

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa dewasa awal terbagi menjadi empat periode menurut teori perkembangan. Periode pertama, disebut "transisi dewasa awal", berlangsung dari usia 17 hingga 22 tahun. Fase ini berfungsi sebagai penghubung antara masa remaja dan awal kedewasaan. Periode kedua, "struktur awal kehidupan dewasa", terjadi antara usia 22 hingga 28 tahun. Pada tahap ini, individu mulai membangun dan mempertahankan pola hidup dewasa mereka. Periode ketiga, "transisi usia 30", berlangsung dari usia 28 hingga 33 tahun. Fase ini memberikan kesempatan untuk mengevaluasi ulang dan menyesuaikan struktur hidup awal, serta meletakkan dasar untuk tahap kehidupan selanjutnya. Periode keempat, "puncak struktur kehidupan dewasa awal", terjadi antara usia 33 hingga 40 tahun. Tahap ini menjadi kesempatan untuk menyelesaikan fase dewasa awal dan mewujudkan aspirasi masa muda. Levinson berpendapat bahwa pada awal masa dewasa, individu mengembangkan fondasi kepribadian mereka, mengeksplorasi pilihan karir, dan membentuk hubungan yang stabil atau menikah. Masa dewasa awal adalah periode adaptasi terhadap gaya hidup baru dan ekspektasi sosial. Pada tahap ini, individu diharapkan dapat menjalankan peran sebagai pasangan, orang tua, dan pencari nafkah, serta mengembangkan sikap dan nilai yang sesuai dengan tanggung jawab baru mereka.

Havighurst (dalam Monks, Knoers & Haditono, 2001) tugas dewasa awal adalah menikah atau membangun suatu keluarga, mengelola rumah tangga, mendidik atau mengasuh anak, memikul tanggung jawab sebagai warga negara, membuat hubungan dengan suatu kelompok sosial tertentu, dan melakukan suatu pekerjaan. Dewasa awal merupakan masa permulaan dimana seseorang mulai menjalin hubungan secara intim dengan lawan jenisnya. Hurlock (1993) dalam hal ini telah mengemukakan beberapa karakteristik dewasa awal dan pada salah satu intinya dikatakan bahwa dewasa awal merupakan suatu masa penyesuaian diri dengan cara hidup baru dan memanfaatkan kebebasan yang diperolehnya. Pemilihan pasangan yang dilakukan oleh individu, biasanya didasari dengan suatu

pemikiran, bahwa individu akan memilih pasangan yang dapat melengkapi kebutuhan yang diperlukan (Jayanti & Masykur, 2015).

Mereka sering kali merasa bingung karena berada di antara fase remaja dan kedewasaan yang sepenuhnya. Ada harapan untuk memenuhi ekspektasi sosial dan tumbuh sesuai dengan norma-norma yang ada dalam lingkungan mereka. Tekanan-tekanan ini dapat menghasilkan variasi atau perubahan dalam pendekatan mereka terhadap awal dewasa. Pada kenyataannya, sejumlah individu memutuskan untuk tetap lajang atau menunda perkawinan mereka. Pilihan ini kerap mengundang kritik dari lingkungan sosial. Penelitian dari Septiana (2013), menjelaskan tersebut menyatakan bahwa wanita yang belum menikah cenderung memiliki sikap yang lebih tertutup, yang mungkin menghambat kemungkinan terbentuknya hubungan intim. Septiana (2013), juga mengatakan bahwa wanita yang belum menikah sering kali dikategorikan sebagai kelompok sosial dengan ciri-ciri yang khas yang sering kali dinilai negatif atau dianggap tidak biasa, terutama jika dibandingkan dengan wanita yang sudah menikah yang lebih dianggap sebagai normal. Penelitian Astuti (2014), menjelaskan bahwa wanita muda dewasa yang belum menikah sering mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan sekitar mereka. Mereka sering kali merasa tertekan dan mendapatkan ejekan dari orang sekitar yang mengakibatkan rasa malu dan kurangnya keinginan untuk bersosialisasi dengan orang lain di sekitar mereka.

Hurlock (2015), perkawinan dipandang sebagai tahap di mana seseorang mempelajari cara hidup berpasangan sebagai suami-istri, membangun keluarga, membesarkan keturunan, dan mengurus rumah tangga. Tahap ini mencakup berbagai tanggung jawab seperti mencari penghasilan, memenuhi kebutuhan pasangan, menyiapkan makanan untuk keluarga, menyediakan kebutuhan anggota keluarga, menjalin hubungan intim, mengandung, melahirkan, serta membimbing dan merawat anak-anak (Iqbal, 2018). Pernikahan dianggap sebagai bentuk dukungan sosial bagi individu karena diyakini dapat meningkatkan kebahagiaan mereka melalui dukungan sosial yang ada (Sri Maryono & Nurdibyanandaru, 2013). Orang-orang yang sudah menikah mendapatkan dukungan sosial, moral, dan keuangan yang dapat membantu mereka mengatasi berbagai masalah yang muncul (Miranda & Amna, 2017).

Secara umum, wanita dewasa awal yang belum menikah mengalami hambatan karena mereka belum menemukan pasangan yang sesuai, meskipun ada yang sengaja memilih untuk hidup sendiri sebagai pilihan hidup mereka. Seperti yang diungkapkan oleh Feldman (2009), beberapa orang ingin tetap menikmati kebebasan dalam mengambil risiko, bereksperimen, berkeliling dunia, mengejar karir, melanjutkan pendidikan, atau melakukan pekerjaan kreatif. Pada usia 20-an, mayoritas wanita yang belum menikah cenderung memprioritaskan pernikahan sebagai tujuan utama mereka. Jika seorang wanita belum menikah saat memasuki usia 30 tahun, seringkali terjadi pergeseran fokus dalam hidupnya. Mereka cenderung mengalihkan perhatian dan mengubah prioritas hidup mereka. Alih-alih terus berfokus pada pernikahan, mereka mulai lebih memusatkan perhatian pada pengembangan karir, kemajuan dalam pekerjaan, dan pencapaian kepuasan pribadi. Pergeseran ini mencerminkan adaptasi terhadap keadaan dan keinginan untuk menemukan pemenuhan diri melalui jalur-jalur alternatif di luar pernikahan. Oktarina (dalam Nabila Marfuatunnisa, 2023), menyatakan bahwa wanita lajang di usia 30-an umumnya masih memiliki keinginan untuk menikah. Bagi mereka yang memilih menunda pernikahan, ada beberapa faktor yang perlu dipertimbangkan secara matang sebelum mengambil keputusan, terutama terkait kesiapan mental dan finansial. Bagi wanita dengan pemikiran seperti ini, pernikahan tidak hanya dilihat sebagai kebutuhan budaya semata. Mereka memandang pernikahan dari perspektif yang lebih luas, mencakup aspek sosial dan ekonomi. Faktor-faktor seperti peningkatan tingkat pendidikan, terbukanya kesempatan kerja yang lebih luas, serta kemudahan akses informasi telah mengubah cara pandang dan gaya hidup masyarakat modern. Perubahan-perubahan ini turut memengaruhi keputusan mereka dalam menentukan waktu yang tepat untuk memasuki jenjang pernikahan.

Fenomena wanita dewasa awal yang belum menikah hingga usia lanjut semakin umum di kota-kota besar. Hal ini menimbulkan berbagai pandangan tentang penyebab dan kondisi yang dialami oleh para lajang. Perempuan yang belum menikah sering menghadapi tantangan sosial, termasuk stigma dan tekanan masyarakat tradisional yang masih memandang pernikahan sebagai kodrat. Mereka kerap mengalami pertanyaan yang mengganggu, label negatif, dan pandangan kasihan dari masyarakat. Meskipun demikian, hidup melajang juga memiliki sisi

positif, seperti kebebasan dalam mengambil keputusan, mengejar hobi, fokus pada pengembangan diri, memiliki jaringan sosial yang luas, dan kesempatan untuk berkarir. Peneliti menyadari bahwa kebahagiaan tidak hanya terbatas pada status pernikahan. Perempuan lajang juga memiliki peluang untuk mencapai kepuasan dan kebahagiaan hidup. Kebahagiaan dianggap sebagai hasil dari menjalani kegiatan-kegiatan yang bermakna, sementara kekayaan dan kekuasaan hanya merupakan sarana penunjang.

Menurut data statistik di Indonesia, wanita yang belum menikah usia 30-34 tahun meningkat dari 2,2% pada tahun 1971 menjadi 6,9% pada tahun 2000. Di kota-kota besar seperti Jakarta, angka ini bahkan lebih tinggi, mencapai 14,3% pada tahun 2000. Fenomena ini mencerminkan perubahan sosial dan gaya hidup yang terjadi di masyarakat modern. Catarina Labour & Eunika Sri T. (dalam Nurul Latifah, 2014) melaporkan bahwa banyak wanita di Indonesia pada rentang usia 20-29 tahun memilih untuk menunda menikah. Koran tempo menyebutkan, jumlah wanita lajang meningkat dua-tiga kali lipat dari tahun-tahun sebelumnya. Data lain dari badan pusat statistik Indonesia (2011), pada tahun 2001 rata-rata usia wanita dan pria menikah di kota adalah 24,0 dan 27,4 tahun. Pada tahun 2005, rata-rata usia wanita dan pria menikah di kota mengalami kenaikan menjadi 24,6 dan 27,9. Naiknya usia pernikahan menunjukkan pernikahan bukan lagi prioritas khususnya bagi kaum wanita, padahal di Indonesia pernikahan dipandang sebagai suatu hal yang penting sebagai sumber dukungan sosial bagi individu dan dianggap dapat membuat individu lebih bahagia. Dalam masyarakat juga masih terdapat stigma negatif terhadap perempuan dewasa yang hampir memasuki usia tengah baya, tetapi belum menikah. Orang-orang yang demikian sering mendapat cap sebagai “perawan tua”.

Wanita dewasa awal yang belum menikah menghadapi berbagai tantangan dan transisi dalam kehidupan mereka. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2019), menjelaskan bahwa data menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam persentase wanita lajang usia 25-44 tahun antara daerah perkotaan dan pedesaan di Indonesia. Di wilayah urban, 16,98% wanita dalam kelompok usia ini belum menikah, sementara di daerah rural angkanya hanya 3,84%. Statistik ini mengindikasikan bahwa jumlah wanita yang belum menikah pada rentang usia

tersebut jauh lebih tinggi di kota dibandingkan di desa. Fenomena ini dapat memiliki implikasi sosial. Wanita yang tinggal di kota sering kali berada jauh dari keluarga dan lingkungan sosial asal mereka, yang dapat mengurangi akses terhadap sistem dukungan tradisional. Gaya hidup perkotaan yang cenderung padat dan cepat berubah dapat menjadi tantangan dalam membangun dan menjaga relasi sosial yang suportif.

Dukungan sosial memainkan peran yang penting bagi individu dewasa awal yang belum menikah. Kehadiran orang-orang terdekat yang dapat memberikan nasihat, dorongan semangat, bimbingan, dan solusi sangat berharga, terutama ketika individu menghadapi tantangan atau kesulitan dalam mencapai tujuan hidupnya (Bastaman dalam Mas ian Rifati, 2018). Pentingnya dukungan sosial terlihat jelas saat seseorang mengalami masalah. Dalam situasi seperti ini, individu membutuhkan kehadiran orang-orang terpercaya yang dapat membantu mengatasi persoalan yang dihadapi. Dukungan sosial tidak hanya berpengaruh pada penyelesaian masalah, tetapi juga berdampak signifikan terhadap perkembangan manusia secara keseluruhan. Individu yang memiliki hubungan baik dengan orang lain cenderung menunjukkan kondisi mental dan fisik yang lebih sehat, tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih tinggi, serta risiko morbiditas dan mortalitas yang lebih rendah. Dengan demikian, dukungan sosial tidak hanya berfungsi sebagai sistem pendukung dalam menghadapi masalah, tetapi juga berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup secara menyeluruh (David & Oscar dalam Mas ian Rifati, 2018).

Dukungan sosial dapat diberikan kepada seseorang melalui berbagai cara, seperti memberikan dukungan langsung, menyatakan dukungan terhadap individu, memberikan penghargaan, menyampaikan kata-kata positif, memberikan semangat, memberikan perhatian, dan memberikan bantuan baik secara psikologis maupun fisik. Cara ini membantu individu untuk mengubah pola pikir mereka sehingga mereka dapat merasakan bahwa ada orang-orang terdekat yang peduli dan memperhatikan mereka. Dukungan sosial melibatkan dua aspek utama, yaitu persepsi individu terhadap orang yang dapat diandalkan dalam membantu mengatasi masalah, dan tingkat kepuasan yang dirasakan atas dukungan yang diterima, yang terkait dengan pemenuhan kebutuhan individu (Serason dalam

dalam Nur, 2012). Sebuah aspek krusial dari bagaimana persepsi dukungan sosial beroperasi pada individu dewasa muda yang belum menikah adalah kepentingan untuk membentuk jaringan sosial yang kokoh dan berarti. Pada tahap ini, mereka sering mengalami perubahan dalam cara mereka berinteraksi sosial. Mereka harus aktif dalam menciptakan hubungan baru di luar lingkaran keluarga dan teman-teman sebaya yang mereka kenal dari masa remaja. Pendekatan positif terhadap dukungan dari lingkungan sosial dapat sangat berperan dalam meningkatkan kemampuan individu untuk membina hubungan yang membangun dan saling mendukung, baik dalam konteks profesional maupun kehidupan personal mereka. Selain itu, dukungan sosial juga memberikan bantuan dalam mengatasi stres dan menghadapi tantangan sehari-hari seperti tuntutan pekerjaan, konflik antarpribadi, atau masalah kesehatan mental.

Pentingnya persepsi terhadap dukungan sosial bagi individu dewasa muda yang belum menikah dapat dilihat dari segi kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis. Mereka yang merasa memiliki jaringan dukungan sosial yang solid cenderung menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi, kemampuan untuk menyelesaikan masalah dengan lebih baik, dan ketahanan yang lebih besar dalam menghadapi tekanan hidup. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial dapat menyebabkan perasaan terisolasi, gejala depresi, dan tingkat kecemasan yang meningkat secara tidak proporsional. Oleh karena itu, sangat penting bagi individu dewasa muda yang belum menikah untuk mengembangkan dan menjaga hubungan positif dalam jaringan dukungan sosial, baik melalui interaksi langsung maupun melalui platform online atau komunitas virtual. Hal ini akan membantu mereka mengatasi berbagai tantangan yang muncul selama periode transisi ini dengan lebih baik dan mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal. Munoz-Laboy, Severson, Perry, dan Guilamo-Ramos (2013) menjelaskan bahwa dukungan sosial dijelaskan sebagai cara individu menilai seberapa banyak perhatian, bantuan, dan keterlibatan yang mereka terima dari orang lain, serta merasa bagian dari jaringan sosial yang memberikan dukungan. Dengan kata lain, jika individu merasa bahwa mereka memiliki dukungan sosial yang dapat diandalkan, maka dukungan tersebut akan lebih efektif dalam mendukung mereka.

Zimet (1988), Menjelaskan bahwa ada tiga jenis dukungan sosial yang berbeda, yaitu dukungan keluarga, dukungan dari orang-orang yang dianggap spesial, dan dukungan dari teman. Dukungan keluarga meliputi dukungan yang diberikan oleh anggota keluarga seperti ayah, ibu, dan saudara. Dukungan dari orang-orang yang dianggap spesial mencakup orang seperti pasangan, tokoh yang dihormati, guru, atau dosen. Sedangkan dukungan dari teman adalah dukungan yang diberikan oleh teman sebaya atau rekan. Dukungan sosial ini merujuk pada pemberian kenyamanan, perhatian, dan bantuan dari orang lain kepada individu. Kehadiran dukungan sosial dapat memberikan rasa tenang, meningkatkan kepercayaan diri, membuat individu merasa diperhatikan dan kompeten, serta memberikan rasa dicintai, dihargai, dan merasa sebagai bagian dari sebuah kelompok (Sarafino & Smith, 2008). Dukungan sosial akan berkontribusi pada penyesuaian yang positif dan pengembangan pribadi (Sarason, dkk, 1983).

Dukungan sosial dapat diberikan kepada seseorang melalui berbagai cara, seperti memberikan dukungan langsung, menyatakan dukungan terhadap individu, memberikan penghargaan, menyampaikan kata-kata positif, memberikan semangat, memberikan perhatian, dan memberikan bantuan baik secara psikologis maupun fisik. Cara ini membantu individu untuk mengubah pola pikir mereka sehingga mereka dapat merasakan bahwa ada orang-orang terdekat yang peduli dan memperhatikan mereka. Dukungan sosial melibatkan dua aspek utama yaitu, persepsi individu terhadap orang yang dapat diandalkan dalam membantu mengatasi masalah, dan tingkat kepuasan yang dirasakan atas dukungan yang diterima, yang terkait dengan pemenuhan kebutuhan individu (Sarason dalam & Nur, 2012). Sebuah aspek krusial dari bagaimana persepsi dukungan sosial beroperasi pada individu dewasa muda yang belum menikah adalah kepentingan untuk membentuk jaringan sosial yang kokoh dan berarti. Pada tahap ini, mereka sering mengalami perubahan dalam cara mereka berinteraksi sosial. Mereka harus aktif dalam menciptakan hubungan baru di luar lingkaran keluarga dan teman-teman sebaya yang mereka kenal dari masa remaja. Pendekatan positif terhadap dukungan dari lingkungan sosial dapat sangat berperan dalam meningkatkan kemampuan individu untuk membina hubungan yang membangun dan saling mendukung, baik dalam konteks profesional maupun kehidupan personal mereka.

Selain itu, dukungan sosial juga memberikan bantuan dalam mengatasi stres dan menghadapi tantangan sehari-hari seperti tuntutan pekerjaan, konflik antarpribadi, atau masalah kesehatan mental.

Pentingnya persepsi terhadap dukungan sosial bagi wanita dewasa awal yang belum menikah dapat dilihat dari segi kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis. Mereka yang merasa memiliki jaringan dukungan sosial yang solid cenderung menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi, kemampuan untuk menyelesaikan masalah dengan lebih baik, dan ketahanan yang lebih besar dalam menghadapi tekanan hidup. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial dapat menyebabkan perasaan terisolasi, gejala depresi, dan tingkat kecemasan yang meningkat secara tidak proporsional. Oleh karena itu, sangat penting bagi individu dewasa muda yang belum menikah untuk mengembangkan dan menjaga hubungan positif dalam jaringan dukungan sosial, baik melalui interaksi langsung maupun melalui platform online atau komunitas virtual. Hal ini akan membantu mereka mengatasi berbagai tantangan yang muncul selama periode transisi ini dengan lebih baik dan mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal. Munoz-Laboy, Severson, Perry, dan Guilamo-Ramos (2013), menjelaskan bahwa dukungan sosial dijelaskan sebagai cara individu menilai seberapa banyak perhatian, bantuan, dan keterlibatan yang mereka terima dari orang lain, serta merasa bagian dari jaringan sosial yang memberikan dukungan. Dengan kata lain, jika individu merasa bahwa mereka memiliki dukungan sosial yang dapat diandalkan, maka dukungan tersebut akan lebih efektif dalam mendukung mereka.

Berdasarkan penjelasan mengenai permasalahan dan fenomena di atas, maka peneliti akan lebih spesifik meneliti tentang “Gambaran Dukungan Sosial pada Wanita Dewasa Awal yang belum menikah” dengan mengacu kepada teori Zimet 1988 tentang dukungan sosial.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan penjelasan di atas mengenai latar belakang masalah, dapat dikenali beberapa isu yang menjadi fokus dalam penelitian ini yaitu:
Bagaimana gambaran dukungan sosial pada wanita dewasa awal yang belum menikah.

1.3. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah di atas, maka penelitian ini dibatasi pada fenomena yang ingin diteliti. Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah gambaran dukungan sosial pada wanita dewasa awal yang belum menikah.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, agar memudahkan penulis dalam menjawab masalah tersebut, maka peneliti merumuskan sebagai “Bagaimana Gambaran Dukungan Sosial pada Wanita Dewasa Awal yang belum menikah?”

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah peneliti ingin mengetahui gambaran dukungan sosial pada wanita dewasa awal yang belum menikah.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu dan dapat menjadi bahan perbandingan untuk para peneliti lain yang terkait dengan gambaran dukungan sosial pada dewasa awal yang belum menikah. Serta, dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang gambaran antara dukungan sosial pada masa transisi kehidupan yang penting.

1.6.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi serta gambaran dukungan sosial yang dimiliki pada usia dewasa awal yang belum menikah.