

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Fenomena melajang dewasa ini menjadi *trend* di berbagai negara. Indonesia sebagai salah satu Negara di Asia Tenggara juga mengalami fenomena tersebut. Hasil survei statistika oleh Badan Pusat Statistik (2009-2013) menemukan bahwa terjadi peningkatan Perempuan yang belum menikah berdasarkan daerah tempat tinggal (perkotaan), kelompok umur 25 – 44 tahun menurut hasil survei mengalami peningkatan dari 21,24% pada tahun 2009, menjadi 23,69% pada tahun 2010. Hal ini juga terjadi pada jumlah Perempuan yang belum menikah pada kelompok umur 45 – 59 tahun dari tahun 2009 sebesar 3,23% menjadi 3,92% pada tahun 2010 (Badan Pusat Statistik, 2015).

Secara harafiah, definisi lajang menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah sendirian (belum kawin) atau bujangan, sedangkan melajang adalah hidup sebagai lajang; membujang (Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, 2001). Jadi, perempuan lajang adalah Perempuan yang belum kawin atau Perempuan yang masih membujang. Menurut Dosen Fakultas Psikologi Universitas Binus, Pingkan Rumondor (Rumondor, 2013) menyatakan bahwa lajang atau *single* memiliki arti tunggal, bisa berdiri sendiri, berbeda dengan orang lain dan merasa sudah lengkap meski sendiri. Perempuan yang memilih untuk melajang menganggap bahwa mereka memiliki banyak kebebasan dalam memilih hal yang lebih penting bagi dirinya. Kebebasan yang dapat dimiliki perempuan lajang adalah dapat memiliki banyak waktu untuk mengeksplorasi diri sendiri dalam arti melihat kelebihan dan kelemahan diri sendiri, dapat memaksimalkan potensi yang dimiliki serta menemukan keunikan dalam diri sendiri.

Seseorang yang tidak menikah dianggap tidak wajar dalam kebudayaan tradisional (Hurlock, 1997). Hal ini juga berlaku di Indonesia bahwa menikah merupakan hal yang normal dan wajar dilakukan setiap orang. Pandangan dari lingkungan sekitar memengaruhi pandangan orangtua. Orangtua mengharapkan anaknya untuk menikah di usia dewasa awal. (Noviana & Eunike, 2010). Menurut Sudiro (2006 dalam Susanti, 2012), wanita yang belum menikah baik karena belum menemukan pasangan yang tepat atau belum memiliki keinginan untuk menikah kerap kali mendapatkan label sebagai perawan tua, tidak laku, banyak memilih dari masyarakat tempat mereka tinggal.

Globalisasi membuat perempuan Indonesia dituntut untuk ikut serta dalam pembangunan negara. Pendidikan dan karir untuk perempuan semakin terbuka sehingga mereka bersemangat dalam meraih karir yang lebih baik. Mereka lebih memilih untuk fokus terhadap pekerjaan dan memilih untuk menunda pernikahan karena beranggapan bawa pernikahan merupakan penghambat bagi perempuan untuk mencapai cita – citanya dalam berkarir (Noviana & Eunike, 2010). Kecenderungan melajang selain karena terlanjut berkarir dan mengejar pendidikan yang lebih tinggi, penyebab lain mengapa perempuan lebih memilih melajang menurut Esther Tjahja, S.Psi & Pdt. Dr. Netty Lintang dalam seminar audio pada acara TELAGA (Tegur Sapa Gembala Keluarga dalam Berita Telaga, 2011) adalah karena tidak mendapatkan jodoh yang cocok/sesuai dengan selera atau syarat (*standard*) yang ditentukan. Bisa juga karena kurangnya pria yang memiliki kerohanian yang baik, Perempuan menginginkan seperti yang Alkitab (dalam agama Kristen) ajarkan bahwa pria yang menjadi kepala keluarga, yang memimpin, sebagai imam di rumah tangga jadi mereka menginginkan menikah dengan seorang pria yang sungguh-sungguh bisa memimpin mereka dalam hal kerohanian. Kemungkinan juga karena ada yang memang merasa terpanggil untuk melajang. Ada juga karena akibat dari pengalaman pahit (hubungan yang berakhir) dan akhirnya

memutuskan untuk tidak menikah atau dikarenakan kakaknya yang paling tua belum menikah.

Dalam ajaran Agama Kristen, terdapat orang Kristen yang kawin, tetapi ada juga yang yang tidak dapat kawin (tetap melajang) karena ia memang lahir demikian dari rahim ibunya, atau kemauan sendiri maupun karena lawan jenisnya. Orang – orang seperti ini kemungkinan besar perlu memikirkan adanya panggilan Tuhan untuk hidup melajang (Silalahi, 2014). Penjelasan tersebut dapat kita lihat dalam Kitab Suci Umat Kristiani (Alkitab), sebagai berikut :

“Ada orang yang tidak dapat kawin karena ia memang lahir demikian dari rahim ibunya, dan ada orang yang dijadikan demikian oleh orang lain, dan ada orang yang membuat dirinya demikian karena kemauannya sendiri oleh karena Kerajaan Sorga.....” [Kitab Matius, Pasal 19 Ayat 12]

Hal ini berarti bahwa beberapa orang yang melajang karena sudah demikian dari rahim ibunya (cacat fisik/mental) (Tafsiran Kitab Matius Online, 2015). Beberapa menjadi lajang karena pernah dikecewakan lawan jenisnya dan sulit untuk memulai hubungan yang baru. Ada juga yang tidak mau menikah karena trauma melihat kedua orangtuanya bercerai. Namun, ada yang memang sengaja memilih hidup melajang. Dalam Ajaran Kristen, menurut Paulus salah satu tokoh Kristiani, terdapat orang – orang yang dengan sengaja memilih hidup melajang. Hal ini dikenal sebagai Karunia Hidup Melajang (*The Gift of celibacy*). Menurut Alkitab (Kitab Suci Agama Kristen) dalam Kitab 1 Korintus pasal 7 dijelaskan bahwa setiap orang dengan karunia hidup melajang memiliki tujuan untuk membina hubungan yang lebih dekat dengan Allah (Silalahi, 2014). Karunia hidup lajang adalah kemampuan istimewa yang diberikan oleh Allah kepada beberapa anggota dalam Tubuh Kristus untuk tetap hidup lajang dan menikmatinya. (e-Konsel, 2002). Oleh sebab itu, beberapa Perempuan memilih untuk melajang karena merasa terpanggil untuk melajang.

Adanya keinginan untuk melajang, tuntutan menikah dari orangtua dan stigma sosial baik dalam kehidupan masyarakat maupun komunitas dalam gereja, menyebabkan

perempuan lajang mengalami pengalaman dan pembelajaran dalam hidupnya, dan untuk menilai kehidupannya, mereka harus mengevaluasi peristiwa hidup yang dialaminya. Hasil dari evaluasi individu tersebut, oleh Ryff (1989) disebut dengan *Psychological Well-being* (PWB) atau kesejahteraan psikologis. *Psychological Well-being* merupakan hasil penilaian individu terhadap pengalaman – pengalaman hidupnya bahwa dirinya mampu melakukan penerimaan diri (*Self-Acceptance*), mampu menjalin relasi positif dengan orang lain (*Positive Relation With Others*), mandiri dalam menentukan dan menjalani kehidupan (*Autonomy*), memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan (*Environmental Mastery*), memiliki tujuan hidup (*Purpose In Life*) dan juga pertumbuhan pribadi (*Personal Growth*) (Ryff, 1989). *Psychological Well-being* tidak berdiri sendiri melainkan dipengaruhi beberapa faktor seperti usia, status sosial-ekonomi, budaya, dukungan sosial, religiusitas dan kepribadian individu berkaitan sehingga PWB individu tidak hanya bergantung pada status individu apakah dirinya melajang atau bukan.

Hasil pengamatan peneliti sejak tahun 2009, fenomena perempuan lajang terjadi juga pada lingkungan tempat beribadah salah satunya adalah Gereja. Gereja merupakan komunitas orang Kristen untuk beribadah bersama baik itu mereka yang berkeluarga ataupun untuk mereka yang masih lajang. Menurut Pdt. Mariani Febriana, persoalan yang timbul adalah semakin meningkatnya angka kelajangan khususnya di kota – kota besar justru tidak mendapat tanggapan serius dari gereja. Orientasi gereja mengarah pada hidup keluarga sehingga menyebabkan banyak perempuan lajang yang tidak mendapat perhatian dan pelayanan khusus. Gereja sangat serius memperhatikan mereka yang sudah menikah, namun mengabaikan perhatiannya kepada perempuan lajang. (Lyon, 1977). Hal ini juga terjadi di Gereja “X” di Kota Bandung. Hasil sensus jemaat yang dilakukan oleh Tim Sensus Jemaat tahun 2010 ditemukan bahwa terdapat 400 Kepala Keluarga di Gereja “X” Kota Bandung, sebagian besar 17,5% (70 perempuan) berstatus lajang dengan rentang usia mulai dari dewasa

madya (35-60 tahun) sampai dewasa akhir 60 tahun ke atas), dari 70 orang Perempuan Lajang, sebagian besar 78,5% (55 dari 70 perempuan lajang) berada pada usia dewasa madya. Gereja “X” merupakan gereja dengan berbagai macam kegiatan rutin, selain kegiatan ibadah yang dilakukan setiap hari Minggu (Pkl. 07:00, 09:00 dan 17:00 WIB), Gereja “X” juga mengadakan kegiatan lainnya di hari – hari kerja yang dimulai biasanya setelah pkl. 17:00 WIB. Seperti rapat kegiatan gereja yang diadakan setiap hari Selasa, rapat pengurus gereja yang diadakan setiap hari Kamis, Ibadah Keluarga, Ibadah Kaum Perempuan, Ibadah Kaum Bapak, Ibadah Pemuda yang dilaksanakan setiap hari Senin/Kamis/Sabtu. Persoalan lainnya adalah jumlah Perempuan Lajang di Gereja “X” tergolong banyak sebesar 17,5% (55 orang), namun kegiatan yang diadakan oleh Gereja “X” sebagian besar orientasinya mengarah pada keluarga (Bapak, Anak, Ibu) sedangkan Perempuan Lajang kurang mendapatkan perhatian.

Hasil wawancara terhadap 4 perempuan lajang mengenai kehidupannya dalam berpelayanan di Gereja “X” dijabarkan sebagai berikut, EM (40 Tahun) seorang dosen universitas swasta di Bandung, menganggap dengan berpelayanan EM dapat merasakan pertumbuhan anak – anak yang diajarnya, dari mulai anak – anak sampai remaja, bahkan sampai mereka terjun bersama di bidang pelayanan di Gereja “X” dan menjadi tenaga pengajar bersama – sama dengan EM. Hal serupa diungkapkan oleh CT (52 Tahun) dan JL (35 Tahun) yang lebih banyak menghabiskan waktu mengajar batita dan anak SD (kelas 1 – 6), dengan mengajar dan terlibat langsung setiap minggunya di Gereja “X”, mereka dapat lebih mengenal karakteristik anak dan lebih terlatih dalam menghadapi anak – anak. Selain itu, JR (36 Tahun) mengatakan dengan banyak bergaul dengan anak – anak yang semakin beranjak dewasa, JR dapat belajar hal – hal yang baru dan merasa bahwa usia tidak membatasi pergaulannya, karena meskipun sudah tidak muda lagi, tetapi JR merasa bahwa masih memiliki semangat muda yang membuat JR percaya diri. Selain mereka yang aktif dalam berpelayanan, beberapa perempuan lajang lainnya berdomisili di luar kota dan hanya

seminggu atau sebulan sekali kembali ke Bandung untuk beribadah. Mereka memiliki keluarga yang tinggal di Bandung dan satu bulan atau seminggu sekali, mereka pulang untuk berkumpul dan beribadah bersama keluarga di Gereja “X”. Dari hasil pengamatan terdapat pula perempuan lajang yang tidak terlibat dalam pelayanan dan cenderung hanya mengikuti ibadah rutin setiap minggunya. Mereka berusia antara 35 – 45 tahun dan aktif bekerja di pemerintahan, perusahaan swasta, maupun sebagai wiraswasta.

Peneliti juga melakukan survei awal dengan menyebarkan angket kepada 10 orang perempuan lajang usia dewasa madya di Gereja “X” Kota Bandung, mengenai kehidupan melajang yang mereka jalani saat ini. Peneliti menemukan sebanyak 70% (7 orang) perempuan lajang merasa telah menerima status mereka sebagai lajang, hal ini terlihat dari kondisi mereka yang menikmati kehidupan melajang yang saat ini mereka alami dan menurut mereka kondisi yang saat ini mereka jalani bukanlah sesuatu yang harus disesalkan, sedangkan 30% (3 orang) kurang menerima kondisi melajang yang saat ini mereka hadapi terlihat dari kondisi mereka yang tidak berusaha untuk mengubah kondisinya. Sebanyak 50% (5 orang) perempuan lajang menganggap dengan melajang dapat melakukan banyak kegiatan bersama teman – temannya misalnya *nongkrong* di *café*, *hangout* di mall, mereka tidak merasa *minder* ketika harus berjalan bersama teman – teman yang sudah berkeluarga, mereka juga tidak mengalami kesulitan dalam mengadakan pendekatan terhadap lawan jenis. Namun, terdapat pula (50%) lainnya merasa bahwa dengan melajang, mereka merasa terhambat untuk menjalin hubungan pertemanan dengan orang lain, dan cenderung untuk menutup diri dengan cara menghindar ketika bertemu dengan orang baru khususnya lawan jenis yang mau mengadakan pendekatan terhadap mereka.

Selain itu, dalam hal kemandirian, sebagian besar perempuan lajang yaitu 90% (9 orang) merasa bahwa mereka tidak menemukan kesulitan untuk mengatur jadwal/kegiatan mereka sehari – hari dari mulai kerja, kegiatan bergereja, sosial dan keluarga. Misalnya,

dalam mengatur jadwal pelayanan, mereka dapat menentukan pelayanan mana yang harus mereka ambil dan yang mana yang harus mereka tunda terlebih dahulu. Mereka juga dapat mengatur jadwal pertemuan dengan teman – teman mereka, sehingga jadwal pekerjaan, pelayanan dan pertemanan tidak tumpang tindih, melainkan dapat berjalan dengan selaras. Hanya 10% (1 orang) yang mengalami kesulitan dalam mengatur waktu.

Peneliti menemukan bahwa sebanyak 50% (5 orang) senang mengisi waktu luang dan mengembangkan keterampilan yang mereka miliki, sebagai contoh perempuan lajang dengan kemampuan bernyanyi, mereka mengisi waktu luangnya dengan pelayanan di gereja untuk mengisi pujian atau sebagai pemandu lagu dalam setiap ibadah di hari Minggu. Sebagian juga aktif dalam mengikuti organisasi sosial dan dalam setiap kepanitiaan mereka memiliki pengaruh ketika memberikan pendapat. Namun, peneliti juga menemukan sebanyak 50% (5 orang) menyatakan bahwa mereka menganggap dengan melajang, mereka tidak banyak mengikuti kegiatan di luar kegiatan rutin yang mereka harus jalani (pekerjaan kantoran rutin), mereka cenderung memilih untuk tidak mengikuti kegiatan/organisasi lain dan tidak merasa memerlukan kegiatan tersebut. Sebanyak 50% (5 orang) menganggap bahwa setiap permasalahan yang mereka harus hadapi lebih mudah ketika mereka menyelesaikannya seorang diri karena merasa bahwa mereka memiliki waktu yang banyak untuk memikirkan solusi dan menghadapinya dengan tenang, namun 50% (5 orang) lainnya menyatakan bahwa mereka mengalami kesulitan dengan beberapa permasalahan yang mereka alami, terkadang mereka puas dengan kemampuan yang mereka miliki, sehingga mereka tidak berusaha untuk mengembangkannya lebih lanjut.

Dari hasil pengamatan, wawancara dan pengambilan angket yang dilakukan peneliti pada Perempuan Lajang usia Dewasa Madya (35 – 60 Tahun) di Gereja “X” Kota Bandung, terdapat gambaran yang bervariasi pada dimensi – dimensi *Psycholgoical Well-being* terindikasi adanya kecenderungan *Self-Acceptance* (Penerimaan Diri), *Positive Relations*

With Others (Hubungan Positif Dengan Orang Lain), *Autonomy* (Otonomi), *Environmental Mastery* (Penguasaan Lingkungan), *Purpose In Life* (Tujuan Hidup) dan *Personal Growth* (Pertumbuhan Pribadi) yang menurut Ryff (1989) merupakan dimensi – dimensi *Psychological Well-being*. Oleh sebab itu, penulis tertarik untuk mengetahui lebih lanjut mengenai gambaran *Psychological Well-being* pada Perempuan Lajang usia Dewasa Madya di Gereja “X” Kota Bandung.

1.2. Identifikasi Masalah

Ingin mengetahui *Psychological Well-being* Perempuan Lajang usia Dewasa Madya di Gereja “X” Kota Bandung.

1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1. Maksud Penelitian

Memperoleh gambaran mengenai *Psychological Well-being* pada Perempuan Lajang usia Dewasa Madya) di Gereja “X” Kota Bandung.

1.3.2. Tujuan Penelitian

Memperoleh gambaran mengenai derajat *Psychological Well-being* pada Perempuan Lajang usia Dewasa Madya di Gereja “X” Kota Bandung berdasarkan enam dimensinya yaitu *Self-Acceptance* (Penerimaan Diri), *Positive Relations With Others* (Hubungan Positif Dengan Orang Lain), *Autonomy* (Otonomi), *Environmental Mastery* (Penguasaan Lingkungan), *Purpose In Life* (Tujuan Hidup), dan *Personal Growth* (Pertumbuhan Pribadi) yang dikaitkan dengan faktor – faktor yang mempengaruhinya.

1.4. Kegunaan Penelitian

1.4.1. Kegunaan Teoretis

1. Memberikan informasi mengenai *Psychological Well-being* usia dewasa madya sebagai sumbangan untuk kemajuan dan perkembangan bidang Ilmu Psikologi Klinis dan Psikologi Sosial.
2. Memberikan inspirasi kepada peneliti lain untuk mengembangkan dan mengadakan penelitian lebih lanjut mengenai *Psychological Well-being*.

1.4.2. Kegunaan Praktis

1. Sebagai sumber informasi (gambaran) ataupun referensi kepada Perempuan Lajang usia Dewasa Madya di Gereja “X” Kota Bandung, untuk memahami *Psychological Well-being* dalam dirinya. Informasi ini dapat digunakan untuk menjadi bahan evaluasi dengan harapan mereka dapat menyadari kelebihan dan kekurangan dimensi *Psychological Well-being* dalam diri mereka.
2. Sebagai sumber informasi (gambaran) ataupun referensi kepada Gereja “X” Kota Bandung untuk menjadi bahan pertimbangan dalam mengadakan kegiatan atau aktivitas yang melibatkan Perempuan Lajang di Gereja “X” Kota Bandung pada khususnya.

1.5. Kerangka Pemikiran

Perempuan usia 35 – 60 tahun menurut Santrock (2002) termasuk dalam kategori usia dewasa madya (*Middle Age*). Usia dewasa madya dinilai sebagai suatu masa menurunnya keterampilan fisik dan semakin besarnya tanggung jawab; suatu periode dimana orang menjadi semakin sadar akan pluralitas muda – tua dan semakin berkurangnya jumlah waktu yang tersisa dalam kehidupan; suatu titik ketika individu berusaha meneruskan sesuatu yang berarti pada generasi berikutnya; dan suatu masa ketika orang mencapai dan

mempertahankan kepuasan dalam karirnya. Menurut Levinson (1978, 1980 dalam Santrock 2002) menyatakan bahwa usia 50 – 60 tahun, Perempuan lajang memasuki masa dewasa madya dan pada usia 60 tahun, mereka mencapai titik puncak dari masa dewasa madya. Menurut Santrock (2012) Perempuan Lajang usai 55 hingga 65 tahun memasuki masa dewasa madya akhir dimana cenderung diwarnai dengan kematian orangtua dan mempersiapkan diri untuk pensiun dan dalam kebanyakan kasus sudah menjadi pensiun. Sedangkan usia 35 – 50 tahun, mereka memasuki masa penyelesaian dan memasuki transisi masa dewasa madya. Mereka yang memasuki masa penyelesaian dan memasuki transisi masa dewasa madya diwarnai dengan penentuan tujuan yang lebih serius dan fokus pada pengembangan karir dan kestabilan karir (Santrock, 2002).

Menurut Erickson dalam Santrock (2002) tugas perkembangan psikososial usia dewasa awal adalah *Intimacy versus Isolation*, yang artinya baik pria maupun Perempuan menghadapi tugas membentuk hubungan intim dengan orang lain. Jika tugas perkembangan ini tidak dapat terlaksana, maka individu akan mengalami isolasi yaitu ketidakmampuan diri untuk membangun hubungan yang bermakna dengan orang lain dan akibatnya mereka menjadi tidak percaya dengan orang lain dan memiliki kemungkinan untuk memilih sendiri dan merasa terisolasi dan mereka merasa bahwa tidak memiliki seorangpun untuk dijadikan pelarian saat dibutuhkan atau saat stres. Apabila hal ini terus dibiarkan maka mereka akan sulit untuk membuka diri dalam menjalin hubungan dan akan berlanjut di masa dewasa madya dimana mereka memutuskan untuk hidup sendiri (melajang). Menurut Erikson dalam Santrock (2002), hal ini mengakibatkan terhambatnya tugas perkembangan mereka pada usia 35 – 60 tahun, dimana mereka memasuki tahap perkembangan *generativity vs stagnation*. *Generativity* mencakup rencana – rencana orang dewasa atas apa yang mereka harap dapat dikerjakan guna meninggalkan warisan dirinya sendiri pada generasi berikutnya. Ciri tahap generativitas adalah perhatian terhadap apa yang dihasilkan – keturunan, produk – produk,

ide – ide dan sebagainya – serta pembentukan dan penetapan garis – garis pedoman untuk generasi – generasi mendatang. Nilai pemeliharaan (*care*) berkembang dalam tahap ini. Pemeliharaan terungkap dalam kepedulian seseorang pada orang – orang lain, dalam keinginan memberikan perhatian pada mereka yang membutuhkannya serta berbagi dan membagi pengetahuan dan pengalaman dengan mereka. Hal ini tercapai melalui kegiatan membesarkan anak dan mengajar, memberi contoh, dan mengawasi. Perempuan lajang yang terhambat dalam tugas perkembangan ini, berkaitan dengan tahap perkembangan sebelumnya yang belum tercapai (*intimacy vs isolation*), artinya mereka mengalami kesulitan dalam menjalin relasi dengan lawan jenis, sehingga sampai tahap yang seharusnya mereka menghasilkan keturunan (*generativity vs stagnation*), mereka mengalami keterhambatan. Konsep Generativitas yang dikemukakan Erikson, tidak hanya untuk orang dewasa yang sudah menikah, tetapi kepada orang dewasa yang pada usia tersebut dapat hidup kreatif dan produktif serta memiliki kepedulian untuk generasi berikutnya.

Pada umumnya, perempuan di Indonesia yang telah berusia di atas 30 tahun dan masih lajang akan menghadapi begitu banyak pertanyaan terkait statusnya (Christie, Hartanti, & Nanik, 2013). Hal ini dikarenakan budaya timur menganggap perempuan dewasa yang masih hidup sendiri sebagai pribadi yang “tidak lengkap”. Perempuan dipandang sebagai sosok yang harus bisa menghasilkan keturunan dan merawat anak. Tuntutan untuk membina hidup rumah tangga dan memiliki keturunan seakan – akan sudah menjadi norma umum yang walaupun tidak tertulis, suka atau tidak suka, harus diterima oleh perempuan lajang. Tuntutan–tuntutan masyarakat inilah yang seringkali membuat perempuan lajang mengalami tekanan–tekanan mental atau emosional (Collins, 1988 dalam Christie et al. 2013). Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat kurang mampu memberikan dukungan sosial terhadap Perempuan Lajang (Christie et al. 2013). Padahal salah satu faktor yang mempengaruhi *Psychological Well-being* adalah dukungan sosial.

Perempuan Lajang usia 35 – 65 tahun lebih merasa tertekan, tidak bahagia, tidak tercukupi, tidak puas, stres, depresi, dan tidak sehat secara emosi dibandingkan perempuan menikah yang memiliki kualitas pernikahan baik, relasi sehat dengan suami, dan pernikahan bahagia. Perasaan tersebut muncul akibat korelasi dari faktor seperti kesepian, tidak mempunyai banyak teman, tidak terpenuhinya kebutuhan seksual, kesehatan dan kemampuan bekerja (Wood, dkk, 2007 & Loewenstein, dkk, 2004 dalam Christie et al, 2013). Hal ini menunjukkan bahwa perempuan lajang kemungkinan memiliki *Psychological Well-being* yang kurang optimal. Studi empiris menemukan bahwa *Psychological Well-being* yang tinggi berkaitan dengan sedikit gejala ketidaksehatan mental, fungsi sosial yang lebih positif, relasi interpersonal yang lebih tinggi, kesehatan yang lebih baik, karakteristik dan kemampuan beradaptasi yang lebih baik, serta kemampuan kognitif yang lebih tinggi (Diener dkk, Lyubomirsky dkk, Pressman & Cohen dalam Busseri, Sadava, Molnar, DeCourville, 2007 dalam Christie et al, 2013).

Berbagai kondisi/pengalaman/penilaian yang mungkin dialami oleh perempuan lajang dapat mempengaruhi penilaian/evaluasi mereka terhadap kehidupan yang mereka jalani. Hal ini disebut *Psychological Well-being*, yaitu penilaian seseorang terhadap pengalaman-pengalaman hidupnya. *Psychological Well-being* merupakan suatu keadaan ketika individu dapat menerima kekurangan dan kelebihan dirinya, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, membuat keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri, menciptakan dan menguasai lingkungan dalam arti memodifikasi lingkungan sehingga sesuai dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup serta mampu membuat hidup lebih bermakna, memiliki usaha untuk mengeksplorasi dan mengembangkan diri sendiri. Terdapat enam dimensi yang membentuk *Psychological Well-being* seseorang yakni *Self-acceptance* (penerimaan diri), *Positive relation with others* (hubungan positif dengan orang lain), *Autonomy* (otonomi),

Environmental mastery (penguasaan lingkungan), *Purpose in life* (tujuan hidup), dan *Personal growth* (pertumbuhan pribadi).

Self-Acceptance (Penerimaan Diri) adalah kemampuan perempuan lajang untuk menerima dirinya secara keseluruhan baik pada masa ini dan masa lalunya (menerima dirinya apa adanya serta memiliki pandangan yang positif terhadap diri sendiri; *Positive Relations With Others* (Hubungan Positif Dengan Orang Lain), yaitu kemampuan perempuan lajang membina hubungan yang hangat dan perhatian terhadap orang lain serta memahami prinsip *take and give of human relationship*; *Autonomy* (Otonomi) yaitu kualitas perempuan lajang dalam menentukan nasib sendiri, mengatur tingkah laku dan menyadari kebebasan yang dimilikinya, mereka memiliki kebebasan namun tetap mampu mengatur hidup dan tingkah lakunya; *Environmental Mastery* (Penguasaan Lingkungan), yaitu kemampuan perempuan lajang untuk memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikisnya, dan sejauh mana dapat mengambil hal yang bermanfaat dari peluang yang dihasilkan oleh lingkungan dengan cara berpartisipasi aktif dalam lingkungan tersebut; *Purpose In Life* (Tujuan Hidup) yaitu kemampuan perempuan lajang untuk menyadari bahwa dirinya memiliki tujuan hidup dan menemukan makna dari hidup yang sedang dijalani dengan cara memiliki target yang harus dicapai dalam hidup; *Personal Growth* (Pertumbuhan Pribadi), yaitu sejauh mana perempuan lajang dapat terus menerus mengembangkan potensi dalam dirinya serta bertumbuh dan meningkatkan kualitas dalam dirinya, dengan cara terbuka untuk menerima berbagai macam pengalaman yang baru, berhasil menghadapi, memecahkan dan menyelesaikan masalah (Ryff, 1989).

Dimensi *Psychological Well-being* dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu faktor yang meliputi usia, status sosial ekonomi, budaya, dukungan sosial, religiusitas, dan kepribadian individu. Perbedaan usia juga mempengaruhi perbedaan dalam dimensi *Psychological Well-being*. Dimensi *Environmental Mastery* dan dimensi *Autonomy* mengalami peningkatan

seiring bertambahnya usia, terutama dari dewasa muda hingga dewasa madya (Ryff, 1995). Status Sosial/Pendidikan merupakan faktor yang berkaitan erat dengan dimensi *Purpose In Life* seseorang, semakin tinggi pendidikan seseorang, akan semakin mudah mencari solusi atas permasalahan yang dihadapinya dibandingkan dengan seseorang yang berpendidikan rendah (Ryff, Magee, Kling & Wing, 1999). Perempuan Lajang usia Dewasa Madya di Gereja "X" dengan pendidikan dan status sosial yang tinggi, merasa bahwa hidup berumah tangga tidak dapat berjalan beriringan dengan karier yang ingin diraih. Mereka beranggapan bahwa hidup berumah tangga menghambat pencapaian kariernya. Penelitian yang dilakukan di *Wisconsin Longitudinal Study* menyebutkan bahwa status sosial pendidikan yang tinggi dan status pekerjaan meningkatkan *Psychological Well-being*. Terutama pada dimensi penerimaan diri dan dimensi tujuan hidup (Ryff, 1994 dalam Rahayu, 2008). Status sosial yang tinggi membantu perempuan lajang usia dewasa madya di Gereja "X" untuk lebih bebas melakukan segala sesuatu, sebagian dari mereka beranggapan bahwa perkawinan bukan lagi sebuah pilihan yang menarik (meskipun tidak menutup kemungkinan mereka masih mengharapkan pernikahan terjadi dalam kehidupan mereka). Oleh sebab itu, apabila perempuan lajang usia dewasa madya di Gereja "X" Kota Bandung memiliki pendidikan yang tinggi dan pekerjaan yang tinggi akan memunculkan PWB yang tinggi pula, sebaliknya apabila mereka memiliki pendidikan dan pekerjaan yang kurang, akan memunculkan PWB dengan derajat yang rendah.

Hasil penelitian Ryff (1989) menyatakan bahwa dalam dimensi *Positive Relations With Others* (interpersonal) dan *Personal Growth* pada perempuan memiliki nilai signifikan yang lebih tinggi dibandingkan pria karena kemampuan Perempuan dalam berinteraksi dengan lingkungan lebih baik dibanding pria. Inilah yang menyebabkan mengapa perempuan memiliki *Psychological Well-being* yang tinggi dalam dimensi hubungan positif karena ia dapat mempertahankan hubungan yang baik dengan orang lain (Papalia & Feldman, 2008).

Faktor berikutnya yang mempengaruhi *Psychological Well-being* seseorang adalah budaya, Ryff (1995) menyatakan bahwa sistem nilai individualisme dan kolektivisme memberi dampak terhadap *Psychological Well-being* yang dimiliki suatu masyarakat. Dimensi yang banyak dipengaruhi oleh faktor budaya adalah hubungan positif dengan orang lain dalam hal ini faktor budaya bersifat homogen (budaya timur bersifat kolektivisme).

Menurut Cobb (1976 dalam Rahayu, 2008) seseorang yang mendapatkan dukungan sosial akan merasa bahwa dirinya dicintai, dipedulikan, dihargai dan merasa menjadi bagian dari sebuah jaringan sosial (seperti dari pasangan, keluarga, teman dekat, dan teman satu gereja) yang menyediakan tempat bergantung ketika dibutuhkan, dan individu – individu yang mendapat dukungan sosial memiliki tingkat *Psychological Well-being* yang lebih tinggi. Sebagai seorang Perempuan, perhatian dari seseorang merupakan hal yang sangat diinginkan, hal ini akan meningkatkan semangat dan arti hidup sebagian Perempuan, hal ini juga berlaku pada Perempuan lajang di Gereja “X” Kota Bandung. Sebaliknya, perempuan lajang yang kurang mendapatkan dukungan sosial dari keluarga, rekan kerja, teman, dan jemaat gereja “X” Kota Bandung berkaitan dengan tingkat *Psychological Well-being* yang rendah.

Faktor lain yang mempengaruhi *Psychological Well-being* adalah Faktor Religiusitas. Ellison (dalam, Taylor 1995) menyatakan bahwa agama mampu meningkatkan *Psychological Well-Being* dalam diri seseorang. Penelitian Ellison, (dalam Taylor, 1995) menunjukkan bahwa individu yang memiliki kepercayaan terhadap agama yang kuat, dilaporkan memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi, kebahagiaan personal yang lebih tinggi, serta mengalami dampak negatif peristiwa traumatis yang lebih rendah jika dibandingkan individu yang tidak memiliki kepercayaan yang kuat terhadap agama. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Friedman dkk., dalam Taylor (1995), melaporkan bahwa religiusitas sangat membantu individu ketika mereka harus mengatasi peristiwa tidak menyenangkan. (Amawidyati & Utami, 2007). Perempuan lajang di Gereja “X” yang hidup dalam lingkungan dengan

intensitas kegiatan keagamaan yang tinggi seperti beribadah, membaca kitab suci, percaya kepada Tuhan, rajin berdoa, cenderung mampu menerima kondisi dirinya yang saat ini masih melajang dengan kata lain mereka memiliki *Psychological Well-being* yang tinggi. Sebaliknya, Perempuan lajang di Gereja “X” yang memiliki intensitas kegiatan keagamaan yang rendah, berkaitan dengan *Psychological Well-being* mereka yang rendah pula.

Ryff dan koleganya telah meneliti hubungan antara *The Big Five Personality* McCrae dan Costa dengan dimensi *psychological well-being* (Ryan & Deci, 2001). Schutte dan Ryff (1997) menemukan bahwa *trait* dari *Big Five Personality* (*Extraversion, Agreeableness, Conscientiousness, Neuroticism, dan Openness to Experience*) memiliki hubungan dengan *Psychological Well-being* Perempuan Lajang. Schutte dan Ryff (1997) menemukan bahwa *Extraversion, Conscientiousness, dan Neuroticism* yang rendah berhubungan dengan dimensi *Self-Acceptance, Environmental Mastery, dan Purpose in Life; Openness to Experience* berhubungan dengan *Personal Growth*; sedangkan dimensi *Agreeableness* dan *Extraversion* berhubungan dengan *Positive Relation with Others*; dan *Neuroticism* berhubungan dengan *Autonomy* (Talamati, 2012).

McCrae & Costa (1997) menjelaskan bahwa perbedaan kepribadian setiap individu dapat dipahami dalam bentuk kepribadian lima besar (*The Big Five Personality Theory*). Kelima *trait* tersebut adalah *Extraversion, Agreeableness, Neurotic, Openness to Experience, Conscientiousness*.

Extraversion menggambarkan *trait* mudah bergaul, banyak bicara, aktif, asertif, suka berteman, dan suka bergembira. Perempuan lajang yang memiliki *Extraversion* yang dominan dalam kepribadiannya, menunjukkan sikap yang senang bergaul, senang bekerja (*workaholic*) dan tertarik untuk mencoba hal – hal yang baru. *Agreeableness* menunjukkan *trait* ramah, lembut hati, percaya pada orang lain, murah hati, secara diam – diam setuju pada pendapat orang lain, penuh toleransi, dan baik hati. Perempuan lajang yang memiliki *Agreeableness*

yang dominan menunjukkan sikap yang selalu menghindar dari konflik/masalah. Mereka cenderung untuk mengikuti keputusan orang lain dan mengalah daripada harus berhadapan dengan masalah. *Neurotic* berkaitan dengan *trait* negatif seperti pencemas, mudah depresi, pemarah, mudah takut, tegang, rawan kritik, serta emosional.

Openness to Experience menggambarkan *trait* imajinatif, kreatif, ingin tahu, memiliki pemikiran bebas dan orisinal, menyukai variasi, serta sensitive terhadap seni. Perempuan Lajang yang memiliki *Openness* yang dominan, menunjukkan ciri sebagai seseorang yang memiliki toleransi yang tinggi biasa disebut sebagai seseorang yang memiliki imajinasi yang tinggi, mereka banyak memiliki mimpi, dan kreatif. Kemudian, *trait* terakhir *Conscientiousness* menggambarkan *trait* yang bertanggungjawab, sungguh – sungguh, tekun, teratur, tepat waktu, ambisius, mau bekerja keras, serta berorientasi pada keberhasilan. Perempuan lajang dengan *conscientiousness* yang dominan, menunjukkan sikap yang terorganisir, mereka dapat menyusun prioritas dan jadwal kegiatan yang harus mereka jalani setiap hari. Mereka termasuk orang yang perfeksionis dalam melakukan pekerjaan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Costa dan McCrae (1980; 1991) menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepribadian *Extraversion* dan *Neuroticism* dengan PWB. *Neuroticism* merupakan predictor kuat mengenai afek negatif, dimana afek positif diprediksi oleh dimensi *Extraversion* dan *Agreeableness* (DeNeve & Cooper, 1998). Hal tersebut menandakan kepribadian individu yang merupakan kapasitas bawaan akan sangat mempengaruhi cara individu tersebut mempersepsi dan mengevaluasi dirinya. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Talamati (2012) mengenai kepribadian *Neuroticism* menjelaskan bahwa semakin tinggi *Neuroticism* maka *Psychological Well-being* semakin rendah, dan begitu pula sebaliknya. Artinya, Perempuan Lajang Gereja “X” yang memiliki kepribadian *Neuroticism* cenderung memiliki PWB yang rendah, sedangkan

Perempuan Lajang yang memiliki kepribadian *Extraversion* dan *Agreeableness* cenderung memiliki PWB yang tinggi.

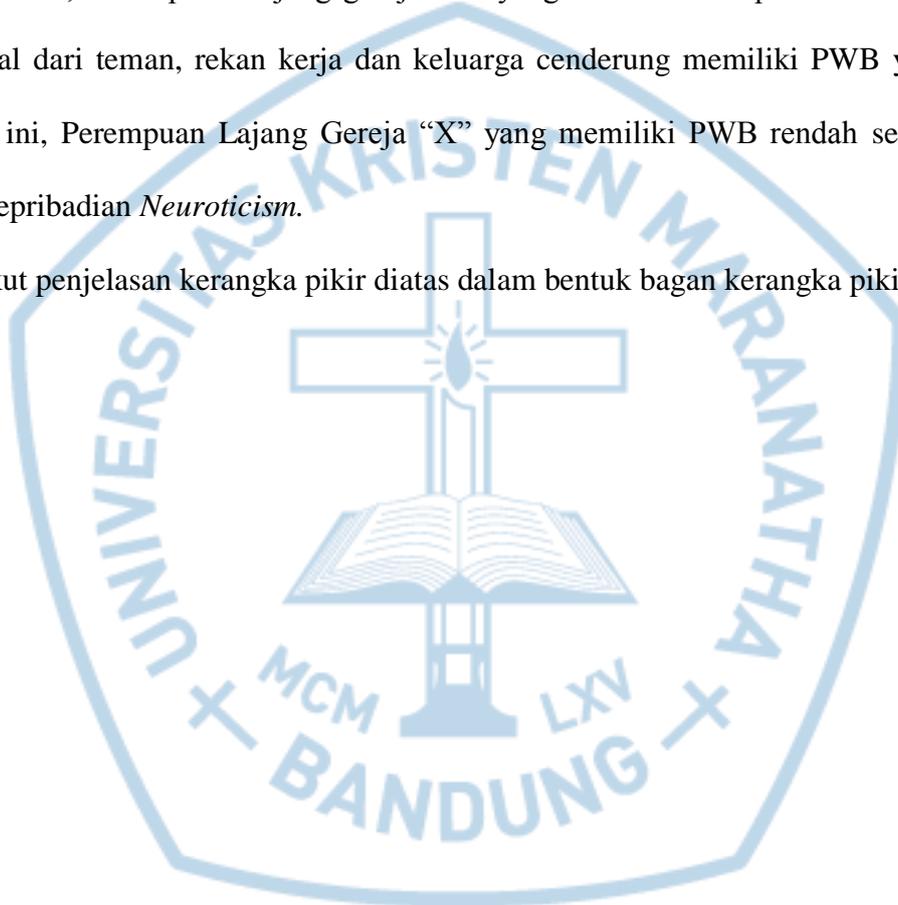
Keenam dimensi dan berbagai faktor yang dimiliki oleh perempuan lajang usia dewasa madya di Gereja “X” Kota Bandung akan membentuk *Psychological Well-being* mereka, sehingga dapat diketahui apakah Perempuan lajang yang diteliti tersebut memiliki *Psychological Well-being* yang tinggi atau rendah.

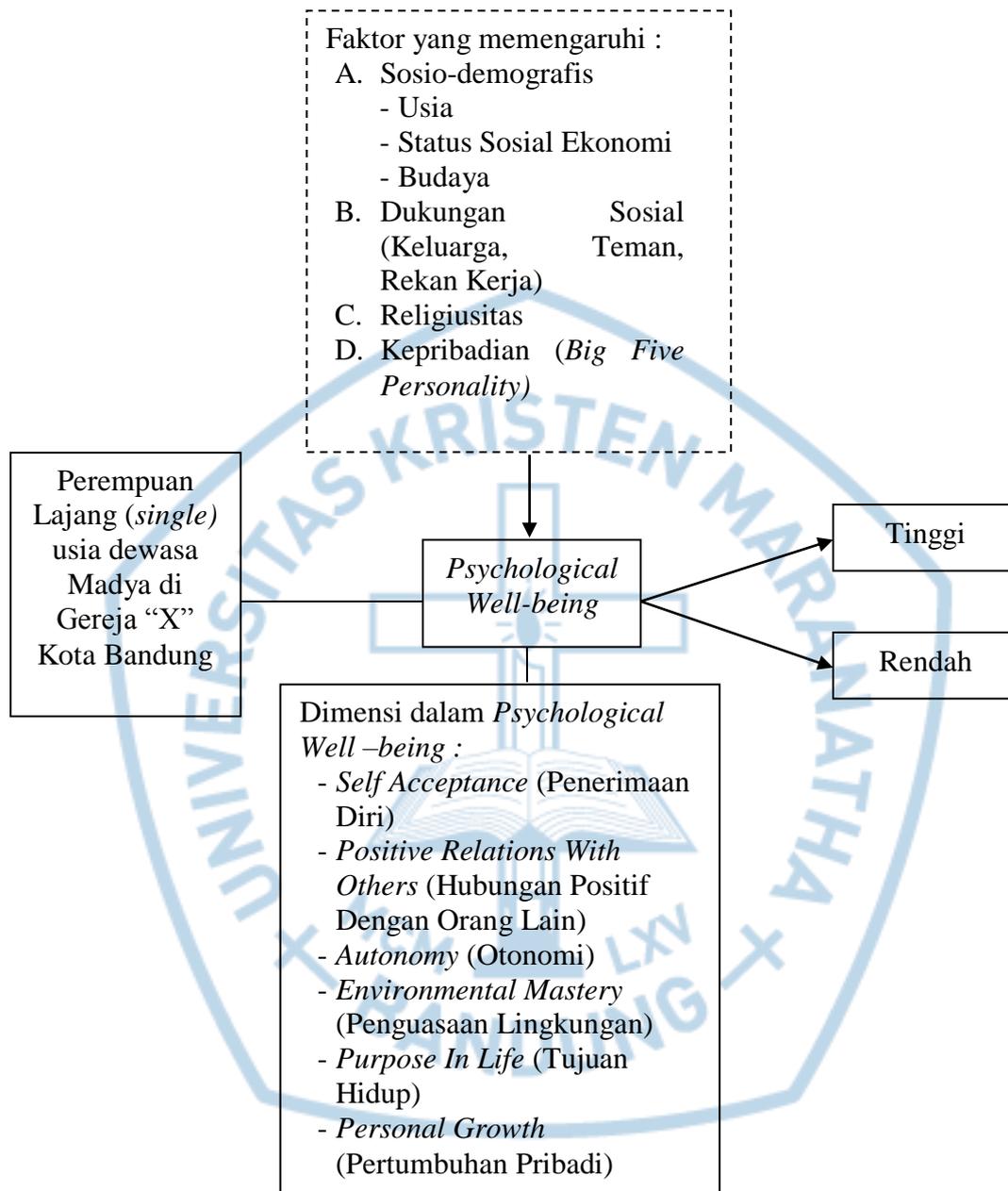
Perempuan lajang usia dewasa madya di Gereja “X” yang memiliki *Psychological Well-being* yang tinggi digambarkan sebagai seseorang yang menerima kondisi melajang yang saat ini mereka alami. Mereka merasa mudah untuk bersosialisasi dengan orang yang baru dikenal, dan tidak merasa bahwa kondisi yang mereka alami saat ini merupakan penyebab dari sikap mereka di masa lampau. Mereka memiliki minat untuk mencoba hal baru yang dapat memperluas wawasan mereka. Mereka juga tidak mengalami kesulitan untuk mengatur *schedule* sehari – hari dan permasalahan yang mereka alami dapat diselesaikan dengan tuntas dan memiliki target dalam menjalani kehidupan mereka. Selain itu, *Psychological Well-being* yang tinggi dalam diri mereka juga berkaitan dengan status sosial-ekonomi mereka (semakin tinggi pendidikan dan pekerjaan, PWB mereka juga tinggi). begitu juga dengan peran lingkungan seperti dukungan sosial dan aktivitas keagamaan yang menjelaskan bahwa semakin besar dukungan sosial yang diberikan dari keluarga, rekan kerja, teman seiman kepada Perempuan Lajang Gereja “X”, maka semakin tinggi kecenderungan *Psychological Well-being* dalam diri mereka. Dalam hal ini, Perempuan Lajang Gereja “X” yang memiliki PWB tinggi sebagian besar memiliki kepribadian *Extraversion* dan *Agreeableness*.

Perempuan lajang usia dewasa madya di Gereja “X” yang memiliki *Psychological Well-being* yang rendah, mengalami kesulitan untuk menjalani kehidupan sehari – hari. Mereka cenderung pasif ketika bergaul dengan orang baru. Dalam pergaulan, mereka banyak

memilih dalam pertemanan dan mengalami kesulitan untuk bergaul dengan orang baru dan cenderung menghindar ketika lawan jenis mendekat. Mereka menganggap tidak perlu menambah pengalaman, karena merasa pengalaman yang mereka miliki sudah cukup banyak. Mereka tidak merasa tertarik untuk mencoba hal yang baru, hal ini terlihat dengan mereka menikmati kegiatan yang monoton. Selain itu, faktor pendidikan dan pekerjaan mereka juga berkaitan dengan PWB mereka yang cenderung rendah, demikian juga halnya dengan dukungan sosial, Perempuan Lajang gereja “X” yang sedikit mendapatkan dukungan sosial yang berasal dari teman, rekan kerja dan keluarga cenderung memiliki PWB yang rendah. Dalam hal ini, Perempuan Lajang Gereja “X” yang memiliki PWB rendah sebagian besar memiliki kepribadian *Neuroticism*.

Berikut penjelasan kerangka pikir diatas dalam bentuk bagan kerangka pikir :





Bagan 1.1.
Kerangka Pikir *Psychological Well-being* Perempuan Lajang Usia Dewasa Madya

1.6. Asumsi Penelitian

1. Perempuan lajang usia Dewasa Madya di Gereja “X” Kota Bandung memiliki derajat *Psychological Well-being* yang berbeda – beda baik yang tinggi maupun rendah.
2. Perempuan lajang usia Dewasa Madya di Gereja “X” Kota Bandung memiliki derajat yang berbeda – beda dalam *Self-Acceptance* (Penerimaan Diri), *Positive Relations With Others* (Hubungan Positif Dengan Orang Lain), *Autonomy* (Otonomi), *Environmental Mastery* (Penguasaan Lingkungan), *Purpose In Life* (Tujuan Hidup), dan *Personal Growth* (Pertumbuhan Pribadi) yang merupakan dimensi *Psychological Well-being* dalam diri mereka.
3. Perempuan lajang usia Dewasa Madya di Gereja “X” Kota Bandung dipengaruhi oleh faktor Demografis (usia, status sosial – ekonomi, budaya), Dukungan Sosial, faktor Religiusitas dan Kepribadian yang menyusun *Psychological Well-being* dalam diri mereka.

