanya ketakutan untuk gagal dan bercerai yang lebih besar, dibandingkan keadaannya yang masih lajang.

Status lajang ini merupakan hal yang juga serius bagi budaya Batak Karo. Dimana Batak Karo salah satu budaya yang menganut patrilineal, yang berarti laki-laki yang mempunyai derajat lebih tinggi dari perempuan dan laki-laki yang berhak mendapatkan harta warisan, menurut Djaja S.Meliala. Budaya Batak Karo yang sangat membedakan kedudukan laki-laki dan perempuan dalam struktur sosialnya bahkan dalam banyak aspek lainnya. Aspek lainnya seperti: pendapat yang kurang dihargai apalagi belum menikah, pekerjaan yang diemban sebagai wanita tabu untuk laki-laki lakukan seperti mencuci, memasak dan lain-lain. Adanya ketidaksetaraan gender yang mengarah pada diskriminasi atau perlakuan yang tidak adil terhadap wanita suku Batak Karo membuat

wanita kurang mempunyai tempat dalam keluarganya. Sehingga pandangan itu akan membuat wanita mengalami tekanan lebih jika mereka masih lajang atau belum menikah, karena mereka masih tinggal dan menjadi tanggung jawab orang tuanya.

Dalam budaya batak Karo juga terdapat istiadat yang disebut dengan “*morah-morah*” yang berarti orang tua menanyakan keinginan-keinginan anak perempuan mereka yang belum terkabul, supaya dipenuhi segera. Dengan harapan, keinginan yang belum terkabul itu tidak menjadi penghambat lagi (biasanya keinginan-keinginan ini berupa emas dalam bentuk perhiasan). Bayangkan jika semua pihak keluarga sudah melaksanakan budaya itu, namun wanita lajang tersebut tak kunjung melepas masa lajangnya. Bisa penulis lihat, ada suatu harapan lebih dari pihak keluarga untuk anak perempuan mereka segera menikah yang menjadi tekanan – tekanan baru bagi wanita lajang itu sendiri.

Dan dalam budaya Batak Toba, ada istilah “*dimemei*”. Dimana menurut Kamus batak arti kata *dimemei* adalah disuapi dengan cara makanan dikunyah dahulu oleh ibunya lalu diberikan kepada anaknya. Namun, arti sebenarnya dalam pelaksanaan budaya ini adalah orang tua memberi makan ikan mas kepada anak perempuannya supaya anak perempuannya segera mendapat jodoh dan segera menikah, budaya ini juga ditemukan pada budaya Batak Karo.

Dari fenomena dan hasil wawancara di atas adanya kecenderungan wanita lajang mengalami tekanan secara verbal dari lingkungan dan tuntutan tugas perkembangan dari dalam dirinya, serta banyak perasaan negatif lainnya yang akan mempengaruhi *Psychological well-being* nya. Sehingga peneliti sadar

bahwa penelitian ini perlu untuk diteliti lebih dalam, yang menggerakkan peneliti untuk meneliti tentang “**Gambaran *Psychological Well-being* Wanita Lajang Suku Batak Karo**”.

I.B Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran *Psychological well-being* wanita lajang Suku Batak Karo yang mengalami tekanan-tekanan verbal dari lingkungan dan adanya tuntutan tugas perkembangan bahkan tuntutan dari budaya?

I.C Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana gambaran *Psychological well-being* Wanita Lajang Suku Batak Karo yang mengalami tekanan-tekanan verbal dari lingkungan dan adanya tuntutan tugas perkembangan bahkan tuntutan dari budaya.

I.D Manfaat Penelitian

I.D.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang Psikologi Positif. Selain itu agar pembaca dapat memperoleh pemahaman lebih mendalam dalam mengkaji variabel *Psychological Well-Being*.

I.D.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah dapat memberikan manfaat bagi wanita lajang untuk dapat menjalani kehidupannya dengan kesejahteraan

psikologis yang ada, sekalipun ada tekanan verbal dari lingkungannya dengan mengembangkan diri bukan fokus pada perkataan-perkataan yang melemahkan. Dan penelitian ini diharapkan juga dapat mengedukasi keluarga dan lingkungan wanita lajang untuk tidak memberikan tekanan bagi wanita lajang untuk menikah namun mendukung mereka dalam mengembangkan dirinya dan membantunya menemukan orang yang tepat untuk menjadi pasangan hidupnya di masa mendatang.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

II.A Psychological well-being

II.A.1 Pengertian *Psychological well-being*

Menurut Ryff & Keyes (1995) *Psychological well-being* adalah tingkat kemampuan individu dalam menerima dirinya apa adanya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mandiri terhadap tekanan sosial, mengontrol lingkungan eksternal, memiliki arti dalam hidup, serta merealisasikan potensi dirinya secara kontinyu.

Ryff & Keyes (2008) menekankan dua poin utama dalam menjelaskan *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis. Pertama, kesejahteraan yang menekankan pada proses pertumbuhan dan pemenuhan individu yang sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar. Kedua adalah *eudaimonic*, yang menekankan pada pengaturan yang efektif dari sistem fisiologis untuk mencapai suatu tujuan.

Bartram & Boniwell (2007) juga mendefinisikan *Psychological well-being* berhubungan dengan kepuasan pribadi, keterikatan, harapan, rasa syukur, stabilitas suasana hati, pemaknaan terhadap diri sendiri, harga diri, kegembiraan, kepuasan dan optimisme, termasuk juga mengenali kekuatan dan mengembangkan bakat dan minat yang dimiliki. Kesejahteraan psikologis memimpin individu untuk menjadi kreatif dan memahami apa yang sedang dilakukannya.

Adapun menurut Tanujaya (2014) kesejahteraan psikologis adalah kondisi dimana individu yang sejahtera dengan mengisi kehidupannya secara bermakna, bertujuan sehingga berfungsi secara optimal dan memiliki penilaian yang positif atas kehidupannya. Wanita lajang yang berfungsi secara optimal dan memiliki penilaian positif atas kehidupannya termasuk penilaian positif akan dirinya sendiri dalam status lajang ini, maka mereka memiliki kesejahteraan psikologis yang optimal.

Sama halnya dengan yang diungkapkan oleh Ryff (dalam Ramadhani, 2016) bahwa *psychological well being* tidak hanya terdiri dari efek positif, efek negatif, dan kepuasan hidup, melainkan paling baik dipahami sebagai sebuah konstruk *multidimensional* yang terdiri dari sikap hidup yang terkait dengan dimensi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) itu sendiri yaitu mampu merealisasikan potensi diri secara kontinu, mampu membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, maupun menerima diri apa adanya, memiliki arti dalam hidup, serta mampu mengontrol lingkungan eksternal.

Dari beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan kondisi psikologis dari setiap individu yang mampu menerima keadaan dirinya sendiri, dan mampu beradaptasi dalam lingkungannya dan mampu menghadapi tekanan yang ada dalam hidupnya baik dari internal maupun eksternal.

II.A.2 Dimensi Psychological well-being

Menurut Ryff (1989) mengemukakan enam dimensi *Psychological well-being*, yaitu:

- 1) Penerimaan Diri (*Self Acceptance*), yaitu kemampuan individu dalam bersikap terhadap dirinya sendiri, tanggung jawab terhadap diri sendiri, berani mengakui kesalahan dan introspeksi diri. Rubianto, 2000 (dalam Nanik.dkk, 2015) menjelaskan bahwa, wanita yang melajang bukan karena pilihan hidup (melajang karena belum mendapatkan pasangan yang sesuai) akan mempunyai pandangan negatif terhadap dirinya sendiri, sehingga wanita tersebut cenderung tidak bisa menerima keadaan dirinya, merasa minder dalam bergaul, serba kaku, malu, atau malah terlalu agresif. Orang lain pun akan melihat ada sesuatu yang “tidak beres”, sehingga hubungan menjadi terhambat.
- 2) Hubungan Positif dengan orang lain (*Positive Relation with Others*), yaitu tingkat kemampuan dalam berhubungan hangat dengan orang lain, hubungan interpersonal yang didasari kepercayaan, serta perasaan empati dan kasih sayang yang kuat. Wanita dewasa yang dalam status lajang merupakan makhluk sosial yang melakukan interaksi dengan orang-orang di sekitarnya. Namun terkadang ketika ada komunikasi yang menyinggung status mereka, hubungan itu menjadi kurang harmonis seperti selayaknya. Dan mereka mulai menarik diri dari *circle* pertemanan mereka yang sudah memiliki pernikahan. Gunadi (2001) menjelaskan, bahwa wanita lajang sulit menerima keadaan bahwa

dirinya sendiri belum terlalu siap untuk menerima kondisi kelajangannya, sehingga secara emosi mudah terusik, mudah jengkel, dan lebih sensitif ketika orang-orang sudah mulai menyinggung statusnya.

- 3) Otonomi (*Autonomy*), yaitu tingkat kemampuan individu dalam menentukan nasib sendiri, kebebasan, pengendalian internal, individual, dan pengaturan perilaku internal, dasar kepercayaan bahwa pikiran dan tindakan seseorang berasal dari dirinya sendiri dan seharusnya tidak ditentukan oleh kendali orang lain. Seseorang yang memiliki otonomi yang tinggi ditandai dengan bebas, mampu untuk menentukan nasib sendiri dan mengatur perilaku diri sendiri, mampu mengendalikan perasaannya, mengerjakan sendiri tanggung-jawabnya / mandiri, tahan terhadap tekanan sosial, mampu mengevaluasi diri sendiri, dan mampu mengambil keputusan tanpa adanya campur tangan orang lain. Selaras dengan pendapat Ryff yang menyatakan bahwa individu yang memiliki skor tinggi akan menunjukkan karakteristik pribadi yang independen, mampu bertahan dari tekanan sosial serta melakukan evaluasi diri dalam standar personalnya (Ryff, 1989).
- 4) Penguasaan Lingkungan (*Environmental Maturity*), yaitu tingkat kemampuan individu memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi batinnya. Penguasaan lingkungan dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu merubah lingkungan agar sesuai dengan kondisi individu (yang diubah adalah lingkungannya) dan individu beradaptasi

dengan lingkungan yang ada tanpa merubah lingkungan tersebut (yang berubah adalah individunya). Wanita yang sudah dewasa akan menutup diri dari lingkungan sekitarnya, ia juga akan merasa kurang percaya dengan orang-orang di sekitarnya, sehingga membuatnya menutup diri, dan cenderung fokus pada diri sendiri dan kurang produktif dalam melaksanakan kegiatannya.

- 5) Tujuan Hidup (*Purpose in Life*), yaitu pemahaman yang jelas mengenai tujuan hidup, pendirian terhadap tujuan dan tujuan yang telah direncanakan.
- 6) Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*), yaitu tingkat kemampuan individu dalam mengembangkan potensinya secara terus menerus, menumbuhkan dan memperluas diri sebagai orang (*person*), suatu kekuatan yang terus berjuang untuk menyatakan diri dan melawan rintangan eksternal, sehingga pada akhirnya individu berjuang untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dari pada sekedar memenuhi aturan moral.

II.A.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Psychological well-being*

Faktor-faktor yang mempengaruhi *Psychological well-being*, menurut Ryff (1995) antara lain :

- 1) Faktor Demografis

Faktor demografis yang mempengaruhi *Psychological well-being* yaitu usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya.

2) Dukungan Sosial

Dukungan sosial sendiri diartikan sebagai rasa nyaman, perhatian, penghargaan atau pertolongan yang dipersepsikan oleh seorang individu yang didapat berbagai sumber, diantaranya pasangan, keluarga, teman, rekan kerja, dokter, maupun organisasi sosial.

3) Evaluasi terhadap Pengalaman Hidup

Pengalaman hidup mencakup berbagai bidang kehidupan dalam berbagai periode kehidupan. Evaluasi individu terhadap pengalaman hidupnya memiliki pengaruh yang penting terhadap kesejahteraan psikologis.

4) *Locus of Control* (LOC)

Locus of Control didefinisikan sebagai suatu ukuran harapan umum seseorang mengenai pengendalian (kontrol) terhadap penguatan (*reinforcement*) yang mengikuti perilaku tertentu, dapat memberikan peramalan terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*).

II.B Wanita Lajang

II.B.1 Pengertian Wanita Lajang

Menurut Laswell & Laswell (1987) wanita lajang adalah para wanita yang berada dalam suatu masa yang dapat bersifat *temporary* (sementara) atau jangka pendek, yaitu biasanya dilalui sebelum menikah atau dapat juga bersifat jangka panjang jika merupakan suatu pilihan hidup. Dalam hal ini terlihat melajang berarti suatu pilihan hidup ataupun suatu keterpaksaan akibat belum adanya pasangan hidup yang sesuai padahal ada keinginan untuk segera menikah.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), arti dari kata lajang yaitu sendirian (belum kawin) atau bujangan.

Menurut Dariyo (2003), melajang merupakan suatu pilihan yang dipilih oleh seorang individu, dimana individu harus siap menanggung semuanya sendiri.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa pengertian wanita lajang adalah wanita yang masih sendiri, bisa karena memilih untuk tidak menikah atau karena belum menemukan pasangan hidup.

II.B.2 Tipe Wanita Lajang

Wanita Lajang dapat digolongkan menjadi beberapa tipe menurut Stein (dalam Nanik, 2015) yaitu *voluntary temporary singles*, *voluntary stable temporary*, *involuntary temporary single*, *involuntary stable singles*.

- 1) *Voluntary temporary singles*, ialah wanita tidak pernah menikah dan memiliki keinginan untuk menikah, namun tidak

berusaha mencari pasangan secara aktif, lebih memprioritaskan kegiatan lain, seperti pendidikan, karir dan politik. Kelompok ini juga termasuk mereka yang hidup bersama namun tidak menikah, namun suatu saat nanti mengharapkan pernikahan.

- 2) *Voluntary stable single*, ialah wanita tidak pernah menikah, sudah bercerai ataupun janda yang memutuskan untuk tidak menikah lagi, dan hidup bersama dengan orang lain namun tidak memiliki keinginan untuk menikah. Kelompok ini juga termasuk individu yang memprioritaskan agama sehingga tidak menikah, seperti pastur atau suster.
- 3) *Involuntary temporary singles*, ialah wanita yang belum menikah dan secara aktif mencari pasangan, tetapi belum menemukan. Kelompok ini juga termasuk mereka yang bercerai atau janda dan single parent, namun masih menginginkan untuk menikah kembali.
- 4) *Involuntary stable singles*, ialah wanita yang tidak pernah menikah dan memiliki harapan untuk menikah, namun menerima kemungkinan akan hidup sendiri. Tipe ini terdiri atas individu yang bercerai atau sudah tua. Mereka gagal dalam mencari atau mendapat pasangan karena alasan fisik, psikologis, dan sosial, misalnya “ODGJ” atau cacat.

BAB III

METODE PENELITIAN

III.A. Jenis Penelitian

Metode penelitian yang penulis gunakan adalah metode penelitian kualitatif. Menurut Bogdan dan Taylor (dalam Moleong & Lexy J, 2007) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif adalah salah satu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif kualitatif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati. Seluruh tujuan penelitian adalah untuk mencapai pemahaman yang mendalam bagaimana orang-orang merasakan dalam proses kehidupannya, memberikan makna dan menguraikan bagaimana orang menginterpretasikan pengalamannya.

Menurut Kriyantono (2020) riset kualitatif bertujuan untuk menjelaskan fenomena dengan sedalam-dalamnya melalui pengumpulan data sedalam-dalamnya.”

Penulis memilih jenis penelitian ini karena jenis penelitian ini akan mampu menangkap berbagai informasi kualitatif yang lebih rinci dan mendalam, dibandingkan pernyataan jumlah atau frekuensi dalam bentuk angka. Metode penelitian kualitatif yang sesuai dengan penelitian ini adalah dengan pendekatan fenomenologi. Alasan penulis menggunakan metode fenomenologi adalah karena peneliti ingin berusaha memahami fenomena kehidupan Wanita Lajang Suku Batak Karo.

III.B. Unit Analisis

Unit analisis merupakan teknik *sampling* dalam penelitian kualitatif, dimana seluruh hal yang diteliti untuk mendapatkan penjelasan ringkas mengenai keseluruhan unit yang kita diteliti. Menurut Morrison (2012) unit analisis adalah seluruh hal yang diteliti untuk mendapatkan penjelasan ringkas mengenai keseluruhan unit yang dianalisis, unit analisis ini biasanya juga disebut sebagai unit observasinya.

Dimana yang menjadi unit analisis dalam penelitian ini adalah gambaran *psychological well-being* wanita lajang Suku Batak Karo. Sedangkan yang menjadi sub unit analisis adalah aspek-aspek *psychological well-being*.

III.C. Subjek Penelitian

III.C.1 Karakteristik Subjek Penelitian

Pemilihan sumber data pada penelitian ini dengan cara purposive. Menurut Sugiyono (2018) mengatakan bahwa teknik purposive adalah teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu, misalnya individu tersebut dianggap oleh peneliti paling mengetahui informasi tentang apa yang diharapkan oleh peneliti. Adapun karakteristik subjek dalam penelitian ini yaitu wanita dewasa belum menikah/ lajang Suku Batak Karo, berusia 30-45 tahun.

III.C.2 Jumlah Subjek Penelitian

Menurut Lincoln dan Guba (1986) penentuan sampel dalam penelitian kualitatif (*naturalistik*) sangat berbeda dengan penentuan sampel dalam penelitian konvensional (kuantitatif). Penentuan sampel tidak didasarkan perhitungan

statistik. Sampel yang dipilih berfungsi untuk mendapatkan informasi yang maksimum, bukan untuk digeneralisasikan.

Dalam penelitian ini, jumlah subjek penelitian yang direncanakan oleh peneliti adalah sebanyak 2 orang di desa yang berbeda. Dimana 2 subjek tersebut berfungsi untuk mengarahkan secara mendalam dan tidak harus *representatif*.

III.C.3 Informan Penelitian

Penelitian membutuhkan informan agar peneliti memperoleh informasi yang lebih mendalam mengenai subjek yang akan diteliti. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Sugiyono (2010). Pertimbangan tertentu ini, merupakan orang yang paling tahu tentang informasi apa yang peneliti perlukan terkait subjek penelitian. Yang menjadi informan penelitian ini adalah saudara dan orang tua subjek penelitian.

III.D Teknik Pengumpulan Data

Langkah yang paling strategis dalam penelitian merupakan teknik pengumpulan data (dalam Moleong & Lexy J, 2007) yang tujuannya adalah mendapatkan data. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Observasi Adler & Adler menjelaskan bahwa observasi merupakan salah satu dasar fundamental dari semua metode pengumpulan data dalam penelitian kualitatif, khususnya menyangkut ilmu-ilmu sosial dan perilaku manusia. Observasi yang peneliti gunakan adalah observasi non partisipan karena dalam observasi ini *observer* tidak ikut ambil bagian dalam kehidupan *observee*.

2. Wawancara Menurut Riyanto *interview* atau wawancara adalah metode pengumpulan data yang menghendaki komunikasi langsung antara penyelidik dengan subyek atau responden. Dan sistem wawancara yang peneliti gunakan adalah wawancara semi-terstruktur, karena wawancara ini menggunakan pertanyaan terbuka, namun ada batasan tema dan alur pembicaraan. Kecepatan wawancara dapat diprediksi, fleksibel tetapi terkontrol, ada pedoman wawancara yang dijadikan patokan dalam alur, urutan dan penggunaan kata.
3. Dokumentasi Menurut Arikunto metode dokumentasi adalah peneliti yang menyelidiki benda-benda tertulis seperti, buku-buku, majalah, dokumen, peraturan-peraturan, notulen rapat, catatan harian dan sebagainya.

III.E Teknik Pengorganisasian Dan Analisis Data

III.E.1 Tahap-Tahap Penelitian

Tahap-tahap penelitian kualitatif dengan salah satu ciri pokok peneliti sebagai alat-alat peneliti menjadi berbeda dengan tahap-tahap penelitian kuantitatif. Adapun tahap-tahap penelitian dalam kualitatif Moleong (2007) antara lain:

1. Tahap Persiapan Penelitian

Tahap persiapan penelitian dilakukan peneliti untuk mempersiapkan hal-hal yang dibutuhkan dalam penelitian, yaitu sebagai berikut :

- a. Mengumpulkan Informasi dan Teori-Teori Mengenai Penelitian
Mengumpulkan informasi berupa identitas dan latar belakang subjek yang akan dituju. Dengan demikian informasi yang

diperoleh tersebut dapat menentukan apakah individu tersebut layak menjadi subjek penelitian atau tidak.

b. Menyusun Pedoman Wawancara

Agar wawancara yang dilakukan tidak menyimpang dari tujuan penelitian yang sudah ditentukan, maka sebelum wawancara dilakukan, peneliti terlebih dahulu menyiapkan pedoman wawancara berdasarkan teori yang ada.

c. Menghubungi Calon Responden yang Sesuai Dengan Karakteristik Responden

Setelah peneliti memperoleh beberapa calon responden untuk menjelaskan tentang penelitian yang dilakukan dan menanyakan kesediaannya untuk berpartisipasi dalam penelitian. Apabila responden bersedia, peneliti kemudian menyepakati waktu wawancara bersama responden.

2. Tahap Pelaksanaan Penelitian

Setelah tahap persiapan penelitian dilakukan, maka peneliti memasuki tahap pelaksanaan penelitian, antara lain :

a. Mengkonfirmasi Ulang Waktu dan Tempat Wawancara

Sebelum dilaksanakannya proses wawancara, peneliti mengkonfirmasi ulang waktu dan tempat yang telah disepakati sebelumnya bersama dengan responden. Konfirmasi ini dilakukan dengan tujuan agar memastikan responden dalam keadaan sehat dan tidak berhalangan dalam melaksanakan wawancara yang akan dilakukan.

b. Melakukan Wawancara Berdasarkan Pedoman Wawancara

Sebelum melakukan wawancara, peneliti meminta responden untuk menandatangani Lembar Persetujuan wawancara yang menyatakan bahwa responden mengerti tujuan dari wawancara, bersedia menjawab pertanyaan yang diajukan, mempunyai hak untuk mengundurkan diri dalam penelitian sewaktu-waktu, serta memahami bahwa hasil wawancara adalah rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian

c. Memindai Rekaman Hasil Wawancara Kedalam Bentuk Verbatim

Setelah hasil wawancara diperoleh, peneliti memindahkan hasil wawancara kedalam data verbatim tertulis.

d. Melakukan Analisis Data

Dibuatkan salinan verbatim berulang-ulang untuk mendapatkan gambaran yang lebih jelas. Selain itu verbatim wawancara disortir untuk memperoleh hasil yang relevan dengan tujuan penelitian.

e. Menarik Kesimpulan dan Saran

Setelah analisis data selesai, peneliti menarik kesimpulan untuk menjawab permasalahan, kemudian dengan memperhatikan hasil penelitian, serta kesimpulan dari penelitian. Setelah itu, peneliti mengajukan saran bagi subjek, lingkungan yang terkait, dan bagi peneliti selanjutnya.

III.E.2 Prosedur Analisis Data

Tahap analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan di lapangan, dan dokumentasi dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain Sugiyono (2018).

Tahap menganalisis data kualitatif menurut Poerwandari (2013) adalah :

1. Mengorganisasikan data secara sistematis untuk memperoleh data yang baik, mendokumentasikan analisis yang berkaitan dengan penyelesaian penelitian.

2. *Coding* dan analisis

Mula-mula peneliti menyusun transkrip verbatim dan catatan lapangan sedemikian rupa sehingga ada kolom yang cukup besar disebelah kanan dan kiri transkrip untuk tempat kode-kode atau catatan tertentu, kemudian secara urut dan kontiniu melakukan penomoran pada baris-baris transkrip. Selanjutnya peneliti mulai memberikan perhatian terhadap substansi data yang telah dikumpulkan.

3. Pengujian terhadap dugaan

Peneliti akan mempelajari data yang kemudian akan mengembangkan dugaan-dugaan yang juga merupakan kesimpulan sementara. Dalam hal ini peneliti harus mengikutsertakan berbagai perspektif untuk memungkinkan kedalaman analisis serta untuk memeriksa terjadinya bias yang tidak disadari oleh peneliti.

4. Strategi analisis

Proses analisis dapat melibatkan konsep-konsep yang muncul dari jawaban atau kata-kata subjek maupun konsep yang dipilih atau yang dikembangkan peneliti untuk menjelaskan fenomena yang dianalisis.

5. Interpretasi

Upaya untuk memahami data secara lebih ekspansif dan mendalam.

III.E.3 Teknik Analisis Data

Bogdan (2012) menyatakan bahwa analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan dan setelah selesai di lapangan. Kegiatan analisis data pada penelitian ini terdiri dari analisis sebelum di lapangan dan selama di lapangan yang merujuk kepada analisis data versi Miles dan Huberman.

1. Analisis data sebelum di lapangan penelitian kualitatif telah melakukan analisis data sebelum peneliti memasuki lapangan. Analisis dilakukan terhadap data hasil studi pendahuluan untuk menentukan fokus penelitian. Namun demikian fokus penelitian ini masih bersifat sementara, dan akan berkembang setelah peneliti masuk dan selama peneliti berada di lapangan. Jadi analisis data sebelum di lapangan ini dilakukan sebagai rencana dalam penelitian yang akan dilakukan, sehingga dalam penelitian nanti peneliti dapat mendapatkan data sesuai dengan yang diharapkan.

2. Analisis Data

Analisis data di lapangan model Miles dan Huberman, analisis data dalam penelitian kualitatif, dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu. Seperti yang dijelaskan oleh Miles dan Huberman (dalam Moleong & Lexy J, 2007) yaitu, “aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus-menerus sampai tuntas sehingga datanya sudah jenuh”. Aktivitas dalam analisis data yaitu :

a. Reduksi Data

Dalam mereduksi data, setiap peneliti akan dipandu oleh tujuan yang akan dicapai. Tujuan utama dari penelitian kualitatif adalah pada temuan. Reduksi data merupakan proses berpikir sensitif yang memerlukan kecerdasan, keluasan, kedalaman, serta wawasan yang tinggi.

b. Penyajian Data

Dalam penelitian kualitatif, penyajian data dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowcart* dan sejenisnya. Dengan menyajikan data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan pekerjaan selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami. Jadi dengan penyajian data ini maka akan memudahkan peneliti dalam memahami apa yang terjadi dan sejauh mana data telah diperoleh, sehingga dapat menentukan langkah selanjutnya.

c. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan dapat berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.