

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia sebagai makhluk hidup tentunya mengalami perkembangan sepanjang rentang hidupnya. Perkembangan yang dialami memiliki periode usia tertentu dimana setiap periode usia tersebut individu memiliki tugas perkembangan yang perlu diselesaikan untuk mencapai kesuksesan dalam periode perkembangan usia tersebut. Tugas perkembangan yang dihadapi individu dapat menjadi tantangan bagi mereka karena adanya perubahan yang dialami dari periode perkembangan usia sebelumnya ke selanjutnya. Masa dewasa awal merupakan masa dimana terjadinya peralihan dari masa remaja menjadi dewasa (Putri, 2018). Peralihan ini adalah periode saat individu mulai melakukan penyesuaian dengan pola kehidupan, harapan, peran, dan tugas yang baru. Penyesuaian akan hal-hal tersebut dilakukan agar individu dapat meningkatkan kemandirian, kebebasan, dan pandangan masa depan yang lebih realistis (Hurlock, 2017).

Pada periode dewasa awal, tugas perkembangan yang dihadapi berhubungan dengan fungsi, fisik, finansial, dan kedewasaan emosional mereka. Menurut Hurlock (2017) tugas perkembangan dewasa awal meliputi mendapatkan pekerjaan, memilih pasangan, belajar hidup berkeluarga, membesarkan anak, mengelola rumah tangga, bertanggung jawab sebagai warga negara, serta bergabung dalam suatu kelompok sosial. Meskipun terdapat tugas perkembangan tersebut, nyatanya tidak semua individu pada

periode tersebut dapat menyelesaikan seluruh tugas di masa dewasa awal. Pada periode usia ini, semakin banyak individu yang tidak memiliki hubungan romantis baik dikarenakan keadaan atau disebut involunter, maupun karena pilihan mereka sendiri atau disebut volunter (Slonim, Gur-Yaish, & Katz, 2015)

Sejak tahun 2006, ditemukan adanya penurunan usia menikah pada laki-laki dan perempuan yang berlangsung hingga tahun 2012 bagi laki-laki, dan tahun 2012 bagi perempuan (Isa, 2017). Berdasarkan Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik di tahun 2018, ditemukan terdapat 66% laki-laki dan 34% perempuan di atas 19 tahun yang belum menikah (Islahuddin & Nur, 2019). Rata-rata usia pernikahan pada perempuan di Indonesia sendiri berdasarkan Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) pada tahun 2020, adalah usia 19-24 tahun (Kusnandar, 2021). Kini, perempuan dewasa awal mulai berfokus pada pendidikan dan karir mereka. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik, terjadi peningkatan jumlah perempuan yang menamatkan pendidikan hingga perguruan tinggi sejak tahun 2000 sebanyak 3,24% menjadi 9,52% pada 2019 (Badan Pusat Statistik, 2021). Perempuan bekerja juga mengalami peningkatan pada tahun 1980 sebanyak 32,65% menjadi 52,36% pada 2013 (Vibriyanti, 2013).

Hubungan dengan orang lain sendiri dianggap memiliki pengaruh paling besar terhadap kesejahteraan diri seseorang dibandingkan dengan status ekonomi dan finansial (Diener & Oishi, 2000). Pada dewasa awal,

hubungan romantis yang stabil telah dikaitkan dengan kesejahteraan diri yang lebih baik dan jika gagal dalam membangun hubungan romantis pada periode ini maka individu akan mengalami efek negatif pada kesejahteraan diri pada saat itu maupun di kemudian hari (Adamczyk & Segrin, 2015a). Pada penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa individu lajang memiliki level depresi, kecemasan, gangguan mood dan psikologis lain yang lebih tinggi dibanding dengan individu yang sedang dalam hubungan romantis dan telah menikah (Braithwaite, Delevi, & Fincham, 2010)

Individu dewasa awal yang masih melajang juga ditemukan memiliki kesejahteraan diri, kebahagiaan, dan kepuasan hidup yang paling rendah, kemudian diikuti oleh individu yang memiliki pasangan, dan individu yang telah menikah (Ndayambaje dkk., 2020; Soons & Liefbroer, 2008). Individu yang lajang juga sering dihadapkan dengan beberapa stereotip bahwa mereka mengalami kesepian, tidak percaya diri, tidak bahagia, serta tidak puas dengan hidup dan status hubungan mereka (DePaulo & Morris, 2005). Meskipun beberapa penelitian sebelumnya membuktikan bahwa individu lajang memang mengalami beberapa hal tersebut, namun lajang yang memilih untuk tidak memiliki hubungan romantis saat itu atau mengundur waktu pernikahan, memiliki alasan mengapa mereka memilih untuk tidak berkomitmen terlebih dahulu. Salah satu yang menjadi alasan yaitu karena mereka ingin berfokus terlebih dahulu pada karir dan pendidikan agar lebih mudah untuk menarik calon pasangan di kemudian hari (Apostolou, O, & Esposito, 2020)

Individu yang memilih untuk melajang karena pilihan sendiri disebut sebagai lajang volunter atau *voluntary singles*. Lajang dengan tipe ini memiliki keinginan untuk menjalin hubungan romantis yang rendah (Kislev, 2021). Penelitian yang pernah dilakukan menemukan bahwa lajang volunter menunjukkan adanya peningkatan level kemandirian, kepuasan diri, dan otonomi selama hidupnya (Timonen & Doyle, 2014). Tipe lajang lain yaitu lajang involunter atau *involuntary singles*, dimana pada tipe ini individu tidak memilih untuk menjadi lajang melainkan dikarenakan keadaan eksternal. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa lajang tipe ini cenderung mengalami emosi negatif seperti kesepian dan kesejahteraan diri yang rendah (Kislev, 2021). Penemuan tersebut namun juga memiliki hasil yang berbeda pada penelitian Adamczyk (2017), dimana tidak adanya perbedaan kesehatan mental antara *voluntary* dan *involuntary singles*.

Perempuan dengan status lajang ditemukan lebih sering mengalami stereotip dan diskriminasi akibat status mereka (DePaulo & Morris, 2005). Hal ini dikarenakan pada beberapa negara yang memiliki kultur dengan adanya kewajiban sosial tertentu bagi perempuan untuk segera memiliki pasangan dan menikah. Perempuan diharapkan untuk memenuhi perannya untuk merawat keluarga dalam lingkungan pernikahan (DePaulo & Morris, 2005). Identitas perempuan lajang dianggap menyimpang dan bermasalah sehingga terkadang dianggap memiliki identitas sosial yang lebih rendah dibandingkan dengan perempuan yang telah memiliki pasangan (Gong, Tu, & Jiang, 2017). Terutama di negara Asia yang memiliki budaya kolektivisme

dimana lingkungan sosial individu dapat memberikan tekanan lebih untuk memiliki pasangan atau hubungan romantis. Seperti pada Cina dan Singapura, dimana terdapat kewajiban bagi perempuan untuk menikah dan merawat anak (Ang, Lee, & Lie, 2020). Begitu pula di Indonesia yang merupakan negara di Asia dan memiliki budaya kolektivisme, dimana perempuan yang belum menikah atau sedang tidak dalam hubungan romantis kerap mengalami tekanan kultur dan lingkungan sosial untuk segera mencari pasangan.

Perempuan dewasa awal yang tidak berhubungan romantis juga dikhawatirkan tidak akan menikah dalam waktu dekat atau pada masa perkembangan dewasa awal. Sedangkan, menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN), usia yang ideal bagi perempuan untuk menikah dan hamil adalah pada usia 21-35 tahun (Aryanto, 2021). Penentuan usia tersebut dikarenakan secara fisik dan mental individu telah siap untuk membangun keluarga. Pernikahan terlalu muda dan terlalu tua tidak disarankan karena dikhawatirkan dapat memiliki efek negatif bagi kesehatan perempuan. Kehamilan pada perempuan diatas usia 35 tahun ditemukan memiliki risiko dan berefek negatif pada kesehatan individu (Londero dkk., 2019).

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dapat ditemukan bahwa dewasa awal yang sedang tidak berhubungan romantis cenderung memiliki kesejahteraan diri yang lebih rendah dibandingkan dengan dewasa awal lain yang sedang dalam hubungan

romantis ataupun sudah menikah. Namun, dapat dilihat juga bahwa tipe lajang yaitu *voluntary* dan *involuntary* juga dapat memberikan hasil kesejahteraan psikologis yang berbeda. Individu yang tidak berhubungan romantis seringkali dikenakan stereotip terutama pada perempuan, dan biasa terjadi di negara Asia yang memiliki budaya kolektif. Sehingga berdasarkan penemuan dari penelitian-penelitian yang telah ada, penelitian untuk menemui apakah terdapat perbedaan kesejahteraan psikologis terkait dengan *voluntary* dan *involuntary singlehood* pada perempuan dewasa awal di Indonesia dapat lebih lanjut dilakukan.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yang telah dituliskan di latar belakang, terdapat permasalahan yang dapat menjadi pokok bahasan dalam penelitian ini. Hubungan antara status hubungan romantis pada dewasa awal dan kesejahteraan diri telah beberapa kali diteliti, dan ditemukan bahwa terdapat hubungan antara keduanya. Individu dewasa awal yang tidak berhubungan romantis cenderung ditemukan memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan individu dewasa awal lain yang sedang dalam hubungan romantis (Ndayambaje dkk., 2020; Soons & Liefbroer, 2008). Namun ditemukan juga bahwa tidak ada perbedaan kesejahteraan psikologis pada individu dewasa awal yang tidak berhubungan romantis dan yang berhubungan romantis (Adamczyk & Segrin, 2015a).

Tipe *singlehood* juga dikaitkan dengan perbedaan kesejahteraan psikologis individu. *Voluntary singles* ditemukan memiliki level kemandirian, otonomi, dan kepuasan diri tinggi pada hidupnya (Timonen & Doyle, 2014). Penelitian lain juga menemukan bahwa individu yang memilih untuk menjadi lajang lebih dilihat sebagai individu yang mandiri dan ditemukan memiliki level percaya diri yang lebih tinggi dibandingkan *involuntary singles* (Slonim, Gur-Yaish, & Katz, 2015). *Involuntary singles* ditemukan cenderung merasakan kesepian dan kesejahteraan diri yang rendah (Kislev, 2021). Pada penelitian lain namun ditemukan bahwa tidak ada perbedaan yang ditemukan antara *voluntary* dan *involuntary singles* pada kesehatan mental mereka (Adamczyk, 2017; Jayachitra & Jagannarayan, 2020).

Perempuan juga ditemukan lebih sering mengalami tekanan untuk segera menikah atau mencari pasangan dan menerima stereotip jika tidak berhubungan romantis (DePaulo & Morris, 2005; Gong, Tu, & Jiang, 2017). Ditemukan juga bahwa hal ini sering terjadi di negara Asia karena adanya kultur kolektivisme di lingkungan sosial (Ang, Lee, & Lie, 2020). Indonesia merupakan salah satu negara Asia yang memiliki kultur tersebut, sehingga untuk mengetahui apakah *voluntary* dan *involuntary singlehood* pada perempuan dewasa awal akan menunjukkan kesejahteraan psikologis yang berbeda maka dibutuhkan sebuah penelitian lebih lanjut.

1.3 Batasan Masalah

Pada penelitian ini, terdapat beberapa batasan yang digunakan untuk lebih memfokuskan permasalahan agar lebih efisien. Berdasarkan penelitian

Adamczyk (2017), *singlehood* pada individu didefinisikan dengan berapa lama individu tersebut sedang tidak dalam hubungan romantis. Individu dalam *singlehood* sedang tidak dalam hubungan romantis selama setidaknya enam bulan atau lebih, namun memiliki niat untuk berkomitmen di kemudian hari. Waktu enam bulan atau lebih digunakan untuk mengkategorikan individu sebagai lajang dalam jangka waktu panjang dan bukan hanya untuk sementara waktu.

Kategorisasi tipe *singlehood*, yaitu *voluntary* dan *involuntary singlehood* dibedakan melalui faktor yang menyebabkan individu tidak berhubungan romantis dalam jangka waktu lama. Menurut (Prabhakar, 2011), individu dikategorikan sebagai *voluntary singlehood* jika mereka tidak berhubungan romantis dikarenakan ketidakinginan untuk berkomitmen, ingin fokus terhadap pekerjaan atau pendidikan, serta keinginan untuk bebas. Kondisi status individu dikarenakan keinginan personal dan bukan dikarenakan faktor di luar individu. Sedangkan individu dikategorikan sebagai *involuntary singlehood* jika mereka tidak berhubungan romantis dikarenakan belum menemukan pasangan yang sesuai, ketidaksetujuan orangtua, masalah finansial serta kesehatan. Kondisi status individu dikarenakan adanya faktor di luar individu yang menjadi penghalang keinginan individu untuk berhubungan romantis.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, maka dapat ditemukan rumusan

masalah dari penelitian ini yaitu “Apakah terdapat perbedaan kesejahteraan psikologis antara *voluntary* dan *involuntary singlehood* pada perempuan dewasa awal?”

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditentukan sebelumnya, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kesejahteraan psikologis antara *voluntary* dan *involuntary singlehood* pada perempuan dewasa awal.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Dapat memberikan gambaran mengenai perbedaan kesejahteraan psikologis antara *voluntary* dan *involuntary singlehood* pada perempuan dewasa awal.
- b. Dapat memberikan informasi ilmiah dan kajian tambahan terkait perbedaan kesejahteraan psikologis antara *voluntary* dan *involuntary singlehood* pada perempuan dewasa awal.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan mengenai perbedaan kesejahteraan psikologis antara *voluntary* dan *involuntary singlehood* pada perempuan dewasa awal.

b. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan tambahan mengenai perbedaan kesejahteraan psikologis antara *voluntary* dan *involuntary singlehood* pada perempuan dewasa awal berdasarkan penelitian sebelumnya. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi kajian pustaka maupun referensi tambahan untuk penelitian lebih lanjut kedepannya.

c. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan baru mengenai perbedaan kesejahteraan psikologis antara *voluntary* dan *involuntary singlehood* pada perempuan dewasa awal.