

**GAMBARAN *WELL-BEING* PADA WANITA DEWASA MADYA
LAJANG YANG BEKERJA**



NURLIA ASARI

1125162095

Psikologi

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

Agustus 2020

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

Gambaran *Well-Being* pada Wanita Dewasa Madya Lajang yang Bekerja

Nama Mahasiswa : Nurlia Asari

Nomor Registrasi : 1125162095

Jurusan/Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 29 Juli 2020

Pembimbing I







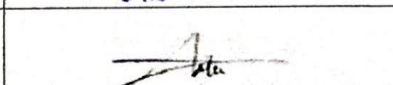
Herdiyan Maulana, Ph.D
NIP. 198212302009121003

Pembimbing II



Prof. Dr. Burhannudin Tola, MA
NIP. 195108181981121001

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi (Penanggungjawab)*		25/08/2020
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		25/08/2020
Prof. Dr. Suparno Eko Widodo (Ketua Penguji)***		21 Agustus 2020
Fellianti Muzdalifah, M.Psi (Anggota)****		21 Agustus 2020
Gita Irianda R. M., M.Psi (Anggota)****		21 Agustus 2020

Catatan:

*Dekan FPPsi

**Wakil Dekan I

***Ketua Penguji

****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta :

Nama : Nurlia Asari

NIM : 1125162095

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul **“Gambaran *Well-Being* pada Wanita Dewasa Madya Lajang yang Bekerja”** adalah :

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret sampai dengan bulan Juli 2020
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 21 Agustus 2020

Yang Membuat Pernyataan



Nurlia Asari



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nurlia Asari
NIM : 1125162095
Fakultas/Prodi : Pendidikan Psikologi / Psikologi
Alamat email : asarinurlia@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul : Gambaran Well-Being pada Wanita Dewasa
Madya Lajang yang Bekerja

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta 4 September 2020

Penulis

(Nurlia Asari)
nama dan tanda tangan

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN



Skripsi ini dipersembahkan untuk ibu saya yang sudah melalui banyak hal ringan dan berat akan tetapi tak pernah melepaskan genggamannya dari tangan saya. Juga untuk diri saya sendiri yang sudah berhasil mendobrak tembok-tembok keraguan dan ketakutan yang saya bangun sendiri saat mengerjakan skripsi ini.

Nurlia Asari

Gambaran *Well-Being* pada Wanita Dewasa Madya Lajang yang Bekerja

Skripsi

**Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas
Negeri Jakarta**

2020

ABSTRAK

Salah satu tugas perkembangan manusia di usia dewasa adalah membangun keluarga dengan menikah dan menjadi suami atau istri. Namun, penundaan pernikahan di Indonesia kini semakin lazim, khususnya pada kalangan perempuan usia dewasa madya. Dampaknya, banyak perempuan usia dewasa madya lajang yang mendapatkan pemberian atribut dan stigma negatif dari masyarakat tempat mereka tinggal. Hal ini memengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis mereka. Oleh karena itu, penelitian ini ingin mengetahui bagaimana gambaran *well-being* pada wanita karier dewasa madya Indonesia yang belum menikah.

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kualitatif dengan metode penelitian studi kasus. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara secara mendalam dan observasi terhadap kedua partisipan. Penelitian kualitatif dipilih karena peneliti ingin mengetahui pandangan dan pemahaman partisipan mengenai *well-being* dan faktor-faktor yang memengaruhi *well-being* mereka. Analisis data yang digunakan adalah analisis tematik berupa rangkuman tema-tema besar dari hasil data yang didapatkan. Partisipan dalam penelitian ini terdiri atas dua wanita dewasa madya

lajang, yaitu SYS (41 tahun) yang bekerja sebagai guru dan P (43 tahun) yang bekerja sebagai karyawan di perusahaan periklanan.

Hasil dari penelitian ini adalah kedua partisipan memandang *well-being* sebagai kebahagiaan. Mereka memiliki pandangan berbeda mengenai definisi atas *well-being* atau kebahagiaan tersebut. Faktor-faktor yang memengaruhi *well-being* atau kebahagiaan mereka terangkum menjadi tiga tema utama: (a) karier yang memiliki subtema kestabilan finansial dan pemenuhan kebutuhan, (b) relasi sosial yang memiliki subtema keluarga dan teman atau orang lain, dan (c) spiritualitas yang memiliki subtema kebersyukuran, pemaknaan atas status lajang, dan pandangan partisipan akan Tuhan dalam hidup mereka.

Kata Kunci: well-being, wanita dewasa madya, lajang



Nurlia Asari

Gambaran *Well-Being* pada Wanita Dewasa Madya Lajang yang Bekerja

Skripsi

**Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas
Negeri Jakarta**

2020

ABSTRACT

One of the development tasks of human beings in their adult age is to build a family by marriage and become a husband or a wife. However, delay marriage in Indonesia has become common, especially among middle-aged women. As an impact, many middle-aged women who are still single receive negative stigma and negative attributes given by society. It influences their psychological well-being condition. Therefore, this research wants to overview the well-being of unmarried Indonesian middle-aged working women.

This study used qualitative research with the case study as its method. Data was collected from profound interviews and observations with two participants. The researcher chose the qualitative method for comprehending the viewpoints and perceptions of participants on well-being and the factors that affect them. Thematic analysis was used in the form of a summary of major themes from the data obtained. Participants in this research are SYS (41 years old) who is a teacher and P (43 years old) who is a staff in an advertising company.

The result of this research is both participants perceive well-being as happiness. They have different perspectives on the definition of well-being and happiness itself. The factors that influence their well-being and happiness are divided into three themes: (a) career which has sub-themes of financial stability and fulfillment of needs, (b) social relation which has sub-themes of family and friends or others, (c) spirituality which has sub-themes of gratitude, the meaning of unmarried status, and the participants' view of God in their lives.

Keywords: well-being, middle-aged women, single



KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, dengan segala izin, kuasa, dan kehendak-Nya, saya selaku peneliti dapat menyelesaikan penelitian skripsi ini yang berjudul “Gambaran Well Being pada Wanita Dewasa Madya Lajang yang Bekerja” sebagai salah satu syarat menyelesaikan studi tingkat strata I (S-I) di Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.

Dalam penyelesaian skripsi ini tidak dapat dipungkiri bahwa saya selaku peneliti mendapatkan bantuan, dorongan, dan dukungan dari berbagai pihak. Maka dari itu saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta
2. Ibu Dr. Phil. Zarina Akbar, M.Psi selaku Ketua Prodi Psikologi Universitas Negeri Jakarta
3. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D selaku pembimbing I yang senantiasa memberikan bimbingan, saran, dan arahan dengan penuh perhatian dan kesabaran selama masa bimbingan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan
4. Profesor Dr. Buhannudin Tola, MA selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, saran, dan arahan selama masa bimbingan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan
5. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah mendidik, membimbing, dan memberikan banyak ilmu pengetahuan dan wawasan yang bermanfaat selama masa perkuliahan saya
6. Seluruh staf administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu peneliti dalam proses administrasi
7. Ibu saya yang telah memberikan banyak dukungan baik secara emosional maupun finansial, serta doa yang tiada pernah henti membanjiri saya hingga detik ini

8. Teh Ayu, Kak Dudut, Akbar, dan Hanan yang senantiasa memberikan peneliti dukungan dalam melalui lika-liku perkuliahan dan penelitian ini
9. Alm. Ayah untuk pesan-pesannya yang kerap kali menjadi tempat bersandar bagi peneliti di saat dunia perkuliahan terasa begitu melelahkan dan kesulitan mendera
10. Kawan-kawan kelas C untuk kebersamaan, keriuhan, dan kehangatan yang membuat perjalanan perkuliahan ini terasa warna-warni dan hangat
11. Isabella, Nabila, Roro, Nisa, Anggi, dan Yuyun yang menjadi kawan-kawan baik saya selama menjalani perkuliahan, waktu-waktu makan siang, maupun dalam perjalanan saya mengenal diri saya dengan lebih baik lagi
12. Sahabat-sahabat saya, yakni Bella, Ismalia, dan Wilda, untuk dukungan, bantuan, dan doa sehingga saya bisa sampai di titik ini
13. Kak Karunia yang sudah meluangkan banyak waktu untuk kebingungan dan kelesuan saya saat bertemu titik buntu dalam pengerjaan skripsi ini
14. DAY6 dan karya-karyanya yang menjadi teman paling baik bagi saya saat melalui terjalnya perjalanan penelitian ini
15. Para partisipan yang sangat kooperatif selama proses pengambilan data sehingga skripsi ini dapat diselesaikan

Jakarta, 27 Agustus 2020

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Perumusan Masalah	6
1.3. Tujuan Penelitian	6
1.4. Manfaat Penelitian	6
BAB II ACUAN TEORETIK	8
2.1. <i>Well-Being</i> Perspektif Barat	8
2.2. <i>Well-Being</i> Perspektif Indonesia	10
2.3. Wanita Dewasa Madya Lajang yang Bekerja	12
2.4. Kajian Penelitian yang Relevan	17
2.5. Kerangka Berpikir	18
BAB III	19
METODOLOGI PENELITIAN	19
3.1. Subjek Penelitian	19
3.1.1. Karakteristik Subjek Penelitian	19
3.1.2. Jumlah Subjek Penelitian	19

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	20
Tabel 3.1 Tempat dan Waktu Penelitian Partisipan I (SYS)	20
Tabel 3.2 Tempat dan Waktu Penelitian Partisipan II (P)	20
Tabel 3.3 Tempat dan Waktu Penelitian <i>Significant others</i> Partisipan I (SA)	20
Tabel 3.2 Tempat dan Waktu Penelitian <i>Significant others</i> Partisipan I (IR).....	20
3.3 Pendekatan Metode Penelitian Kualitatif yang Digunakan	21
3.4 Metode Pengumpulan Data.....	22
3.4.1. Wawancara	22
3.4.2. Observasi	22
3.5 Prosedur Pengumpulan Data	23
3.5.1 Tahap Persiapan	23
3.6 Prosedur Analisis Data	23
3.7 Pemeriksaan atau Pengecekan Keabsahan Data	25
BAB 4	27
PEMBAHASAN	27
4.1. Deskripsi Partisipan.....	27
4.1.1. Gambaran Umum Partisipan I (SYS)	27
4.1.2. Gambaran Observasi Partisipan I (SYS).....	28
4.1.3. Gambaran Umum <i>Significant others</i> Partisipan I (SA).....	31
4.1.4. Gambaran Observasi <i>Significant others</i> Partisipan I (SA).....	32
4.1.5. Gambaran Umum Partisipan II (P)	33
4.1.7. Gambaran Umum <i>Significant others</i> Partisipan II (IR).....	36
4.1.8. Observasi <i>Significant others</i> Partisipan II (IR)	37
Tabel 4.1 Gambaran Umum Profil Partisipan	38
Tabel 4.2 Gambaran Umum Profil <i>Significant others</i> Partisipan.....	38
4.2. Temuan Penelitian	39
4.2.1. Gambaran Profil Partisipan I.....	39
4.2.4. Gambaran <i>Well-being</i>	45
Tabel 4.3. Analisis Antar Partisipan	61
4.3. Dinamika Psikologis.....	68
4.3.1. Dinamika Psikologis Partisipan I (SYS)	68

4.3.2. Dinamika Psikologis Partisipan II (P).....	71
4.4. Pembahasan.....	73
4.4.1. Pembahasan Partisipan I (SYS) dengan Acuan Teoritik	73
BAB V	81
KESIMPULAN, IMPLIKASI, SARAN	81
5.1. Kesimpulan.....	81
5.2. Implikasi	82
5.3. Saran	82
5.3.2 Bagi Partisipan.....	82
5.3.3 Bagi Penelitian Selanjutnya	82
Daftar Pustaka	83
Daftar Riwayat Hidup.....	168



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Tempat dan Waktu Penelitian Partisipan I (SYS).....	20
Tabel 3.2 Tempat dan Waktu Penelitian Partisipan II (P)	20
Tabel 3.3 Tempat dan Waktu Penelitian <i>Significant others</i> Partisipan I (SA)....	20
Tabel 3.2 Tempat dan Waktu Penelitian <i>Significant others</i> Partisipan I (IR)	20
Tabel 4.1 Gambaran Umum Profil Partisipan.....	38
Tabel 4.2 Gambaran Umum Profil <i>Significant others</i> Partisipan.....	38
Tabel 4.3. Analisis Antar Partisipan	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.....	87
Lampiran 2.....	91
Lampiran 3.....	92
Lampiran 4.....	93
Lampiran 5.....	94
Lampiran 6.....	95
Lampiran 7.....	96
Lampiran 8.....	97
Lampiran 9.....	98
Lampiran 10.....	99
Lampiran 11.....	100
Lampiran 12.....	101
Lampiran 13.....	102
Lampiran 14.....	103
Lampiran 15.....	111
Lampiran 16.....	119
Lampiran 17.....	127
Lampiran 18.....	132
Lampiran 19.....	136
Lampiran 20.....	144
Lampiran 21.....	149
Lampiran 22.....	155
Lampiran 23.....	161
Lampiran 24.....	162