

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Bagi generasi lampau menikah merupakan suatu keharusan, dan pada usia tertentu orang sering dituntut untuk menikah agar tidak dikatakan sebagai perawan tua. Namun kondisi zaman sekarang ini pernikahan justru tidak lagi ditakuti, karena orang-orang sekarang lebih memprioritaskan untuk karir terlebih dahulu.

Norma pada saat ini tidak lagi mendikte bahwa seseorang harus menikah, terus berada dalam perkawinan, atau memiliki anak, dan pada usia berapa hal tersebut harus dilaksanakan. Orang-orang bisa saja terus melajang, hidup bersama dengan pasangan berjenis kelamin sama atau berbeda tanpa ikatan pernikahan, bercerai, menikah kembali, menjadi orangtua tunggal, atau terus hidup tanpa kehadiran seorang anak; dan pilihan seseorang sangat mungkin berubah sepanjang masa dewasa (Papalia, 2008: 700).

Kenyataan yang pasti bahwa dalam suatu budaya yang didalamnya perkawinan merupakan pola yang normal bagi kehidupan orang dewasa, sebagian besar orang dewasa ingin menikah dan mengalami tekanan dari orangtua dan teman-teman agar segera menikah. Selama usia dua puluhan, tujuan dari sebagian besar wanita yang belum menikah adalah perkawinan. Apabila dia belum juga menikah pada waktu dia telah mencapai usia tiga

puluh atau persis pada hari ulang tahunnya yang ketiga puluh, mereka cenderung untuk menukar tujuan dan nilai hidupnya ke arah nilai dan tujuan serta gaya hidup baru yang berorientasi pada pekerjaan, kesuksesan dalam karier, dan kesenangan pribadi (Hurlock, 1996: 300).

Menurut kata-kata klise kuno dalam banyak masyarakat yang berbunyi: “tak ada tempat bagi bujangan atau wanita kecuali sebagai pria ekstra pada pesta siang bolong atau sebagai baby-sitter bagi keluarga yang telah menikah”. Maksudnya dalam bahasa populer pria atau wanita yang tidak kawin akan kesepian, tidak bahagia, dan menentang dorongan seksualnya, dan masa orangtua, afeksi lawan jenis yang menggiurkan dan gengsi yang dapat diperoleh dari hidup berkeluarga dan perkawinan (Hurlock, 1996: 299-300).

Pada dasarnya, kehidupan melajang bisa merupakan suatu pilihan hidup ataupun suatu keterpaksaan akibat belum adanya pasangan yang sesuai. Kehidupan melajang ini dapat menimbulkan perasaan kesepian karena kurangnya dukungan sosial, sehingga hal tersebut dapat berpengaruh terhadap kebahagiaan dalam menjalani kehidupan.

Penilaian mengenai kebahagiaan yang dirasakan oleh setiap individu merupakan hal terpenting yang perlu diperhatikan dalam kajian tentang kebahagiaan. Beberapa tokoh yang mengkaji tentang kebahagiaan telah sepakat bahwa kebahagiaan bersifat subyektif dan masing-masing individu merupakan penilai terbaik mengenai kebahagiaan yang dirasakannya. Hal

tersebut sesuai dengan pernyataan berikut “*this conceptualization emphasizes the subjective nature of happiness and hold individual human being to be the single best judges of their own happiness*” (Diener & Kasebir dan Mardliyah, 2010).

Kebahagiaan sesungguhnya merupakan suatu hasil penilaian terhadap diri dan hidup, yang memuat emosi positif, seperti kenyamanan dan kegembiraan yang meluap-luap, maupun aktivitas positif yang tidak memenuhi komponen emosi apapun, seperti absorpsi dan keterlibatan (Seligman, 2005: 65).

Pada awal kemunculan riset yang serius mengenai kebahagiaan, yaitu pada 1967, Warner Wilson meninjau pemahaman tentang kebahagiaan pada saat itu. Dia menyatakan kepada dunia psikologi bahwa orang-orang yang berbahagia adalah orang yang: (a). berpenghasilan besar (uang); (b). menikah; (c). muda; (d). sehat; (e). berpendidikan; (f). religius (Seligman, 2005: 65)

Bagaimana perasaan wanita yang tidak menikah jelas berbeda-beda, sesuai dengan latar belakang sosialnya. Mereka yang tinggal di pedesaan, kota kecil, atau pinggiran kota tetapi tidak atau belum menikah akan menghadapi tantangan yang lebih berat daripada mereka yang tinggal di daerah kota. Seperti yang dikatakan oleh seorang wanita muda, “saya tidak akan hidup sendiri lagi di pinggiran kota, kehidupan disitu betul-betul

membosankan, karena orang-orang menjadikan saya merasa seolah-olah mereka memusingkan saya” (Hurlock, 1996: 300).

Hurlock (1980 dalam Yuliana, 2006: 1) menyebutkan usia tiga puluh tahun sebagai usia kritis bagi perempuan yang belum menikah. Bagi mereka, usia tiga puluh tahun merupakan pilihan yang memiliki persimpangan. Biasanya hidup mereka sering diwarnai dengan kecemasan jika pada usia ketiga puluh belum juga menikah.

Fenomena yang muncul saat ini adalah individu yang masih belum menikah atau bersatus lajang hingga usianya memasuki masa dewasa madya. Jika dilihat secara teori, menikah merupakan salah satu tugas perkembangan pada masa dewasa awal, dan penundaan pernikahan ini dapat menghambat tugas perkembangan pada masa dewasa madya.

Data statistik Indonesia juga menunjukkan adanya pergeseran usia menikah pada wanita, baik di perkotaan maupun di pedesaan. Pada tahun 1995, rata-rata wanita menikah di usia 22,3 tahun. Pada tahun 2000, rata-rata usia menikah pada wanita bergeser menjadi menjadi 22,9 tahun, dan pada tahun 2005 usia menikah rata-rata 23,2 tahun (Badan Statistik Indonesia, 2008 dalam Christie, 2013: 2).

Hasil sensus penduduk tahun 2010 yang dilaporkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa perempuan berusia 30-54 yang belum menikah berjumlah 1.418.689 orang atau sekitar 4,1 % dari total

perempuan Indonesia dalam rentang usia yang sama (BPS Online). Pada tahun 2011 terdapat 3,3 % proporsi wanita pada usia 45-59 tahun yang belum menikah. Fenomena peningkatan jumlah perempuan dewasa belum menikah juga terjadi di kota Surabaya. Berdasarkan data dari Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil kota Surabaya bulan Oktober 2012, tercatat pada tahun 2010 jumlah wanita usia 30 tahun ke atas yang masih lajang sebesar 103.568 penduduk, meningkat menjadi 106.771 pada tahun 2011, dan 108.695 pada tahun 2012 (Septiana & Syafiq, 2013: 72).

Penduduk perempuan kota Surabaya yang berstatus kawin pada tahun 2014 persentase pada kelompok umur 40 - 44 tahun yaitu 17,6 % dan persentase pada kelompok umur 45 - 49 tahun adalah 12,4 % (Badan Pusat Statistik Kota Surabaya, 2015: 14).

Jumlah individu yang hidup sendirian mulai meningkat pada tahun 1950-an, tetapi baru pada tahun 1970-an peningkatan itu pesat pada dekade tahun 70-an, jumlah laki-laki yang hidup sendirian meningkat 97 %, jumlah pada perempuan adalah 55 %. Pada tahun 80-an, angka ini bergerak semakin lambat, hal itu terus berlanjut dan diharapkan terus bertahan seperti itu paling tidak sampai akhir abad ini. Pada tahun 1985, 20,6 juta individu hidup sendiri di Amerika Serikat, terdiri dari 11 % orang dewasa dan 24% dari semua jumlah keluarga. Dalam beberapa hal, jumlah individu yang hidup sendiri adalah tanda dari perubahan yang lain: tingkat kelahiran yang rendah, tingkat perceraian yang tinggi, usia hidup yang panjang, dan pernikahan yang lambat.

Tetapi kelompok yang tumbuh paling cepat pada tahun 1970-an adalah orang dewasa yang hidup sendiri dan mayoritas dari mereka adalah kaum muda. Pada dekade itu, jumlah orang yang belum pernah menikah di bawah usia 30 tahun dengan sendirinya berjumlah lebih dari tiga kali lipat. Bagi mereka, pernikahan tidak lagi menjadi satu-satunya jalan keluar dari rumah atau jalur satu-satunya untuk pemenuhan seksual (Santrock, 2002: 123).

Berdasarkan penelitian Wood, dkk (2007) dan Loewenstein, dkk (2004) dalam Christie dkk, (2013: 3), diketahui bahwa wanita lajang usia 35-65 tahun merasa lebih tertekan, tidak bahagia, tidak tercukupi, tidak puas, stres, depresi, dan tidak sehat secara emosi dibandingkan wanita menikah yang memiliki kualitas pernikahan baik, relasi sehat dengan suami, dan pernikahan yang bahagia. Perasaan-perasaan tersebut muncul akibat korelasi dengan faktor-faktor seperti kesepian, tidak mempunyai banyak teman, tidak terpenuhinya kebutuhan seksual, kesehatan, dan kemampuan bekerja.

Ketika wawancara dengan lebih dari 13.000 orang dewasa Amerika Serikat diulangi lima tahun kemudian, orang dewasa yang tetap menikah mengaku lebih bahagia dibanding mereka yang tetap melajang. Mereka yang berpisah atau bercerai menjadi kurang bahagia dan mengaku sering mengalami depresi. Laki-laki dan perempuan yang menikah untuk pertama kalinya erasakan peningkatan kebahagiaan yang luar biasa, sementara mereka yang memasuki pernikahan kedua mengalami peningkatan kebahagiaan yang biasa-biasa saja (Marks & Lambert, 1998 dalam Berk, 2012: 156-157).

Sekalipun tidak semua orang menjadi lebih bahagia saat menikah, hubungan antara pernikahan dan kesejahteraan memiliki kemiripan di banyak negara, menunjukkan bahwa pernikahan mengubah perilaku orang dalam cara yang membuat mereka lebih bahagia (Diener dkk, 2000; Lansford dkk, 2005 dalam Berk, 2012: 157).

Dalam kajian Diener dan Seligman tentang orang-orang yang sangat berbahagia, semua orang (kecuali satu) dalam kelompok 10 % teratas kebahagiaan, saat itu sedang terlibat dalam hubungan romantis. Mungkin data paling meyakinkan tentang manfaat perkawinan adalah hasil pelbagai survei yang menyatakan bahwa orang yang menikah lebih berbahagia daripada orang yang tidak menikah. Dari orang dewasa yang menikah, 40 % menyatakan diri mereka “sangat berbahagia”, sedangkan hanya 23 % dari orang dewasa yang belum pernah menikah mengatakan demikian. Ini berlaku pada setiap kelompok etnis yang dipelajari. Perkawinan adalah faktor kebahagiaan yang lebih kuat dibanding kepuasan akan pekerjaan, keuangan, atau komunitas (Seligman, 2005: 239).

Dalam sebuah studi terhadap 300 wanita lajang berkulit hitam, putih, dan Latin di daerah Los Angeles (Tucker & Mitchell-Kernan, 1998 dalam Papalia, 2008: 701), anggota dari ketiga kelompok tersebut memiliki kesulitan menemukan pria yang memenuhi syarat dengan latar belakang pendidikan dan social yang sama; tapi tidak seperti dua kelompok lainnya, wanita Afro-Amerika, yang usia rata-rata 40 tahun, tampaknya tidak terlalu

terusik dengan situasi ini. Mungkin, sebagaimana yang diprediksi oleh model *timing of event*, hal ini dikarenakan mereka melihat melajang merupakan sesuatu yang normatif dalam kelompok etnis mereka.

Pada saat sebagian orang muda, mereka terus melajang karena tidak mendapatkan pasangan yang tepat, yang lain melajang karena mereka memilih untuk melajang. Lebih banyak wanita pada saat ini yang mandiri, ditambah lagi makin berkurangnya tekanan social untuk menikah. Sebagian orang ingin bebas dalam mengambil risiko, pengalaman, dan membuat perubahan berpindah ke negara atau benua lain, mengejar karier, melanjutkan studi, atau melakukan karya kreatif tanpa harus khawatir bagaimana pencarian akan kepuasan diri mereka memengaruhi orang lain. Sebagian dari mereka menikmati kebebasan seksual. Sebagian yang lain menemukan gaya hidup tersebut sebagai hal yang menarik. Sebagian lagi hanya menyukai hidup sendiri. Dan sebagian yang lain menunda atau membatalkan perkawinan karena akan berakhir pada perceraian. Penundaan masih masuk akal, karena sebagaimana yang akan kita lihat, semakin muda seseorang pada perkawinan pertamanya, semakin besar kecenderungan mereka untuk berpisah. Banyak orang lajang yang menyukai status mereka (Austrom & Hanel, 1985 dalam Papalia, 2008: 701). Sebagian besar tidak kesepian (Cargan, 1981; Spurlock, 1990 dalam Papalia, 2008: 701); mereka sibuk dan aktif serta merasa aman.

Akan tetapi, banyak survey di Amerika Utara dan Eropa yang menunjukkan bahwa orang-orang yang menikah lebih bahagia dibandingkan orang-orang yang tidak menikah, walaupun mereka yang berada dalam pernikahan yang tidak bahagia memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih rendah dibandingkan mereka yang tidak menikah atau bercerai. Berlawanan dengan pendapat umum, tingkat kebahagiaan wanita dalam pernikahan sama besarnya dengan yang dimiliki oleh pria (Myers, 2000 dalam Papalia, 2008: 706). Mereka yang menikah dan langgeng, khususnya wanita, akan dapat mengumpulkan kekayaan yang lebih besar dibandingkan mereka yang tidak menikah atau bercerai (Wilmoth & Koso, 2002 dalam Papalia, 2008: 706).

Penelitian tentang depresi memberikan hasil sepenuhnya terbalik: orang yang menikah paling sedikit mengalami depresi dan di peringkat berikutnya adalah orang yang belum pernah menikah, diikuti oleh orang yang bercerai sekali, orang yang hidup bersama (tanpa menikah), dan orang yang bercerai dua kali. Serupa dengan itu, penyebab utama perasaan tertekan adalah terganggunya hubungan yang penting (Seligman, 2005: 240).

Usia menikah umum masih bervariasi antarkultur. Di bagian barat Eropa, orang-orang cenderung menikah di bawah umur 20 tahun, sebagaimana yang dilakukan Ingrid Berman. Akan tetapi di negara industrial, seperti Swedia, terdapat tren penundaan pernikahan ketika para dewasa awal mengejar gelar dan target karier atau untuk mengeksplorasi pertemanan (Bianchi & Spain, 1986 dalam Papalia, 2008: 706). Di Perancis, rata-rata usia

pengantin pria 30 tahun dan pengantin wanita 28 tahun, lima tahun lebih tua dibandingkan orang Perancis seperti empat abad yang lalu (Ford, 2002 dalam Papalia, 2008: 706). Di Kanada, usia rata-rata perkawinan pertama untuk wanita meningkat dari sekitar 23 tahun menjadi 27 tahun, dan untuk pria dari sekitar 26 tahun menjadi 29 tahun, dan hal ini berlangsung sejak 1961 (Wu, 1999 dalam Papalia, 2008: 706). Di Amerika Serikat, usia rata-rata pengantin pria pada perkawinan pertamanya adalah sekitar 27 tahun, dan 25 tahun bagi pengantin wanita, hal itu meningkat sekitar tiga setengah tahun dari 1940-an (Fields & Casper, 2001; Kreider & Fields, 2002 dalam Papalia, 2008: 706).

Dalam Q.S. Ar-Rum: 21, Allah SWT berfirman “Dan diantara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, agar kamu cenderung dan merasa tentram kepadanya, dan Dia menjadikan diantaramu rasa kasih dan sayang. Sungguh, pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir”.

Berdasarkan ayat al-Quran tersebut, menunjukkan bahwa pernikahan atau perkawinan merupakan perintah agama yang berfungsi memberikan kasih sayang melalui kehidupan rumah tangga. Namun, di lingkungan tempat tinggal peneliti, tepatnya di wilayah Surabaya Utara di kecamatan semampir terdapat cukup banyak yang masih memilih atau menjalani kehidupan sendiri (*single*) pada usia yang sudah tidak lagi muda, namun tampaknya mereka bahagia dalam menjalani kehidupan. Oleh sebab

itu, peneliti tertarik untuk mengetahui faktor-faktor kebahagiaan (*happiness*) bagi wanita lajang dewasa madya. Dalam penelitian ini diambil dua subyek yang akan diteliti, yaitu yang memiliki karir yang berbeda, karir yang cukup bagus, yaitu sebagai PNS dan sebagai ketua karyawan, namun mereka di umur yang tergolong kategori dewasa madya belum memiliki pasangan hidup (suami).

Semua orang menginginkan kebahagiaan dalam hidupnya. Kebahagiaan itu sendiri dapat dicapai dengan terpenuhinya kebutuhan hidup dan ada banyak cara yang ditempuh oleh masing-masing individu. Bagi beberapa orang kebahagiaan mungkin berarti mempunyai kelimpahan materi atau mendapatkan semua yang diinginkan. Bagi sebagian orang lainnya adapula yang akan merasa bahagia, apabila bisa membuat orang lain bahagia atau memberikan manfaat kepada sesama manusia. Adapula yang menganggap dengan menikmati dan mensyukuri apa yang telah dimiliki dapat membuatnya merasakan kebahagiaan. Pada pendapat terakhir terlihat bahwa kebahagiaan berkaitan dengan rasa puas terhadap hidup, yaitu dengan mensyukuri apa yang dimiliki atau dengan kata lain individu akan bahagia bila merasa puas dengan hidupnya.

## **B. Fokus Permasalahan**

Mengetahui apa saja faktor-faktor kebahagiaan (*happiness*) bagi wanita lajang dewasa madya.

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendiskripsikan atau menggambarkan faktor-faktor kebahagiaan (*happiness*) bagi wanita lajang dewasa madya.

### **D. Manfaat**

Manfaat yang akan diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Secara teoritis memberikan kontribusi pada ilmu psikologi terutama pada bidang psikologi positif mengenai faktor-faktor kebahagiaan (*happiness*) bagi wanita lajang dewasa madya.
2. Secara praktis berguna dalam memberikan informasi kepada semua kalangan khususnya pada dewasa madya yang sedang menjalani kehidupan melajang mengenai faktor-faktor kebahagiaan (*happiness*) bagi wanita lajang dewasa madya.

### **E. Keaslian Penelitian**

Pada penelitian sebelumnya mengenai dewasa yang hidup melajang ditemukan beberapa penelitian, diantaranya: Penelitian Yuliana (2006) dengan mengambil subyek penelitian satu orang wanita karir yang berusia antara 32 tahun. Dari hasil penelitian ini subyek melajang hingga usia 32 tahun karena lebih memprioritaskan karir, faktor yang mempengaruhi kecemasan subyek adalah subyek merasa terbebani dengan perkataan orangtua untuk cepat menikah, rendah diri bila menghadapi pesta pernikahan. Upaya-upaya yang dilakukan subyek adalah pergi ke internet, mengikuti organisasi-organisasi di dalam Gereja dan berserah kepada Tuhan dan berdoa.

Penelitian Pradipta (2015) menggunakan metode wawancara dan observasi. Informan penelitian berjumlah tiga orang dengan karakteristik wanita berusia 40-60 tahun yang belum pernah menikah dan sedang tidak menjalani percintaan dengan siapapun. Hasil penelitian yang didapat mengenai gambaran *psychological well being* pada wanita lajang dewasa madya yang pendidikan tinggi menekankan pada mengembangkan penghargaan hubungan dengan orang lain sedangkan gambaran *psychological well being* pada wanita lajang dewasa madya yang pendidikan rendah lebih menekankan pada pemenuhan kebutuhan individu mereka sendiri.

Penelitian Christie, Hartanti, dan Nanik (2013) menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan mengambil subyek penelitian 60 orang yang berusia antara 35 - 50 tahun, dengan menggunakan angket kesejahteraan psikologis, kesepian, dan dukungan sosial. Hasil penelitian secara keseluruhan menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis wanita lajang tipe *stable voluntary*, *temporary voluntary*, dan *temporary involuntary* tidak berbeda dan berada pada kategori tinggi. Kesepian dan dukungan sosial berkontribusi besar (79.9%) terhadap kesejahteraan psikologis wanita lajang.

Penelitian Kurniati, Hartanti, dan Nanik (2013) menggunakan metode penelitian kualitatif *life history* dan partisipan dalam penelitian ini adalah dua orang pria yang berstatus lajang dengan usia dewasa madya (40-60 tahun). Hasil penelitian menunjukkan penerimaan diri pada pria lajang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Adapun yang termasuk dalam

faktor internal adalah hobi, motivasi, dan *personality*. Bila dilihat secara eksternal, faktor yang mempengaruhi adalah relasi sosial secara umum dan secara khusus yaitu hubungan interpersonal dengan lawan jenis, serta *social support*. Setiap pria lajang tidak harus merasakan kesepian karena kondisi kesepian yang dialami pria lajang dapat diatasi dengan adanya relasi sosial yang baik dengan orang lain. Kadaan tersebut memiliki pengaruh pada tidak tercapainya *psychological well being* pria lajang.

Penelitian Septiana dan Syafiq (2013) menggunakan metode penelitian kualitatif strategi fenomenologi, dengan pengambilan data menggunakan wawancara semiterstruktur. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik analisis Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) dan dengan kriteria subyek yang akan diteliti perempuan lajang usia 30 - 55 tahun memiliki penghasilan sendiri. Penelitian ini berhasil mengidentifikasi tiga tema utama, yaitu pengalaman terkait stigma terhadap identitas lajang; kondisi psikologis akibat stigma terhadap lajang; dan cara menghadapi tekanan dan stigma. Para partisipan melaporkan bahwa mereka dianggap dan diperbincangkan sebagai perawan tua, perempuan tidak laku, dan memiliki sifat tertutup yang tidak mendukung terjalinnya hubungan intim. Pengalaman stigam tersebut telah mempengaruhi kondisi psikologis sebagai perawan lajang, yaitu perasaan tertekan dan kesepian. Dalam menghadapi tekanan akibat stigma dan upaya untuk mengatasi tekanan psikologis tersebut, para partisipan penelitian ini menempuh strategi untuk mempertahankan rasa identitas yang positif sebagai lajang, antara lain: memaknai kembali status

lajang lebih positif, menghindari situasi yang menimbulkan stigma, dan menyerahkan diri pada takdir.

Penelitian Fatimah (2014) menggunakan metode penelitian kualitatif strategi fenomenologi, dengan mengambil subyek penelitian dua dewasa madya laki-laki dan dua dewasa madya perempuan yang sedang menjalani kehidupan lajang. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan kesejahteraan subjektif pada keempat informan, hal ini dipengaruhi oleh gambaran, faktor serta makna kesejahteraan subjektif yang berbeda pada setiap informan. Pada informan pertama menggambarkan bahwa kehidupannya saat ini lebih baik dibandingkan dengan kehidupan masa lalu karena adanya penemuan cinta dalam hidupnya yang menjadikan dirinya sejahtera dan lebih baik. Pada informan kedua menggambarkan bahwa hidupnya memiliki arti untuk kedua orangtuanya sehingga makna kesejahteraan adalah berbakti kepada orangtua. Kemudian pada informan ketiga menggambarkan kesejahteraan hidupnya secara lahir dan batin karena agama. Sehingga informan menilai bahwa makna kesejahteraan subjektif yang diperolehnya sebagai wujud dari perpanjangan tangan Tuhan. Pada informan keempat memperoleh gambaran kesejahteraan hidupnya dengan menjadikan dirinya bisa lebih bermanfaat bagi orang lain melalui kegiatan yang dilakukannya.

Penelitian Anshori (2015) menggunakan metode penelitian kualitatif strategi fenomenologi, dengan subyek tiga wanita lajang dewasa madya (40-

60 tahun). Penelitian ini menemukan dinamika keseimbangan psikologis wanita lajang dewasa madya dilihat dari dimensi keseimbangan psikologis yaitu: ketiga subyek, dapat menerima nasib dan tidak menyalahkan orang lain atas peristiwa masa lalu. Ketiga subyek menunjukkan adanya komunikasi berupa menghargai dan percaya pada orang lain. Kemandirian ditunjukkan pada tiga subyek, bebas memutuskan masa depan karier. Penguasaan lingkungan pada ketiga subyek ditunjukkan dengan aktif mengikuti kegiatan sosial. Serta pengembangan diri, ketiga subyek, ditunjukkan dengan mengembangkan bakat dan berwirausaha untuk menumbuhkan rasa percaya diri. Faktor yang menentukan keseimbangan psikologis pada subyek A adalah dukungan sosial, kepribadian, dan pekerjaan. Subyek B dan C faktor penentu keseimbangan psikologis adalah dukungan sosial, agama, kepribadian, evaluasi terhadap pengalaman hidup, dan pekerjaan. Upaya untuk meraih keseimbangan psikologis pada ketiga wanita lajang dewasa madya berbeda-beda, yaitu coping fokus emosi melalui mendengarkan musik pada subyek A, subyek B dan C terpusat pada ibadah. Sedangkan coping fokus pada masalah ditunjukkan ketiga subyek, dengan mengikuti kegiatan di masyarakat.

Penelitian Wardani (2015) menggunakan metode penelitian kualitatif strategi fenomenologi, dengan menggunakan tiga informan dewasa madya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ditemukan kesamaan pada tipe kesepian yang dialami ketiga informan, yaitu tipe kesepian emosional dan kesepian kognitif yang berarti ketiga informan membutuhkan kasih sayang namun tidak mendapatkannya karena tidak ada figur kasih sayang yang intim

dari lawan jenis atau dari keluarga serta hanya memiliki sedikit teman untuk berbagi pikiran atau mencurahkan hati.

Untuk judul penelitian yang hampir sama dengan judul penelitian ini, ditemukan satu penelitian sebelumnya, yakni penelitian Kumoro (2010) berjudul “*Happiness* pada Wanita Dewasa Madya yang Belum Menikah”. Namun dalam file jurnal penelitian tersebut tidak dapat diakses lengkap, yang bisa diakses hanya bagian cover, daftar isi, dan sebagian abstrak. Sehingga tidak dapat diketahui metode penelitian apa yang digunakan dalam penelitian tersebut. Sedangkan penelitian ini mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan (*happiness*) bagi wanita lajang dewasa madya. Metode penelitian dalam penelitian ini adalah kualitatif, dengan menggunakan pendekatan atau strategi fenomenologi, dan mengambil dua subyek penelitian dari latar belakang profesi yang berbeda.