

# **BAB I**

## **PENGANTAR**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Manusia dewasa umumnya tentu menemukan pasangan hidupnya lalu akan menikah. Pernikahan sendiri merupakan penggabungan dari dua individu yang memiliki kepentingan, keinginan, dan kebutuhan yang berbeda. Hal ini merupakan suatu bentuk hubungan khusus yang dibentuk oleh aturan dan hukum secara sosial, yang mana secara signifikan mempengaruhi beberapa aspek dalam diri individu, terkhusus pada perkembangan diri dan realisasi diri. Meskipun seiring dengan berjalannya waktu, konsep dalam pernikahan mengalami banyak perubahan, namun pernikahan dinilai tetap menjadi elemen inti dalam masyarakat (Özyiğit, 2017).

Kebutuhan untuk berpasangan dan menikah sangatlah penting, oleh karena pernikahan dinilai menjadi salah satu faktor yang kuat dalam kebahagiaan individu (Bailey & Fernando, 2012). Individu yang memilih untuk menikah dinilai memiliki masa hidup yang relatif lebih panjang dan lebih sehat daripada individu yang enggan untuk menikah (Doblhammer *et al.*, 2009). Pernikahan yang baik memiliki keuntungan, diantaranya adalah dengan adanya dukungan sosial, emosional, serta ekonomi yang didapatkan oleh individu, terkhusus wanita. Penelitian sebelumnya memaparkan bahwa wanita yang menikah memiliki dukungan emosional yang cenderung tinggi, di mana hal ini berimbas pada rendahnya tingkat depresi, dibandingkan dengan wanita yang memilih untuk tidak berpasangan (Smith, 2004).

Seiring perubahan zaman, fenomena seorang wanita yang memilih untuk menjalani kehidupan seorang diri (*single*) telah tampak dalam lingkup yang lebih luas dan merupakan hal yang umum terjadi (Pratama & Masykur, 2018). Perempuan lajang ditinjau dari segi waktunya memilih untuk sementara waktu tanpa pasangan dan hal ini biasa terjadi dalam fase *pre marriage*, namun hal ini juga berpotensi terjadi dalam jangka panjang sehingga menjadi suatu pilihan hidup dalam diri individu tersebut (Christie, 2013). Dalam penelitian lain yang dilakukan Wulandari *et al.*, (2017) menyatakan perempuan dengan pilihan hidup tidak menikah akan memilih untuk berfokus pada keberhasilan dalam berkarir dan mencari kebahagiaan pribadi.

Terjadi penurunan tingkat kebahagiaan yang berasal dari pernikahan di Indonesia. Hasil nilai data statistik menunjukkan bahwa penurunan tersebut pernah terjadi selama satu tahun yaitu pada tahun 2014 hingga 2015. Penurunan tersebut dari nilai indeks 59,88 berubah jadi 59,65. Menurut keseluruhan saat 2017, memiliki tingkat indeks kebahagiaan 70,69. Dari status pernikahan didapati, keadaan lebih bahagia dapat individu yang belum menikah rasakan dengan mudah dibandingkan dengan mereka yang sudah memutuskan untuk menikah. Didapati indikator kebahagiaan individu yang belum menikah sebesar 71,53 dan yang sudah menikah sebesar 71,09 (Fatimah & Nuqul, 2018). Sairi *et al* (2017) menjelaskan BPS menggunakan dimensi kepuasan hidup (34,80%), perasaan (*Afect*, 31,18%), dan makna hidup (*eudaimonia*, 34,02%) untuk mengukur dimensi kebahagiaan.

Dari data-data tersebut menyatakan bahwa individu yang belum melaksanakan pernikahan memiliki tingkat kebahagiaan yang cenderung lebih tinggi tingkatan kebahagiaannya sedangkan ada beberapa sumber penelitian yang menyatakan

bahwa pernikahan sangat erat kaitannya dengan kebahagiaan. Data dari pusat riset opini nasional Amerika didapatkan 35.000 individu dalam 30 tahun terakhir dilakukan survei, sehingga didapatkan bahwa 40% individu sangat bahagia saat mereka menikah, sedangkan 24% menyatakan mereka sangat bahagia ketika terjadi perceraian, tidak menikah, dan ditinggal meninggal oleh pasangan (Seligman, 2005).

Dalam dua tahun terakhir ini *trend* pernikahan di Indonesia menurun. Menurut Annur (2022) dalam laporan statistik Indonesia tahun 2021 tercatat 1,74 juta pernikahan sedangkan pada tahun sebelumnya 1,79 juta pernikahan, sehingga terjadi penurunan 2,8%. Tentu hal ini menjadi sebuah fenomena baru yang terjadi di masa kini, di mana pada hakikatnya pernikahan selama ini dinilai menjadi suatu kebiasaan yang disegani nyaris oleh kebanyakan kelompok etnis dan budaya di Indonesia. Kehidupan sebagai perempuan yang memilih untuk melajang memiliki konsekuensi hidup seperti kesunyian yang berkepanjangan, beban fisik, finansial dan emosional serta rasa cemas akan menghadapi masa tua nantinya seorang diri (Tandiono & Sudagijono, 2016).

Bahkan survei yang dilakukan oleh CNBC, *How Gen Z is rewriting dating, marriage and family plants for their 20s: 'I have so much stuff I have to worry about'* terhadap Gen Z didapati bahwa menikah bukan sebuah prioritas. Dari hasil survei yang telah dilakukan didapati hasil, sebagai berikut. Pertama, "Pengen sih nikah tapi ntar dulu" selanjutnya "Mau bangun karir dan *have fun* dulu mumpung masih muda" dan "Masih banyak hal yang harus Gue cemaskan. Nikah mah nomer sekian".

Hal ini dipengaruhi oleh Gen Z lebih *aware*, karena sebuah pernikahan bukanlah sesuatu yang tanggung jawabnya bukan main-main. *Aware* untuk memilih calon istri

atau suami harus tepat karena pernikahan itu seumur hidup. Trauma, beberapa dari keluarga Gen Z tumbuh dalam keluarga yang pernikahan orangtuanya tidak sehat dan tidak bahagia. Mereka ingin membersihkan luka batin terlebih dahulu dan berdamai dengan diri sendiri. *Self-discovery*, bagi mereka masa muda tidak akan terulang kembali. Saatnya membangun kehidupan impian. Sebelum harus menambah tanggung jawab lain setelah menikah, mengingat kebutuhan setelah menikah sangatlah banyak. Mereka sibuk dengan membangun karir dan kehidupan sehingga yang sering terjadi, mereka bingung bila ingin membangun relasi harus mulai darimana.

Kebahagiaan ialah indikator yang sangat berpengaruh dalam sebuah diri individu, oleh karena itu menggapai kebahagiaan merupakan fokus perhatian dan tujuan yang utama dalam diri individu sepanjang hidupnya (Williams, *et al.*, 2006). Kebahagiaan menjadi bentuk dari kesempurnaan, maka dari itu banyak individu yang berusaha mencapainya. Emosi positif sangat bermakna apabila manusia mendapatkan kebahagiaan (Fatimah & Fathul, 2018).

Sumber kebahagiaan bagi wanita yang sudah menikah yaitu berasal dari keluarga, anak dan materi sedangkan wanita yang memilih untuk tidak menikah memiliki sumber kebahagiaan yang berasal dari keluarga, pasangan dan teman (Patnani, 2012). Akan tetapi setiap manusia memiliki beberapa faktor yang tidak sama antara manusia lain agar mendapatkan sebuah definisi dari kebahagiaan (Seligman, 2002). Faktor itu ialah uang, pernikahan, kehidupan sosial, emosi negatif, usia, kesehatan, pendidikan, agama dan jenis kelamin. Menurut Seligman (2005) faktor utama kebahagiaan ialah terjalinnya relasi yang positif antara individu, keterlibatan

yang penuh, sehingga dapat menemukan arti dalam keseharian, optimisme yang realistis, dan resiliensi.

Sebaliknya, sebuah penelitian terdahulu memaparkan bahwa wanita yang memutuskan untuk tidak menikah memiliki beberapa masalah kesehatan, seperti penyakit kronis, gejala gangguan psikologis, serta psikosomatis. Kehidupan sosial wanita lajang yang lahir dengan konsep modern, yang mana penuh dengan pertimbangan membawanya kepada keadaan sakit, tertekan, cemas, dan lain-lain (Tamdee *et al.*, 2016). Hal ini tentu saja berpengaruh terhadap pekerjaan dan juga kehidupan sosial dari individu.

Menurut Hurlock (2000) perkembangan yang harus terjadi pada individu dewasa madya ialah minat penyesuaian jurusan, perubahan fisik, serta segala hal yang berkaitan dengan kehidupan. Namun kenyataannya saat ini semakin luas adanya fenomena wanita usia dewasa madya yang enggan untuk menikah dan membina keluarga (Hidayatullah & Raina, 2017).

Dalam perkembangan sosial menurut Erik Erikson, pada tahapan keenam terkait keakraban versus keterkucilan (*intimacy versus isolation*) individu berada dalam masa dewasa awal. Pada tahapan ini individu diharapkan mampu membangun relasi dengan individu lain. Keakraban dapat dikatakan berhasil jika individu dewasa awal mampu memiliki relasi persahabatan yang sehat tentunya juga interaksi yang dekat terhadap individu lain. Apabila hal ini tidak terjalin maka individu akan merasa terkucilkan.

Menurut Amalia & Priliani (2017) bagi wanita yang belum menikah dan tidak bahagia pada tahap dewasa akan menimbulkan masalah depresi. Hal ini dipengaruhi

oleh keluarga dan masyarakat. Ketakutan akan masa depan yang akan dilewati sendiri, dengan hal ini wajar wanita mengalami stres hebat menjadi perhatian dari masyarakat. Menurut Pello *et al* (2020) pada wanita yang tidak menikah tetapi memiliki kebahagiaan yang didapatkan dari relasi yang positif dengan individu lain, penemuan arti dalam keseharian, keterlibatan penuh dalam melakukan aktivitas kesukaan dan menjadi lebih religius untuk mampu merasakan kebahagiaan di dalam Tuhan.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Dahlia (2021) didapati hasil. Adanya hubungan yang positif antara kebersyukuran dengan kebahagiaan. Penelitian ini memakai subjek remaja yang individu tuanya telah bercerai. Berangkat dari ulasan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa antara kebersyukuran dan kebahagiaan memiliki korelasi. Walau tidak berkeluarga, namun wanita lajang tetap dapat merasa tercukupi melalui nikmat kesehatan, kehidupan, serta kehadiran saudara dan teman-teman yang dicintai (Prabowo & Laksmiwati, 2020).

Berbagai hal dapat dilakukan sebagai upaya untuk mendapatkan energi positif, salah satunya adalah dengan senantiasa bersyukur. Pada psikologi positif, syukur merupakan komponen yang penting dalam diri individu untuk memperoleh kepuasan dalam dirinya. Melalui penghargaan atau rasa terimakasih kepada individu lain. Rasa syukur yang tinggi seharusnya mampu meminimalisir perilaku konsumtif mahasiswa seperti penelitian Froha, *et al* (dalam Heni, 2011) menunjukkan bahwa individu yang bersyukur memiliki kecenderungan untuk menunjukkan keadaan dan perilaku positif dibandingkan dengan individu yang kurang bersyukur. Individu yang bersyukur menyebutkan bahwa individu tersebut mengalami lebih banyak kepuasan hidup, sikap optimis, dan depresi.

Watskin *et al* (2003) dalam Chintya (2016) mengartikan bahwa kebersyukuran ialah sikap manusia yang selalu menghargai kehidupan sebagai anugerah dan sadar pentingnya dalam mengungkapkan hal tersebut. Kebersyukuran mempunyai kekuatan yang dapat mengubah persepsi sosial, motivasi, dan hubungan sosial yang sesuai, antara lain untuk mengurangi dampak dari materialistis yang berbahaya bagi kesejahteraan psikologis (Aulia, 2018). Bersyukur dapat mengubah individu untuk menjadi versi yang lebih baik lagi dan tidak melihat sebuah permasalahan hanya dari satu sudut pandang saja.

Berdasarkan paparan di atas, menyatakan bahwa wanita yang memutuskan untuk tidak menikah juga dapat merasakan kebahagiaan melalui rasa syukur, di mana rasa syukur ini timbul dari penerimaan diri serta keadaan yang ada. Emmons dan Crumpler menyatakan bahwa dengan fokus terhadap rasa syukur, maka individu akan mampu untuk menciptakan hidup yang memuaskan, produktif dan lebih bermakna (Snyder & Lopez, 2001). Gagasan ini ditunjang oleh hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Dahlia (2021).

Berdasarkan pernyataan di atas, penulis tertarik untuk lebih mengetahui ada tidaknya hubungan antara kebahagiaan dengan kebersyukuran, khususnya pada wanita yang memutuskan untuk tidak menikah di Kota Malang. Peneliti memilih Kota Malang sebagai tempat penelitian guna mempermudah akses mendapatkan data.

## **B. Rumusan Permasalahan**

Bersumber pada penjabaran latar belakang di atas, didapatkan rumusan masalah sebagai berikut: Apakah terdapat pengaruh antara kebahagiaan dengan kebersyukuran pada wanita yang tidak menikah?

## **C. Tujuan dan Manfaat**

### **1. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini untuk memahami ada tidaknya pengaruh antara kebahagiaan dengan kebersyukuran pada wanita yang tidak menikah di Kota Malang.

### **2. Manfaat Penelitian**

#### **a. Manfaat teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat membagikan dan meningkatkan partisipasi guna semakin mengembangkan pengetahuan ilmu psikologi positif, khususnya yang relevan terkait kebersyukuran terhadap kebahagiaan pada wanita yang memilih untuk tidak menikah di Kota Malang.

#### **b. Manfaat praktis**

##### **1) Bagi Subyek**

Secara praktis dapat berpengaruh dalam memberikan informasi dan pemahaman kepada wanita yang memilih untuk tidak menikah dalam konteks kebersyukuran dan kebahagiaan.

## 2) Bagi individu tua atau keluarga

Besar harapan dapat memberikan dampak yang baik seperti halnya informasi dan pemahaman kepada individu tua atau keluarga yang memiliki anak atau saudara seorang Wanita yang Memilih untuk Tidak Menikah. Individu tua dan keluarga dimohon cakup memerankan lingkungan yang stabil dan kondusif bagi Wanita yang Memilih untuk Tidak Menikah. Maka keluarga dapat berperan dan mendukung perkembangan psikologis dan melindunginya dari gangguan dan ancaman psikologis.

## 3) Bagi praktisi klinis

Berharap hasil penelitian ini bisa memberikan pengetahuan baru terhadap praktisi klinis selaku panduan intervensi klinis tentang kebersyukuran terhadap kebahagiaan pada Wanita yang memilih untuk tidak menikah di Kota Malang.

## 4) Bagi pemerintah

Penelitian ini dimohon dapat berkenan memberikan masukan bagi pemerintah guna, memutuskan kebijakan terkait Wanita yang memilih untuk tidak menikah yang nantinya akan berdampak pada Kebersyukuran dan Kebahagiaan dari Wanita yang bersangkutan. Agar dapat melindungi dari ancaman psikologis. Hal ini dapat dilakukan dengan pendekatan psikologi, yaitu kebijakan (pembinaan atau pengawasan) yang ditetapkan berharap memiliki dampak pada psikologis mereka. Dampak psikologis sendiri setiap individu berbeda tergantung pada seberapa kuat kondisi dan kesiapan dari

Wanita yang memilih untuk tidak menikah itu dalam menentukan, mewujudkan dan mempertahankan kebahagiaannya.

#### **D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya**

Penelitian pertama dengan topik pembahasan “Pengaruh Harga Diri terhadap Kebahagiaan pada Pasien Pasca Mastektomi”. Penelitian ini dilakukan oleh Citra Ayu Meilinda pada tahun 2016. 118 Wanita yang termasuk dalam individu masa dewasa awal hingga dewasa akhir tentunya juga yang telah melakukan operasi mastektomi atau pasca mastektomi, dipilih peneliti sebagai subjek pada penelitian ini. Variabel X pada penelitian ini ialah harga diri. Penelitian kuantitatif prediktif menggunakan 2 jenis metode pengumpulan data yaitu skala *Authentic Happiness Inventory* dan *Rosenberg Self Esteem Scale*. Hasil yang didapatkan ialah ( $R^2 = 0.192$ ,  $p = 0.000$ ) dengan kata lain terdapat pengaruh harga diri terhadap kebahagiaan pada pasien pasca mastektomi.

Penelitian kedua yang berjudul “Hubungan Kekuatan Karakter dengan kebahagiaan pada Remaja”. Penelitian ini dilakukan oleh Husna Sholihah pada tahun 2018. Kekuatan karakter merupakan variabel X pada penelitian. Penelitian kuantitatif dengan jenis korelasi. Penelitian ini memakai skala karakter dan skala kebahagiaan sebagai metode teknik pengumpulan data. Sebanyak 178 siswa dari populasi yang berjumlah 320 siswa dijadikan subjek. *Proportionate Stratified Random Sampling* dipilih sebagai teknik pengambilan sampel. Teknik analisis data menggunakan *product moment*. Nilai yang didapatkan dari koefisien korelasi sebesar 0.658 dengan signifikansi 0.000, yang berarti signifikansi 0.000 dibawah 0.05, maka  $H_a$  dapat

diterima. Sehingga dapat membuktikan bahwa ada hubungan antara kekuatan karakter dengan kebahagiaan pada remaja.

Penelitian ketiga yang berjudul “Hubungan Kesabaran dengan Kebahagiaan pada Siswa SLTP yang Ibunya Bekerja”. Penelitian ini dilakukan oleh Dian Purnama Putra pada tahun 2019. 204 siswa kelas VIII dan IX di SMPN 17 dipilih sebagai subjek penelitian ini. Variabel X ialah kesabaran. Teknik *simple random* contoh digunakan sebagai teknik pengambilan sampel. Data diperoleh dengan menggunakan skala kesabaran dan skala kebahagiaan dan analisis *korelasi product moment* digunakan untuk menganalisa data yang telah didapatkan. Didapati koefisien korelasi sebesar 0,675 dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), dengan kata lain terdapat hubungan yang signifikan antara kesabaran dengan kebahagiaan dan sumbangan kesabaran terhadap kebahagiaan sebesar 45,6%.

Penelitian keempat yang berjudul “Kebahagiaan pada Wanita Dewasa Madya yang Melajang”. Penelitian ini dilakukan oleh Sindhy Mariam Magdalena Pello dan Christiana Hari Soetjningsih di tahun 2020. Subjek yang digunakan pada penelitian ialah dua partisipan dewasa madya, dengan usia 40 - 65 tahun yang memilih untuk hidup melajang. Metode penelitian ialah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA), digunakan sebagai teknik analisis data dalam penelitian ini. Hasil yang didapatkan ialah kebahagiaan pada wanita madya yang memilih untuk hidup melajang tetap dapat dirasakan. Hal itu dapat terjadi karena dipicu oleh, hubungan dengan individu lain dapat dengan positif, aktif dalam melibatkan diri pada kegiatan yang disukai, makna dalam keseharian dapat

ditemukan, resiliensi dan memiliki sikap optimis. Religiusitas merupakan faktor yang sangat kuat pada kebahagiaan.

Penelitian kelima yang berjudul “Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kebahagiaan Pada Remaja Yang Orangtuanya Bercerai”. Penelitian ini dilakukan oleh Dahlia Ayu Kintani di tahun 2021. 121 remaja yang orangtuanya bercerai diambil sebagai subjek pada penelitian ini, perempuan dan laki-laki dengan usia mulai 12-21 tahun. *The Oxford Happiness Questionnaire* (OHQ) dan *The Gratitude Questionnaire-Six Aitem Form* (GQ-6) dipilih menjadi metode pengumpulan data. Hasil penelitian ini ialah kebersyukuran memiliki hubungan positif terhadap kebahagiaan pada remaja yang orang tuanya telah bercerai. Analisis korelasi Spearman Rho, mendapati nilai koefisien korelasi  $r = 0,619$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

Perbedaan dengan penelitian sebelumnya ialah, penelitian yang dilakukan oleh penulis akan menggunakan variabel X yaitu kebersyukuran dan variable Y yaitu kebahagiaan. Dituliskan dengan “Pengaruh Kebersyukuran dengan Kebahagiaan pada Wanita yang Memilih untuk Tidak Menikah di Kota Malang”. Subjek yang digunakan pada penelitian ini ialah Wanita dewasa yang memutuskan untuk tidak menikah dengan usia sekitar 18 tahun hingga 40 tahun. Masa dewasa awal dimulai pada usia 18 tahun sampai 40 tahun, saat perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang menyertai berkurangnya kemampuan reproduktif (Hurlock, 2009). Dalam perspektif psikologi masa menikah adalah ketika menginjak masa dewasa awal atau dewasa muda yaitu 20 – 40 tahun atau usia 18 – 40 tahun (Voliwati, 2020). Jumlah populasi yang dibutuhkan peneliti memakai populasi *infinite*. Teknik sampel yang

digunakan adalah *purposive sampling*. Cara pengumpulan data menggunakan *instrument* skala. Penelitian ini merupakan kuantitatif korelasi.

Kelebihan penelitian ini karena belum ada yang meneliti tentang fenomena yang diangkat oleh peneliti. Ruang lingkup terkait subjek yang jelas juga sebagai kelebihan pada penelitian ini. Mengingat pada penelitian kualitatif di atas dengan fenomena yang kurang lebih sama, akan tetapi penelitian itu tidak menuliskan secara jelas ruang lingkup subjek yang diteliti. Selanjutnya, pada penelitian ini hasil yang didapatkan berupa data persentase sehingga lebih jelas dibandingkan dengan hasil data yang didapatkan pada penelitian tersebut yang memungkinkan terdapat penilaian secara pribadi.