

Interpretative Phenomenological Analysis Tentang Pengalaman Wanita

Dewasa Madya yang Masih Melajang

Luthfi Anjar Jati Pratama, Achmad Mujab Masykur

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

luthfianjar@gmail.com; akungpsiundip@yahoo.com

Abstrak

Masyarakat sering menyebut seseorang yang belum menikah dengan sebutan lajang. Melajang merupakan kondisi di mana seorang laki-laki/perempuan belum dan tidak melangsungkan pernikahan. Penelitian kualitatif ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami pengalaman seorang wanita dewasa madya yang masih melajang. Metode analisis yang digunakan adalah *interpretative phenomenological analysis* (IPA). Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan wawancara semi terstruktur. Pemilihan subjek penelitian ditentukan secara *purposive* dan diperoleh 3 wanita dewasa madya yang belum menikah sebagai responden. Terdapat dua tema besar yang ditemukan dalam penelitian ini: (1). Pertimbangan tidak menikah, (2). Problematika hidup tanpa pasangan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa wanita dewasa madya yang masih melajang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, pekerjaan dan tidak memperoleh jodoh. Wanita dewasa madya yang melajang karena merasa belum menemukan jodoh cenderung masih mengharapkan pernikahan ditandai dengan aktif mencari pasangan. Sebaliknya wanita dewasa madya yang belum menikah karena telah memutuskan untuk tidak menikah, dirinya benar-benar menikmati kehidupan melajangnya. Selain itu ditemukan dampak positif dan negatif dari melajang yaitu, dampak positif: seperti merasakan kebebasan, dan tidak adanya tuntutan dalam keluarga, sedangkan dampak negatifnya: merasa malu dan minder.

Kata kunci: wanita, melajang, dewasa madya

Abstrack

People often call someone who is not married yet with "single". Being single is a condition in which a man / woman has not married and does not marry. This qualitative research aims to know and understand the experience of a middle-aged woman who is still single. The analytical method used is *interpretative phenomenological analysis* (IPA). The data collection in this research is conducted by doing semi-structured interviews. The selection of the research subjects is determined purposively and it obtained 3 middle-aged women as respondents. There are two major themes found in this study: (1). Consideration for not getting married, (2). Problematic life without a partner. The result of this study indicates that single adult women are still single is influenced by several factors such as work and not getting a partner. Middle-aged women who are still single because they have not find their partners tends to expect marriage which is characterized by being active in looking for a partner. On the other hand, the middle-aged women who are still single because they have decided not to marry, they really enjoy their life as a single. In addition, it is found that there are positive and negative effects of being single, namely, positive effects: feeling the freedom, and there is no demand in the family, while the negative effects: feeling shy and inferior.

Keywords: women, single, middle-aged

PENDAHULUAN

Fenomena hidup lajang (*single*) telah muncul dalam skala global. Menurut perspektif gender, tuntutan menikah jauh lebih berat pada wanita dewasa dari pada pria. Kecenderungan budaya pada masyarakat Indonesia telah membuat wanita didorong untuk menjadi ibu dan istri dalam sebuah keluarga, agar ia dihargai sebagai anggota masyarakat sepenuhnya. Karena budaya tersebut, setiap keluarga akan tetap menyarankan anak wanitanya untuk menikah (Kumalasari, 2007).

Pada umumnya, wanita dewasa awal yang menunda pernikahan terhalang karena belum menemukan pasangan yang tepat, namun ada juga yang hidup melajang karena merupakan pilihan. Seperti yang diungkapkan oleh Papalia dan Feldman (2009), beberapa orang ingin tetap menikmati kebebasan dalam mengambil risiko, bereksperimen, berkeliling dunia, mengejar karir, melanjutkan pendidikan, atau melakukan pekerjaan kreatif.

Hurlock (2006) menjelaskan, bahwa selama usia 20-an, tujuan dari sebagian besar wanita yang belum menikah adalah pernikahan. Apabila seorang wanita belum juga menikah pada waktu berumur 30 tahun, mereka cenderung mengganti tujuan dan nilai hidupnya ke arah nilai dan tujuan yang baru dan berorientasi pada pekerjaan, karir, dan kesenangan pribadi.

Menurut Eriany (dalam Wulandari, 2016) pernikahan tidak lagi dianggap sebagai gaya hidup yang cocok bagi semua orang, seringkali ditunda, semakin banyak pasangan yang hidup bersama tanpa ikatan pernikahan yang sah dan semakin banyak wanita bekerja dan mempunyai anak bekerja diluar rumah dan ikut mencari nafkah. Dengan melihat fenomena-fenomena diatas maka terlihat bahwa saat ini terdapat beberapa orang yang digolongkan sudah cukup usia namun belum menikah, yang biasanya kita sebut dengan sebutan melajang.

Berdasarkan jajak pendapat yang dilakukan surat kabar Yomuri di Jepang, tujuh dari 10 wanita lajang di Jepang yakin mereka benar-benar bahagia dengan hidup sendiri atau tidak menikah. Jumlah wanita yang kurang berminat menikah ini terus meningkat rata-rata 10 persen dari tahun ke tahun. Apalagi hidup melajang tidak lagi dipandang buruk seperti di jaman dulu (Wulandari, 2016).

Hasil survei yang dilakukan majalah Stern (negara Jerman) ditemukan bahwa lebih dari 80 persen wanita single Jerman benar-benar merasa bahagia tanpa keberadaan suami. Mereka juga mengatakan, hidup sendiri memberikan kebebasan untuk melakukan semua hal yang diinginkan. Sebanyak 1.003 orang wanita yang ditanyai, hanya dua persen yang menyatakan tidak bahagia berstatus single. Sebanyak 36 persen mengatakan akan tetap single karena lebih menyenangkan. Hampir 50 persen wanita itu mengatakan lebih suka single karena membuat rumah mereka akan tetap rapi. Jumlah ini semakin besar prosentasenya seiring dengan perkembangan jaman, dimana menurut data jumlah wanita lajang semakin meningkat sebesar 58 persen pada tahun 2005, dan jumlah ini akan terus mengalami kenaikan sebesar 0,75 persen di tahun-tahun mendatang, menurut Caecilia (dalam Wulandari, 2016).

Hidup melajang terkadang menyenangkan karena tidak ada yang melarang, tidak ada yang cemburu atau bahkan marah tanpa sebab. Namun dalam Tribun Lampung.co.id (Taryono, 2014) menyebutkan beberapa dampak negatif terlalu lama melajang, seperti: (a) kepercayaan diri menurun ketika ada seseorang yang mendekati, (b) standar sosok pasangan idaman menurun, (c) pikiran negatif meningkat yang berpotensi menjauhkan harapan untuk membentuk keluarga di masa mendatang, dan (d) apatis dengan cinta karena pengalaman kurang menyenangkan bisa menimbulkan trauma yang akhirnya membuat menutup diri.

Kompas.com (Krisdiandi, 2018), memberitakan sebanyak satu dari 14 orang berusia 30-39 tahun belum menikah dan dilakukan penelitian oleh Karel Karsten Himawan yang mengungkapkan bahwa kebanyakan lajang di Indonesia mengalami kondisi tertekan. Studi awal yang dilakukan menemukan 9 dari 10 lajang merasakan tekanan dari orangtua, keluarga besar dan teman. Pandangan lainnya memunculkan stigma terhadap lajang perempuan lebih sering mencul daripada laki-laki. Misalnya, sebutan “jomblo” bagi mereka yang melajang.

Berdasarkan hasil penelitian (Wulandari, 2016) ada beberapa faktor yang melatarbelakangi wanita untuk tidak menikah yaitu : (1) terlanjur memikirkan karir dan pekerjaannya, (2) adanya prioritas kehidupan yang lain, informan merasa pernikahan bukan hal yang dapat memberikan kebahagiaan, (3) ingin memiliki kebebasan, (4) perasaan dibutuhkan oleh keluarga dirumah, dan (5) ketakutan akan permasalahan konflik rumah tangga.

Menurut Kumalasari (dalam Putri, 2016) fenomena hidup lajang (single) telah muncul dalam skala global. Dalam perspektif gender, tuntutan menikah jauh lebih berat pada wanita dewasa dari pada pria. Kecenderungan budaya pada masyarakat Indonesia telah membuat wanita didorong untuk menjadi ibu dan istri dalam sebuah keluarga, agar ia dihargai sebagai anggota masyarakat sepenuhnya. Karena budaya tersebut, setiap keluarga akan tetap menyarankan anak wanitanya untuk menikah.

Pada umumnya wanita cukup realis untuk mengetahui bahwa setelah usia mereka lewat empat puluh, kesempatan mereka untuk menikah semakin kecil. Hal tersebut benar dan sering terjadi pada wanita lajang daripada wanita yang telah cerai atau kehilangan suaminya. Menurut laporan penelitian, setelah usia 45 tahun kemungkinan menikah bagi wanita yang belum pernah menikah adalah 9 dari 100 kasus, janda 18 dari 100 kasus, dan wanita cerai karena sebab lainnya 50 dari 100 kasus (Hurlock, 2006). Karena kesadaran tentang kecilnya kemungkinan menikah maka wanita yang belum menikah pada usia madya berusaha menyesuaikan pola hidupnya setempat mungkin dan sering memusatkan perhatian pada pekerjaan. Wanita yang melajang pada usia dewasa madya memiliki masalah yang sama dengan mereka yang menikah, yaitu cenderung untuk mempunyai masalah yang lebih besar dibanding pria.

Menurut Hurlock (2006) terdapat beberapa masalah yang terjadi pada wanita dewasa madya yang melajang yaitu: (a) masalah yang berhubungan dengan pekerjaan, (b) keseimbangan ekonomi, (c) meningkatnya frustrasi, (d) memikul tanggung jawab merawat orangtua yang berusia lanjut, (e) membatasi kegiatan sosial.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian fenomenologi digunakan untuk mencari makna psikologis dari pengalaman individu terhadap suatu kejadian yang dialaminya melalui penelitian mendalam terhadap kehidupan subjek dengan pengambilan data menggunakan wawancara mendalam (*in-depth interview*). Partisipan penelitian berjumlah tiga orang wanita dewasa madya yang masih melajang, yang dipilih secara *purposive*. Analisis data penelitian ini menggunakan teknik *interpretative phenomenological analysis* (IPA) untuk mengetahui perspektif subjek penelitian terhadap peristiwa yang dialaminya (Smith, Flower & Larkin, 2009).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data menggunakan *interpretative phenomenological analysis* (IPA), peneliti menemukan dua tema induk yang menjadi fokus dari pengalaman wanita desawa madya yang masih melajang. Tabel 1 merupakan rangkuman tema induk dan tema superordinat dari ketiga subjek.

Tabel 1.

Tema induk dan tema superordinat

Tema Induk	Tema Superordinat
Pertimbangan tidak menikah	<ul style="list-style-type: none">▪ Prioritas karir▪ Pandangan terhadap pernikahan▪ Kehidupan asmara▪ Hubungan dengan keluarga
Problematika hidup tanpa pasangan	<ul style="list-style-type: none">▪ Konflik diri▪ Respon lingkungan▪ <i>Coping stress</i>▪ Penerimaan diri

Pembahasan pada penelitian ini berfokus pada dua tema, yaitu: (1) pertimbangan tidak menikah, dan (2) problematika hidup tanpa pasangan, yang akan dibahas menggunakan teori-teori psikologi disertai dengan hasil analisis wawancara. Berikut pembahasannya:

Pertimbangan tidak menikah: Karir yang baik merupakan suatu hal yang banyak menjadi dambaan setiap orang baik pria maupun wanita, karena karir dapat menentukan kualitas hidup yang dimiliki seseorang. Huges (dalam Sutanto & Haryoko, 2010) menjelaskan bahwa kesuksesan karir seseorang dilihat dari sikap dan rekasi individu dalam melihat dan menilai pencapaian yang telah diraih. Namun karir sendiri bisa jadi berdampak negatif bagi individu ketika individu lebih memilih untuk mendalami atau menekuni karirnya. Hal yang biasa terjadi ketika individu lebih memilih karirnya adalah melupakan jodoh atau pasangan. Tak jarang orang yang memilih untuk fokus terhadap karirnya memiliki kehidupan percintaan yang terbengkalai. Hal ini terjadi pada Indah, karena tuntutan pekerjaan dan keinginan besar untuk berkarir tinggi akhirnya Indah melanjutkan pendidikan ke tingkat selanjutnya. Serupa dengan Indah, Anggun juga lebih memilih untuk fokus terhadap karirnya. Anggun memilih untuk berkarir karena ingin memiliki penghasilan dari hasil kerja kerasnya sendiri. Anggun pun sempat melakukan penolakan lamaran karena dirinya belum memikirkan pernikahan dan sudah nyaman bekerja pada saat itu. Penelitian Nursalam dan Ibrahim (2016) menemukan hasil bahwa wanita bekerja bukan hanya untuk mengaktualisasikan diri, tetapi karena ingin memperbaiki perekonomian keluarga. Kesibukan dalam bekerja membuat wanita pekerja ini mengesampingkan urusan menikah dan berumah tangga, seperti yang terjadi pada Indah dan Anggun.

Berbeda dengan Indah dan Anggun yang memiliki pekerjaan tetap saat itu, Nana hanya bekerja sebagai penjaga counter pulsa dan penjual pakaian obral di pasar modern yang ada di Palembang. Dalam perjalanan karirnya Nana mengalami hambatan karena ia merupakan individu yang lemah secara fisik dan sering mengalami sakit yang mengakibatkan proses bekerja menjadi tidak baik. Akhirnya nana lebih memilih untuk berhenti dan membuka usaha kecil-kecilan di rumah.

Memasuki usia 20 tahunan, salah satu tujuan wanita adalah pernikahan. Namun ketika wanita tersebut belum menikah hingga usia 30 tahunan, mereka cenderung mengganti tujuan dan

nilai hidupnya yang baru seperti berorientasi pada pekerjaan, kesuksesan dalam karir dan kesenangan pribadi (Nursalam & Ibrahim, 2016). Di usianya yang ke 40 Indah telah memutuskan untuk tidak memiliki pasangan karena Indah merasa di usia tersebut akan sulit mendapatkan laki-laki yang sesuai kriteria. Indah beranggapan lebih baik menjalin hubungan dengan orang yang sama-sama *single* (belum pernah menikah) dari pada harus menjalin hubungan dengan duda karena Indah merasa jika hidup dengan dudadirinya tidak bahagia dan akan menyedal.

Hal tersebut juga dialami oleh Anggun, dirinya belum menikah karena belum siap untuk membangun rumah tangga. Alasan Anggun sendiri tidak siap menikah pada saat itu karena dirinya masih menikmati pekerjaan yang dijalani, namun saat ini Anggun merasa menyesal akibat telah menunda pernikahannya saat itu. Anggun memiliki harapan besar agar dirinya bisa menikah dan hidup bahagia bersama keluarga kecilnya. Hal ini juga terjadi pada Nana dimana saat itu Nana menolak lamaran pasangan karena masih duduk di bangku sekolah sehingga belum kesiapan memikirkan pernikahan. Setelah dirinya merasa siap untuk menikah Nana pun harus menunda keinginannya karena ketidakpastian hubungan yang dijalaninya. Nana memiliki harapan besar akan pernikahan. Menurutnya, pernikahan merupakan hal yang banyak orang inginkan karena menikah sama dengan melaksanakan perintah agama, menjadi tujuan hidup seseorang dan bisa memiliki keluarga sendiri.

Kehidupan asmara yang dilalui Indah sangat panjang, dirinya mulai mengenal pacaran pada saat usia remaja. Indah merupakan tipe wanita yang tidak terlalu peduli dengan pasangan dimana Indah membebaskan pasangan melakukan apapun. Hubungan Indah dengan mantan berjalan baik meskipun sudah tidak bersama lagi, banyak mantan Indah yang sudah berkeluarga sering menghubungi Indah namun Indah tidak pernah merespon karena tidak ingin merusak rumah tangga orang lain dan sebisa mungkin berusaha menghindari berhubungan dengan mantan pasangannya. Indah merupakan individu yang selektif dalam mencari pasangan hidup, karakteristik pria menurut Indah yaitu, baik, tidak memiliki banyak tuntutan, tidak pencemburu, pengertian. Kehidupan percintaan Indah tidak berjalan baik karena selalu kandas oleh ego yang dimilikinya. Menurut Matlin (2008) kebanyakan wanita lajang belum menikah karena belum menemukan pasangan yang ideal.

Tidak berbeda jauh dengan Indah, Anggun dan Nana juga mengalami hal yang sama, kehidupan percintaan mereka berdua tidak berjalan mulus. Awalnya Anggun menjalani hubungan jarak jauh dengan seorang pria yang ada di Palembang, hubungan ini berakhir akibat Anggun menolak lamaran/ajakan pasangannya untuk menikah. Anggun menolak lamaran tersebut karena Anggun belum memikirkan tentang pernikahan. Setelah berakhirnya hubungan Anggun dan pasangan tersebut Anggun kembali menjalin hubungan dengan seorang mahasiswa yang ada di lingkungan dekat tempat dia bekerja. Dirinya bisa mengenal mahasiswa tersebut karena tinggal pada satu lingkungan yang sama. Hubungan Anggun tidak berjalan lama, hubungannya berakhir karena Anggun merasa pasangannya belum bisa untuk mandiri karena masih menjadi tanggungan orang tua.

Kebanyakan wanita yang tidak menikah tidak pernah memutuskan tidak akan menikah sampai seiring berjalannya waktu mereka menjalani kehidupan dengan sikap ambivalensi, yaitu siap menikah jika bertemu dengan pasangan yang tepat dan siap tidak menikah jika tidak bertemu dengan pasangan yang tepat (*temporary involuntary-stable involuntary*). Sebagian wanita tidak menikah berusaha aktif mencari karena keinginannya untuk menikah (*temporary voluntary*), seperti Anggun yang aktif mencari pasangan di sosial media. Namun juga ada yang ingin menikah tapi tidak aktif berusaha mencari karena kesibukan rutinitas kerja (*temporary involuntary*), seperti pada Nana yang masih memiliki keinginan untuk menikah dengan harapan pasangan datang tanpa usaha mencari. Selanjutnya ada juga wanita

yang sudah menetapkan untuk hidup sendiri tanpa pasangan atau melajang di usia 40 tahunan (*stable voluntary*), seperti pada Indah yang telah memutuskan tidak menikah karena telah memasuki usia 50 tahun (Nanik & Hendriani, 2016).

Anggun sempat merasakan kekecewaan terhadap kehidupan percintaannya, namun Anggun tetap berusaha, berdoa, dan berikhtiar dengan apa yang terjadi pada dirinya. Beberapa kali menjalin hubungan dan kembali gagal, saat ini Anggun sedang menjalin kedekatan kembali dengan seorang pria namun belum sampai pada tahap yang lebih serius karena jarak dan waktu perkenalan yang singkat. Hal tersebut dirasakan juga oleh Nana, kehidupan percintaannya dimulai saat usianya masih remaja, keberjalanan hubungan Nana selalu kandas tanpa sebab. Saat ini Nana sedang menjalin hubungan dengan seorang pria dan berusaha untuk memahami pasangan agar hubungannya berjalan dengan baik.

Keluarga sangatlah penting untuk perkembangan kepribadian seseorang, karena keluarga merupakan lingkungan pertama bagi seseorang untuk mengenal orang-orang di sekitarnya sebelum berafiliasi ke masyarakat secara luas (Kertamuda, 2009). Keluarga sebagai tempat penting bagi setiap individu yang berada didalamnya. Secara emosional, dukungan keluarga menjadi kebutuhan bagi setiap anggotanya. Hal tersebut dikarenakan keluarga menjadi tempat untuk individu mendapatkan kenyamanan, cinta, dan dukungan emosional. Indah, Anggun, dan Nana memiliki komunikasi dengan keluarga yang baik. Indah sangat sering menghabiskan waktu luangnya bersama keluarga, setiap seminggu sekali Indah berusaha untuk berkumpul dengan keluarganya dan melakukan kunjungan kerumah orang tuanya.

Sedangkan Anggun hanya memiliki waktu berkumpul saat momen-momen tertentu, seperti halnya pada saat hari raya idul fitri karena kesibukan yang dimiliki saudaranya, namun komunikasi yang terjadi di dalam keluarga Anggun tetap harmonis dan berlangsung baik. Anggun saat ini tinggal bersama kakaknya, dengan status Anggun yang melajang saat ini dia tidak merasakan kesepian karena keluarga selalu ada untuk dirinya hal ini juga dirasakan oleh Indah dan Nana. Hubungan dalam lingkungan keluarga tidak selamanya berjalan baik terkadang ada permasalahan-permasalahan yang sering terjadi di dalamnya, meskipun permasalahan yang terjadi tidak memberikan pengaruh yang berarti.

Meaning dan Brown (dalam Lamanna & Riedmann, 2009) menyebutkan bahwa kehidupan pernikahan dapat membuat individu mendapatkan dukungan sosial, seperti berkumpul dengan keluarga besar dan anak-anak. Hasil dari penelitian ini dapat diketahui bahwa kondisi hidup sebagai lajang bukan berarti tidak mendapatkan dukungan sosial, ketiga subjek masih memperoleh dukungan sosial terutama dari keluarga inti (orangtua, saudara kandung, dan keponakan) juga dukungan dari teman yang membantu dalam penyelesaian masalah.

Adanya dukungan dari keluarga membuat ketiga subjek tidak merasa kesepian karena mereka masih tinggal bersama keluarganya. Dukungan sosial dari keluarga dan teman dapat memberikan perasaan berarti dan mengatasi kesepian (Nanik & Hendriani, 2016). Menurut Rouse (2006) sumber rasa keintiman pada wanita lajang diperoleh dari hubungan pertemanan yang dapat memberikan kasih sayang, komitmen dan kontinuitas hubungan. Seperti subjek Indah yang sering menghabiskan waktu bersama teman sebagai tempat mengatasi permasalahan.

Problematika hidup tanpa pasangan: Kehidupan manusia tidak terlepas dari permasalahan baik dengan diri sendiri maupun orang lain, konflik dengan diri sendiri sering terjadi akibat dari tidak terpecahnya permasalahan yang ada, hal ini terjadi pada Anggun dimana Anggun merasa menyesal akibat dari keputusan yang telah diambil olehnya. Keputusan yang diambil yaitu menolak lamaran menikah pada saat usia produktif dan lebih memilih untuk berkarir,

hal ini menjadi beban pikiran untuk Anggun karena kebanyakan teman seusianya sudah hidup berkeluarga. Hal tersebut juga dialami oleh Nana dimana dirinya merasa malu akibat dari status melajang yang dijalani saat ini, Nana juga merasa tidak percaya diri jika ingin berkenalan dengan seorang pria. Ralph Keyes (dalam Sutanto & Haryoko, 2010) menyebutkan bahwa sebagian wanita yang berstatus lajang akan menemui beberapa kesulitan dalam menemui orang lain dan dengan siapa mereka bersosialisasi. Seperti pada Nana yang merasa minder karena belum menikah dan lebih menjaga jarak dengan lingkungan sekitar tempat tinggalnya.

Nana merasa tidak adanya teman senasib sepenanggungan yang bisa dijadikan tempat berbagi cerita. Nana sering melamun, mengkhayal, dan berpikir mengenai kehidupan selanjutnya mau gimana. Nana juga harus bisa menahan beban pikiran akibat dari status dirinya yang melajang karena ia harus membagi pikirannya ke orangtuanya. Berbeda dengan Anggun dan Nana, Indah tidak merasa memiliki masalah dengan kondisi dirinya yang melajang, karena hal ini sudah menjadi keputusan yang di ambil oleh Indah. Namun mereka bertiga merasakan dampak positif dari melajang, mereka bebas melakukan apapun dan pergi kemanapun yang mereka inginkan tanpa adanya larangan dari orang lain. Matlin (2008) mengungkapkan bahwa dengan status lajang seorang wanita akan memiliki kebebasan, memiliki privasi dan hak pribadi sepenuhnya, memudahkan individu dalam mengejar dan mencapai tujuan karir tanpa harus ada kompromi dengan orang lain, dan lebih memungkinkan individu membina atau menjalani berbagai macam hubungan interpersonal (pertemanan) serta memperluas pergaulan.

Kehidupan melajang bagi perempuan seringkali mendapatkan respon negatif dari lingkungan, mereka seringkali mendapatkan *labelling* sebagai perawan tua. Perawan tua merupakan wanita yang sudah cukup usia untuk melangsungkan pernikahan namun belum menikah. Hasil penelitian Tandiono dan Sudagijono (2016) menyebutkan bahwa terdapat tantangan pada kehidupan wanita lajang yaitu salah satunya adalah pertanyaan orang lain mengenai status lajangnya. Seorang wanita di Indonesia yang belum menikah sering kali dipersepsikan sebagai perawan tua yang tidak mendapatkan pasangan karena tidak menarik, cacat atau tidak kompeten, seorang lajang yang tidak menginginkan pasangan karena berpendidikan tinggi, ambisius, berpikiran dan menetapkan tidak menikah, pribadi aktif dan berkarir (Situmorang, dalam Nanik & Hendriani, 2016).

Hasil dari penelitian yang dilakukan peneliti mengenai dewasa madya yang tidak menikah didapatkan bahwa respon lingkungan dari ketiga responden yang telah diwawancarai memiliki respon yang baik meskipun pada subjek Indah sering dijadikan bahan bercandaan. Berbeda dengan Indah yang menjadi bahan bercandaan akibat statusnya yang melajang, Nana lebih memilih untuk menjaga jarak dengan lingkungan karena merasa minder dan malu dengan kondisi dirinya yang belum menikah saat ini. Seperti yang dijelaskan Matlin (dalam Sutanto & Haryoko, 2010) status melajang dapat menimbulkan perasaan *out-group* karena berada di lingkungan yang mayoritas orangnya adalah orang-orang yang sudah menikah.

Kertamuda (2009) menyatakan bahwa setiap orang diharapkan dapat melakukan sosialisasi di lingkungan agar dapat memperoleh kehidupan yang baik di masyarakat dan meningkatkan kerukunan rumah tangga. Seperti Anggun yang sangat aktif dalam mengikuti kegiatan di masyarakat dimana Anggun sering mengikuti kerja bakti yang dilakukan setiap satu minggu sekali di lingkungannya.

Status melajang pada wanita seringkali menjadi beban pikiran bagi individu yang mengalaminya dimana beban tersebut seringkali membuat kualitas hidup seseorang menjadi tidak baik, namun seseorang memiliki cara tersendiri untuk menanggulangi atau menyelesaikan hal yang menjadi beban pikirannya. Santrock (2010) mendefinisikan stres

sebagai respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang dapat memicu stres (*stressor*), yang mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk mengatasinya (*coping*). *Coping stres* merupakan usaha yang dilakukan individu untuk menanggulangi/mengatasi stres (NSC, 2003). Seperti halnya Indah, dia lebih senang menghabiskan waktu bersama teman-temannya saat sedang mengalami kesedihan dan Indah merupakan wanita yang memiliki banyak teman pria. Berbeda dengan Indah, Anggun saat sedang bersedih lebih memilih untuk berikhtiar, berdoa dan mengerjakan sholat agar semua masalah yang dihadapinya dapat segera berlalu. Begitu pula dengan Nana memiliki perbedaan cara dalam mengatasi permasalahannya, Nana lebih memilih untuk bercerita kepada teman, menyendiri, menangis di kamar dan berkunjung kerumah saudara.

Melajang merupakan keputusan yang di ambil oleh seseorang, dalam mengambil keputusan seseorang telah mempertimbangkan apa yang akan terjadi di kemudian hari sehingga tidak adanya penyesalan atas keputusan yang dipilih. Pengambilan keputusan memiliki tujuan dan makna sesuai dengan kebutuhan (Sarwono & Meinarno 2014). Seperti halnya yang terjadi pada Indah dimana dirinya telah memilih untuk melajang karena dirinya merasa nyaman dengan kehidupannya yang sekarang dan tidak ingin menjalain hubungan dengan seorang duda. Indah merasa jika masih ingin memutuskan untuk menikah di usianya saat ini dirinya tidak akan mendapatkan pria sesuai apa yang diinginkan.

Berbeda dengan Indah yang telah memutuskan untuk tidak menikah, Anggun dan Nana masih mengharapkan pernikahan namun terkendala oleh belum menemukan pasangan yang sesuai. Anggun dan Nana sempat melakukan penolakan terhadap lamaran yang pernah dilakukan oleh pasangannya, mereka menolak karena memiliki alasan masing-masing seperti halnya Anggun menolak karena masih menikmati pekerjaannya sedangkan Nana menolak karena dirinya masih duduk di bangku sekolah.

Situmorang (dalam Nanik & Hendriani, 2016) menyebutkan bahwa hidup melajang identik dengan ketidakbahagiaan atau membosankan, namun beberapa wanita lajang menunjukkan bahwa tidak menikah juga dapat membuat hidup mereka bahagia selamanya. Terutama ketika mereka dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar, termasuk keluarga dan teman.

Melajang memiliki pengaruh terhadap penerimaan diri seseorang, penerimaan diri yang baik ditandai dengan kemampuan seseorang dalam menerima kelebihan dan kekurangan serta mampu bersikap positif terhadap diri sendiri dan kehidupannya. Sebaliknya jika seseorang tidak mampu menerima kondisi dirinya akan mengakibatkan perasaan tidak puas, merasa kecewa terhadap pengalaman masa lalu, dan tidak percaya diri (Papalia dkk, 2008). Hal ini sesuai dengan apa yang dialami ke 3 subjek, dimana Indah sebagai individu yang telah memutuskan untuk melajang mampu menerima kondisi dirinya. Penelitian Davis dkk (dalam Kurniasari & Leonardi, 2013) menunjukkan hasil bahwa wanita yang telah berusia lebih dari 35 tahun cenderung puas dengan hidup melajang dan tidak mengekspresikan kebingungan serta ketidakpuasan seperti halnya wanita lajang usia 20 tahunan dan 30 tahunan. Hal tersebut dikarenakan mereka telah melewati masa transisi dan melakukan penyesuaian untuk hidup melajang.

Indah memiliki penerimaan diri baik, dirinya merasa nyaman dengan kondisi yang dijalani saat ini, tidak merasakan beban dalam menjalani kehidupan, memiliki kehidupan yang bahagia dan tidak merasa tersinggung ketika status melajangnya sering dijadikan bahan bercandaan oleh teman-temannya. Sebaliknya Anggun dan Nana memiliki penerimaan diri yang tidak baik dimana mereka merasakan beban dengan status melajang yang mereka jalani.

Anggun merasakan penyesalan terhadap apa yang dijalannya saat ini, penyesalan ini diakibatkan keputusan yang telah di ambil. Namun, Anggun tetap mensyukuri dan menikmati

kehidupan yang dijalannya serta menyerahkan segala sesuatu yang akan terjadi kepada tuhan. Begitu pula dengan nana, dirinya merasa malu, minder dengan kondisi dirinya yang melajang akan tetapi Nana tetap tawakal terhadap apa yang sudah menjadi takdir dirinya, berusaha menerima keadaan dirinya dan menjalani sisa kehidupan dengan bahagia.

KESIMPULAN

Karir menjadi salah satu faktor yang menyebabkan subjek sampai usia dewasa madya masih melajang. Selain itu, kegagalan dalam menjalin hubungan menjadi faktor yang mempengaruhi subjek sampai saat ini belum menikah. Dari ketiga subjek hanya Indah yang telah memutuskan untuk tidak menikah, dan kedua lainnya masih menginginkan untuk menikah namun belum menemukan pasangan yang sesuai. Sedangkan Anggun dan Nana mereka masih menginginkan menikah namun mereka berdua memiliki perbedaan sikap, dimana Anggun masih aktif dalam mencari pasangan sedangkan Nana hanya menunggu pasangan datang. Saat ini Anggun dan Nana sedang menjalin hubungan namun hubungan mereka tidak memiliki kejelasan apakah akan menikah atau tidak.

Ketidakjelasan hubungan yang dijalani oleh Anggun dan Nana mengakibatkan terjadinya konflik diri. Kedua subjek merasa menyesal, terbebani dengan status melajang saat ini seperti: merasa tidak nyaman, malu dan tidak percaya diri atau minder. Indah tidak begituterlihat mengalami konflik diri mengenai status melajangnya karena Indah telah menerima kondisi hidup tanpa pasangan dan Indah telah mempertimbangkan resiko akibat keputusan yang telah diambil olehnya. Konflik diri tersebut mempengaruhi kualitas kehidupan seseorang, namun setiap orang memiliki caranya sendiri dalam menyelesaikan konflik yang ada. Ada yang berkunjung kerumah saudara, bermain bersama teman, menangis, jalan-jalan, dan mendekati diri kepada tuhan.

Konflik diri mempengaruhi penerimaan diri seseorang ketika konflik diri telah terselesaikan maka penerimaan diri seseorang juga akan baik. Ketiga subjek memiliki penerimaan positif terhadap diri mereka masing-masing, mereka selalu bersyukur atas apa yang telah ditakdirkan oleh tuhan untuk mereka, tidak merasa terbebani dengan kehidupan yang melajang, menjalani dan menikmati kehidupan yang ada.

Ketika seseorang tidak menikah, keluarga memiliki peran penting dimana keluarga mampu membantu menyelesaikan konflik yang terjadi. Dukungan keluarga sangat penting demi kehidupan yang lebih baik untuk ketiga subjek, komunikasi yang baik dengan keluarga akan membuat mereka tidak merasa kesepian. Kehidupan melajang juga memberikan dampak positif pada keempat subjek, yaitu mereka bebas melakukan hal yang diinginkan, lebih banyak waktu dengan keluarga dan teman, serta bebas menggunakan penghasilan yang mereka miliki.

DAFTAR PUSTAKA

- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5thed.). Jakarta: Erlangga
- Kertamuda, E. F. (2009). *Konseling pernikahan untuk keluarga Indonesia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Kumalasari, D. (2007). *Single professional women* sebagai fenomena gaya hidup baru di masyarakat Yogyakarta: Studi kasus kabupaten Sleman. *Ejournal Pendidikan Sejarah FISE UNY* [online]. Diakses pada tanggal 20 Maret 2016 dari

- <http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/penelitian/Dr.%20Dyah%20Kumalasari,%20M.Pd./SINGLE%20PROFESSIONAL%20WOMEN%20SEBAGAI%20FENOMENA%20GAYA%20HIDUP%20BARU%20DI%20MASYARAKAT%20YOGYAKARTA.pdf>.
- Krisiandi. (2018, 18 Februari). Lajang di Indonesia dianggap hadapi tekanan sosial. *Kompas.com*. Diakses dari <https://sains.kompas.com/read/2018/02/18/174448623/lajang-indonesia-dianggap-masalah-dan-hadapi-tekanan-sosial>
- Kurniasari, K., & Leonardi, T. (2013). Kualitas perempuan lanjut usia yang melajang. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, vol. 2, no. 3, hal. 152-159.
- Lamanna, M. A., & Riedmann, A. (2009). *Marriages and families* (10th ed). Belmont: Thomson Wadsworth.
- Matlin, M. W. (2008). *The psychology of women* (6th ed). Belmont: Thomson Wadsworth.
- Nanik. & Hendriani, W. (2016). Studi kajian literatur: Wanita tidak menikah di berbagai negara. *Seminar Asean 2nd Psychology & Humanity*, hal 304-311.
- National Safety Council. (2003). *Manajemen stres*. Jakarta: EGC.
- Nursalam. & Ibrahim, M. (2016). Fenomena sosial pilihan hidup tidak menikah wanita karier. *Jurnal Equilibrium*, vol. 2, no. 1, hal. 67-76.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human development: Psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Santrock, J.W. (2010). *Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W., & Meinarno, E. A. (2014). *Psikologi sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Smith, J.A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis theory, method, and research*. London: Sage Publications.
- Sutanto, P., & Haryoko, F. (2010). Gambaran konsep diri pada wanita berkarier sukses yang belum menikah. *Jurnal Insani*, vol. 12, no. 1, hal. 11-20.
- Tandiono, I. M., & Sudagijono, J. S. (2016). Gambaran *subjective well-being* pada wanita usia dewasa madya yang hidup melajang. *Jurnal Experientia*, vol. 4, no. 2, hal. 49-64.
- Taryono. (2014, 21 Agustus). Empat gejala buruk akibat terlalu lama melajang. *Tribun Lampung.co.id*. Diakses dari <http://lampung.tribunnews.com/2014/08/21/empat-gejala-buruk-akibat-terlalu-lama-melajang>
- Wulandari, (2016). Fenomena sosial pilihan hidup tidak menikah wanita karir. *Jurnal Equilibrium FKIP Unismuh Makasar*, vol II, no.1