

WANITA LAJANG DEWASA MADYA : SEBUAH STUDI DENGAN PENDEKATAN *INTERPRETATIVE PHENOMENOLOGICAL ANALYSIS*

Siefra Andrea Natasha, Dinie Ratri Desiningrum

*Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275*

siefraandrs@gmail.com, dn.psiundip@gmail.com

Abstrak

Stigma negatif terus berkembang mengenai wanita lajang di Indonesia. Fenomena ini meningkat selama satu dekade terakhir. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *subjective well-being* pada wanita lajang dewasa madya. *Subjective well-being* dijelaskan sebagai suatu evaluasi positif seseorang mengenai hidupnya secara afektif dan juga kognitif. Sampling purposif digunakan untuk merekrut tiga responden pada penelitian ini dengan menjalankan wawancara semi-terstruktur yang kemudian dianalisis menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Terdapat empat tema induk yang ditemukan: (1). pengalaman terhadap pasangan hidup, (2). hubungan interpersonal, (3). penerimaan diri, dan (4). *coping stress*. Penelitian ini memberikan kesempatan bagi para responden untuk terbuka mengenai hidupnya. Temuan dalam penelitian ini bisa menjadi masukan pada bidang psikologi perkembangan untuk memahami fenomena wanita lajang.

Kata kunci: *Subjective well-being, wanita lajang, dewasa madya*

Abstract

Negative stigma about single women continues to grow in Indonesia. This phenomenon has increased over the one decade. This study aims to determine the described of subjective well-being in adult single women. Subjective well-being is described as a person's positive evaluation of their life. Purposive sampling was used recruit three adult single women. Interviews were conducted semi-structured and then analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis. There are four main themes found: (1). Experience to spouse (2). Interpersonal relationships (3). Self-acceptance, and (4). Coping stres. This study provides an opportunity to respondents to be open their lives. The findings in this study could be an input on the field of developmental psychology to understand the phenomenon of single women.

Keywords: *Subjective well-being; single women; middle adult*

PENDAHULUAN

Fenomena wanita lajang di Indonesia layaknya seperti gunung es, karena masih banyak hal mengenai wanita lajang yang tidak terangkat dan tidak terekspos sedangkan selama satu dekade terakhir telah terjadi banyak perubahan dalam sikap terhadap pernikahan pada perempuan. Kehidupan wanita lajang akhir-akhir ini semakin meningkat, data yang didapat dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2012 menunjukkan jumlah wanita di perkotaan yang belum menikah pada rentang umur 25-44 tahun sebanyak 17,90% sedangkan pada umur 45-59 tahun sebanyak 2,90% lebih banyak dibandingkan dengan pria di perkotaan yang belum menikah pada rentang umur yang sama sebanyak 3,39% dan 0,76%. data perempuan yang belum menikah ternyata meningkat pada tahun 2013 di rentang umur 45-59 tahun sebanyak 0,04% menjadi 2,94% (<http://www.bps.go.id/>).

Keputusan untuk menunda pernikahan tidaklah mudah dihadapi, banyak hal yang melatarbelakangi perempuan untuk menunda pernikahan. Beberapa alasan dikemukakan oleh para ahli mengapa wanita menunda pernikahan, yang pertama bukan karena mereka tidak

menemukan pasangan yang tepat tetapi menjadikan hidup melajang sebagai sebuah pilihan. Kedua, karena beberapa orang masih ingin menikmati masa kebebasan, mengejar karier dan juga melakukan hal yang disukai. Ketiga, faktor sosial yaitu pekerjaan dan pendidikan merupakan alasan mengapa wanita memilih untuk tetap melajang (Wongboonsin, Sukontaman, Pothisiri & Kowantanakul, 2013).

Tahapan perkembangan pada usia dewasa madya bukan lagi memasuki tahapan untuk memilih pasangan hidup dan belajar membina sebuah keluarga. Erikson (dalam Santrock, 2011) menjelaskan bahwa memasuki masa dewasa madya, individu akan menghadapi tugas perkembangan utama, yaitu pilihan hidup menjadi individu yang generatif atau stagnasi. Generativitas merupakan konsep yang luas mencakup kedudukan sebagai orangtua (*parenthood*), dimana individu berusaha untuk menjadi lebih produktif dan kreatif, baik sebagai orangtua, pekerja, suami/istri, dan warga negara.

Secara tradisional wanita diharapkan menikah secepat mungkin, di beberapa budaya termasuk Indonesia wanita yang tidak menikah diatas umur 40 tahun mendapat pandangan negatif dari masyarakat. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Slonim (2015) menunjukkan bahwa *stereotype* seseorang melajang di usia 25 tahun dianggap kurang negatif dibandingkan dengan seseorang yang masih melajang di usia 40 tahun. Keuntungan dari seorang melajang adalah mampu mengambil keputusan mengenai perjalanan hidup, membangun pribadi yang lebih baik untuk mencapai tujuan yang diinginkan, memiliki kebebasan untuk mengambil keputusan secara mandiri dan memiliki kesempatan untuk mencoba hal-hal baru. Dalam upaya memahami hal tersebut, peneliti memilih pendekatan fenomenologis, khususnya *interpretative phenomenological analysis* (IPA). Pemilihan pendekatan ini karena peneliti berharap mendapatkan pemahaman yang mendalam mengenai wanita lajang dewasa madya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan *interpretative phenomenological analysis* (IPA). Pendekatan IPA bertujuan untuk menjelajahi pemaknaan subjek terhadap pengalaman-pengalaman besar dalam kehidupan pribadinya (Smith, Flowers, & Larkin, 2009). Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran *subjective well-being* wanita lajang dewasa madya. Pemilihan partisipan dilakukan dengan cara *purposive sampling*. Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah: wanita berusia 40 tahun atau lebih, belum menikah atau memutuskan untuk tidak menikah, bekerja, dan bersedia menjadi subjek penelitian dengan menandatangani *inform consent*. Berikut tabel demografi partisipan yang bergabung dalam penelitian ini.

Tabel 1. Demografi partisipan

Subjek	Mawar	Melati	Anggrek
Usia	40 tahun	47 tahun	55 tahun
Domisili	Semarang	Semarang	Jakarta
Pekerjaan	Karyawan	Karyawan	Karyawan
Anak ke-	Pertama dari tiga bersaudara	Pertama dari dua bersaudara	Ke empat dari lima bersaudara
Pendidikan terakhir	SMA	S1	S1

HASIL DAN PEMBAHASAN

Langkah-langkah yang dilakukan peneliti dalam pembuatan analisis berdasarkan pendekatan *interpretative phenomenological analysis* (IPA) adalah sebagai berikut: a) membuat transkrip

dari hasil wawancara dan membacanya secara berulang dan menyeluruh, b) memberikan komentar eksploratif, yaitu tanggapan peneliti dari setiap jawaban yang diberikan subjek, c) mencari tema emergen dari setiap subjek. Tema emergen merupakan ringkasan penafsiran peneliti dari komentar eksploratif, d) tema emergen yang telah diperoleh kemudian dipilih dan diseleksi guna mengabaikan tema emergen yang tidak relevan bagi penelitian untuk mendapatkan tema superordinat, e) tema superordinat yang saling berhubungan atau memiliki keterkaitan kemudian disusun menjadi tema induk. Berikut adalah tabel yang merangkum keseluruhan tema induk dan tema superordinat:

Tabel 2. Tema Induk untuk Tema Superordinat

Tema Induk	Tema Super-ordinat
Pengalaman terhadap pasangan hidup	<ul style="list-style-type: none"> • Kondisi memiliki pasangan • Persepsi tentang keluarga
Hubungan Interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> • Kedekatan dengan keluarga • Dukungan teman dekat
Penerimaan diri	<ul style="list-style-type: none"> • Melajang sebagai keputusan pribadi • Proses penerimaan kondisi melajang
<i>Coping stress</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Spiritualitas yang berkembang • <i>Problem solving</i>

Pengalaman terhadap pasangan hidup

Peristiwa kehidupan menunjukkan mengenai hubungannya dengan *subjective well-being*, masing-masing subjek pasti pernah mengalami peristiwa dalam hidupnya, baik peristiwa yang menyenangkan maupun tidak. Peristiwa baik berkaitan dengan adek positif dan peristiwa buruk berkaitan dengan afek negatif. Hal ini terjadi pada subjek mawar, subjek mawar sempat menjalani hubungan dengan lawan jenis dan sudah di kenalkan dengan orangtua. Namun, hubungan tersebut harus berakhir karena subjek mawar merasa sakit hati terhadap perilaku mantan kekasih. Subjek mawar mengalami perasaan sakit hati sebanyak dua kali dan subjek mawar merasa salah dalam memilih pasangan, hal ini lah yang membuat subjek mawar memutuskan untuk melajang terlebih dahulu untuk menghindari kejadian yang membuatnya sakit hati kembali.

Subjek anggrek juga memiliki pengalaman dengan lawan jenis, kejadian tersebut terjadi sewaktu subjek anggrek duduk di bangku sekolah dan juga saat subjek anggrek mulai bekerja. Namun, hubungan tersebut harus selesai di karenakan hubungan yang di jalannya tidak mendapat restu dari orangtua. Orangtua subjek anggrek merasa jika pasangan subjek anggrek tidak sesuai dengan yang di inginkan oleh orangtuanya. Berbeda dengan dua subjek yang mengalami pengalaman pacaran, subjek subjek melati sama sekali tidak menjalankan hubungan dengan lawan jenis dari masa remaja hal itu dikarenakan subjek melati mendapat larangan dari ayah untuk menjalankan hubungan dengan lawan jenis, subjek melati harus berkonsentrasi dengan pendidikannya dan hal tersebut terbawa hingga subjek melati berada di bangku kuliah. Ketika ada lawan jenis yang mendekati subjek melati, subjek merasa jika pria tersebut bukanlah yang terbaik untuknya sehingga ia memilih untuk memberi batasan saja. serta subjek melati merasa jika ia memiliki perjanjian dengan Tuhan ketika akan masuk ke perguruan tinggi. Kedua hal tersebut mempengaruhi subjek melati hingga sekarang.

Dariyo (2004) mengatakan jika peristiwa yang memberikan dampak luka batin seringkali menyebabkan perubahan sikap dan kepribadian seseorang. Pengalaman yang tidak menyenangkan dimasa lalu, memungkinkan seseorang untuk mengambil keputusan yang ekstrem di dalam hidupnya.

Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal merupakan komunikasi tatap muka antardua atau beberapa orang (Aw, 2011). Dalam kehidupan sosial setiap individu akan membangun sebuah relasi dengan yang lain, sehingga akan terjalin sebuah ikatan dalam suatu pola hubungan yang dinamakan hubungan interpersonal (Aw, 2011).

Hubungan interpersonal dapat dilakukan oleh seseorang kepada orang lain dalam berbagai event, hal ini selaras dengan ketiga subjek dimana ketiga subjek merupakan wanita yang memiliki berbagai aktifitas. Subjek melati mengatakan jika ia memiliki hubungan yang baik dengan para tetangga di sekitar rumah nya. Subjek melati mendapatkan perhatian dari lingkungan tempat tinggal dan juga perhatian dari lingkungan gereja. Subjek melati mengatakan jika tidak masalah apabila harus menggantikan jadwal pelayanan di gereja, ia juga mengatakan jika subjek cukup mengenal baik orang-orang di sekitar lingkungan gereja nya. Hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar lah yang membuat subjek melati merasa jika ia memiliki hubungan interpersonal yang baik.

Subjek anggrek memiliki hubungan yang baik dengan rekan dikantor dimana mereka selalu bertukar cerita dan pengalaman. Adanya timbal balik yang dilakukan oleh subjek anggrek dengan rekan-rekan di kantor membuat hubungan mereka berjalan dengan baik. Subjek anggrek juga mengatakan jika ia memiliki hubungan yang baik dengan teman-teman masa sekolah nya dahulu hal ini terbukti dari subjek anggrek yang mengikuti kegiatan reuni yang diadakan oleh rekan-rekan sekolah nya dahulu. Sedangkan subjek mawar, memiliki hubungan yang baik dengan rekan-rekan komunitas nya. Dimana subjek mawar selalu memiliki jadwal untuk pergi beribadah bersama dan subjek mawar merasa ada keterikatan satu dengan yang lain ketika subjek mawar merasa memerlukan bantuan teman-teman komunitasnya membantu subjek begitupun sebaliknya

Salah satu aspek dari *subjective well-being* adalah memiliki hubungan interpersonal yang baik, hubungan interpersonal ini sangatlah dibutuhkan meskipun bukan yang utama. Hal ini dialami oleh ketiga subjek dimana mereka memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar dan dapat bekerja sama dengan orang-orang disekitar subjek. Dukungan sosial yang diterima oleh ketiga subjek dapat membuat mereka merasa tenang, diperhatikan, di cintai, dan timbul rasa percaya diri.

Penerimaan diri

Pengambilan keputusan adalah suatu proses pemilihan terhadap alternatif yang di anggap terbaik oleh individu. Pengambilan keputusan memiliki tujuan dan makna yang berbeda-beda terhadap keputusan yang diambil hal tersebut tergantung kebutuhan masing-masing individu (Sarwono & Meinarno, 2011). Hal ini juga terjadi kepada ketiga subjek, setiap subjek memiliki alasan sendiri mengapa mengambil keputusan melajang. Sepeti subjek mawar perilaku menghindar dari orang yang membuat nya sakit hati dan ke tidak inginan subjek mawar untuk berhubungan lagi dengan sang mantan kekasih membuat subjek mawar memutuskan untuk melajang terlebih dahulu, subjek mawar merasa jika sekarang ia tidak memiliki pasangan adalah keputusan yang tepat dibanding ia harus mengalami sakit hati kembali. Sedangkan pada subjek anggrek, karena

adanya ketidaksetujuan dari orangtua mengenai hubungannya akhirnya subjek memutuskan untuk mengakhiri hubungannya demi menghormati kedua orangtuanya kemudian setelah itu barulah subjek anggrek memutuskan untuk melajang. Subjek anggrek merasa letih ketika harus berhubungan di belakang sang orangtua, hal itulah yang memantapkan subjek anggrek untuk melajang. Berbeda dengan kedua subjek lainnya, keadaan dimana subjek melati tidak pernah menjalankan hubungan dengan lawan jenis dan menyadari usianya sudah memasuki usia dewasa madya membuat subjek melati akhirnya memutuskan untuk melajang dan ia merasa jika umurnya yang sudah memasuki dewasa madya membuatnya enggan untuk memulai berhubungan dengan lawan jenis. Subjek melati juga merasa jika dulu ia mempunyai janji dengan Tuhan menjadi salah satu alasan mengapa ia memutuskan untuk melajang.

Individu yang mampu menerima diri sendiri apa adanya, maka ia pun akan dapat menghargai diri sendiri dengan baik (Dariyo, 2004). Individu dengan penerimaan diri yang positif maka akan memiliki *subjective well-being* yang positif juga. Penerimaan adalah sebuah pengakuan akan fakta, dengan semua pertimbangan yang ditangguhkan. Bukan setuju atau tidak setuju-menerima atau tidak (McKay & Fanning, 2009). Penerimaan diri ialah suatu kemampuan individu untuk dapat melakukan penerimaan terhadap keberadaan diri sendiri (Dariyo, 2004)

Coping stress

Stress dapat juga terjadi karena adanya tekanan hidup dan konflik kebutuhan atau konflik tujuan. Setiap individu bereaksi secara berbeda terhadap stress tergantung berbagai faktor psikologis seperti cara individu memahami peristiwa yang menimbulkan stress tersebut. Stigma masyarakat terhadap wanita yang belum menikah juga menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan (Wang & Abbott, 2013). Hal ini terjadi pada ketiga subjek dimana ada saja pertanyaan dari lingkungan sekitar mengenai status mereka yang masih melajang. Pertanyaan dari orang sekitar dialami oleh subjek melati, para tetangga sering bertanya mengenai status lajang subjek melati dan banyak dari mereka menduga jika subjek melati mengalami patah hati sehingga subjek melati belum memutuskan untuk menikah. Bukan hanya di lingkungan masyarakat namun stigma yang sama juga dirasakan di keluarga, hal ini terjadi pada subjek mawar. Subjek mawar kerap kali ditanya mengenai statusnya yang belum juga menikah oleh keluarga (Om, Tante, atau saudara lainnya).

Taylor (2012) mendefinisikan *coping* sebagai suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola perbedaan persepsi antara tuntutan dan kemampuan dalam situasi yang menekan. *Coping stress* dibagi menjadi dua kelompok besar, yaitu *emotional-focused coping* dan *problem-focused coping*. *Coping stress* yang dilakukan oleh subjek melati dan subjek anggrek adalah *problem-focused coping*, di mana subjek melati dan subjek anggrek lebih senang jika menyelesaikan masalah dengan terlibat aktif dalam menyelesaikan masalah. Mereka akan mencari sumber dari masalah itu dan menyelesaikannya, hal itu dilakukan karena kedua subjek merasa tidak suka jika harus menyimpan masalah terlalu lama dan menjadi urusan yang panjang. Sedangkan strategi coping stress yang dilakukan oleh subjek mawar lebih kepada *emotional focused coping*. *Distraction-coping* merupakan *coping* aktif dengan mengarahkan perhatian kepada situasi lain untuk mengurangi rasa sakit (Taylor, 2012). Selaras dengan kondisi tersebut subjek mawar lebih senang mengalihkan perhatian dari masalah yang dihadapinya. Subjek mawar mengalihkan pikirannya kepada pekerjaannya hal itu dilakukan oleh subjek mawar untuk menghindari perasaan sakit hati yang dirasakan oleh subjek mawar.

Selain dari *problem focused-coping* dan *emotional focused-coping* ketika subjek juga melakukan *Spiritual coping*. *Spiritual coping* berhubungan dengan pengalaman individu dengan yang "suci". Spiritualitas dilihat sebagai usaha pemusatan diri yang dipercaya mampu membuat hidup

lebih berharga. Keyakinan dapat menahan individu dari stress yang dihadapi, merasa dekat dengan Tuhan adalah usaha yang dilakukan oleh ketiga subjek dalam menyikapi keadaan yang terjadi dalam hidup mereka. Hal ini selaras dengan apa yang dilakukan oleh ketiga subjek di mana mereka melakukan kegiatan untuk meningkatkan spiritualitas, seperti berdoa, beribadah ke gereja, dan percaya jika apa yang terjadi dalam hidup mereka merupakan kehendak Tuhan.

KESIMPULAN

Setelah mendapatkan data, peneliti menganalisis hasil wawancara masing-masing partisipan dan menemukan delapan tema superordinat yang kemudian dikategorikan lagi menjadi empat tema besar. Tema yang pertama yaitu fokus pada pengalaman terhadap pasangan hidup. Fokus ini mencakup dua tema superordinat, yaitu (1) kondisi memiliki pasangan, (2) persepsi tentang keluarga. Tema kedua berfokus pada hubungan interpersonal. Fokus ini mencakup dua tema superordinat, yaitu (1) kedekatan dengan keluarga dan (2) dukungan teman dekat. Tema ketiga berfokus pada penerimaan diri, dengan dua tema superordinat. Yaitu (1) melajang sebagai keputusan pribadi, (2) proses penerimaan kondisi melajang. Tema terakhir yaitu *coping stress* memiliki dua tema superordinat, yaitu (1) spiritualitas yang berkembang (2) *problem solving*. Peneliti menemukan bahwa temuan-temuan dalam riset ini dapat memberi sumbangan informasi dalam bidang psikologi perkembangan.

SARAN

1. Bagi para wanita lajang dewasa madya
Para wanita di usia madya di harapkan dapat bersikap terbuka dengan lingkungan sekitar, bersosialisasi dengan orang-orang terdekat, memiliki cara pandang yang positif akan hidupnya. Dengan demikian mampu meningkatkan *subjective well-being* dalam hidupnya.
2. Bagi peneliti selanjutnya
Bagi para peneliti selanjutnya yang tertarik, diharapkan dapat lebih menggali mengenai evaluasi positif dalam kehidupan para wanita melajang.

DAFTAR PUSTAKA

- Aw, S. (2011). *Hubungan interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Dariyo, A. (2004). *Psikologi perkembangan dewasa muda*. Jakarta: Grasindo.
- Diener, E. (2005). Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being. *Guidelines for National Indicators*, 1-6.
<https://www.researchgate.net/publication/23545577>
- Diener, E. (2009). *The science of well-being*. New York: Springer
- Diener, E., & Seligman, M. E. (2004). Beyond money toward economy of well-being. *American Psychological Society*, Number 1. <https://www.researchgate.net/.../226108911>
<https://www.bps.go.id/linkTabelStatis/view/id/1605>
- McKay, M., & Fanning, P. (2009). *Self-esteem. (Second Edition)*. New Herbingen: Publicio
- Santrock, J. W. (2011). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup Jilid 2*. Diterjemahkan oleh: Benedictine Widyasinta. Jakarta: Erlangga.

- Slonim, G., Yaish, N. G., & Kutz, R. (2015). By Choice or By Circumstance? Stereotypes of and feelings about single people. *Studia Psychologica*, 57. DOI: 10.21909/sp.2015.01.672
- Smith, J. A., Flower, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. London: Sage
- Wongboonsin, P., Sukontaman, P., Pothisiri, W., & Kowantanakul, R. (2013). Attitude and Perceptions Towards Marriage and Singlehood Among Thai Women. *Journal of Population Research*, 1-29. www.euacademic.org/UploadArticle/60