

***SUBJECTIVE WELL BEING PADA WANITA  
SINGLE USIA MADYA***

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Universitas Medan Area**

**Disusun Oleh :**

**YULI SUPRAPTY  
NIM 12.860.0133**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
2016**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

-----  
© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang  
-----

Document Accepted 30/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
  2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
  3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
- Access From (repository.uma.ac.id)30/8/24

JUDUL KARYA TULIS : *SUBJECTIVE WELL BEING PADA WANITA  
SINGLE USIA MADYA*

NAMA MAHASISWA : YULI SUPRAPTY

NIM : 12.860.0133

BAGIAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

**Menyetujui  
Komisi Pembimbing**

**Pembimbing I**

**RahmiLubis, S.Psi, M.Psi**

**Pembimbing II**

**Laili Alfita S.Psi, MM, M.Psi**

**Mengetahui**

**Kepala Bagian**

**Laili Alfita S.Psi, MM, M.Psi**

**Dekan Psikologi**

**Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd**

**Tanggal Sidang Meja Hijau**

*31 oktober 2016*

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 30/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN MOTTO .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian .....	7
C. Signifikansi dan keunikan penelitian .....	7
D. Tujuan Penelitian.....	9
E. Manfaat Penelitian.....	9
1. Manfaat Teoritis .....	9
2. Manfaat Praktis .....	9
<b>BAB II PERSPEKTIF TEORITIS .....</b>	<b>10</b>
A. Usia Madya.....	10
1. Pengertian Wanita Single Usia Madya.....	11
2. Karatkeristik Usia Madya.....	11
3. Tugas-tugas Perkembangan Usia Madya .....	15
B. Wanita <i>Single</i> .....	17
1. Pengertian Wanita <i>Single</i> .....	17
2. Alasan wanita <i>single</i> tidak melakukan pernikahan .....	18
3. Dampak psikologis wanita <i>single</i> tidak menikah .....	20
C. Subjective <i>well being</i> .....	22
1. Pengertian <i>subjective well being</i> .....	22
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>subjective well being</i> .....	24
3. Komponen <i>subjective well being</i> .....	27
4. Karakteristik Subjective <i>well being</i> .....	29
5. Konsep <i>subjective well being</i> .....	30
6. Subjective <i>well being</i> wanita <i>single</i> usia madya .....	31
D. Paradigma penelitian .....	33



<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
A. Tipe penelitian .....	34
B. Unit Analisis.....	34
C. Responden penelitian.....	35
D. Pengumpulan data .....	36
1. Wawancara .....	36
2. Observasi .....	41
E. Alat bantu pengumpulan data.....	46
F. Prosedur penelitian .....	48
G. Metode analisis data .....	51
H. Kredibilitas .....	53
<b>BAB IV PEMBAHASAN.....</b>	<b>54</b>
A. Identitas .....	54
1. Responden I (TT) .....	57
2. Responden II (WK) .....	75
3. Responden III (N).....	95
B. Analisis Antarpersonal .....	111
C. Pembahasan .....	126
<b>BAB V KESIMPULAN SARAN.....</b>	<b>136</b>
A. Simpulan .....	136
B. Saran .....	137
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>139</b>

***SUBJECTIVE WELL BEING PADA WANITA SINGLE USIA MADYA***  
**YULI SUPRAPTY**  
**12.860.0133**

**ABSTRAK**

Menjadi wanita *single* merupakan pilihan bagi hidup seseorang, berbagai alasan dan latar belakang yang berbeda membuat seseorang tetap mempertahankan hidupnya menjadi wanita *single*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *SWB* pada wanita *single* usia madya. jenis pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan fenomenologis. Responden penelitian ini terhadap tiga orang wanita usia madya yang tidak menikah yang tinggal di Medan. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga responden *SWB* memiliki karakteristik (Myers, 1994) yang mempengaruhi *SWB*, yaitu Menghargai diri sendiri, optimis, terbuka, dan mampu mengendalikan diri. Sehingga dapat dilihat dari responden I, II, III bahwa tetap menghargai dirinya sendiri. Dari karakteristik *subjective well being* ketiga responden juga tidak memenuhi karakteristik secara menyeluruh. Dilihat dari komponen *Subjective well being* yaitu afek positif, afek negatif dan kepuasan hidup, ketiga responden juga memiliki afek positif dan afek negatif, tetapi dilihat dari kepuasan hidup yang mereka rasakan, mereka merasa tidak puas dengan hidup mereka seperti yang dilihat dari responden I alami bahwa dirinya masih sakit hati dengan orang yang berada di sekitarnya saat dirinya dikatai sebagai perawan tua. Responden II juga menganggap dirinya belum merasa puas dengan hidupnya, karena responden masih memiliki penyakit kangker payudara yang dideritanya. Responden III juga menghindari lingkungan sosialnya karena merasa malu dengan statusnya tidak menikah. Hal ini menggambarkan bahwa dirinya merasa tidak puas dalam hidupnya. Sehingga ketiga responden tidak memiliki *subjective well being* karena ketiga responden tidak memiliki kepuasan hidupnya secara keseluruhan. Hal ini tidak memenuhi karakteristik *SWB* dan komponen *SWB* sehingga ketiga responden tidak *subjective well being* karena tidak memenuhi karakteristik dan komponen *subjective well being*.

**Kata Kunci :*Subjective Well Being, wanita Single,Usia Madya***



## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Menikah adalah satu-satunya cara untuk kontinuitas kehidupan manusia dan pemakmuran dunia, kalau bukan karenanya, spesies manusia akan punah. Pernikahan juga merupakan motivator utama bagi manusia untuk bekerja dan bereproduksi. Pernikahan juga merupakan persenyawaan antara cinta dan kasih sayang, perpaduan emosional yang tidak sama, serta pelepasan dan keinginan yang berbeda. Pernikahan sangat diinginkan setiap orang baik laki-laki maupun perempuan dan ketika seseorang menginginkan sebuah pernikahan maka setiap laki-laki dan perempuan tersebut berusaha secara fisik dan psikologis untuk mencapai sebuah tujuan yang dia inginkan.

Secara fisik seseorang matang dalam perkembangannya untuk mendapatkan keturunan dan memuaskan kebutuhan seksual dan secara psikologis seseorang juga harus matang dalam mengontrol emosi agar saling memahami dalam menghadapi permasalahan rumah tangga setelah menikah. Sebuah pernikahan harus berlandaskan keinginan dan kesiapan dalam diri agar terjalin nilai-nilai cinta kasih sayang yang ikhlas tanpa pamrih antar anggota keluarga. Pernikahan juga membentuk keluarga dan membebaskan diri dari kebingungan serta kehancuran hidup.

Menurut Hawari (1997), perkawinan atau pernikahan adalah suatu ikatan antara pria dan wanita sebagai suami dan istri berdasarkan hukum (undang-undang), dan hukum adat istiadat yang berlaku. Diciptakan pria dan wanita antara

keduanya saling memilikiketertarik dan kemudian menikah, proses ini mempunyai dua aspek biologis agar manusia berketurunan, dan aspek afeksional agar manusia merasa tenang dan tentram berdasarkan kasih sayang (*secuarity feeling*). Perkawinan menurut arti hukum ialah hubungan seksual tetapi menurut arti majazi (*mathaporic*) atau arti hukum ialah akad (perjanjian) yang menjadikan halal hubungan seksual sebagai suami istri antar seorang pria dengan seorang wanita.

Setiap individu yang sudah memasuki masa dewasa harus menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya sesuai dengan usianya, dalam perkembangan orang dewasa yang sudah memiliki umur yang matang dan memiliki kesiapan untuk menikah memilih untuk mencari dan menemukan calon pasangan hidup. Masyarakat masih belum siap menerima status atau gaya hidup melajang (Gordon, 2003). Sejak usia dini anak-anak perempuan didorong untuk berfikir bahwa hidup sebagai wanita dewasa adalah hidup dalam wadah pernikahan dan menjadi seorang ibu. Lewin (dalam Gordon,2003) menunjukkan bahwa dalam masyarakat tidak ada model perkembangan mengakomodasi menjadi matang dan lanjut usia dalam kondisi melajang atau petunjuk untuk hidup lajang.

Kaum wanita menyadari bahwa seberapa jauh daya tariknya terhadap kaum pria bergantung pada penampilan fisik mereka. Daya tarik yang dimiliki pada setiap individu baik laki-laki maupun perempuan adalah salah satu pengikat yang kuat untuk mendekatkan seseorang dalam menjalin hubungan. Saat wanita mempertahankan dirinya untuk melajang seiring berjalannya waktu banyak tugas-



tugas perkembangan yang dilewati membuat wanita merasa kebingungan untuk menyelesaikan tugas selanjutnya.

Menurut Mafriana(1999), sejak pertengahan tahun 1990-an, kecenderungan wanita Indonesia untuk menikah di atas usia 30 tahun semakin besar, alasannya beragam, ada yang ingin mengejar karier, belum menemukan pasangan yang cocok bahkan ada yang mengalami trauma. Berbagai alasan yang membuat seorang wanita memilih untuk sendiri membuat wanita mempertahankan untuk tetap hidup tanpa pasangan. Menurut Erikson (dalam Pradipta, 2015) jika seseorang gagal mengembangkan relasi intim dimasa dewasa awal, maka kemungkinan ia akan mengalami isolasi serta mengakibatkan individu akan mencari letak kesalahannya yang sering kali mengarah pada depresi dan sikap tidak mempercayai orang lain.

Ketika wanita memasuki usia madya dan menjadi wanita usia madya, bagi yang sudah menikah hal-hal yang dilakukan ketika wanita sudah menikah dan menjalani usia madya adalah mengurus suami dan mengasuh anak serta menjadi ibu bagi anak-anak mereka, menyesuaikan pekerjaan dengan keluarga bagi wanita yang bekerja dan mengurus rumah bagi wanita yang tidak bekerja, tetapi pada kenyataannya bagi kaum wanita usia madya yang tidak menikah mereka tidak melakukan hal-hal ini karena mereka hidup sendiri. Penelitian yang dilakukan oleh Tantri (2013) ketika wanita madya tidak menikah mereka ingin tetap mencari pasangan yang sempurna untuk hidup dan ingin melakukan pernikahan karena ingin merasakan hal yang sama dengan rekan yang sudah menikah dan memiliki



anak. Wanita lajang ini ingin mendapatkan kasih sayang sama seperti rekan mereka yang memiliki anak.

Perubahan fisik yang dialami wanita usia madya sudah banyak terlihat seperti kerutan wajah dan mengalami menopause. Kondisi dimana para wanita *single* usia madya mengalami perubahan-perubahan fisik yang mereka terima kini membuat wanita *single* semakin tidak percaya diri sehingga dengan perubahan fisik yang mereka alami mendukung mereka untuk tidak melakukan pernikahan karena mereka menganggap bahwa wanita *single* tidak lagi layak untuk melakukan pernikahan disebabkan dengan berubahnya penampilan fisik. Ketika wanita *single* menikah mereka tidak lagi bisa diharapkan oleh pasangan mereka karena mereka sudah memasuki masa menopause atau bahkan sudah menopause, karena dalam tujuan pernikahan terdapat unsur keintiman, pertemanan, persahabatan, kasih sayang, pemenuhan hasrat seksual dan menjadi lebih matang (Papalia Olds & Fedman, 1998). Hal ini yang mendorong wanita *single* untuk tetap mempertahankan kesendiriannya dalam kondisi yang mereka alami.

“Saya uda gak mau nikah lagi, karena saya jugak uda usia 55 tahun mana bisa lagi kalau menikah punya anak, mana ada lagi yang mau nikah sama saya dengan usia yang sudah setua ini, uda gak bisa diharapkan. Maaf lo ya apalagi masalah kebutuhan seksual, laki-lakikan kalau usia kayak saya ada yang masih bisa kalau saya yang uda menopause mana bisa lagi setahu saya, saya juga gak mau nikah, lebih enak lagi sendiri, lebih banyak waktu sendiri dan kalau kemana-mana gak ada yang ganggu jadi bisa kemana aja”.

(Komunikasi personal 3 November 2015).

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 30/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)30/8/24

Adanya perubahan yang terjadi kepada wanita madya yang belum menikah menggambarkan mereka untuk tetap bertahan dengan keadaan yang mereka pertahankan saat ini memilih untuk tidak menikah dan tidak memikirkan pernikahan. Wanita yang tidak menikah juga mengungkapkan bahwa mereka sudah tidak layak untuk memenuhi kebutuhan seksual pada pasangan mereka karena mereka sudah memasuki masa menopause dan mereka lebih menikmati hidup sendiri tanpa menikah lebih memiliki banyak waktu dengan hal-hal yang ingin mereka kerjakan sendiri tanpa harus bersama orang lain, dan tidak adapenghalang ketika ingin melakukan sesuatu yang diinginkan. Mereka bisa melakukan hal apapun yang mereka inginkan dan berbagai hal yang bisa membuat mereka bahagia dengan kesendirian mereka tanpa ada yang melarang mereka.

“ Dorongan seksual dalam diri saya ada, pada saat saya masih muda dulu tapi saya gak sampek mau melakukan hubungan seksual, saya istigfar ingat allah terus sampek sekarang, dan saya berfikir seksualitas itu kan bukan hanya aktifitas seks saja tapi bentuk kasih sayang dan perhatian dari orang sekeliling jugak kek gini buat saya tenang.

(Komunikasi personal 12 Desember 2015).

Wanita *single* mengalami dorongan-dorongan seksual. dorongan itu dapat di kontrol dengan mengingat sang pencipta agar tidak menimbulkan hal-hal yang negatif dalam dirinya. Wanita *single* berfikir bahwa seksual bukan hanya aktivitas seksual tetapi dukungan dari orang sekeliling yang membuat dirinya merasa lebih tenang.



Hal yang dialami dan dirasakan oleh wanita *single* tentu memiliki hal yang berbeda dalam hidupnya, ada juga sebagian wanita *single* merasa kesepian dan tertekan masalah jodoh, sensitif ketika ditanya kapan menikah, tidak bersosialisasi dengan lingkungan sekitar tempat tinggal, bahkan wanita *single* merasa tidak nyaman dengan kesendirian mereka karena mereka melihat rekan-rekan mereka yang memiliki pasangan, rasa ingin memiliki dan hal yang dilakukan bersama pasangan membuat hati mereka ingin merasakan hal yang sama. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Septiana (2013) menyimpulkan bahwa mereka merasakan tertekan saat menghadiri reuni bersama teman-teman mereka dan ketika mereka menghadiri resepsi pernikahan mereka mendapatkan pertanyaan yang mengganggu mereka dan membuat mereka tidak nyaman. Sehingga septiana memberikan saran kepada responden untuk memiliki pertahanan yang kuat dalam diri untuk tetap menerima takdir yang diberikan tuhan kepada mereka sehingga mereka merasa lebih ringan untuk menjalani hidup melajang dan bahagia tanpa memiliki pasangan.

Menurut Baron (2004), kebahagiaan dianggap sebagai sebuah penilaian secara keseluruhan tentang kualitas hidup yang sesuai dengan kriteria yang dipilih sendiri oleh individu, sehingga pilihan untuk menikah atau tidak menikah sama-sama memberikan keuntungan, tergantung pada nilai apa yang ingin dicapai oleh individu (Craig, dalam Suryani 2007).

Kebahagiaan adalah perasaan puas dengan apa yang dimiliki dan apa yang dilakukan termasuk sikap dalam menghadapi hidup. Wanita yang memiliki

UNIVERSITAS MEDAN AREA  
 Kepeuasan terhadap dirinya, mampu mengaplikasikan dirinya secara positif kepada



masyarakat luar dan memiliki kualitas hidup dan penilaian hidup yang positif adalah termasuk kepada kepuasan hidup. Setiorini (dalam Tantri, 2013) menyatakan bahwa kondisi status lajang pada seseorang berhubungan dengan kepuasan hidup atau *subjective well being*-nya. Wanita yang berpandangan positif terhadap status lajangnya mempunyai kemampuan untuk menerima diri apa adanya, mampu mengembangkan dan mewujudkan untuk menerima apa adanya, mampu mengembangkan dan mewujudkan potensi-potensi dirinya, mampu membentuk hubungan akrab dengan orang lain dan dapat mengatasi tekanan-tekanan sosial dari lingkungan sekitarnya, sehingga individu tidak akan merasa cemas dalam status lajangnya.

Berdasarkan fenomena yang telah dibahas, maka peneliti ingin meneliti tentang *subjective well being* pada wanita *single* usia madya, hal ini membuat tertarik peneliti ingin mengetahui seperti apa gambaran *subjective well being* pada wanita *single* usia madya.

## B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas maka permasalahan dirumuskan sebagai berikut :

1. Apa yang melatar belakangi wanita *single* usia madya tidak menikah?
2. Bagaimana *subjective well being* pada wanita *single* usia madya?
3. Bagaimana faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well being* pada wanita *single* usia madya?

### C. Signifikansi dan Keunikan Penelitian

Pada dasarnya semua tentu akan merasa sulit untuk menerima hidup sebagai wanita *single*, dikarenakan dalam tugas perkembangan bahwa setiap orang dewasa yang memiliki umur siap menikah harus menikah dan memiliki pasangan agar dapat menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya. Jika tidak maka akan mengalami kebingungan pada saat ingin menyelesaikan tugas-tugas perkembangan selanjutnya.

Pada penelitian ini, peneliti memberikan gambaran mengenai beberapa hasil penelitian yang dilakukan antara lain yang dilakukan oleh (Situmorang, 2007) penelitian ini meneliti tentang wanita yang belum menikah usia dewasa yang memiliki karier yang terfokus pada penelitian ini mengenai wanita yang belum menikah dikarenakan pekerjaan dan tuntutan karir yang mereka jalani sehingga mereka menunda pernikahan mereka, selanjutnya juga dilakukan oleh Kemalia (2012) yang meneliti tentang perbedaan tingkat kesepian berdasarkan status pada wanita dewasa awal, penelitian ini memfokuskan tentang perbedaan kesepian wanita lajang dengan wanita yang sudah berkeluarga, penelitian ini menjelaskan apakah wanita yang sudah berkeluarga dan wanita lajang memiliki tingkat kesepian yang berbeda. Penelitian juga dilakukan oleh Noviana (2012) mengenai konflik intrapersonal wanita lajang terhadap tuntutan orangtua untuk menikah. Penelitian ini memfokuskan mengenai konflik-konflik intrapersonal seperti apa yang ada pada wanita lajang.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh penelitian sebelumnya,

Keunikan penelitian yang peneliti lakukan antara lain menjelaskan bahwa ketika



wanita madya mengalami perubahan fisik dan tidak menikah bagaimana gambaran *subjective well being* pada wanita *single* usia madya, karena perubahan yang dialami oleh wanita usia madya seperti menopause, kerutan pada wajah dan daya tarik yang rendah, sehingga hal ini tidak memungkinkan untuk menikah.

#### D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang dilakukan adalah untuk:

1. Mengetahui apa yang melatar belakangi wanita *single* usia madya tidak menikah.
2. Mengetahui *subjective well being* pada wanita *single* usia madya.
3. Mengetahui faktor-faktor apa yang mempengaruhi *subjective well being* pada wanita *single* usia madya.

#### E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari peneliti ini adalah:

1. Manfaat teoritis

Manfaat teori yang diharapkan dari penelitian ini adalah mampu memberikan wawasan keilmuan tentang *subjective well being* pada wanita *single* usia madya, untuk memberikan ilmu dibidang psikologi perkembangan khususnya psikologi wanita dan perkembangannya serta sebagai bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya. Penelitian ini juga diberikan pada badan-badan instansi psikologi konseling.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 30/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)30/8/24



## 2. Manfaat praktis

Diharapkan kepada wanita *single* usia madya untuk dapat secara menyeluruh meningkatkan *subjective well being* yang ada pada dirinya dan dapat menyesuaikan diri dengan keputusannya untuk menjadi wanita *single*.



## BAB II

### PERSPEKTIF TEORITIS

#### A. Usia Madya

##### 1. Pengertian Wanita *Single Dewasa Madya*

Menurut Jones (dalam Tantri, 2013) masyarakat Indonesia tetap menempatkan menikah dan memiliki anak sebagai prioritas hidup perempuan, dimana terdapat standart yang berbeda yang digunakan masyarakat dalam memandang laki-laki yang hidup melajang dengan wanita yang hidup melajang.

Wanita yang melajang dilihat sebagai pribadi yang kurang feminim, kurang mampu mencintai dan merawat, kurang menarik secara seksual dan lebih egois (Cockrum dan White dalam Tantri, 2013). Bila hingga usia 40 tahun perempuan belum kunjung mendapatkan pasangan, maka biasanya orangtua, sahabat, dan teman kerjanya mulai merancang suatu pertemuan dengan seorang pria atau mencarikan jodoh melalui rubrik biro jodoh di surat kabar untuk individu yang belum memiliki pasangan. Hal ini menunjukkan bahwa pernikahan mendapat perhatian yang besar dari msyarakat dan diharapkan setiap individu dewasa muda mengalaminya (Suryani, 2007).

Wanita yang belum menikah atau masih melajang lebih banyak mendapatkan tekanan dari masyarakat dibandingkan dengan kaum pria. Hal tersebut memberikan dampak negatif terhadap wanita yang masih melajang akan kondisi dirinya. Kebanyakan mereka yang menganggap negatif atau menilai

negatif terhadap melajang maka akan tinggi pula kecemasan yang dialaminya. Hal

ini dapat difahami karena dengan harapan tersebut datang dari lingkungan sosial, dimana harapan tersebut datang dari lingkungan dekat seperti keluarga atau teman dapat terpengaruh untuk memiliki sikap cenderung sama pula (Deux, dalam Tantri, 2013).

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa wanita *single* usia madya adalah bahwa wanita yang tidak menikah memiliki sifat kurang feminim dan egois dan wanita melajang banyak memiliki pandangan negatif terhadap dirinya dan memiliki pandangan negatif terhadap dirinya.

## 2. Karakteristik Usia Madya

Seperti halnya setiap periode dalam rentang kehidupan, usia madya diasosiasikan dengan karakteristik tertentu yang membuatnya berbeda, berikut ini akan diuraikan sepuluh karakteristik yang amat penting menurut Jahja (2011) yaitu:

### a. Usia madya merupakan periode yang sangat ditakuti

Ciri pertama dari usia madya adalah bahwa masa yang dikatuti merupakan periode yang diakui bahwa semakin mendekati usia tua. Periode usia madya semakin terasa orang-orang dewasa tidak akan mau mengakui bahwa mereka telah mencapai usia tersebut, sampai kalender dan cermin memaksa untuk mengakui hal itu.

### b. Usia madya merupakan masa transisi

Ciri kedua dari usia madya adalah bahwa usia ini merupakan masa transisi.

Seperti halnya masa puber, yang merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak

ke masa remaja dan dewasa, demikian pula usia madya merupakan



masa dimana pria dan wanita meninggalkan ciri-ciri jasmani dan perilaku masa dewasanya dan memasuki suatu periode dalam kehidupan yang akan diliputi oleh ciri-ciri jasmani dan perilaku baru.

c. **Usia madya adalah masa stres**

Ciri ketiga dari usia madya adalah bahwa usia ini merupakan masa stres. Penyesuaian secara radikal terhadap peran dan pola hidup yang berubah, khususnya bila disertai dengan berbagai perubahan fisik, selalu cenderung merusak hemeosatis fisik dan psikologis seseorang dan membawa ke masa stres, suatu masa bila sejumlah penyesuaian yang pokok harus dilakukan dirumah dalam aspek sosial hidup mereka.

d. **Usia madya adalah usia yang berbahaya**

Usia madya dapat menjadi suatu masa dimana seseorang mengalami kesusahan fisik sebagai akibat dari terlalu banyak bekerja, rasa cemas yang berlebihan, ataupun kurang memperhatikan kehidupan. Timbulnya penyakit jiwa datang dengan cepat dikalangan pria dan wanita, dan gangguan ini berpuncak pada bunuh diri khususnya kalangan pria.

e. **Usia madya adalah usia canggung**

Sama seperti remaja, bukan anak-anak dan bukan pula dewasa, demikian juga pria dan wanita usia madya (40-60) bukan muda lagi tapi bukan juga tua. Usia madya bahwa orang yang berusia madya seolah-olah berdiri diantara generasi pembentuk yang lebih muda dan menderita karena hal-hal yang tidak menyenangkan dan melakukan yang disebabkan oleh kedua generasi

f. Usia madya adalah masa berprestasi

Usia madya (40-60 tahun) merupakan masa krisis dimana baik generasivitas kecenderungan untuk menghasilkan maupun stagnasi kecenderungan untuk tetap berhenti akan dominan. Menurut Erikson selama masa madya, orang akan menjadi lebih sukses atau sebaliknya. Mereka berhentidan tidak mengerjakankegiatan apapunalagi orang berusia madya mempunyai kemauan yang kuat untuk berhasil, mereka akan mencapai puncaknya pada usia ini dan memungut hasil dari masa-masa persiapan dan kerja keras yang dilakukan sebelumnya. Usia madya seharusnya menjadi masa tidak hanya untuk keberhasilan keuangan dan sosial tetapi juga untuk kekuasaan dan prestise. Biasanya, pria meraih puncak karir mereka anantara usia 40-50 tahun, yaitu setelah mereka puas terhadap hasil yang diperoleh dan menikmati hasil dari kesuksesan mereka sampai mereka mencapai awal 60-an.

g. Usia madya adalah masa evaluasi

Pada usia ini umumnya manusia mencapai puncak prestasinya maka sangatlah egois jika pada masa ini juga merupakan saat yang pas untuk mengevaluasi prestasi tersebut berdasarkan aspirasi mereka semula dan harapan-harapan orang lain, khususnya teman dan keluarga-keluarga dekat. Evaluasi diri mengatakan bahwa usia madya tampaknya menuntut perkembangan perasaan yang lebih nyata dan berbeda dari orang lain dalam perkembangan.



#### h. Usia madya dievaluasi dengan standar ganda

Bahwa pada masa ini dievaluasi dengan ganda, satu standar bagi pria dan satu standar bagi wanita. Walaupun perkembangannya cenderung mengarah ke persamaan peran antara pria dan wanita baik di rumah, perusahaan perindustrian, profesi maupun dalam kehidupan sosial namun masih terdapat standar ganda terhadap usia. Meskipun standar ganda ini mempengaruhi banyak aspek yang perlu diperhatikan pertama aspek yang berkaitan dengan perubahan jasmani dan yang kedua bagaimana cara pria dan wanita menyatakan sikap pada usia tua.

#### i. Usia madya merupakan masa sepi

Dimana masa ketika anak-anak tidak lagi tinggal bersama orang tua. Contohnya anak yang mulai beranjak dewasa yang telah bekerja dan tinggal di luar kota sehingga orang tua yang terbiasa dengan kehadiran mereka di rumah akan merasa kesepian dengan kepergian mereka. Terbukti juga bahwa, periode sepi pada usia madya lebih bersifat traumatis, hal ini benar khususnya bagi orang tua yang terbiasa bersama anak mereka dirumah, pada suatu ketika anak mereka meninggalkan mereka untuk pendidikan keluar kota atau menikah, mereka merasa sepi dan kehilangan.

#### j. Usia madya merupakan masa jenuh

Periode ini merupakan masa yang penuh dengan kejenuhan. Banyak atau hampir seluruh pria dan wanita mengalami kejenuhan pada akhir usia 30-an dan 40-an. Para pria menjadi jenuh dengan kegiatan rutin sehari-hari dan kehidupan bersama keluarga yang hanya memberikan sedikit hiburan. Wanita yang

UNIVERSITAS MEDAN AREA  
 mengabdikan diri untuk memelihara dan membersihkan anak-anaknya,



bertanya-tanya apa yang ingin mereka lakukan pada usia setelah 20 atau 30 tahunan kemudian.

Kejenuhan tidak akan mendatangkan kebahagiaan ataupun kepuasan pada usia manapun. Akibatnya, usia madya sering kali merupakan periode yang tidak menyenangkan dalam hidup. Daya akomodasi mata untuk memfokuskan dan mempertahankan gambar pada retina mengalami penurunan tajam antara usia 40 dan 60 tahun. Pada usia tersebut aliran darah pada mata juga berkurang. Pendengaran mungkin juga mulai menurun pada usia ini yaitu mulai memasuki usia 40 tahun.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa karakteristik usia madya adalah Usia madya merupakan periode yang sangat ditakuti, usia madya merupakan masa transisi dan usia madya adalah masa stres.

### **3. Tugas-tugas Perkembangan Usia Madya**

Menurut Hurlock (1980) tugas-tugas perkembangan yang harus diperhatikan oleh usia madya adalah sebagai berikut

#### **a. Perubahan dalam penampilan**

Seperti yang telah diketahui, penampilan seseorang memegang peranan penting terutama dalam penelitian sosial, dan kepemimpinan. Bagi pria dan wanita selalu terdapat ketakutan bahwa penampilan mereka pada usia madya tidak akan bisa mempertahankan pasangan mereka ataupun malah mengurangi daya tarik mereka di depan pasangan.

### b. Perubahan dalam kemampuan indra

Perubahan-perubahan pada tubuh bagian luar juga terjadi bersamaan dengan perubahan-perubahan pada organ-organ dalam. Selain itu juga terdapat perubahan dalam kemampuan indra, seperti menurunnya ketajaman mata, melemahnya kemampuan mendengarkan dan penurunan daya cium.

### c. Perubahan dalam keberfungsian fisiologis seperti:

1. Berat badan bertambah selama usia madya, lemak menjadi mengumpul terutama sekitar perut dan dada.
2. Berkurangnya rambut dan beruban rambut pada pria yang berusia madya mulai jarang, menipis, dan menjadi kebotakan, sedangkan wanita, rambut menjadi menipis.
3. Perubahan pada kulit. Kulit wajah, leher, lengan dan tangan menjadi lebih kering dan keriput serta kulit bagian bawah mata menjadi mengembang.
4. Tubuh menjadi gemuk. Bahu sering kali menjadi bulat dan menjadi penggemukan di seluruh tubuh sehingga perut kelihatan menonjol dan tubuh terlihat lebih pendek.
5. Perubahan otot. Umumnya otot orang dewasa madya menjadi lembek dan mengendur di sekitar dagu, lengan atas dan perut.
6. Masalah persediaan. Beberapa orang dewasa madya punya masalah pada persendirian, tungkai dan lengan.
7. Perubahan pada gigi. Gigi menjadi kuning dan harus sering diganti,

UNIVERSITAS MEDAN AREA seluruhnya dengan gigi palsu.

8. Perunahan pada mata. Mata terlihat kurang bersinar dibandingkan saat masih muda.

d. Perubahan pada kesehatan

Usia madya ditandai dengan menurunnya kesegaran fisik secara umum dan memburuknya kesehatan. Masalah kesehatan pada usia madya mencakup kecenderungan mudah lelah, sakit pada otot, sakit lambung, pusing, kehilangan selera makan serta insomnia. Dalam penelitian ini masalah kesehatan pada usia madya yang lebih dibahas adalah tingginya kadar gula dalam darah akibat pola hidup atau hal lain yang dapat menyebabkannya yang biasa dikenal dengan diabetes milletus.

Dari pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa tugas-tugas perkembangan usia madya adalah menerima perubahan penampulan, penyesuaian kemampuan indra, berkurangnya kemampuan fisiologi, dan penyesuaian pada kesehatan.

## B. Wanita *Single*

### 1. Pengertian Wanita *Single*

Menurut Setiadi (2008) *single* adalah wanita atau pria dewasa yang tinggal sendiri dan tidak berkeinginan untuk kawin. Wanita *single* dalam kamus bahasa Indonesia, wanita adalah perempuan dewasa: kaum-kaum putri (dewasa). Sedangkan lajang artinya sendiri atau belum menikah.

Sebutan wanita lajang digunakan untuk membedakan dengan wanita yang

.....  
 sudah berkeluarga. Ada wanita yang sudah berkeluarga ia hidup dengan



suaminya. Sedangkan wanita lajang hidup menyendiri tanpa suami. Jadi wanita lajang adalah merupakan sebutan bagi wanita yang menjalin kehidupan dengan menyendiri (Surya dalam Calyptra, 2013).

Wanita belum menikah (*single*), belum memiliki kewajiban dan tanggung jawab seperti wanita yang telah menikah. Sebagai seorang wanita yang telah menikah, tidak mudah menjalani karier ganda, membagi pikiran, tenaga, dan perhatian pada karir serta kebutuhan rumah tangga. Dalam arti, wanita yang menikah harus lebih dahulu mengatasi urusan keluarga, suami, anak dan hal-hal lain yang menyangkut rumah tangganya (Djuniarti & Imanovianti dalam Novianti, 2012).

Dari pengertian di atas bahwa wanita *single* atau wanita lajang adalah wanita yang hidup sendiri dan menghidupi segala sesuatu dengan sendiri dan wanita yang menghidupi diri tanpa suami.

## **2. Alasan Wanita *Single* Tidak Melakukan Pernikahan**

Ada beberapa alasan untuk tidak kawin yang dikemukakan oleh Kartono (2006) sebagai berikut:

- a. Tidak pernah mencapai usia matang yang sebenar-benarnya. Kematangan itu pada hakekatnya tidak hanya secara kronologis, fisis dan mental saja tetapi juga harus mencapai taraf kematangan secara sosial. Individu yang tidak pernah mencapai kedewasaan sepenuhnya, biasanya tidak pernah berani memikul tanggung jawab sendiri pada setiap langkahnya. Juga tidak mampu mengontrol diri sendiri dan

pastilah mereka ini kurang mampu membina suatu keluarga atau menaiki jenjang perkawinan.

- b. Identifikasi secara ketat terhadap orang tua, yaitu fiksasi ibu atau fiksasi ayah, apabila seorang anak gadis yang lama berpisah terhadap ayahnya dia akan susah mendapatkan pasangan atau pengganti peran seorang ayah sehingga dia sulit menggantikan peran ayahnya dengan orang lain.
- c. Egosentrisme dan narsisme, ada pribadi-pribadi tertentu yang sangat egosentris dan egoistis, dengan rasa keakuan dan cinta diri sendiri yang berlebih-lebihan. Akan tetapi jika narsisme dan egoisme ini sangat ekstrim, maka sifat-sifat tersebut pasti mempersukar daya penyesuaian diri seseorang terhadap orang lain terlebih terhadap pasangannya.
- d. Individualisme, tampaknya paradoksal, bahwa bersamaan dengan mutlak-perlunya kooperasi dibidang politik dan ekonomi di seluruh dunia (secara universal). Justru berkembang baik pola individualisme pada tingkah laku person. Hal ini terutama disebabkan semakin meningkatnya ilmu pengetahuan, mundurnya peran agama, pengaruh urbanisasi yang sangat mengurangi semakin timbul kontak impersonal, dan juga kebudayaan modern yang menyebarluaskan ekspresi diri bebas atau moralitas baru bagi setiap individu sehingga setiap individu berhak memformulasikan kode-kode moral sendiri.



- e. Trauma masa lalu, dimana seorang wanita memiliki trauma tentang ayahnya bercerai misalnya sehingga memutuskan untuk menikah adalah keputusan yang sulit untuk di ambil.
- f. Hilang kebebasan, pernikahan bagii wanita berarti harus siap kehilangan setengah hidupnya, karena menjadi istri dan ibu. Jika wanita masih harus merasa kebebasan yang ia punya maka percuma untuk seorang laki-laki melamar dan menikahi wanita ini karena masih mementingkan dirinya dan kebebasannya.

Dari penjelasan di atas maka disimpulkan bahwa wanita memilih untuk tidak menikah karena tidak pernah mencapai usia kematangan dan tidak dapat menanggung permasalahan yang ada di masyarakat. Fiksasi terhadap orang tuanya yang terlalu berlebihan sehingga tidak ingin berpisah dengan kedua orang tuanya,ada juga egosentrisme dan narsisme yang berlebihan dalam diri wanita sehingga terlalu mementingkan diri sendiri dan hidup dengan individualisme yang dilihat dari kebudayaan atau kebiasaan manusia sekarang.

### 3. Dampak Psikologis Wanita *Single* Tidak Menikah

Menurut Havighurst (dalam Harlock,1992) tugas perkembangan adalah tugas yang muncul pada saat atau sekitar periode tertentu dari kehidupan individu, yang jika berhasil menimbulkan rasa bahagia dan membawa kearah keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas berikutnya. Sikap keputusan yang diambil setiap orang tertentu mengandalkan sikap positif-negatif, termasuk keputusan untuk menjalani kehidupan sendiri, Santrock (dalam Dariyo, 2003) mengungkapkan

segi-segi hidupnya. Adapun sendiri:

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 30/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area



### a. Segi-segi Positif Hidup Sendiri

#### 1) Memperoleh Nilai Kebebasan

Individu merasamenikmati kebebasan dalam melakukan berbagai aktivitas tanpa ada yang mengganggunya. Selain itu dengan hidup sendiri seseorang secara bebas dapat mengembangkan diri demi peningkatan hidup dimasa depan.

#### 2) Kemandirian Dalam Pengambilan Keputusan

Individu benar-benar merasakan kehidupan privasi dapat mengatur program kegiatan yang disukai dan menghindari (menjauhi) kegiatan yang tidak disukainya tanpa harus mempertimbangkan keputusan atau usulan orang lain.

### b. Segi-segi Negatif Hidup Sendiri

#### 1). Kesulitan dalam memenuhi kebutuhan seksual

Setiap orang yang menginjak masa dewasa, baik laki-laki maupun perempuan, tidak dipungkiri memiliki dorongan biologis yang bersifat alamiah. Bila ia hidup sendiri, kemungkinan besar seseorang tidak dapat memenuhi kebutuhan seksual.

#### 2). Kesulitan ketika dalam menderita sakit

Tidak selamanya orang dalam keadaan sehat, suatu ketika, tentu seseorang akan mengalami jatuh sakit. Bagi para orang yang hidup sendiri, tidak mungkin ia meminta bantuan istri atau suami sebab ia tidak memilikinya. Disinilah letak kesulitan yang dihadapi bagi orang yang hidup sendiri.

Dampak psikologis yang paling sering terjadi adalah ketika mereka sedang

mengikuti pernikahan atau saudara mereka. Mereka akan menjumpai

pertanyaan yang sama. Semua kondisi semakin dipersulit dengan tatapan ibu-ibu mereka yang seakan memohon dengan sangat agar menikah atau adik-adik mereka yang juga berharap agar mereka segera menikah supaya di adik bisa segera menikah pula. Lalu bisik-bisik tetangga yang membuat mereka terpojok sehingga mau tidak mau jadi memojokkan mereka. Hal ini menyebabkan mereka merasa rendah diri dan merasa dirinya tak berarti (dalam Ema Septiana, 2013).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dampak psikologis belum menikah adalah memperoleh nilai kebebasan, kemandirian dalam pengambilan keputusan, kesulitan dalam memahami kebutuhan seksual, kesulitan ketika dalam keadaan menderita sakit dan norma yang berasal dari agama dan budaya setempat.

### **C. Subjective Well Being**

#### **1. Pengertian Subjective Well Being**

*Subjective well being* oleh Diener, dkk (1997) diartikan sebagai evaluasi individu terhadap kehidupannya. Evaluasi terhadap kehidupan ini terjadi dalam dua bentuk yaitu kognitif dan afektif. Efektif dalam bentuk kognitif misalnya ketika seseorang yang secara sadar melakukan penilaian tentang kepuasannya terhadap seluruh hidupnya, evaluasi yang bersifat afektif meliputi seberapa sering seseorang merasakan emosi positif dan rendahnya emosi negatif. Seseorang dikatakan mempunyai *subjective well being* yang tinggi jika orang tersebut merasakan kepuasan dalam hidup, sering merasakan emosi positif dari pada emosi

negatif yang dialami (Arisa, Suh, dan Oishi, dalam Wangmuba 2009).



*Subjective well being* merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu dengan tingkat *subjective well being* mempengaruhi keberhasilan individu dalam berbagai domain kehidupan. Individu dengan tingkat *subjective well being* yang tinggi akan merasa lebih percaya diri, dapat menjalin hubungan sosial dengan lebih baik, serta menunjukkan performasi kerja yang lebih baik. Selain itu dalam keadaan yang penuh tekanan. Individu dengan tingkat *subjective well being* yang tinggi dapat melakukan adaptasi dan *coping* yang lebih efektif terhadap keadaan tersebut keadaan tersebut sehingga merasakan kehidupan yang lebih baik.

*Subjective well being* merupakan evaluasi subjektif seseorang mengenai kehidupan termasuk konsep-konsep seperti kepuasan hidup, emosi menyenangkan, *fulfilment*, kepuasan terhadap area-area seperti pernikahan, dan pekerjaan, tingkat emosi tidak menyenangkan yang rendah (Diener dalam Wangmuba 2009).

Proses terbentuknya *subjective well being* positif dipengaruhi oleh faktor internal (dari dalam diri responden) dan faktor eksternal (dari luar diri responden). Faktor internal terdiri dari kesehatan yang baik, kepribadian, pemahaman agama dan spiritualitas, wawasan, proses psikologis yaitu sosial *comparison*, dan nilai-nilai budaya Rahmad (dalam Wangmuba 2009).

*Subjective well being* dapat didefenisikan sebagai evaluasi kognitif dan afektif terhadap kehidupan seseorang. Adapun hasil evaluasi kognitif orang yang bahagia adalah adanya kepuasan hidup yang tinggi, sedangkan evaluasi afektifnya adalah banyaknya afeksi positif dan setidaknya afeksi negatif yang dirasakan



(Diener dkk, dalam Wang muda 2009). Pengertian ini sesuai yang dikatakan oleh Alston dan Dudley (dalam Harlock,2004) menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya, yang disertai tingkat kegembiraan. Ada beberapa esensi kebahagiaan, yaitu sikap menerima, kasih sayang dan prestasi.

Dari berbagai defenisi menyimpulkan bahwa *Subjective well being* adalah evaluasi terhadap kehidupan yang dapat meningkatkan rasa percaya diri, hubungan sosial yang baik, hal tersebut dilihat dari beberapa puas seorang individu merasakan emosi positif dan emosi negatif, apabila individu sering merasakan emosi positif dan negatif dan memunculkan pemahaman mengenai arti dan nilai hidup, maka individu tersebut dikatakan berhasil dalam berbagai kehidupan yang dijalani.

## 2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Subjective Well Being*

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well being* adalah sebagai berikut (dalam Arianti, 2010) :

### a. Harga diri positif

Campbell menyatakan bahwa harga diri merupakan prediktor yang paling penting untuk kesejahteraan *subjektif*. Harga diri yang tinggi membuat seseorang memiliki kontrol yang baik terhadap rasa marah, memiliki hubungan yang intim dan baik dengan orang lain, serta kapasitas produktif dalam pekerjaan. Hal ini akan menolong individu untuk mengembangkan kemampuan hubungan interpersonal yang baik

UNIVERSITAS MEDAN AREA dan menciptakan kehidupan yang sehat.

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

#### b. Kontrol diri

Kontrol diri diartikan sebagai keyakinan individu bahwa ia akan mampu berperilaku dengan cara yang tepat ketika menghadapi suatu peristiwa. Kontrol diri ini akan mengaktifkan proses emosi, motivasi, perilaku dan aktivitas fisik serta mampu mengatasi konsekuensi dari kepuasan yang telah diambil serta mencari pemaknaan atas peristiwa tersebut.

#### c. Ekstrovert

Individu dengan kepribadian ekstrovert akan tertarik pada hal-hal yang terjadi di luar dirinya, seperti lingkungan fisik dan sosialnya. Penelitian Diener dkk (1999) mendapatkan bahwa kepribadian *ekstrovert* secara signifikan akan memprediksi terjadinya kesejahteraan individual. Orang-orang dengan kepribadian *ekstrovert* biasanya memiliki teman dan relasi sosial yang lebih banyak, mereka pun memiliki senditifitas yang lebih besar mengenai penghargaan positif dengan orang lain.

#### d. Optimis

Secara umum orang yang optimis mengenai masa depan merasa lebih bahagia dan puas dengan kehidupannya. Individu yang mengevaluasi dirinya dalam cara yang positif, akan memiliki kontrol yang baik terhadap hidupnya, sehingga memiliki impian dan harapan yang positif tentang masa depan.



e. Relasi sosial yang positif

Relasi sosial yang positif akan tercipta bila adanya dukungan sosial dan keintiman emosional. Hubungan yang di dalamnya ada dukungan dan keintiman dalam kehidupan pernikahan akan membuat individu mampu mengembangkan harga diri, meminimalkan masalah-masalah individu menjadi sehat secara fisik.

f. Memiliki arti dan tujuan dalam hidup

Dalam beberapa kajian, arti dan tujuan, arti dan tujuan hidup sering diaitkan dengan konsep religiusitas. Penelitian melaporkan bahwa individu yang memiliki kepercayaan tinggi yang besar, memiliki kesejahteraan psikologi yang besar.

g. Pemahaman tentang arti dan tujuan

Sejumlah studi telah menemukan bahwa orang-orang dengan iman terhadap agama yang lebih kuat, yang lebih memandang penting agama dalam hidupnya dan yang lebih sering mengikuti ibadah keagamaan dilaporkan memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi. Tentu saja, salah satu alasan dari penemuan ini adalah karena agama juga dapat menghilangkan kecemasan yang ada dan rasa takut akan kematian. Meskipun begitu, perhatian bahwa pemahaman tentang arti dan tujuan hidup tidak harus selalu dikaitkan dengan kepercayaan yang religius McGregor dan Litle (dalam compas 2000).

Berdasarkan pernyataan di atas disimpulkan bahwa faktor-faktor yang

berpengaruh terhadap *well being* adalah harga diri positif yang berpengaruh

Dalam hal ini wanita yang hidup melajang tentunya dipengaruhi oleh banyak faktor pemicu. Hal tersebut ditegaskan oleh pernyataan Papalia, Olds, & Felman (2009) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi keinginan hidup sendiri adalah masalah ideologi, trauma perceraian, tidak memperoleh jodoh, dan konsentrasi terhadap karier. Hal tersebut sesuai dengan penelitian situmorang (2007) yang menjelaskan bahwa wanita usia dewasa yang belum menikah memiliki karir yang sedang berkembang dan membuat subjek penelitian tidak memiliki banyak waktu untuk mencari pasangan. Selain itu Strong, Devault, & Cohen (2011) mengemukakan bahwa pertumbuhan angka perceraian memberikan kontribusi yang besar terhadap peningkatan jumlah individu yang hidup melajang.

Wanita melajang di usia dewasa akhir atau madya yang bahagia diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Hunggara (dalam Nindya, 2011) yang mengkaji tentang kepuasan hidup yang dialami oleh wanita lansia lajang berusia usia madya tahun memiliki pandangan positif terhadap dirinya sendiri, tidak ada penyesalan pada masa lalunya yang melajang, karena menemukan keuntungan lain selama hidup melajang.



pada kesejahteraan diri individu tersebut, kontrol diri yang baik, kepribadian yang terbuka agar lebih mampu melakukan interaksi dengan lingkungan sosial dan memiliki relasi yang lebih luas, serta optimis dalam menghadapi setiap rintangan dan masalah yang dihadapi akan mampu membawa individu memiliki kesejahteraan diri positif yang memiliki arti dan tujuan hidup yang baik.

### 3. Komponen *Subjective Well Being*

Menurut Eid dan Larsen (2008), mengangkat studi mengenai *subjective well-being*. Studi tersebut menyebutkan ada tiga komponen yang menyertai *subjective well-being* individu, yaitu aspek positif, aspek negatif dan kepuasan hidup, penjelasannya sebagai berikut:

#### a. Afek positif

Individu yang berhasil mencapai *subjective well-being* umumnya ditandai dengan tingginya perasaan positif/ bahagia. *Subjective well-being* adalah yang mana evaluasi afektif individu menghasilkan bahwa afek positifnya memiliki jumlah yang lebih besar (mayoritas) dari pada afek negatifnya. Keadaan ini juga tidak hanya menunjukkan bahwa kecil/rendahnya faktor aspek negatif, tetapi lebih menekankan pada kesehatan mental individu yang adekuat. Afek positif individu yang mempengaruhi afek *subjective well being* adalah hal-hal yang mencakup keringanan (*joy*), rasa suka cita (*elation*), kepuasan (*contentment*), harga diri (*pride*), dan kegembiraan yang sangat (*ectasy*).

### b. Afek negatif

Diener (2009) menyatakan bahwa meskipun aspek positif dan negatif terlihat saling mempengaruhi, namun kedua tipe aspek ini mempunyai hubungan yang *independent* antara satu dengan yang lain. Selain itu, menurut Diener, intensitas efek positif tidak terlalu mempengaruhi level tinggi rendahnya *subjective well-being*, sebaliknya frekuensi afek positif atau negative sangat mempengaruhi level tinggi rendahnya *subjective well-being*, yaitu tingginya level *subjective well-being* disebabkan oleh tingginya frekuensi afek positif dan negatif. Menurut Diener (2009) beberapa afek negatif individu yang mempengaruhi level *subjective well-being*, yaitu rasa bersalah dan malu (*guilt and shame*), kesedihan (*sadness*), kecemasan dan kekhawatiran (*anxiety and worry*), kemarahan (*anger*), tekanan (*stress*), depresi (*depression*) dan kedengkian (*envy*).

### c. Kepuasan hidup

Kepuasan hidup, menurut Eid dan Larsen (2008), merupakan hal yang dinilai secara holistik, menurut keseluruhan dari kehidupan individu atau total penilaian kehidupan pada periode hidupnya. Hal ini mencerminkan bahwa tidak hanya total kuantitas hal-hal yang membahagiakan di kehidupan individu pada waktu tertentu saja, tetapi juga mengenai kualitas penyalurannya, apakah hal itu dapat membawa kebahagiaan individu di waktu selanjutnya lebih permanen atau tidak.

UNIVERSITAS MEDAN AREA (2009) beberapa keputusan hidup individu yang



mempengaruhi *level subjective well being*, yaitu hasrat untuk mengubah sikap kepuasan pada kehidupan masa lalu.

Berdasarkan pernyataan diatas disimpulkan bahwa aspek *subjective well-being* yaitu aspek positif, aspek negatif, dan kepuasan hidup. Dimana ketiga afek ini tersebut saling berhubungan satu dengan yang lain saling mempengaruhi dalam mencapai kesejahteraan diri yang baik.

#### 4. Karakteristik *Subjective Well Being*

Ada empat karakteristik yang yang memiliki *subjective well being* menurut Myers (1994) yang selalu ada pada orang memiliki *well being* dalam hidupnya adalah :

##### 1. Menghargai diri sendiri

Orang yang bahagia cenderung menyukai dirinya sendiri. Mereka cenderung setuju dengan pernyataan seperti “saya adalah orang yang menyenangkan”. Jadi, pada umumnya orang yang bahagia adalah orang yang memiliki kepercayaan diri yang cukup tinggi.

##### 2. Optimis

Ada dua dimensi untuk menilai apakah seseorang termasuk optimis atau pesimis, yaitu permanen (menentukan berapa lama seseorang menyerah) dan pervasif (menentukan apakah ketidak berdayaan melebar ke banyak situasi). Orang yang optimis percaya bahwa peristiwa baik memiliki penyebab permanen dan peristiwa buruk bersifat sementara sehingga mereka berusaha untuk lebih keras pada

UNIVERSITAS MEDAN AREA agar ia dapat mengalami peristiwa baik lagi

(Seligman,2005). Sedangkan orang yang pesimis menyerah di segala aspek ketika mengalami peristiwa buruk di area tertentu.

### 3. Terbuka

Orang yang bahagia biasanya lebih terbuka terhadap orang lain, penelitian menunjukkan bahwa orang-orang yang tergolong sebagai orang *extrovert* dan mudah bersosialisasi dengan orang lain ternyata memiliki kebahagiaan yang lebih besar.

### 4. Mampu mengendalikan diri

Orang yang bahagia pada umumnya merasa memiliki kontrol pada hidupnya. Mereka merasa memiliki kekuatan atau kelebihan sehingga biasanya mereka berhasil lebih baik di sekolah atau pekerjaan.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa karakteristik *subjective well being* adalah menghargai diri sendiri, optimis, terbuka, mampu mengendalikan diri.

## 5. Konsep *Subjective Well Being*

Konsep *subjective well-being* dapat dijelaskan dengan dua aliran berbeda, aliran *eudaimonic* dan aliran *hedonic* (Ryan dan Deci, 2001). Ryan dan Deci menjelaskan lebih lanjut bahwa aliran *eudaimonic* adalah aliran yang menjelaskan bahwasubjective well being dicapai melalui pemenuhan atau pengidentifikasi diri seorang yang sebenarnya. Di sisi lain, aliran *hedonic* menjelaskan bahwa *subjective well being*dicapai melalui kebahagiaan secara subjektif, selain itu aliran tersebut juga memperhatikan pengalaman



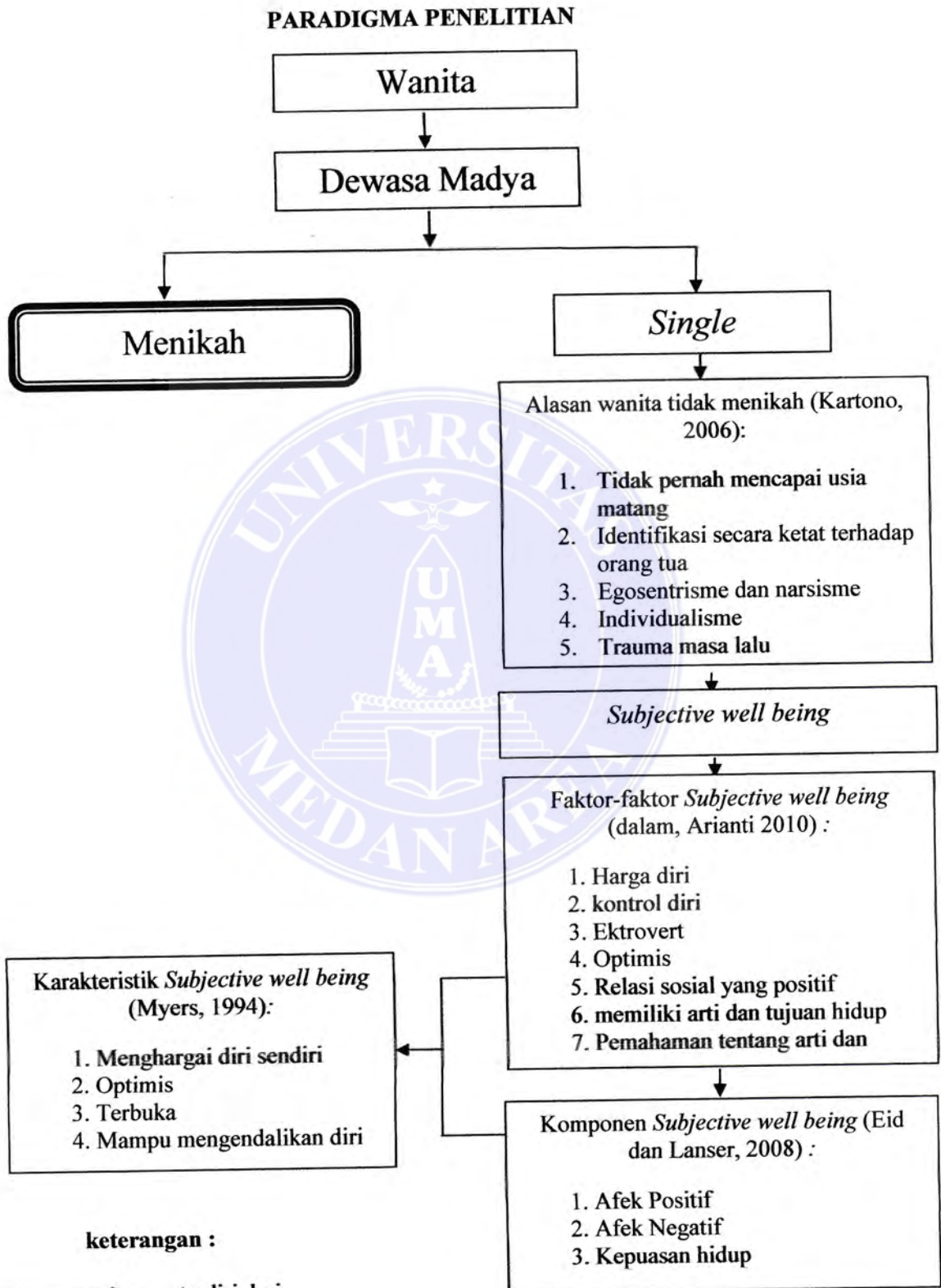
menyenangkan versus tidak menyenangkan. Pengalaman tersebut didapatkan dari penilaian baik-buruknya hal-hal yang ada dalam kehidupan seseorang.

Kesejahteraan diri (*subjective well-being*) diistilahkan oleh aliran *eudaimonic* sebagai *psychology well-being (PWB)*, sedangkan aliran *hedonic* mengistilahkan kesejahteraan diri sebagai *subjective well-being (SWB)* yang menekankan bahwa seseorang dapat dikatakan sejahtera apabila secara subjektif ia merasa bahagia, sedangkan *psychology well being* menjelaskan bahwa seseorang dapat dikatakan sejahtera apabila ia menggunakan potensi yang ada didalam dirinya. Dalam menjelaskan konsep kesejahteraan diri seorang individu, Diener dkk (dalam Ryan & Deci, 2001) mengatakan bahwa *subjective well being* lebih unggul dalam menjelaskan hal apa yang membuat hidup seseorang lebih baik berdasarkan perpektif orang tersebut.

## 6. *Subjective Well Being* pada Wanita *Single* Usia Madya

Rakhmat (Winarsih, 2006) mengungkapkan bahwa pakar psikologi membagi kebahagiaan menjadi dua macam yaitu kebahagiaan yang bersifat objektif dan subjektif. Kebahagiaan objektif diukur dengan menggunakan sebuah standar, misalnya aturan agama dan defenisi penguasa, sedangkan kebahagiaan subjektif tidak didasarkan pada ketentuan manapun, melainkan mengacu pada masing-masing pribadi, sehingga pada setiap orang dapat berbeda. Para ilmuan tidak menggunakan ukuran objektif karena sulit diterapkan untuk penelitian ilmiah, sehingga mereka lebih senang menggunakan ukuran kebahagiaan yang subjektif. Kebahagiaan ini disebut pula *subjective well being* dan kesejahteraan

yang subjektif yang merupakan sinonim kebahagiaan.

**keterangan :**



## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN



#### A. Tipe Penelitian

Paradigma penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah paradigma penelitian kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologi yang tujuan mendapatkan gambaran *subjective well being* pada wanita *single* usia madya yang mendalam dan spesifik. Paradigma penelitian kualitatif diharapkan peneliti dapat memperoleh pemahaman menyeluruh dan utuh tentang fenomena yang diteliti sehingga dapat melihat permasalahan dengan lebih mendalam karena turut mempertimbangkan dinamika, perspektif, alasan, dan faktor-faktor eksternal dan internal yang turut mempengaruhi responden penelitian.

Berdasarkan hal-hal diatas peneliti memutuskan untuk menggunakan paradigma penelitian kualitatif sebagai paradigma penelitian dalam meneliti *subjective well being* pada wanita *single* usia madyasehingga hasil yang didapat dari penelitian ini dapat memberikansubjective well being pada wanita *single*usia madya.

#### B. Unit Analisis

*Subjective well being* oleh Diener, dkk (1997) diartikan sebagai evaluasi individu terhadap kehidupannya. Evaluasi terhadap kehidupan ini terjadi dalam dua bentuk yaitu kognitif dan afektif. Efektif dalam bentuk kognitif misalnya ketika seseorang yang secara sadar melakukan penilaian tentang kepuasannya terhadap seluruh hidupnya, evaluasi yang bersifat afektif meliputi seberapa

UNIVERSITAS MEDAN AREA  
yang seseorang merasa senang dan bahagia serta rendahnya emosi positif dan rendahnya emosi negatif.



Wanita *single* usia madya adalah sebutan wanita lajang digunakan untuk membedakan dengan wanita yang sudah berkeluarga. Pada wanita yang sudah berkeluarga ia hidup dengan suaminya. Sedangkan wanita lajang hidup menyendiri tanpa suami. Jadi wanita lajang adalah merupakan sebutan bagi wanita yang menjalin kehidupan dengan menyendiri (Surya dalam Calyptra, 2013).

### Respon Penelitian

#### 1. Karakteristik Responden Penelitian

Pemilihan subjek penelitian didasarkan pada karakteristik tertentu. Adapun karakteristik subjek dalam penelitian ini adalah :

A. Wanita *single*

B. Usia (40-60) dewasa madya

#### 2. Jumlah Responden Penelitian

Menurut Poerwandari (2005), penelitian kualitatif bersifat luwes. Oleh sebab itu, tidak ada aturan yang pasti dalam jumlah sampel yang harus diambil untuk penelitian kualitatif. Jumlah sampel pada penelitian kualitatif diarahkan pada kecocokan konteks (dalam Porwandari 2005), dan tergantung pada apa yang dianggap bermanfaat dan dapat dilakukan dengan waktu dan sumber daya yang tersedia. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 3 orang.

#### 3. Prosedur Pengambilan Responden Penelitian

Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel berdasar pada responden yang

menurut penelitian akan memberikan informasi yang dibutuhkan sesuai dengan tujuan penelitian (Porwandari, 2005).

#### 4. Informan Penelitian

Informan adalah orang yang diwawancarai, diterima informasi oleh pewawancara. Informan adalah orang yang diperkirakan menguasai dan memahami data, informasi, ataupun fakta dari suatu objek penelitian. Penelitian ini menggunakan informan dengan tujuan agar peneliti dapat memperoleh informasi yang lebih mendalam mengenai responden yang akan diteliti. Informan dalam penelitian ini adalah orang-orang terdekat responden, seperti; kakak, orang tua, adik, dan teman responden.

#### 5. Lokasi Penelitian

Penelitian ini diadakan di kota Medan dan sekitarnya, sesuai dengan tempat tinggal subjek penelitian. Pengambilan data dilakukan di rumah ataupun tempat lain tergantung pada kenyamanan dan keinginan dari subjek penelitian.

### C. Pengumpulan Data

Menurut Poerwandari (2005), metode pengambilan data dalam penelitian kualitatif sangat beragam disesuaikan dengan masalah, tujuan penelitian serta sifat objek yang diteliti. Metode pengambilan data dalam penelitian kualitatif antara lain: wawancara, observasi, analisa catatan pribadi, study kasus dan study riwayat hidup lainnya.

Penelitian ini menggunakan 2 jenis teknik pengumpulan data, yang sesuai dengan kualitatif yaitu teknik wawancara dan observasi.

## 1. Wawancara

### 1) Pengertian Wawancara

Wawancara menurut Nazir (1988), adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara si penanya atau pewawancara dengan si penjawab atau responden dengan menggunakan alat yang dinamakan *interview guide* (panduan wawancara). Walaupun wawancara adalah proses percakapan yang berbentuk tanya jawab dengan tatap muka, wawancara adalah suatu proses pengumpulan data untuk suatu penelitian. Beberapa hal dapat membedakan wawancara dengan percakapan sehari-hari adalah antara lain:

1. Pewawancara dan responden biasanya belum saling kenal-mengenal sebelumnya.
2. Responden selalu menjawab pertanyaan.
3. Pewawancara selalu bertanya.
4. Pewawancara tidak menjuruskan pertanyaan kepada suatu jawaban, tetapi harus selalu bersifat netral.
5. Pertanyaan yang ditanyakan mengikuti panduan yang telah dibuat sebelumnya. Pertanyaan panduan ini dinamakan *interview guide*.

Wawancara merupakan metode pengumpulan data dengan jalan tanya jawab sepihak yang dilakukan secara sistematis dan berlandaskan kepada tujuan penelitian (Lerbin, 1992 dalam Hadi, 2007). Tanya jawab 'sepihak' berarti bahwa pengumpul data yang aktif bertanya, sermentara pihak yang ditanya aktif memberikan jawaban atau tanggapan.



Definisi di atas menjelaskan, peneliti juga dapat mengetahui bahwa tanya jawab dilakukan secara sistematis, telah terencana, dan mengacu pada tujuan penelitian yang dilakukan. Pada penelitian, wawancara dapat berfungsi sebagai metode primer, pelengkap atau sebagai kriterium (Hadi, 1992).

Wawancara adalah suatu proses interaksi dan komunikasi. Dalam proses ini, hasil wawancara ditentukan oleh beberapa faktor yang berinteraksi dan mempengaruhi arus informasi. Faktor-faktor tersebut ialah: pewawancara, responden, topik penelitian yang tertuang dalam daftar pertanyaan, dan situasi wawancara.

Pewawancara diharapkan menyampaikan pertanyaan kepada responden, merangsang responden untuk menjawabnya, menggali jawaban lebih jauh bila dikehendaki mencatatnya. Bila semua tugas ini tidak dilaksanakan sebagaimana mestinya maka hasil wawancara menjadi kurang bermutu. Syarat menjadi pewawancara yang baik ialah ketrampilan mewawancarai, motivasi yang tinggi, dan rasa aman, artinya tidak ragu dan takut untuk menyampaikan pertanyaan.

Demikian pula responden dapat mempengaruhi hasil wawancara karena mutu jawaban yang diberikan tergantung pada apakah dia dapat menangkap isi pertanyaan dengan tepat serta bersedia menjawabnya dengan baik.

Penelitian ini menggunakan variasi wawancara kualitatif yaitu wawancara dengan pedoman umum, wawancara mendalam (*in depth interview*) dan berbentuk *open-ended question*. Selama proses wawancara, peneliti dilengkapi dengan pedoman wawancara yang sangat umum, yang mencantumkan isu-isu yang harus ditanyakan dan menentukan urutan pertanyaan. Wawancara dalam

penelitian ini juga berbentuk wawancara mendalam, dimana peneliti mengajukan pertanyaan mengenai penyesuaian yang dialami oleh responden. Jika peneliti menganggap data wawancara belum begitu jelas untuk dapat ditarik kesimpulannya maka peneliti akan mencoba melakukan *probing* pada responden. Wawancara dalam penelitian ini juga berbentuk *open-ended question* dimana peneliti mencoba mendorong responden untuk berbicara lebih lanjut tentang topik yang dibahas tanpa membuat responden merasa diarahkan.

## 2. Observasi

Sebelum observasi itu dilaksanakan, pengobservasi (*observer*) hendaknya telah menetapkan terlebih dahulu aspek-aspek apayang akan diobservasi dari tingkah laku seseorang. Aspek-aspek tersebut hendaknya telah dirumuskan secara operasional, sehingga tingkah laku yang akan dicatat nanti dalam observasi hanyalah apa-apa yang telah dirumuskan tersebut.

### 1) Jenis-Jenis Observasi.

Ada tiga jenis observasi yang masing-masing umumnya cocok untuk keadaan-keadaan tertentu, yaitu: (dalam Bungin, 2012)

#### 1. Metode Observasi

Persoalan tentang metode observasi sama sekali tidak dapat dilepaskan dari *scope* dan tujuan penelitian yang hendak diselenggarakan. *Observer* perlu memusatkan perhatiannya pada apa yang sudah diterangkan dalam pedoman observasi (*observation guide*) dan tidak terlalu insidental dalam observasi-observasinya.



## 2. Waktu dan Bentuk Pencatatan

Masalah kapan dan bagaimana mengadakan pencatatan adalah masalah yang penting dalam observasi partisipan. Sudah dapat dipastikan bahwa pencatatan dengan segera terhadap kejadian-kejadian dalam situasi interaksi merupakan hal yang terbaik. Pencatatan *on the spot* akan mencegah pemalsuan ingatan karena terbatasnya ingatan. Jika pencatatan *on the spot* tidak dapat dilakukan, sedangkan kelangsungan situasi cukup lama, maka perlu dijalankan pencatatan dengan kata-kata kunci. Akan tetapi pencatatan semacam ini pun harus dilakukan dengan cara-cara yang tidak menarik perhatian dan tidak menimbulkan kecurigaan. Pencatatan dapat dilakukan, misalnya pada kertas-kertas kecil atau pada kertas apa pun yang kelihatannya tidak berarti.

## 3. Intensi dan Ekstensi Partisipasi

Secara garis besar, partisipasi tidaklah sama untuk semua penelitian dengan observasi partisipan ini. Peneliti dapat mengambil partisipasi hanya pada beberapa kegiatan sosial (*partial participation*) dan dapat juga pada semua kegiatan (*full participation*). Dalam tiap *Observer* kegiatan itu penyelidik dapat turut serta sedalam-dalamnya (*intensive participation*) atau secara minimal (*surface participation*). Hal ini tergantung kepada situasi dalam observasi partisipan. *Observer* berperan ganda yaitu sebagai pengamat sekaligus menjadi bagian dan

UNIVERSITAS MEDAN AREA Sedangkan dalam observasi nonpartisipan, *observer*



hanya memerankan diri sebagai pengamat. Perhatian peneliti terfokus pada bagaimana mengamati, merekam, mempelajari, dan mencatat tingkah laku atau fenomena yang diteliti. Observasi nonpartisipan dapat bersifat tertutup, dalam arti tidak diketahui oleh subjek yang diteliti, ataupun terbuka yakni diketahui oleh subjek yang diteliti.

#### a. Observasi Sistematis.

Observasi sistematis biasa disebut juga observasi berkerangka atau *structured observation*. Ciri pokok dari observasi ini adalah kerangka yang memuat faktor-faktor yang telah diatur kategorisasinya lebih dulu dan ciri-ciri khusus dari tiap-tiap faktor dalam kategori-kategori itu.

##### 1. Materi observasi

Isi dan luas situasi yang akan diobservasi dalam observasi sistematis umumnya lebih terbatas. Sebagai alat untuk penelitian deskriptif, peneliti berlandaskan pada perumusan-perumusan yang lebih khusus. Wilayah atau *scope* observasinya sendiri dibatasi dengan tegas sesuai dengan tujuan dan penelitian, bukan situasi kehidupan masyarakat seperti pada observasi partisipan yang umumnya digunakan dalam penelitian eksploratif. Perumusan-perumusan masalah yang hendak diselidiki sudah dikhususkan, misalnya hubungan antara pengikut, kerjasama dan persaingan, dan sebagainya, dengan begitu kebebasan untuk memilih apa yang diselidiki sangat terbatas.

Ini dijadikan ciri yang membedakan observasi sistematis dan observasi

## 2. Cara-cara Pencatatan

Persoalan-persoalan yang telah dirumuskan secara teliti memungkinkan jawaban-jawaban, respons, atau reaksi yang dapat dicatat secara teliti pula. Ketelitian yang tinggi pada prosedur observasi inilah yang memberikan kemungkinan pada penyelidik untuk mengadakan “kuantifikasi” terhadap hasil-hasil penyelidikannya. Jenis-jenis gejala atau tingkah laku tertentu yang timbul dapat dihitung dan ditabulasikan. Ini nanti akan sangat memudahkan pekerjaan analisis hasil.

### D. Alat Bantu Pengumpulan Data

Pencatatan data selama penelitian penting sekali karena data dasar yang akan dianalisis berdasarkan atas “kutipan” hasil wawancara. Oleh karena itu, pencatatan data harus dilakukan sebaik dan setepat mungkin. Kedudukan peneliti dalam penelitian kualitatif sangatlah penting dan cukup rumit, untuk itu diperlukan suatu instrumen atau alat penelitian agar dapat membantu peneliti dalam pengumpulan data (Moleong, 2005). Alat bantu yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

#### 1. Alat perekam (*Handphone*)

Alat perekam digunakan untuk memudahkan peneliti untuk mengulang kembali hasil wawancara yang telah dilakukan. Adanya hasil rekaman wawancara tersebut akan memudahkan peneliti apabila ada kemungkinan data yang kurang jelas sehingga peneliti dapat bertanya kembali kepada responden. Penggunaan alat

rekam ini dilakukan setelah memperoleh persetujuan dari responden. Selain itu



penggunaan alat perekam memungkinkan peneliti untuk lebih berkonsentrasi pada apa yang akan dikatakan responden.

## 2. Pedoman wawancara

Pedoman wawancara memuat isu-isu yang berkaitan dengan tema penelitian. Pertanyaan akan disesuaikan dengan situasi dan kondisi saat wawancara berlangsung tanpa melupakan aspek-aspek yang harus ditanyakan. Pedoman ini digunakan untuk mengingatkan peneliti mengenai aspek-aspek yang harus dibahas, sekaligus menjadi daftar pengecek (*checklist*) apakah aspek-aspek tersebut telah dibahas atau dinyatakan (Poerwandari, 2007). Pedoman wawancara digunakan tidak secara kaku sehingga memungkinkan peneliti untuk menanyakan hal-hal di luar pedoman wawancara demi mendapatkan data yang lebih lengkap dan akurat.

## 3. Pedoman Observasi

Pedoman umum observasi digunakan untuk mengambil data yang akan menghasilkan data pelengkap yang didapat dari hasil dengan subjek penelitian. Beberapa hal yang perlu diperhatikan saat membuat catatan observasi menurut Banister dkk (dalam Poerwandari, 2007) (1) deskripsi konteks (2) deskripsi karakteristik subjek yang diamati (3) deskripsi mengenai perilaku yang ditampilkan subjek. Adanya pedoman observasi, membantu peneliti untuk mencatat data konkrit berkenaan dengan fenomena. Alat Tulis dan Buku Catatan Kecil. Pencatatan dilakukan untuk menunjang data yang terekam melalui perekam dan kertas untuk mencatat berfungsi sebagai data kontrol dan jalannya



## E. Prosedur penelitian

### 1. Tahap persiapan penelitian

Pada tahap persiapan penelitian, peneliti melakukan sejumlah hal yang perlu dilakukan untuk melakukan penelitian, yaitu :

#### 1). Mengumpulan data.

Peneliti mengumpulkan berbagai informasi dan teori-teori yang berhubungan dengan *subjective well being* pada wanita *single* usia madya.

#### 2). Menyusun pedoman wawancara.

Pedoman wawancara bertujuan agar wawancara yang dilakukan tidak menyimpang dari tujuan penelitian, peneliti menyusun butir-butir pertanyaan berdasarkan kerangka teori yang ada untuk menjadi pedoman wawancara.

#### 3). Membuat *informed consent* (pernyataan pemberian izin oleh responden).

Pernyataan ini dibuat sebagai bukti bahwa responden telah menyepakati bahwa dirinya akan berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini tanpa adanya paksaan dari siapapun. Peneliti menjelaskan tentang penelitian ini beserta dengan tujuan dan manfaat penelitiannya.

#### 4). Mempersiapkan alat-alat penelitian.

Alat-alat yang dipersiapkan agar mendukung proses pengumpulan data seperti rekaman, alat pencatat (kertas dan alat tulis) serta pedoman wawancara yang telah tersusun.

5) Persiapan untuk mengumpulkan data.

Peneliti mengumpulkan informasi tentang calon responden penelitian. Setelah melakukannya, peneliti kemudian menghubungi calon responden dan menanyakan keadaannya untuk berpartisipasi dalam penelitian.

6) Membangun *Rapport* dan menentukan jadwal wawancara.

Setelah memperoleh kesediaan diri responden, peneliti kemudian membangun *rapport* dan mengatur serta menyepakati waktu untuk melakukan wawancara.

## 2. Tahap pelaksanaan penelitian

Setelah tahap persiapan penelitian dilakukan, maka peneliti memasuki tahap pelaksanaan penelitian.

1). Mengkonfirmasi ulang waktu wawancara.

Sebelum wawancara dilakukan, peneliti mengkonfirmasi ulang waktu dan tempat yang sebelumnya telah disepakati bersama dengan responden. Konfirmasi ulang ini dilakukan beberapa jam sebelum jadwal wawancara yang disepakati dengan tujuan untuk memastikan responden dalam keadaan sehat dan tidak berhalangan dalam melakukan wawancara.

2). Melakukan wawancara berdasarkan pedoman wawancara.

Wawancara dilakukan berdasarkan pedoman wawancara yang telah disusun. Saat wawancara berlangsung, peneliti juga melakukan observasi terhadap responden.

- 3). Memindahkan rekaman hasil wawancara kedalam bentuk transkrip verbatim.

Setelah hasil wawancara diperoleh, peneliti memindahkan hasil wawancara kedalam verbatim tertulis. Pada tahap ini, peneliti melakukan koding dengan membubuhkan kode-kode pada materi yang diperoleh. Koding dimaksudkan untuk mengorganisasi dan sistematisasi data secara lengkap dan mendetail sehingga data dapat memberikan gambaran tentang topik yang diteliti.

- 4). Melakukan analisis data.

Bentuk transkrip verbatim yang telah selesai dibuat kemudian dibuatkan salinannya. Peneliti kemudian menyusun dan menganalisa data dari hasil transkrip wawancara yang telah di koding menjadi sebuah narasi yang baik dan menyusunnya berdasarkan alur pedoman wawancara yang digunakan saat wawancara.

- 5). Menarik kesimpulan, membuat diskusi dan saran.

Setelah analisis data selesai, peneliti menarik kesimpulan untuk menjawab permasalahan. Kemudian peneliti menuliskan diskusi terhadap kesimpulan dan seluruh hasil penelitian, memperhatikan hasil penelitian, kesimpulan data dan diskusi yang telah dilakukan, peneliti mengajukan saran bagi peneliti selanjutnya.

### 3. Tahap pencatatan data

Semua data yang diperoleh pada saat wawancara direkam dengan alat

perangkat dengan prosedurnya. Data hasil rekaman ini



kemudian ditranskripsikan secara verbatim untuk dianalisa. Transkrip adalah salinan hasil wawancara dalam pita suara dipindahkan kedalam bentuk ketikan diatas kertas.

#### 4. Teknik dan prosedur pengolahan data

Pada penelitian ini, menggunakan data penelitian kualitatif tidak berbentuk angka, tetapi lebih banyak berupa narasi, deskripsi, cerita. Walaupun penelitian kualitatif tidak memiliki pedoman-pedoman atau saran-saran tentang prosedur yang harus dijalani berkenan dengan analisis dan interpretasi data (poerwandari, 2005).

##### F. Metode Analisis Data

Pada penelitian kualitatif data yang diperoleh berupa kata-kata. Dari kata-kata tersebut dilakukan analisis (Poerwandari, 2005) mengatakan tahapan analisis data kualitatif sebagai berikut.

##### 1. Organisasi Data dan Transkrip

Pengelolaan data dan analisis data sesungguhnya dimulai dengan mengorganisasikan data. Organisasi data secara sistematis untuk memperoleh kualitas data yang baik, mendokumentasikan analisis yang dilakukan dan menyimpan data dan analisis yang berkaitan dalam penyelesaian penelitian.

##### 2. Membuat Kode dan Tema

Menyusun transkrip verbatim sedemikian rupa sehingga ada kolom kosong yang cukup besar disebelah kanan dan kiri skrip untuk tempat

UNIVERSITAS MEDAN AREA tentu, kemudian secara urut dan dan melakukan

penomoran pada baris-baris traskrip. Koding dimaksudkan untuk mengorganisasikan dan mensistematisasikan data secara lengkap dan mendetail sehingga data data dapat muncul dengan lengkap gambaran tentang topik yang dipelajari dengan demikian peneliti akan dapat menuntun makna data yang dikumpulkan.

### 3. Analisis Tematik

Analisis terhadap data pengamatan sangat berpengaruh oleh kejelasan mengenai apa yang ingin diungkap peneliti melalui pengamatan yang dilakukan. Untuk dapat memprestasikan data observasi seefektif mungkin sesuai dengan tujuan penelitian, sebagai pilihan yang dapat dipertimbangkan.

### 4. Penguji Terhadap Dugaan

Dugaan adalah kesimpulan sementara dengan mempelajari data, kata menggunakan dugaan-dugaan yang juga kesimpulan-kesimpulan sementara. Penguji dudan terkait dengan upaya mencari penjelasan mengenai data yang hampir sama. Dugaan yang berkembang tersebut harus dipertajam, diuji kecepatannya.

### 5. Tahap Interpretasi

Meskipun dalam penelitian kualitatif istilah analisis dan interpretasi sering digunakan bergantian, Kvale (dalam Poerwandari, 2005) mencoba membedakan keduanya, menurutnya, interpretasi mengacu pada upaya memahami data secara lebih efektif sekaligus mendalam.



## G. Kredibilitas Hasil Penelitian

Kreadibilitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi. Triangulasi berarti menggunakan pendekatan yang bermacam-macam untuk memastikan akurasi dan keajegan hasil penelitian. Dengan menggunakan pendekatan yang bermacam-macam dalam penelitian, dapat menutupi kelemahan-kelemahan tertentu dari suatu pendekatan melalui pendekatan yang lain (Rahmi, 2013). Triangulasi dapat dilakukan melalui 4 tipe dasar, yaitu :

### 1. Triangulasi Data

Penggunaan beragam sumber data dalam penelitian. Dalam hal ini peneliti akan mewawancarai orang-orang terdekat responden seperti orang tua, kakak, tetangga responden.

### 2. Triangulasi Investigator

Menggunakan beberapa orang evaluator untuk memberikan penilaian terhadap proses penelitian khususnya pengumpulan dan analisis data untuk mendapatkan pendapat perbandingan mengenai hasil penelitian. Dalam hal ini peneliti akan meminta bantuan dosen pembimbing yaitu ibu Rahmi Lubis S.Psi, M.Psi dan ibu Laili Alfita S.Psi, MM, M.Psi sebagai investigator hasil penelitian.

### 3. Triangulasi Metodologis

Menggunakan beberapa metode pengumpulan data untuk mempelajari masalah penelitian, seperti wawancara dan Skala observasi.

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Tujuan Penelitian ini adalah bagaimana latar belakang wanita *single* tidak menikah di usia madya, faktor apa yang mempengaruhi wanita tidak menikah dan bagaimana *subjective well being* wanita *single* usia madya yang tidak menikah.

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian yang dapat di ambil dari penelitian ini adalah:

Responden I memiliki latar belakang menjadi wanita *single* karena responden memiliki trauma di masa lalu, responden pernah ditinggal menikah dengan kekasihnya dan melihat kakak ipar adiknya diperlakukan tidak baik dengan suaminya sehingga responden takut dan memilih-milih pasangan hidup.

Responden II memiliki latar belakang menjadi wanita *single* karena responden juga memiliki trauma di masa lalu, responden II juga memiliki kanker payudara yang membuat responden takut akan menyusahkan pendamping hidupnya kelak. Responden juga takut tidak bahagia sama seperti yang dialami oleh adik-adik responden II yang menikah tidak bahagia dan tidak harmonis sehingga responden memilih-milih dalam mencari pasangan hidupnya.

Sedangkan responden III memiliki latar belakang menjadi wanita *single* karena responden memiliki identifikasi secara ketat terhadap orang tuanya seperti ayahnya yang menginginkan jodohnya sama seperti ayahnya yang memiliki agama yang baik dan memiliki pribadi yang baik, sehingga responden merasa tidak

menemukan jodoh yang sesuai dengan keinginannya responden merasa tua dan akhirnya responden III tidak menikah.

Dilihat dari komponen *Subjective well being* yaitu afek positif, afek negatif dan kepuasan hidup, ketiga responden juga memiliki afek positif dan afek negatif, tetapi dilihat dari kepuasan hidup yang mereka rasakan, mereka merasa tidak puas dengan hidup mereka seperti yang dilihat dari responden I alami bahwa dirinya masih sakit hati dengan orang yang berada di sekitarnya saat dirinya dikatai sebagai perawan tua.

Responden II juga menganggap dirinya belum merasa puas dengan hidupnya, karena responden masih memiliki penyakit kanker payudara yang dideritanya. Responden III juga menghindari lingkungan sosialnya karena merasa malu dengan statusnya tidak menikah. Hal ini menggambarkan bahwa dirinya merasa tidak puas dalam hidupnya. Sehingga ketiga responden tidak memiliki *subjective well being* karena ketiga responden tidak memiliki kepuasan hidupnya secara keseluruhan. Hal ini tidak memenuhi karakteristik *SWB* dan komponen *SWB* sehingga ketiga responden tidak *subjective well being* karena tidak memenuhi karakteristik dan komponen *subjective well being*.

## B. Saran

Dari hasil penelitian, maka saran yang diberikan adalah sebagai berikut :

1. Kepada responden I,III untuk meningkatkan afek positif dari pada afek negatif.

Sedangkan responden II lebih meningkatkan tentang kepuasan hidupnya saat ini. Jika keinginan menikah masih diharapkan oleh responden I dan II

disarankan untuk membuka diri dan menerima orang yang ingin menikah

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 30/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

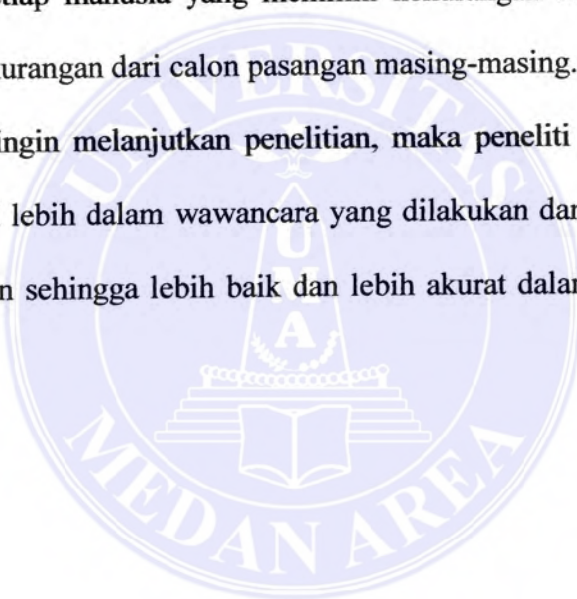
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From Repository.uma.ac.id 30/8/24



dengan mereka dan jangan banyak memilih dan mempertahankan kriteria masing-masing. Bagi responden III untuk tetap sabar dan ikhlas dalam menjalani hidup dalam keputusan untuk tidak menikah dan selalu berlapang dada dalam menjalani hidup yang telah menjadi keputusannya.

2. Bagi masyarakat luas agar tidak menjadi *single* diharapkan untuk tidak menuntut pasangan yang sempurna dan harus sesuai dengan kriteria yang diinginkan. Karena setiap manusia yang memiliki kekurangan sehingga harus saling menerima kekurangan dari calon pasangan masing-masing.
3. Bagi peneliti yang ingin melanjutkan penelitian, maka peneliti menyarankan agar dapat menggali lebih dalam wawancara yang dilakukan dan memperkuat teori yang digunakan sehingga lebih baik dan lebih akurat dalam menyajikan hasil penelitian.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Dahlan, Ibnu. 1993. *Peran ganda wanita modern*. Jakarta: Cv pustaka
- Arianti, J. 2010. *Subjective Well Being (Kesejahteraan Subjektif) dan kepuasan kerja kepada staf pengajar (Dosen) Di lingkungan fakultas psikologi Universitas di ponegoro*. Dalam jurnal Psikologi Universitas Diponegoro, 8 (2). 119-120
- Baron, R. A, & Byrne, D. E. (2004) *Social Psychology* (10th ed). USA: Pearson.
- Bastaman, HD (1996). Meraih hidup bermakna: kisah pribadi dengan pengalaman tragis. <http://journal.unair.ac.id>
- Bungin. Burhan. 2012. Analisis Data Penelitian Kualitatif. Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Calyptra. 2013. Perbedaan Kesejahteraan Psikologis pada Wanita Lajang Ditinjau dari Tipe Wanita Lajang. *Jurnal*. Mahasiswa Universitas Surabaya vol. 2 No 1
- Daryo, A. (2003). Psikologi Perkembangan Dewasa Muda. Jakarta : Gasindo.
- Diener. (1999). Subjective well being : there decades of progress. *Journal of personality and social pschycology*. Vol III
- Diener, E & Lucas, R.E.2005. *Subjective Well-Being: The Science of happiness and life satisfaction*. Dalam C.R Snyder, & S.J. Lopez , Handbook of positive Psychology (hal, 63-73).
- Diener, M. J. 2009. *The Science of well being The Collected Works of Ed Diener*.USA : Spriger.
- Dewi, S. J, (2013). *Perbedaan Subjective Well being Pada Dewasa Awal Yang Sudah Menikah dan Yang Belum Menikah*. Skripsi. Universitas Medan Area. Diakses pada tanggal 15 November 2015. <http://balitbang.pemkomedan.go.id/tinymcepuk/gambar/file/julia.pdf>
- Eid, M. & Larsen R.J. 2008. *The Science of Being*. London: The Guilford press.
- Fatimah Nurul,(2014). *Kesejahteraan Subjektif Pada Madya Lajang*.Skripsi. Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Diakses pada tanggal 23 November 2015 20.00 dari <http://digilib.unsuka.ac.id/11700/1/BAB%201,%20V.%20DAFTAR%20PUSTAKA.pdf>

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
20150824

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From Repository.unma.ac.id 30/8/24



- Gatari, E. 2008. *Hubungan Antara perceived support dengan Subjective well being pada ibu bekerja. Skripsi.* Fakultas Psikologi. Universitas Indonesia
- Gordon, P.A. (2003). The Decision of Remain Single: Implication for Women Across Cultures. *Journal of Mental Health Counseling.* 25 (1).
- Gracilia, Kurniati. H, (2013). *Psychological Well Being pada Pria Lajang Dewasa Madya. Jurnal.* Diakses pada tanggal 15 November 2015. <http://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/download/446/415>
- Hadi, Sutrisno.2007. *Statistik Edisi Revisi Jilid 2.* Yogyakarta : Penerbit Andi.
- Hawari, D. 1997. *Marriage Conseling (konsultasi Perkawinan).* Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Hurlock, E. B. (1980),*Psikologi perkembangan:Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan.*Jakarta : Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1992),*Psikologi perkembangan:Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan.*Jakarta : Erlangga.
- Jahja, Yahya. (2011). *Psikologi Perkembangan (Cetakan 1).* Jakarta : Kencana.
- Jaya Angelina Nindya, (2011). *Subjective well being wanita dewasa akhir yang hidup melajang.* Universitas Katolik Widya Mandala Syrabaya. *Skripsi.* Diakses pada tanggal 15 November 2015. <http://repository.wima.pdf>
- Kartono, DR. Kartini. (2006). *Psikologi Wanita Mengenai Gadis Remaja dan Wanita Dewasa.* Mandar Maju : Bandung.
- Kemalia D. R. 2012. Perbedaan tingkat Kesepian Berdasarkan Status pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal.* Mahasiswa Universitas Gunadarma.
- Mafriana, Bakti. Sandra. dll. 1999. *Perempuan.* Yayasan jurnal Perempuan. Jakarta.
- Maleong, L. (2005) *Metode Penelitian Kualitatif(Edisi Revisi).* Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Muba, W. (2009). Prediction of Subjective well Being. *Journal of positive psychological Assessment.* Vol 1, 24-35
- Myers, H.S (1994). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indikators Research,* Vol: 46, p: 137-155

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 30/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From Repository.uma.ac.id 30/8/24



- Novianti D. (2012). Konflik Intrapersonal Wanita Lajang Terhadap Tuntutan Orangtua Untuk Menikah. *Jurnal. Psikologi Indonesia*
- Papalia, D. E., Olds S.W., & Feldman R. D. 2007. "Human Development 10th ed". New York : McGraw Hill. Companies.
- Papalia, D. E., Olds S.W., & Feldman R. D. 2009. "Human Development 10th ed". New York : McGraw Hill.
- Poerwandari, E. K. (2005). *Pendekatan Kualitatif untuk Perilaku Manusia*. Jakarta : LPSP3 Universitas Indonesia.
- Poerwandari, E. K. (2007). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta : LPSP3. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Pradipta, Rizkiana. T. D. (2015). *Psychological Well Being Pada Wanita Dewasa Madya. Skripsi*. Diakses pada tanggal 8 Desember 2015.
- Rahmi, 2013, Metode Penelitian Kualitatif.
- Ryan, R., & Deci. L. 2011. On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudamonic well being, *annual Review of Psychology*, 52, 141-66. Diakses pada tanggal 15 November 2015 <http://www.uic.edu>
- Santrock, Jhon. W. 2012. *Life-Span Development perkembangan masa hidup jilid 2*. Erlangga
- Septiana Ema dll, (2013). *Identitas lajang (Single Identity) dan Stigma Studi Fenomenologi Perempuan lajang di Surabaya. Jurnal*. Diakses pada tanggal 15 November 2015. <http://www.scribd.com/book/273704020>
- Situmorang (2007) "wanita yang belum menikah usia dewasa yang memiliki karir. *Jurnal*. Diakses pada tanggal 15 November 2015. On Scribd.
- Suryani, L. K., & Lesmana, C. B.J. (2007) *Kiat Menghadapi Badai Kehidupan Perkawinan (How to Handle the Storm of marriage life)*. Jakarta: PT. Intisari.
- Suryani A. O. (2007). " Gambaran Sikap Terhadap Hidup Melajang dan Kecemasan akan Ketidakhadiran Pasangan pada Wanita Lajang Berusia di atas 30 Tahun. *Manasa. I*. 75-95.
- Setiadi. (2008). *Konsep Proses Keperawatan keluarga (edisi 1)*. Yogyakarta : Universitas Medan Area

- S, Winda. Tetty. (2014). *Subjective well Being pada Wanita Karier Usia Dewasa Madya Yang Masih Melajang. Jurnal*. Diakses pada tanggal 15 November 2015.  
<http://library.gunadarma.ac.id/repository/view/3788250>
- Tantri W. W. (2013). *Dinamika Kehidupan Melajang Pada Perempuan Dewasa Madya.Skripsi*. Diakses pada tanggal 8 Desember 2015.  
<http://digilib.uin-suka.ac.id>
- Ulfa, Mariyah. Siti. dll, (2014). *Gambaran Subjective Well Being Pada Wanita Involuntary Childless. Jurnal*. Diakses pada tanggal 15 November 2015.  
<https://www.scribd.com/book/254765453>
- W. Darmaatmaja, Rarta.1985,*Psychology wanita dalam perkembangan*  
 .Jakarta:Pelangi
- Winarsih. 2006. *Jalan Kebahagiaan, Jakarta : Gema Isnan*

