



menikah pada usia 40 tahun sampai dengan usia 60 tahun termasuk usia dewasa madya berarti tidak menjalankan perintah agama islam seluruhnya. Sehingga memperoleh label negatif sebagai perawan tua, pilih-pilih dan tidak laku.

Pernikahan berfungsi sebagai sumber dukungan sosial yang berperan positif pada kesehatan psikologis (Rosalinda, Latipun & Nurhamida, 2013). Wanita yang menikah memiliki tingkat kebahagiaan dan kepuasan hidup lebih tinggi dibandingkan yang tidak menikah (Shapiro & Keyes, 2008). Namun tidak semua wanita dewasa ingin menikah, melainkan memilih menunda pernikahan atau hidup lajang.

Pergeseran usia pernikahan semakin marak terbukti dari data statistik tahun 2000 rata-rata usia menikah pada wanita 22,9 tahun (Christie dkk, 2013). Pada tahun 2005 rata-rata usia wanita menikah semakin bergeser menjadi 24,6 tahun sampai dengan 27,9 tahun (Susanti, 2012). Usia perkawinan yang bergeser menunjukkan bahwa pernikahan bukan menjadi prioritas.

Pada zaman modern seperti saat ini, pernikahan bukan menjadi prioritas karena sebagian wanita dewasa lebih memilih mempertahankan hidup lajang.

Menurut Brown, Bulanda & Lee (2005: 22) lajang adalah :

*“As most never marrieds do not have children, family support tends to be weak, but this is offset by extensive friendship network”.*

Jadi lajang berarti tidak pernah melakukan pernikahan sehingga tidak mempunyai keturunan, kekurangan dukungan keluarga tetapi memiliki hubungan pertemanan yang erat. Definisi lajang menurut Saxton (1986 dalam Kurniati, Hartanti & Nanik, 2013) adalah suatu masa, dimana pria dan wanita

belum melaksanakan pernikahan yang bersifat sementara (jangka pendek), namun juga dapat bersifat pilihan hidup (jangka panjang).

Wanita yang memilih hidup lajang menurut Allen (1989 dalam Hutapea, 2011) dipengaruhi oleh beberapa faktor meliputi: pada masa dewasa awal tidak memperoleh pasangan yang tepat, keinginan untuk memiliki kebebasan mengejar karir. Fenomena dimasyarakat menunjukkan bahwa wanita yang masih lajang awalnya ingin menikah kemudian hidup bahagia bersama pasangan dalam rumah tangga, tetapi karena sering kali diselingkuhi kekasih, gagal bertunangan dan selalu dipertemukan dengan seseorang yang telah berumah tangga menyebabkan wanita lajang malas mencari pasangan (hasil wawancara subyek, 27 April 2015).

Menurut Hurlock (2007) wanita yang belum menikah sampai masa dewasa madya antara usia 40 tahun sampai dengan 60 tahun berarti tidak menjalankan tugas perkembangan dewasa awal yaitu memilih pasangan dan menjalin hubungan akrab dengan lawan jenis untuk melangkah ke jenjang pernikahan secara otomatis menghambat tugas perkembangan selanjutnya pada masa dewasa madya yaitu gagal menyesuaikan diri dengan pasangan sebab hidup sendiri, tidak dapat melanjutkan keturunan, sulit menerima diri dan menyesuaikan diri dengan perubahan fisiologis maupun mental.

Wanita lajang dapat memiliki emosi negatif maupun positif dalam menghadapi permasalahan kehidupan. Wanita lajang yang sulit menerima diri akan mudah tersinggung. Kondisi ini menunjukkan kurangnya kesejahteraan psikologis wanita lajang akibat kesepian, tidak mempunyai banyak teman,

tidak terpenuhinya kebutuhan seksual dan kesehatan (Christie dkk, 2013). Hidup lajang sangat tidak menyenangkan karena tidak ada pasangan yang dapat menghibur saat sedih maupun senang, tidak mempunyai keturunan dan sangat mengkhawatirkan apabila sering sakit dan sudah tidak mampu bekerja (hasil wawancara subyek, 27 April 2015).

Hidup lajang mempunyai beberapa kerugian antara lain: cenderung merasa tidak nyaman, terbebani dengan pertanyaan masyarakat terkait status lajang yang melekat pada dirinya, merasa kesepian, timbul perasaan terasingkan dari komunitas yang sudah menikah (Hutapea, 2011). Pernyataan ini diperkuat dengan hasil penelitian Kurniasari & Leonardi (2013) menyatakan bahwa orang yang hidup lajang sulit memahami adanya dukungan sosial dari orang lain ditunjukkan dengan cara menggerutu, kecewa dan kesal. Sebaliknya, wanita lajang mengurangi komunikasi melalui telepon, *handphone* maupun media sosial. Namun tetap menjaga interaksi sosial dengan tetangga (hasil wawancara subyek, 27 april 2015).

Hidup lajang bukan hanya memberikan efek negatif tetapi dapat memberikan efek positif pada kesejahteraan psikologis wanita yang ditunjukkan dengan tetap aktif bekerja, berkomunikasi dengan warga sekitar, dan berharap menemukan pasangan hidup walapun telah memasuki usia paruh baya (hasil wawancara subyek, 28 April 2015).

Semua orang dalam kehidupan, pasti ingin mencapai kesejahteraan psikologis tidak terkecuali wanita lajang. Kesejahteraan psikologis secara kontekstual memiliki kesamaan makna dengan kepuasan hidup, kedamaian,

dan kebahagiaan (Bakshi & Sood, 2012). Kesejahteraan psikologis adalah individu berkepribadian baik sehingga positif dalam menjalankan aktivitas (Sherk, 1992 dalam Hutapea, 2011). Menurut Rosalinda dkk (2013) juga berpendapat tentang kesejahteraan psikologis yaitu individu yang mampu mengontrol emosi sehingga emosi positif lebih besar dibandingkan emosi negatif. Menurut Ryff (1989 dalam Kurniati dkk, 2013) kesejahteraan psikologis adalah keadaan individu yang mempunyai sikap positif pada diri sendiri, mampu berkomunikasi dengan orang lain dan mempunyai tujuan hidup.

Hasil penelitian De Lazzari (2000 dalam Hutapea, 2011) menunjukkan faktor-faktor yang menentukan kesejahteraan psikologis meliputi kepribadian, demografi, dukungan sosial dan evaluasi terhadap pengalaman hidup. Kepribadian merupakan faktor yang menentukan kesejahteraan psikologis. Kepribadian adalah pola sikap yang relatif tetap yang menentukan perilaku seseorang.

Secara demografis masyarakat Indonesia menilai pernikahan sebagai budaya yang menentukan kesejahteraan psikologis. Wanita secara kodrat memiliki tugas utama menjadi istri dan ibu. Sehingga hidup lajang menurut pandangan budaya timur dianggap sebagai aib bagi wanita (Kurniasari & Leonardi, 2013).

Dukungan sosial adalah faktor yang menentukan kesejahteraan psikologis. Dukungan sosial bermakna mengerti, menghargai, menyayangi dan mencintai sehingga individu mampu menerima keadaan dirinya maupun lingkungan

(Kurniati dkk, 2013). Hasil penelitian Pinquart (2003 dalam Kurniati dkk, 2013) menyebutkan wanita lajang menunjukkan dukungan sosial yang rendah tampak dari hubungan yang buruk pada anak-anak, keluarga, saudara, teman dan tetangga dibandingkan dengan orang yang pernah menjalin tali pernikahan.

Evaluasi pengalaman hidup adalah kemampuan individu menyesuaikan diri membentuk penilaian positif atau negatif yang berasal dari pengalaman masa lalu akan mempengaruhi kehidupan di masa depan. Jadi evaluasi pengalaman hidup merupakan faktor yang menentukan kesejahteraan psikologis (Werdyaningrum, 2013).

Menurut Ryff (1989 dalam Papalia, Olds & Feldman, 2008) mengungkapkan wanita yang memiliki kesejahteraan psikologis positif adalah wanita yang mampu merealisasikan potensi diri secara terus-menerus, memiliki kemandirian terhadap tekanan sosial, dan mampu menjalin komunikasi dengan orang lain. Sebaliknya wanita yang kesejahteraan psikologis rendah adalah wanita yang mengembangkan emosi negatif dalam menghadapi masalah.

Kesejahteraan psikologis wanita lajang pada masa dewasa madya adalah wanita berusia 40 tahun sampai dengan 60 tahun yang hidup sendiri belum menikah dengan ketentuan sehat secara mental antara lain dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan dan berkepribadian normal (Hutapea, 2011).

Wanita lajang dewasa madya yang mempunyai kesejahteraan psikologis dapat bersifat negatif maupun positif (Rosalinda dkk, 2013). Menurut Christie dkk (2013) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis wanita lajang yang negatif ditunjukkan dengan perasaan cemas, takut menjalin relasi sosial karena

merasa terasing dimasyarakat, tidak terpenuhi kebutuhan seksual dan mudah tersinggung (Christie dkk, 2013).

Menurut Rosalinda dkk (2013) wanita lajang yang mempunyai kesejahteraan psikologis positif adalah pribadi yang terbebas dari gejala depresi ditunjukkan dengan menerima diri apa adanya, mampu menjalin relasi dengan orang lain dan berorientasi pada masa depan. Hasil penelitian Kurniati dkk (2013) menunjukkan bahwa faktor internal: hobi, motivasi, kepribadian dan faktor eksternal: relasi sosial dengan orang lain dapat membentuk kesejahteraan psikologis hidup lajang.

Hasil penelitian Winfield, Gill, Taylor & Pilkington (2012) menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis wanita lajang dewasa madya adalah wanita yang mampu mengatasi tekanan kehidupan, berusia 40 tahun sampai dengan 60 tahun yang tidak terdeteksi gejala depresi dan belum pernah menikah.

Kesejahteraan psikologis wanita lajang pada masa dewasa madya, apabila ditinjau dengan pendekatan psikologi perkembangan sesuai dengan teori ekologi Bronfenbreuner (1979 dalam Santrock, 2010) berdasarkan teori terkait pandangan sosiokultural tentang perkembangan terdiri dari lima sistem lingkungan meliputi: mikrosistem, mesosistem, ekosistem, makrosistem, dan kronosistem. Mikrosistem adalah tempat dimana individu hidup meliputi keluarga, teman sebaya, dan lingkungan. Mesosistem adalah pengalaman dari beberapa mikrosistem seperti hubungan keluarga dengan pengalaman teman sebaya (Donna & Suzanne, 2012).

Ekosistem adalah pengalaman yang diperoleh dari lingkungan terdekat (keluarga) dan pengalaman dari lingkungan sosial seperti tetangga, teman, lingkungan tempat kerja. Pengalaman dari lingkungan sosial pada masa dewasa akan tertanam secara otomatis pada perilaku individu (Santrock, 2010).

Makrosistem menurut Sigelman & Rider (2012) adalah kebudayaan dimana individu hidup termasuk memahami cara hidup seseorang termasuk kepercayaan dan memahami bahwa alami membentuk pola kehidupan yang berbeda antar manusia dan kronosistem menurut Santrock (2010) adalah peristiwa yang terjadi pada kehidupan seseorang dilihat dari kurun waktu kejadian.

Teori ekologi Bronfenbreuner (1979 dalam Santrock, 2010) dari lima sistem lingkungan peneliti fokus pada ekosistem untuk menggambarkan kesejahteraan psikologi wanita lajang dari dalam diri individu dan dari lingkungan karena sesuai dengan penelitian Hutapea (2011) bahwa kesejahteraan psikologis wanita lajang pada masa dewasa madya ditandai dengan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan dan berkepribadian normal (Hutapea, 2011). Dengan demikian kacamata teori ekologi dari segi ekosistem dapat menggambarkan kesejahteraan psikologis dari dalam diri individu maupun dari lingkungan pada wanita lajang dewasa madya.

Berdasarkan uraian di atas, kesimpulan kesejahteraan psikologis wanita lajang pada masa dewasa madya adalah wanita yang tidak pernah menikah berusia 40 tahun sampai dengan usia 60 tahun terbebas dari gejala depresi ditandai dengan mampu menerima diri apa adanya, mampu menjalin relasi





Penelitian Khademi, Ghasemian & Hassanzadeh (2014) berjudul "*The Relationship Of Psychological Resilience and Spritual Experiences With Psychological Well Being Among Employess*". Penelitian menunjukkan bahwa status perkawinan, umur, pendidikan, kesehatan, jenis kelamin, pengalaman beragama dan resiliensi mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

Penelitian Kurniasari & Leonardi (2013) berjudul "*Emotional Intelegence dan Psychological Well-being pada Manusia Lanjut Usia Anggota Organisasi Berbasis Keagamaan di Jakarta*". Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologis pada lansia yang menjadi responden.

Penelitian Rosalinda, Latipun & Nurhamida (2013) berjudul "*Who Have Higher Psychological Well Being?A Comparison Between Early Married and Adulthood Married Women*". Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan kesejahteraan psikologis antara wanita yang menikah dini dengan wanita yang menikah pada masa dewasa.

Penelitian Srimathi & Kumar (2010) berjudul "*Psychological Well Being Of Employed Women Across Different Organitations*". Hasil penelitian menunjukkan karyawan yang bekerja di industri memiliki kesejahteraan psikologis lebih rendah dari pada karyawan Bank. Karyawan Bank menduduki posisi standar dan wanita berprofesi sebagai guru memiliki kesejahteraan psikologis lebih tinggi.

Penelitian Alandete, Lozano, Nohales & Martines (2013) berjudul “*Predictive Role Of Meaning In Life On Psychological Well Being and Gender Specific Diferences*”. Hasil penelitian menunjukkan makna hidup adalah prediktor kesejahteraan psikologis dan wanita memiliki kesejahteraan psikologis lebih tinggi daripada laki-laki.

Penelitian Kurniati, Hartanti & Nanik (2013) berjudul “*Psychological Well Being pada Pria Lajang Dewasa Madya*”. Hasil penelitian menunjukkan penerimaan diri pria lajang dipengaruhi oleh faktor internal adalah hobi, motivasi, kepribadian sedangkan faktor eksternal adalah hubungan interpersonal dengan lawan jenis dan kurangnya dukungan sosial.

Penelitian Susanti (2012) berjudul “*Hubungan Harga Diri dan Psychological Well Being Wanita Lajang Ditinjau Dari Bidang Pekerjaan*”. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara harga diri dan kesejahteraan psikologis ditinjau dari pekerjaan. Hal ini berarti semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis.

Penelitian Anggraeni & Cahyanti (2012) berjudul “*Perbedaan Psychological Well Being Pada Penderita Diabetes Tipe 2 Dewasa Madya Ditinjau dari Strategi Coping*”. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat perbedaan kesejahteraan psikologis pada penderita diabetes tipe 2 usia dewasa madya ditinjau dari segi coping.

Penelitian Desiningrum (2014) berjudul “*Kesejahteraan Psikologis Lansia Janda atau Duda Ditinjau dari Persepsi Terhadap Dukungan Sosial dan Gender*” Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan

antara persepsi terhadap dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada lansia janda atau duda. Sedangkan penelitian Werdyaningrum (2013) berjudul *Psychological Well Being Pada Remaja yang Orang tua Bercerai dan yang tidak Bercerai*". Hasil penelitian menunjukkan remaja yang orang tuanya bercerai memiliki nilai kesejahteraan psikologi yang lebih rendah dibandingkan remaja yang orang tuanya tidak bercerai (utuh).

Berdasarkan uraian penelitian terdahulu, penelitian ini memiliki kesamaan dalam jenis kelamin (wanita) dan topik penelitian tentang kesejahteraan psikologis hidup lajang. Sedangkan perbedaan penelitian ini terletak pada jenis pekerjaan, pendidikan, lokasi penelitian dan metode penelitian yang berbeda. Penelitian terdahulu mayoritas menggunakan pendekatan kuantitatif sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan model fenomenologi. Kelebihan penelitian ini adalah peneliti ingin menggambarkan dinamika kesejahteraan psikologis wanita lajang pada masa dewasa madya, faktor-faktor yang menentukan kesejahteraan psikologis wanita lajang pada masa dewasa madya dan upaya wanita lajang pada masa dewasa madya untuk meraih kesejahteraan psikologis.