

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Menikah dan berkeluarga merupakan keinginan banyak individu. Pernikahan memberikan kesempatan bagi individu untuk dapat membangun keluarga bersama dengan orang yang dicintai, memiliki pasangan untuk berbagi suka dan duka, memenuhi kebutuhan akan kasih sayang, serta menjadi salah satu sumber dukungan sosial. Hal-hal tersebut menjadi tujuan yang ingin dipenuhi ketika individu telah mencapai usia yang matang atau berada pada tahap perkembangan dewasa awal, yaitu usia 18 hingga 40 tahun. Menurut Erikson, di tahap perkembangan ini, individu akan mempelajari cara berinteraksi dengan orang lain secara lebih mendalam, khususnya untuk membentuk hubungan asmara dengan lawan jenis (dalam Papalia, 2008).

Menurut data sensus penduduk Indonesia pada tahun 2010, rata-rata usia pernikahan pertama laki-laki adalah pada usia 25,7 tahun, sedangkan perempuan pada usia 22,3 tahun. Hasil sensus tersebut juga memperlihatkan bahwa sebanyak 74,71% perempuan berusia 25-29 tahun telah berstatus menikah (sp2010.bps.go.id). Penelitian yang dilakukan oleh *The National Marriage Project* menunjukkan bahwa pernikahan di awal usia 20-an merupakan pilihan yang baik dan membuat pasangan lebih bahagia. Memiliki pasangan yang mendampingi selama individu menapaki jejak karir akan terasa menyenangkan dan dapat membantu individu dalam berbagai bidang kehidupan (thoughtcatalog.com, Laurence Bradford, 15/04/2015). Beberapa data di atas memperlihatkan bahwa usia 20-an dirasa menjadi saat yang tepat untuk memiliki pasangan hidup dan mulai membangun rumah tangga.

Bagi perempuan di Indonesia, keputusan untuk menikah tak lepas dari dorongan orangtua. Dorongan untuk menikah telah diberikan oleh orangtua sejak perempuan menginjak

usia 20-an, karena dengan menikah, orangtua berharap anak perempuannya dapat terhindar dari pelabelan negatif oleh masyarakat, hidupnya terjamin, serta dapat segera memberi cucu (Noviana dan Suci, 2010). Dorongan dari orangtua menjadi salah satu penyebab tren pernikahan di Indonesia tetap tinggi. Perempuan masih sering dikaitkan dengan status pernikahannya. Septiana dan Syafiq (2013) melakukan penelitian mengenai identitas lajang dan stigma di Surabaya. Hasil penelitian tersebut memperlihatkan bahwa para partisipan yang berusia di atas 30 tahun dan belum menikah mendapatkan perlakuan yang tidak menyenangkan dari orang-orang di sekitarnya, termasuk perbincangan bahwa mereka adalah perawan tua, tidak laku, dan memiliki sifat yang tertutup. Pengalaman stigma tersebut telah memengaruhi kondisi psikologis partisipan yang cenderung merasa tertekan dengan adanya pandangan tersebut dan dapat menjadi pendorong bagi perempuan untuk menikah di usia mudanya. Stigma masyarakat tersebut melekat pada dirinya dan menjadi beban bagi keluarga. Bahkan, bagi sebagian perempuan, rasa tidak nyaman karena berbagai pandangan negatif atau sindiran dari orang-orang sekitar membuat mereka berusaha untuk menghindari, seperti tidak menghadiri undangan pernikahan karena merasa tidak nyaman ketika dirinya disinggung mengenai pernikahan.

Selain pandangan masyarakat, budaya dan agama juga memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap keputusan perempuan untuk menikah, seperti keberlangsungan marga bagi sebagian budaya, atau sempurnanya separuh agama ketika seseorang menikah bagi agama tertentu. Hal ini menjadikan pernikahan menjadi sebuah tuntutan sosial-kultur sehingga membuat para orangtua mendorong anak lajangnya untuk menikah (cnnindonesia.com, Endri Priherdityo & Apriliana Lloydta Anugrah, 08/03/2016).

Meski demikian, dalam kenyataannya, tidak semua orang dapat menikah di usia yang diharapkan karena berbagai macam faktor, baik faktor dari dalam diri (internal), maupun dari luar diri (eksternal). Faktor dari dalam diri yang menghambat perempuan untuk menikah adalah seperti kurangnya keyakinan perempuan bahwa dirinya dapat menjalani tanggung jawab yang

besar sebagai istri, atau masih adanya keinginan perempuan untuk melakukan hal-hal yang hanya bisa dilakukan saat status masih lajang. Terlebih, di era modern seperti saat ini, pendidikan dan karir untuk perempuan semakin terbuka sehingga perempuan bersemangat dalam meraih karir yang lebih baik. Perempuan muda yang ingin fokus pada pekerjaan memilih untuk menunda pernikahan karena pernikahan terkadang menjadi penghambat bagi perempuan untuk mencapai cita-citanya dalam berkarir (Noviana dan Suci, 2010). Bahkan sebagian perempuan memilih untuk tidak menikah karena terlalu fokus pada pekerjaannya, atau karena perempuan merasa masih banyak hal lain yang lebih prioritas dibandingkan menikah, seperti mengurus keluarga, atau ketakutan akan permasalahan dan konflik rumah tangga (Nursalam & Ibrahim, 2016). Begitu pula yang diungkapkan oleh Feldman (2009), beberapa orang ingin tetap menikmati kebebasan dalam mengambil risiko, bereksperimen, berkeliling dunia, mengejar karir, melanjutkan pendidikan, atau pekerjaan kreatif, sehingga tidak dapat dipungkiri bahwa bagi sebagian perempuan tidak menikah merupakan bagian dari gaya hidup.

Faktor lainnya datang dari luar diri perempuan. Banyak perempuan yang ingin menikah dan merasa sudah siap untuk memasuki fase baru dalam hidupnya, akan tetapi terhambat oleh keadaan. Berdasarkan wawancara dengan delapan orang perempuan lajang berusia 31-39 tahun, sebagian besar menyatakan bahwa mereka sudah memiliki keinginan untuk menikah sejak usia 20-an akan tetapi mereka memiliki beberapa kendala seperti merasa kesulitan menemukan orang yang sesuai dengan keinginan atau visi mereka, tidak didapatkannya restu dari orangtua, hingga kegagalan saat menjalin hubungan sehingga menimbulkan trauma tertentu mengenai pernikahan.

Fenomena hidup lajang telah muncul dalam skala global. Dalam perspektif gender, tuntutan menikah jauh lebih berat pada perempuan dewasa daripada pria. Masyarakat Amerika yang berorientasi individualis, hingga saat ini begitu menghargai pernikahan dan pasangan yang menikah (DePaulo & Morris, 2006). Terlebih masyarakat Indonesia yang memiliki

kecenderungan kolektif yang membuat masyarakat Indonesia mengalami tekanan yang jauh lebih kuat untuk memegang norma budayanya, termasuk pernikahan. Kecenderungan budaya pada masyarakat Indonesia telah membuat perempuan didorong untuk menjadi ibu dan istri dalam sebuah keluarga. Budaya tersebut menjadikan setiap keluarga akan tetap menyarankan anak perempuannya untuk menikah (Kumalasari, 2007). Fenomena ini membuat perempuan dipaksa untuk menghadapi masyarakat yang sebagian besar berorientasi pada pernikahan.

Perempuan dengan usia muda masih dianggap wajar ketika belum menikah, akan tetapi, ketika perempuan mencapai usia yang lebih tua, sekitar 40 tahun, mereka dipandang dengan rasa kasihan, dianggap sudah melewati masa-masa terbaik dalam hidupnya, dan tidak lagi memiliki harapan akan hubungan percintaan (Morris, 2004 dalam Carr, 2005). Pandangan-pandangan tersebut dapat menimbulkan kekhawatiran, menimbulkan persepsi negatif terhadap diri seperti merasa ditolak karena tidak memiliki pasangan yang mau menerima dirinya, merasa kesepian, merasa dirinya gagal ketika membandingkan dirinya dengan teman-teman seusianya, dan berbagai perasaan negatif lainnya. Selain itu, kekhawatiran yang lain juga dapat muncul dari sisi medis. Secara medis, masa subur perempuan akan menurun pada usia 35 dan lebih pesat lagi di usia 40 tahun. Perempuan hanya memiliki kesempatan untuk hamil sebesar 20% di usia 35 tahun dan menurun menjadi 5% di usia 40 tahun. Risiko lainnya seperti kemungkinan anak terlahir dengan kelainan gen tertentu, keguguran, atau meninggal saat lahir juga meningkat seiring dengan bertambahnya usia perempuan (yourfertility.org.au).

Berbagai tuntutan, *judgement*, dan risiko-risiko yang akan didapatkan ketika perempuan belum menikah, yang selanjutnya akan disebut perempuan lajang, di usia yang telah matang dapat memberikan dampak negatif secara psikologis kepada para perempuan lajang. Dampak negatif itu dapat memengaruhi kesejahteraan perempuan secara psikologis atau yang lebih dikenal dengan istilah *Psychological Well-Being*. Menurut Carol D. Ryff (1989), *Psychological Well-Being* (PWB) adalah evaluasi hidup seseorang yang menggambarkan bagaimana cara

seseorang mempersepsi kemampuan dirinya dalam menghadapi tantangan hidup. Ryff menyebutkan bahwa PWB terdiri dari enam dimensi, yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relations with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*), memiliki tujuan hidup (*purpose in life*), serta pertumbuhan pribadi (*personal growth*) (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995, dalam Carr, 2004).

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada delapan orang perempuan lajang berusia di atas 30 tahun, empat dari delapan responden (50%) menyatakan bahwa dirinya telah dapat menerima keadaannya yang masih melajang. Mereka telah cukup puas dengan kehidupan yang saat ini mereka jalani karena masih banyak pencapaian lain yang dapat mereka banggakan seperti pekerjaan, pendidikan, serta keadaan finansial, sehingga mereka tidak terlalu terfokus pada status pernikahan mereka. Empat responden lainnya (50%) menyatakan bahwa mereka masih seringkali terbebani dengan status lajang mereka. Banyak aspek kehidupan yang masih tertinggal jika dibandingkan dengan orang lain, terutama pekerjaan dan keadaan finansial. Terlebih ketika orangtua terus mendorong mereka untuk menikah. Dorongan itu membuat mereka merasa tidak nyaman dan menjadi sering timbul keinginan untuk menikah ketika melihat temannya menikah.

Selanjutnya, empat dari delapan orang responden (50%) merasa status lajangnya tidak menghambat hubungannya dengan orang lain. Mereka dapat mengkomunikasikan alasan mereka melajang kepada orangtuanya dan orang tua mereka dapat menerima, meski tetap ada harapan orangtua bagi anaknya untuk menikah. Tiga dari delapan orang responden (37,5%) merasa bahwa orangtua serta lingkungannya menekan mereka dalam urusan pernikahan. Tekanan tersebut membuat mereka tidak nyaman sehingga cukup berdampak pada hubungan responden dengan orangtua serta teman, yaitu responden menjadi malas meladeni orangtua dan temannya ketika berbicara mengenai pernikahan. Satu orang responden lainnya (12,5%)

menyatakan bahwa ia kesulitan mencari pasangan yang mau menerima keadaan keluarganya, dan hal itulah yang membuat dirinya sulit untuk mendapatkan pasangan. Berdasarkan hasil wawancara ini, dapat dilihat meski mendapatkan tekanan dari lingkungan dalam urusan pernikahan, sebagian perempuan tetap dapat menjalin hubungan yang baik dengan orang-orang di sekitarnya, sedangkan beberapa perempuan lain masih merasa kesulitan dan tertekan oleh lingkungan yang mendorongnya untuk menikah.

Lima dari delapan responden (62,5%) menyatakan bahwa dirinya sudah merasa cukup mandiri meski tidak memiliki pasangan. Mereka mengatakan bahwa justru dengan status lajangnya, mereka merasa lebih mandiri dibandingkan dengan orang lain karena ketika teman lain yang telah menikah banyak menggantungkan diri pada suami, mereka dapat menghidupi dirinya sendiri dan lebih banyak mengandalkan diri sendiri dalam berbagai pengambilan keputusan. Mereka memilih untuk tidak memikirkan apa yang orang lain katakan mengenai status lajang mereka. Tiga responden lainnya (37,5%) menyatakan bahwa dirinya masih sering mengkhawatirkan apa yang orang lain katakan tentang status lajangnya sehingga mereka sering merasa tidak nyaman dengan dirinya sendiri. Mereka seringkali merasa tidak yakin dengan berbagai hal yang dilakukannya karena terlalu memikirkan perkataan orang lain. Dapat dilihat bahwa lebih banyak perempuan lajang yang mengabaikan pandangan orang lain mengenai status lajangnya, sedangkan sebagian kecil perempuan lajang lainnya masih seringkali khawatir akan pandangan orang lain terhadap status lajangnya.

Selanjutnya, enam dari delapan orang responden (75%) menyatakan bahwa ketika mendapat dorongan untuk menikah dari orangtua atau lingkungan, pada awalnya mereka merasa cukup tertekan, namun semakin bertambahnya usia mereka memutuskan untuk menanggapi dengan lebih santai dan tidak ambil pusing dengan ucapan orang lain. Satu dari enam orang responden tersebut (16,7%) selalu mencoba memberikan pengertian pada keluarga mengenai alasannya belum memiliki pasangan dan tetap teguh pada pendiriannya meski

orangtua tidak menyetujui keputusannya. Dua orang dari delapan responden (25%) menyatakan bahwa dorongan dari orangtua dan lingkungan membuatnya merasa cukup khawatir sehingga mereka berusaha cukup keras untuk mencari pasangan disela-sela kegiatan sehari-harinya, seperti ketika berada di *gym*, atau ketika bepergian keluar kota, dll. Lebih banyak perempuan lajang yang dapat mengatur lingkungannya dengan baik dibandingkan perempuan lajang yang kesulitan untuk mengatur lingkungannya.

Satu dari delapan (12,5%) responden menyatakan bahwa dirinya sudah tidak memiliki keinginan untuk menikah karena sudah merasa nyaman dengan keadaannya saat ini. Pernikahan justru akan membuat dirinya harus kembali beradaptasi dengan keadaan baru dan merubah zona nyaman. Tujuh responden lain (87,5%) masih memiliki keinginan untuk menikah meskipun mereka mengakui bahwa semakin bertambahnya usia, semakin banyak informasi yang didapat oleh responden mengenai kehidupan pernikahan dari lingkungan, dan semakin banyak informasi, maka semakin banyak pula pertimbangan untuk menikah. Dua dari tujuh responden tersebut (28,6%) menyatakan bahwa dirinya masih ingin menikah namun semakin ragu karena banyak kehidupan pernikahan orang lain yang berakhir tidak bahagia, sehingga mereka takut mereka akan mengalaminya juga, sedangkan lima dari tujuh responden (71,4%) menyatakan bahwa mereka tetap berharap untuk dapat menikah di masa depan ketika sudah bertemu dengan orang yang dirasa tepat. Berdasarkan hasil wawancara ini, dapat dilihat bahwa sebagian besar perempuan masih memiliki keinginan untuk menikah meski cukup dilanda keraguan.

Enam dari delapan responden (75%) menyatakan bahwa status lajangnya saat ini membuatnya lebih banyak belajar mengenai kesabaran. Mereka mengatakan bahwa mereka mencoba untuk bisa melihat sisi positif dari jalan hidupnya ini. Mereka tetap mencoba mensyukuri apa yang telah mereka dapatkan selama ini karena mereka juga melihat kenyataan bahwa tidak selamanya kehidupan pernikahan itu bahagia. Dua responden lainnya (25%) menyatakan bahwa mereka merasa kehidupannya cukup sepi tanpa kehadiran pasangan, namun

ia tidak bisa berbuat banyak karena merasa kerap kali gagal dalam mencari pasangan. Akhirnya mereka memutuskan untuk menyerahkan diri pada takdir. Sebagian besar perempuan lajang dapat mengambil pelajaran dari status lajang yang dimilikinya, sedangkan sebagian lain lebih merasa hidupnya menjadi stagnan ketika mereka melajang.

Beberapa penelitian yang telah dilakukan di Indonesia maupun di luar Indonesia mengenai hubungan status marital dan *Psychological Well-Being* menunjukkan hasil yang bervariasi. Penelitian yang dilakukan oleh Hewitt et al., (2010, dalam Soulsby dan Bennet, 2015) menyatakan bahwa pasangan yang menikah memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang belum menikah atau telah bercerai. Hasil yang serupa juga dikemukakan oleh Mirowsky dan Ross (2003, dalam Raley dan Woo, 2009). Sebagian penelitian lainnya menunjukkan hasil yang berbeda. BPS Indonesia melakukan penelitian mengenai indeks kebahagiaan warga Indonesia. Penelitian dari BPS memperlihatkan bahwa penduduk dengan status belum pernah menikah memiliki indeks PWB yang lebih tinggi, yaitu 74,93 (dari skala 100), dibandingkan dengan warga yang sudah menikah, yaitu 72,65 (dari skala 100), meskipun perbedaan indeks PWB tidak jauh berbeda.

Berdasarkan fenomena di atas, dapat dilihat bahwa perempuan lajang dengan usia di atas 30 tahun mengalami beberapa tekanan baik dari diri sendiri, orang tua maupun lingkungan yang dapat memengaruhi kondisi kesejahteraan psikologisnya. Ketidaksejahteraan yang dirasakan perempuan lajang akan berdampak pada kehidupan sehari-harinya, seperti timbulnya rasa cemas, kesulitan untuk menerima diri, bahkan terlalu fokus untuk mencari pasangan dan cenderung mengabaikan aspek kehidupan yang lain, dan hal-hal tersebut bukanlah kebiasaan yang baik untuk dilakukan. Perempuan lajang diharapkan untuk memiliki *psychological well-being* yang tinggi dalam kehidupan sehari-harinya agar perempuan dapat memiliki evaluasi hidup yang lebih positif, dapat menerima apapun keadaan dirinya saat ini, serta tidak menganggap penilaian negatif orang lain sebagai sesuatu yang penting karena perempuan

lajang memiliki standar pribadi dalam hidupnya. Ketika perempuan lajang memiliki dimensi *psychological well-being* yang rendah, maka yang terjadi adalah sebaliknya. Perempuan lajang akan memandang dirinya secara negatif dan banyak kekurangan, sulit terbuka pada orang lain, serta mudah tertekan oleh pandangan-pandangan negatif dari orang di sekitarnya. Karena alasan di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* pada perempuan lajang yang berusia di atas 30 tahun di Kota Bandung.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan fenomena di atas, ingin diketahui gambaran *psychological well-being* pada perempuan lajang yang berusia di atas 30 tahun di Kota Bandung.

1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1. Maksud Penelitian

Maksud dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai *psychological well-being* pada perempuan lajang yang berusia di atas 30 tahun di Kota Bandung.

1.3.2. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* pada perempuan lajang berusia di atas 30 tahun di Kota Bandung yang dilihat dari dimensi-dimensinya yaitu *self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life, dan personal growth*.

1.4. Kegunaan Penelitian

1.4.1. Kegunaan Teoretis

- Memberikan tambahan informasi ke dalam bidang ilmu psikologi khususnya di bidang kajian psikologi positif.

- Untuk digunakan sebagai bahan referensi bagi peneliti lain yang tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan *psychological well-being*.

1.4.2. Kegunaan Praktis

- Memberikan gambaran mengenai kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) perempuan lajang yang berusia di atas 30 tahun. Informasi ini diharapkan dapat membantu perempuan lajang untuk dapat mengerti keadaan dirinya sehingga perempuan lajang dapat mengevaluasi dirinya secara lebih baik dan positif.

1.5. Kerangka Pikir

Menikah merupakan salah satu tugas perkembangan yang akan dijalani oleh individu. Di Indonesia, pernikahan antara pria dan wanita diatur dalam undang-undang, yaitu UU RI Nomor 1 tahun 1974 pasal 1 tentang pernikahan, yang menyatakan bahwa pernikahan adalah “Ikatan lahir dan batin antara seorang pria dan perempuan sebagai suami-istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.”

Pernikahan merupakan pola yang umum bagi kehidupan orang dewasa, termasuk perempuan. Sebagian besar perempuan memiliki keinginan untuk menikah dan mendapatkan dorongan dari keluarga maupun lingkungan lain untuk menikah. Menurut Campbell dan kawan-kawan (1963), bagi perempuan, usia 30 merupakan pilihan yang memiliki persimpangan. Hidup perempuan sering diwarnai oleh stres ketika ia mencapai ulang tahunnya yang ke 30, tapi belum juga menikah. Stres ini biasanya mencapai puncak pada usia 30 tahun, kemudian secara bertahap berkurang karena ia mulai menyesuaikan diri dengan gaya hidup yang baru. Banyak perempuan yang belum menikah karena ia mempertimbangkan karir ataupun pendidikan, tapi bukan berarti mereka tidak memiliki hasrat untuk menikah (dalam Hikmah, 2014).

Ketika seorang perempuan belum menikah pada usia di atas 30 tahun, maka tuntutan dari orang tua serta lingkungan yang dirasakan akan dihayati sebagai tekanan, sehingga akan menimbulkan rasa tidak nyaman dalam dirinya. Status lajang akan memengaruhi penerimaan diri perempuan tersebut, terlebih perempuan yang tinggal di budaya kolektif cenderung memiliki penerimaan diri (*self-acceptance*) yang rendah (Ryff, 1995). Keadaan lajang ini dapat memengaruhi kesejahteraan diri perempuan secara psikologis. Dalam psikologi, kesejahteraan psikologis disebut dengan *psychological well-being*. Menurut Carol D. Ryff (1989), *Psychological Well-Being* (PWB) adalah evaluasi hidup seseorang yang menggambarkan bagaimana cara seseorang memersepsi dirinya dalam menghadapi tantangan hidup. PWB terdiri atas enam dimensi, yaitu penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relations with others*), kemandirian (*autonomy*), penguasaan terhadap lingkungan (*environmental mastery*), memiliki tujuan hidup (*purpose in life*), serta pertumbuhan pribadi (*personal growth*) (Ryff, 1989; Ryff & Keyes, 1995)

Dimensi PWB yang pertama adalah *self-acceptance*. *Self-acceptance* bagian penting dari kesejahteraan individu, ditandai dengan perasaan dan pandangan positif seseorang terhadap dirinya sendiri. Perempuan lajang yang berusia di atas 30 tahun yang memiliki *self-acceptance* yang tinggi memiliki pandangan positif terhadap dirinya, menerima dan menghargai berbagai aspek dalam kehidupannya baik aspek positif maupun negatif, serta dapat memandang masa lalunya secara positif. Sebaliknya, perempuan lajang yang berusia di atas 30 tahun yang memiliki *self-acceptance* yang rendah selalu merasa kurang puas dengan dirinya sendiri, seringkali merasa kecewa dengan apa yang telah terjadi pada kehidupan masa lalunya, serta berharap untuk menjadi orang lain yang berbeda dengan dirinya.

Dimensi selanjutnya adalah *positive relations with others*, yaitu kemampuan individu untuk memiliki hubungan yang hangat dan saling percaya dengan orang lain, kemampuan untuk mencintai, memberi afeksi, serta berempati pada orang lain. Seorang perempuan lajang yang

memiliki derajat *positive relations with others* yang tinggi mampu membina hubungan yang hangat dan penuh kepercayaan dengan orang lain. Selain itu, perempuan lajang memiliki kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain, dapat menunjukkan, empati, serta memahami adanya prinsip memberi dan menerima dalam sebuah hubungan antar pribadi. Sebaliknya, perempuan lajang yang memiliki *positive relations with others* yang rendah merupakan seseorang yang tertutup, sulit untuk bersikap hangat dan peduli dengan orang lain, seringkali merasa frustrasi dalam membina hubungan interpersonal, serta tidak berkeinginan untuk membuat komitmen penting dengan orang lain.

Dimensi yang ketiga adalah *autonomy*, yang berkaitan dengan kemandirian individu dalam menjalani kehidupan, memiliki *locus of evaluation* internal, kemampuan untuk menentukan diri (*self-determination*), bebas (*independent*), serta tidak bergantung pada persetujuan orang lain. Perempuan lajang yang memiliki dimensi *autonomy* yang tinggi dapat menentukan segala sesuatu seorang diri dan mandiri. Perempuan lajang mampu mengambil keputusan tanpa tekanan dan campur tangan orang lain. Selain itu dirinya akan memiliki ketahanan dalam menghadapi tekanan sosial, dapat mengatur perilaku dari dalam diri, serta dapat mengevaluasi diri dengan standar personal. Sebaliknya, perempuan lajang yang memiliki *autonomy* yang rendah akan sangat memperhatikan dan mempertimbangkan harapan dan evaluasi dari orang lain, sangat berpegang pada penilaian orang lain untuk membuat keputusan penting, serta bersikap konformis terhadap tekanan sosial.

Dimensi keempat adalah *environmental mastery*, dimana individu memiliki kemampuan untuk mengatur, memilih, dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisinya. Seorang perempuan lajang yang memiliki derajat *environmental mastery* yang tinggi memiliki kemampuan untuk mengatur lingkungannya sesuai dengan kebutuhannya, mampu memanfaatkan segala kesempatan yang ada di lingkungan, serta mampu memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai kebutuhan dan nilai-nilai pribadinya.

Sebaliknya perempuan lajang yang memiliki dimensi *environmental mastery* yang rendah memiliki kesulitan dalam mengatur situasi sehari-hari, merasa tidak mampu untuk mengubah atau meningkatkan kualitas lingkungan sekitar, kurang peka terhadap kesempatan yang datang, dan kurang memiliki kontrol terhadap lingkungannya.

Dimensi selanjutnya adalah *purpose in life*, yaitu individu yang memiliki tujuan dan melihat makna dalam hidupnya, baik kehidupan yang lalu maupun yang akan datang. Individu juga memiliki rasa keterarahan (*sense of directedness*), dan *intentionality*. Seorang perempuan lajang yang memiliki derajat yang tinggi pada dimensi *purpose in life* memiliki tujuan hidup dan keterarahan dalam hidup, memiliki keyakinan yang memberikan tujuan hidup, memiliki tujuan dan target yang ingin dicapai dalam hidup, serta mampu memaknai kehidupannya saat lalu maupun saat ini. Sebaliknya, perempuan lajang yang memiliki *purpose in life* yang rendah kurang memiliki tujuan hidup, kehilangan rasa keterarahan dalam hidup, kehilangan keyakinan dalam hidup, serta tidak melihat makna dari kejadian di masa lalu.

Dimensi terakhir yaitu *personal growth*, dimana individu memiliki keinginan untuk meningkatkan potensi dirinya, untuk terus tumbuh dan berkembang menjadi lebih baik. Seorang perempuan lajang yang memiliki derajat tinggi pada dimensi *personal growth* memiliki kemauan untuk berkembang secara terus-menerus dalam hidupnya, memandang diri sebagai individu yang selalu tumbuh dan berkembang, terbuka akan pengalaman-pengalaman baru, sadar akan potensi yang individu miliki, serta dapat berubah menjadi pribadi yang lebih efektif. Sebaliknya, perempuan lajang yang memiliki dimensi *personal growth* yang rendah seringkali merasakan dirinya mengalami stagnansi, tidak merasakan peningkatan dan pengembangan diri, merasa bosan dan kehilangan minat terhadap hidup, dan merasa tidak mampu untuk menjadi individu yang lebih baik.

Penghayatan perempuan lajang terhadap PWB yang dimilikinya akan berbeda-beda. Perbedaan tersebut dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang memengaruhi PWB, yaitu faktor

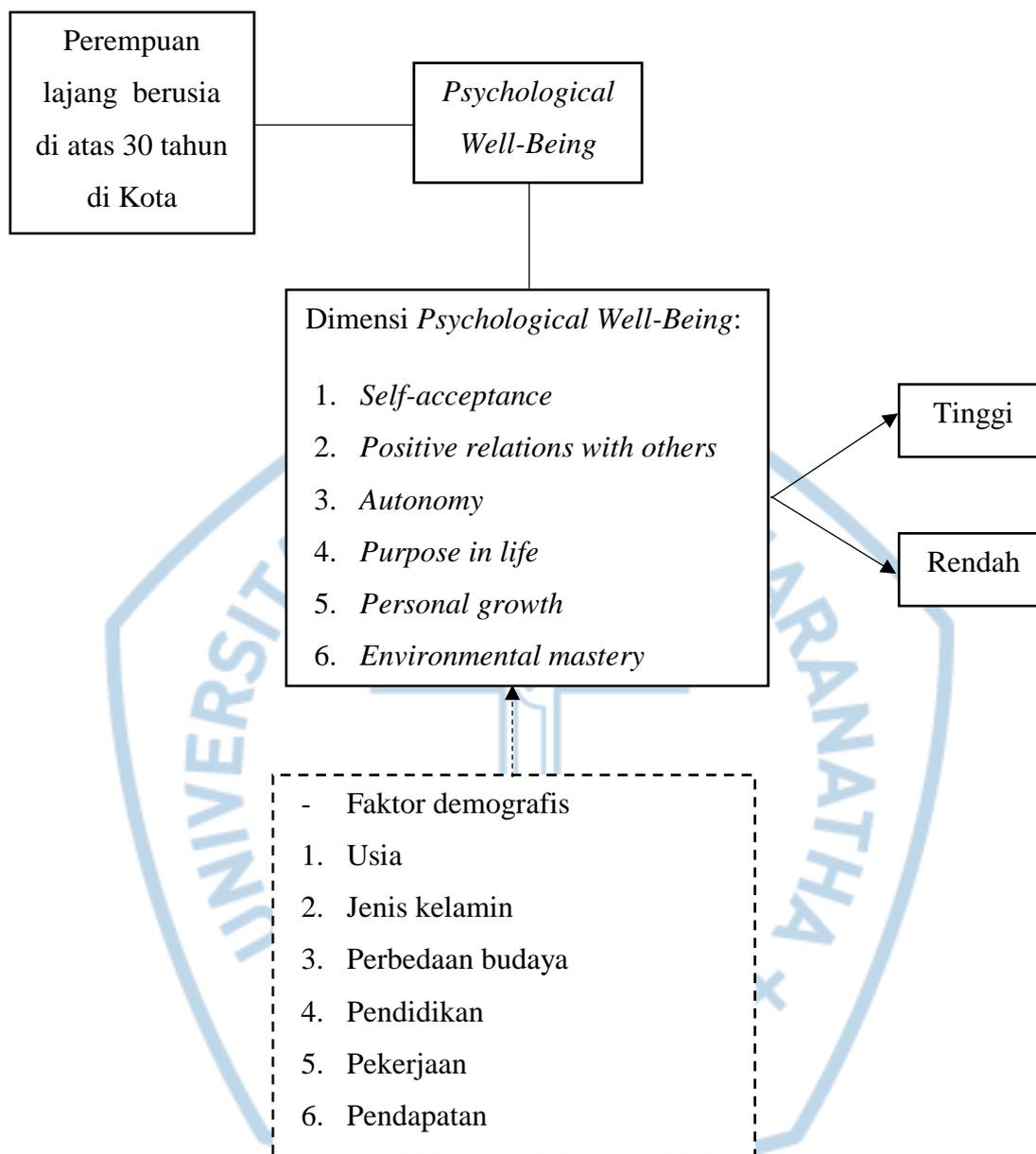
demografis seperti usia, jenis kelamin, perbedaan budaya, pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan (Ryff, 1995). Usia dapat memengaruhi PWB perempuan lajang, semakin bertambah usia perempuan, maka ia akan memiliki *personal growth* dan *purpose in life* yang lebih rendah, karena ketika masih berada di usia muda, perempuan lajang masih memiliki harapan akan masa depan yang cerah serta perempuan seringkali merasakan dirinya membuat progres yang signifikan dalam hidup, dan hal ini menurun ketika perempuan menjelang usia tua, karena perempuan lajang di usia tua cenderung tidak merasakan perkembangan dan seringkali merasa terikat pada masa lalu. Sedangkan, dimensi *environmental mastery* serta *autonomy* perempuan lajang akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia, karena semakin bertambah usia, perempuan lajang akan lebih terbiasa dengan menjalani kehidupannya secara mandiri (Ryff dan Keyes, 1995).

Faktor selanjutnya adalah jenis kelamin, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pinquart dan Sorensen (2001, dalam Wells, 2010), ditemukan bahwa laki-laki memiliki tingkat *psychological well-being* yang sedikit lebih tinggi dibandingkan perempuan. Selain itu, pada penelitian yang sama ditemukan bahwa perempuan memiliki derajat dimensi *positive relations with others* yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini disebabkan karena perempuan memiliki hubungan yang lebih baik dengan lingkungan sosialnya, sedangkan laki-laki lebih terpengaruh oleh lingkungan profesional (Whitbourne dan Powers, 2004, dalam Wells, 2010). Selain jenis kelamin, faktor selanjutnya adalah perbedaan budaya. Ryff (1995) mengatakan bahwa dimensi-dimensi *psychological well-being* yang lebih berfokus pada diri individu seperti *self-acceptance* dan *autonomy* memiliki derajat yang lebih tinggi di kultur barat yang lebih memiliki nilai individual, dibandingkan dengan kultur timur yang lebih memiliki nilai kolektivisme sehingga budaya timur memiliki derajat yang lebih tinggi pada dimensi *positive relations with others*.

Selanjutnya, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan yang tinggi dapat membuat PWB perempuan lajang menjadi tinggi pula, terutama pada dimensi *self-acceptance*, *purpose in life*, dan *personal growth*, dan hal ini terus berkembang seiring dengan bertambahnya usia perempuan (Ryff, 1994). Peningkatan dimensi-dimensi *psychological well-being* seiring dengan meningkatnya tingkat sosioekonomi disebabkan karena ketika perempuan lajang memiliki tingkat sosioekonomi yang tinggi, maka ia akan memiliki sistem kesehatan, pendidikan, serta pekerjaan yang lebih baik yang akan memengaruhi PWB perempuan secara umum.

Berdasarkan uraian di atas, berikut bagan kerangka pikir yang dapat disusun:





Bagan 1.1. Kerangka Pemikiran

1.6. Asumsi Penelitian

Berdasarkan kerangka pikir di atas, maka didapat asumsi sebagai berikut:

1. Perempuan lajang yang berusia di atas 30 tahun di Kota Bandung mendapatkan berbagai tuntutan, *judgement*, serta risiko-risiko ketika dirinya belum menikah.
2. Tuntutan, *judgement*, serta risiko-risiko yang dihadapi perempuan lajang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh perempuan lajang, atau yang bisa disebut dengan *Psychological well-being*.
3. *Psychological well-being* perempuan lajang yang berusia di atas 30 tahun di Kota Bandung dilihat berdasarkan 6 dimensi, yaitu *self-acceptance*, *positive relation with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*.
4. Perempuan berusia di atas 30 tahun yang berstatus lajang di Kota Bandung memiliki derajat dimensi-dimensi *psychological well-being* yang berbeda-beda.
5. Terdapat faktor-faktor yang dapat memengaruhi derajat dimensi-dimensi *psychological well-being* perempuan lajang berusia di atas 30 tahun, yaitu faktor demografis seperti usia, status sosial, pendidikan, status pekerjaan, serta pendapatan.