

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pada hakikatnya setiap individu pasti ingin memiliki kehidupan yang penuh dengan kebahagiaan. Dalam mencapai kebahagiaan, masing-masing individu memiliki caranya sendiri. Makna kebahagiaan akan berbeda pada tiap individu, tidak jarang kebahagiaan dimaknai sebagai rasa bersyukur. Perasaan syukur ini muncul sebagai reaksi proses pendewasaan pada diri (Rahmawati, Herani, & Akhrani, 2013).

Tidak semua individu bisa melalui proses pendewasaan diri dengan baik meskipun telah mencapai usia dewasa. Dewasa diartikan sebagai individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya (Hurlock dalam A. F. Putri, 2018). Masa dewasa dibagi menjadi tiga bagian yaitu masa dewasa awal, dewasa madya, dan dewasa lanjut atau usia lanjut. Dimulai pada usia 18 tahun hingga 40 tahun, masa dewasa awal diartikan sebagai periode penyesuaian diri pada pola kehidupan dan harapan sosial yang baru (A. F. Putri, 2018).

Menurut Mappiare (dalam A. F. Putri, 2018), orang dewasa awal merupakan transisi baik secara fisik, intelektual, peran sosial, maupun psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif. Seringkali transisi atau penyesuaian diri dari masa remaja ke masa dewasa awal dirasa cukup sulit karena adanya tanggung jawab dan peran-peran baru yang dengan cepat bertambah. Selain bertambahnya tanggung

jawab dan peran baru, pada masa dewasa awal ini mulai berlaku hubungan yang lebih intim. Pria dewasa awal akan mulai bekerja dan membentuk karier, sedangkan wanita dewasa awal diharapkan mulai menerima tanggung jawab sebagai ibu dan pengurus rumah tangga (Hurlock dalam Syahputri, 2019).

Hurlock (dalam A. F. Putri, 2018) mengatakan, salah satu tugas perkembangan yang dimiliki individu dewasa awal adalah belajar hidup bersama suami/istri dan mengelola rumah tangga atau yang biasa disebut dengan menikah. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia yang dilansir dari kbbi.web.id yang diakses pada Januari 2022, menikah merupakan melakukan ikatan perkawinan yang dilakukan sesuai dengan ketentuan hukum dan ajaran agama. Usia minimal pernikahan menurut UU No. 16 Tahun 2019 yaitu usia 19 tahun baik untuk pria maupun wanita.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (2020) dalam buku Statistik Pemuda Indonesia 2020, dari total 64,50 juta jiwa dengan jumlah pria 32,75 juta dan wanita 31,75 juta, persentase pria sebesar 28,13% telah melakukan pernikahan, sebesar 71,04% belum melakukan pernikahan dan sebesar 0,82% cerai hidup/cerai mati. Sedangkan persentase wanita telah melakukan pernikahan sebesar 49,90%, belum melakukan pernikahan sebesar 48,24%, dan cerai hidup/cerai mati sebesar 1,86%. Hal ini menunjukkan bahwa wanita cenderung lebih cepat melakukan pernikahan dibandingkan dengan pria. Meskipun begitu, jumlah pria dan wanita yang belum menikah setiap tahunnya mengalami peningkatan. Badan Pusat Statistik (2020) menyatakan dewasa yang belum menikah meningkat dari 58,24% pada tahun 2018 menjadi 59,17% pada tahun 2019 hingga 59,82% pada tahun 2020. Hal ini

menunjukkan adanya pergeseran prioritas terkait pernikahan pada individu dewasa awal.

Pergeseran prioritas terkait pernikahan pada individu dewasa awal meliputi beberapa faktor, seperti yang diungkapkan dalam penelitian Wulandari (dalam Pratama & Masykur, 2018) faktor yang melatarbelakangi perempuan dewasa awal belum menikah yaitu ingin memiliki kebebasan, fokus pada karir dan pekerjaan, perasaan dibutuhkan oleh keluarga, hingga ketakutan atas konflik rumah tangga. Selaras dengan hal tersebut, Badan Pusat Statistik (dalam Atmaja, 2020) pada tahun 2019 mengemukakan bahwa perempuan berusia 25-44 tahun di Indonesia yang belum menikah sebesar 16,98%, yang mana menunjukkan adanya peningkatan dari data pada tahun 2013 (dalam F. Putri, 2018) yaitu sebesar 10,83%.

Di negara berkembang seperti Indonesia, perempuan dituntut untuk lebih cepat menikah dibandingkan laki-laki dengan alasan meringankan beban ekonomi orang tua (Marshan dalam Badan Pusat Statistik, 2020). Terhindar dari stigma dan label negatif yang diberikan lingkungan sekitar juga menjadi salah satu alasan orang tua menuntut anaknya untuk segera menikah (Noviana dalam Miranda & Amna, 2016). Menurut Goffman (dalam Septiana & Syafiq, 2013) stigma didefinisikan sebagai semua bentuk kualitas bersifat fisik, sosial, atau personal yang dimiliki oleh sekelompok orang dilabeli dengan identitas yang mendiskreditkan dan inferior. Stigma negatif telah melekat pada perempuan dewasa yang belum menikah tanpa memandang dari kalangan mana perempuan tersebut berada. Disebutkan dalam penelitian Kumalasari (dalam Septiana & Syafiq, 2013) terhadap 10 *single professional women* dengan berbagai macam profesi, masyarakat cenderung

memandang mereka sebagai perempuan yang belum menikah, bukan sebagai perempuan dengan profesi tertentu. Masyarakat, teman dekat, hingga keluarga lebih sering menyarankan untuk segera mencari pasangan daripada memberi dukungan pada pekerjaan mereka saat ini.

Perempuan dewasa yang belum menikah seringkali dianggap aneh oleh lingkungan sekitar, bahkan mereka saat ini sudah menjadi sebuah kategori sosial yang negatif atau dianggap “tidak normal” karena akan cenderung dibandingkan dengan perempuan yang sudah menikah dimana lebih dipandang “normal” (Septiana & Syafiq, 2013). Stigma negatif yang beredar tidak lepas dari masyarakat Indonesia yang masih berpegang kuat dengan norma dan budaya. Triratnawati (dalam Widyaningsih, 2016) mengatakan bahwa salah satu syarat “dadi wong” menurut kelompok tua budaya Jawa adalah perkawinan dan seseorang yang telah berkeluarga menunjukkan bahwa orang tersebut telah genap hidupnya. Selain itu, terdapat pula mitos yang dijelaskan oleh Subiantoro (dalam Widyaningsih, 2016) yaitu terdapat kepercayaan perempuan yang belum menikah hingga usia 30 tidak akan pernah mendapat pasangan sehingga mereka disebut sebagai “perawan tua”. Tidak hanya di Jawa, dilansir dari konde.co yang diakses pada Januari 2022 disebutkan bahwa angka pernikahan dini di Lombok tergolong tinggi karena budaya dan adat setempat yang mengharuskan anak perempuan menikah pada usia 12-16 tahun sehingga stigma perawan tua melekat pada mereka yang belum menikah. Selaras dengan artikel yang dilansir dari health.detik.com yang diakses pada Januari 2022, disebutkan bahwa perempuan berusia 20 tahun di Kalimantan Selatan sudah dianggap perawan tua

disebabkan oleh hal yang sama yaitu tingginya angka pernikahan dini karena pengaruh budaya dan adat setempat.

Banyaknya stigma dan label negatif yang melekat membuat perempuan dewasa awal yang belum menikah ini malu, sehingga menyebabkan mereka kurang dalam hal bersosialisasi dan menyesuaikan diri di lingkungan sekitar. Dikatakan dalam penelitian milik Himawan (dalam Pratama & Masykur, 2018) menemukan 9 dari 10 lajang di Indonesia merasakan tekanan dari lingkungan sekitar yaitu orangtua, keluarga, hingga teman dekat. Tuntutan, tekanan, serta stigma dari lingkungan sekitar dapat mengakibatkan emosi negatif dan perasaan tidak puas akan hidup pada perempuan dewasa awal yang belum menikah. Emosi negatif dan perasaan tidak puas dalam hidup ini menyebabkan mereka memiliki *subjective well-being* yang rendah. Disebutkan oleh Eddington & Shuman (2005), individu yang menikah memiliki *subjective well-being* yang tinggi dibandingkan dengan yang belum atau tidak menikah karena mereka memiliki dukungan sosial, emosional, dan dukungan ekonomi yang lebih tinggi.

Peneliti melakukan wawancara langsung di Kota Semarang pada tanggal 3 September 2021 dengan dua subjek untuk mengetahui *subjective well-being* perempuan dewasa yang belum menikah. Subjek pertama berinisial NS berusia 30 tahun yang saat ini sedang bekerja di sebuah perusahaan di Semarang. NS mengungkapkan bahwa ia belum menikah karena ia fokus pada karir dan pendidikan S2 yang sedang ditempuh. “Sebenarnya melajang di usia segini sedih sih, khawatir juga kalo ga dapet jodoh yang bener” ungkap NS. “Ortu sering nanyain kapan mau cari pacar, biar bisa cepet nikah, walaupun mereka paham sih sama kerjaanku jadi

mereka ga maksa, cuma sekedar nanya aja. Tapi tetep aja itu bikin kepikiran, stress lah berasa dituntut buat cepet nikah kan” sambungnya. NS menjelaskan “hidupku nih cukup lah dibilang bahagia, aku bisa ngejar pendidikanku, masih kerja juga dapat penghasilan sendiri, tapi di sisi lain aku ngerasa khawatir sih kalo ga nikah-nikah, jadi kalo dibilang puas sama hidup ya belum”. Selanjutnya ia bercerita “aku ga bergaul sama tetangga, males denger omongan-omongan jelek kaya perawan tua lah, beban keluarga lah, padahal kan aku kerja hahaha”. NS berkata “butuhnya didukung aja soal kerjaan sama pendidikan, biar ga terlalu pusing mikirin nikah-nikah terus. Yang penting *disupport* didoain biar cepet ketemu jodoh yang bener”.

Subjek kedua berinisial DH berusia 26 tahun yang juga bekerja di Semarang. DH mengungkapkan “liat temen-temen udah mulai pada nikah, satu-satu pada punya anak, lumayan *pressure* ya sis”. Seringkali ketika ‘nongkrong’, temannya membawa anak serta suaminya sehingga DH merasa tidak nyaman ketika pembicaraan sudah mulai mengarah ke pernikahan “sering banget dijadiin bercandaan gara-gara belum nikah. Ya aku cuma ketawa-tawa aja dengerinnya, padahal dalem hati marah bangeet, stress diejek terus”. DH menjelaskan “soal kerjaan aku puas, belum ada *plan* pindah kantor karena udah nyaman, soal asmara jelas belum puas, udah lama gapunya pacar jadi bingung mau cari cowo dimana, takut bikin orang tua kecewa kalo ga buru-buru nikah. Jadi kalo ditanya puas secara *general* gimana ya, puas ga puas sih”. DS berkata “pengennya dibantuin cari pacar lah sama temen-temen daripada diejekin terus, kali aja kalo dikenalin sama yang cocok boleh tuh”.

Berdasarkan wawancara singkat yang dilakukan dengan kedua subjek tersebut menunjukkan bahwa kedua subjek mengalami emosi negatif yang berasal

dari lingkungan sekitarnya. Kedua subjek juga menilai kehidupannya secara keseluruhan belum memuaskan. Emosi negatif yang lebih dominan seperti sedih dan khawatir yang dirasakan oleh NS lalu cemas dan stres yang dirasakan DH, serta penilaian kehidupan secara keseluruhan yang belum memuaskan menandakan bahwa kedua subjek memiliki *subjective well-being* yang rendah. Selaras dengan ungkapan dari Diener, Suh, dan Oishi (dalam Pangesti, 2020), individu yang memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah ialah individu yang merasa tidak puas dengan hidupnya, memiliki sedikit kegembiraan, dan memiliki emosi negatif yang dominan seperti kecemasan atau kemarahan. Selain itu, kedua subjek menunjukkan adanya keinginan untuk memiliki dukungan sosial yang baik. Dijelaskan dalam Mami & Suharnan (2015), dukungan sosial dibutuhkan individu agar mereka dapat menerima keadaan dirinya, juga lingkungan sekitar individu mampu dan dapat berkomunikasi dengan baik.

Subjective well-being atau kesejahteraan subjektif merupakan evaluasi yang dilakukan oleh individu terhadap kehidupan yang dijalannya. Disebutkan oleh Vandenbos (dalam Pangesti, 2020), evaluasi yang dilakukan individu terhadap kehidupannya didasarkan pada dinamika emosi yang ada dalam diri. *Subjective well-being* mengacu pada evaluasi kehidupan yang dilakukan secara kognitif yaitu kepuasan menyeluruh terhadap hidup dan secara afektif yaitu perasaan emosional positif seperti kebahagiaan dan negatif seperti kesedihan dan kemarahan (Diener dalam Miranda & Amna, 2016). Ciri dari *subjective well-being* tinggi yang dialami individu yaitu ditandai dengan tingginya afek positif, rendahnya afek negatif, dan perasaan puas akan hidup (Diener, Lucas, & Oishi dalam Larasati, 2020). Sebaliknya,

individu dengan *subjective well-being* rendah cenderung tidak puas akan hidupnya dan lebih sering merasakan afek negatif atau emosi tidak menyenangkan.

Faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* menurut Fitriyanur, Situmorang, & Tentama (2018) yaitu pendapatan, religiusitas, kebersyukuran, kepribadian, dan dukungan sosial. Dukungan sosial adalah perasaan nyaman, perhatian, penghargaan hingga bantuan yang diterima dari orang lain (Sarafino dalam Tarigan, 2018). Dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber seperti keluarga, teman, pasangan, hingga komunitas (Sarafino dan Smith dalam Pangesti, 2020). Adanya dukungan sosial bagi individu memperkecil pengaruh tekanan atau stres yang dialami (Orford dalam Tarigan, 2018).

Dukungan sosial memiliki korelasi langsung yang signifikan dengan *subjective well-being* (Guo dkk. dalam Pangesti, 2020). Cutrona (dalam Maulina, 2014) mengatakan bahwa seorang yang memperoleh dukungan sosial menunjukkan *well-being* yang lebih baik dibandingkan dengan seorang yang kurang memperoleh dukungan sosial. Sejalan dengan pernyataan tersebut, individu dewasa awal yang belum menikah memiliki *subjective well-being* yang rendah dikarenakan adanya tuntutan dari orangtua untuk segera menikah (Noviana dalam Miranda & Amna, 2016). Tuntutan yang berasal dari lingkungan terdekatnya menandakan rendahnya dukungan sosial yang mereka miliki. Padahal, adanya dukungan sosial dari lingkungan terdekat dapat memperkuat mereka dalam menghadapi kehidupan hingga menerima nasihat-nasihat positif yang dapat membantu menghadapi masalah (Tarigan, 2018). Hal-hal yang didapatkan ketika memiliki dukungan sosial yang baik akan membantu meningkatkan *subjective well-being* mereka.

Perempuan dewasa awal yang belum menikah memiliki *subjective well-being* yang lebih rendah dibandingkan dengan perempuan dewasa yang sudah menikah (Miranda & Amna, 2016). Meskipun begitu, Diener (dalam Miranda & Amna, 2016) menjelaskan bahwa individu dewasa awal yang belum menikah seharusnya memiliki *subjective well-being* yang tinggi jika individu tersebut memiliki dukungan sosial yang baik, optimis dalam menjalani hidup, serta memiliki pendidikan dan penghasilan yang baik. Selaras dengan hal tersebut, Eddington & Shuman (2005) menjelaskan bahwa evaluasi positif terhadap setiap permasalahan dan optimisnya individu yang belum menikah dalam menjalani hidup secara tidak langsung dapat meningkatkan *subjective well-being* mereka.

Pertiwi (2011) menyatakan perempuan berusia 26-28 tahun menunjukkan perasaan mulai cemas dan khawatir karena belum menikah, usia 29 tahun semakin resah, dan usia 30 tahun mulai merasa tenang setelah merasakan khawatir selama proses menunggu bertemu pasangan, selanjutnya usia 31-35 tahun mereka mulai merasa santai hingga pasrah pada keadaan. Hal ini yang selanjutnya akan menjadi pertimbangan peneliti menggunakan kriteria perempuan dewasa awal yang belum menikah dengan rentang usia 25-30 tahun.

Penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Tarigan (2018) tentang hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja yang memiliki orang tua tunggal menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada remaja yang memiliki orang tua tunggal. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi pula *subjective well-being* remaja yang memiliki orang tua tunggal. Disebutkan dalam

penelitian tersebut bahwa dukungan sosial berkontribusi sebesar 33,3% dalam mempengaruhi *subjective well-being* remaja yang memiliki orang tua tunggal, yang berarti *subjective well-being* dipengaruhi oleh faktor-faktor lain sebesar 66,7%.

Penelitian yang dilakukan oleh Miranda & Amna (2016) menyatakan terdapat perbedaan *subjective well-being* pada individu yang menikah dan belum menikah, dimana individu yang menikah memiliki *subjective well-being* yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang belum menikah.

Melihat pentingnya dukungan sosial dalam peningkatan *subjective well-being* dan rendahnya *subjective well-being* perempuan dewasa awal yang belum menikah, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being*. Penelitian ini memfokuskan pada hubungan dukungan sosial dengan *subjective well-being* yang dimiliki oleh perempuan dewasa awal yang belum menikah yang akan diteliti menggunakan skala dari peneliti. Penelitian dengan judul “Hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada perempuan dewasa awal yang belum menikah” ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada perempuan dewasa awal yang belum menikah.

1.2. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *subjective well-being* pada perempuan dewasa awal yang belum menikah.

1.3. Manfaat Penelitian

1.3.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan secara faktual mengenai hubungan dukungan sosial terhadap *subjective well-being* dan bermanfaat dalam pengembangan bidang ilmu Psikologi Positif.

1.3.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi serta gambaran dukungan sosial dan *subjective well-being* yang dimiliki perempuan dewasa awal yang belum menikah.

