

**KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS WANITA LAJANG
USIA DEWASA AWAL**

Retna Dwi Palupi Wulandari

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran kesejahteraan psikologis wanita lajang pada usia dewasa awal. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif yang difokuskan pada fenomena tertentu dengan subjek penelitian 3 orang wanita lajang yang berusia di atas 30 tahun, lulusan S1, bekerja dan berdomisili di Yogyakarta. Peneliti menentukan subjek penelitian berdasarkan kriteria-kriteria yang telah ditentukan. Pengambilan data dilakukan dengan wawancara dan observasi. Wawancara dalam penelitian ini menggunakan sistem terbuka dan bersifat semiterstruktur. Sedangkan observasi yang dilakukan adalah observasi partisipan. Kredibilitas hasil penelitian dicapai dengan tiga cara, yaitu konfirmasi data dengan subjek, triangulasi metode (dipakainya dua metode yang berbeda untuk meneliti hal yang sama), serta konsep kecukupan referensial dengan menggunakan tape recorder untuk merekam hasil wawancara sebagai data. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum kondisi kesejahteraan psikologis para wanita lajang tersebut ke arah positif. Hal ini ditandai dengan kemampuan para subjek dalam menerima diri berupa rasa syukur atas kemampuan yang dimiliki serta kelebihan dan kekurangan mereka; menjalin hubungan positif dengan keluarga, teman dan sahabat; kemampuan penguasaan lingkungan; memiliki tujuan hidup ke masa depan; dan pengembangan diri dalam kemampuan dan kepribadian. Pada kemampuan otonomi diri, ketiga subjek telah mampu memenuhi kebutuhan finansial dari penghasilan mereka. Selain itu, subjek 1 dan subjek 2 memiliki kemampuan otonomi berupa kemampuan mempertahankan prinsip hidup dan keteguhan dalam pendirian. Berbeda dari kedua subjek, subjek 3 masih mudah terpengaruh dan tergantung pada orang lain. Dalam menghadapi tekanan sebagai wanita lajang, ketiga subjek menunjukkan reaksi yang berbeda. Hal ini dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal yang berbeda.

Kata kunci : kesejahteraan psikologis, wanita lajang, dewasa awal

**PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SINGLE WOMEN
ADULT EARLY AGE**

Retna Palupi Dwi Wulandari

ABSTRACT

This study aims to determine how the psychological well-being of single women in early adulthood looks like. This type of research is a qualitative descriptive study that focused on a particular phenomenon with a subject of study of 3 single women over the age of 30 years, S1 graduates, working and living in Yogyakarta. Researchers determined the subjects based on criteria that have been determined. Data is collected by interview and observation. Interviews in this study using an open system that is semistructured. While the observation is carried out by participant observation. The credibility of research results achieved in three ways, namely confirmation of data by subject, the triangulation method (two different methods for researching the same thing), and the concept of referential adequacy using a tape recorder to record the result of interviews as a data. The results of this study indicate that in general the condition of psychological well-being of single women is in the positive direction. It is characterized by the ability of the subjects in the self-acceptance in the form of gratitude for the capabilities as well as their advantages and disadvantages; establish positive relationships with family, friends and companions; the ability of environmental mastery; have a purpose in life into the future, and self-development in the ability and personality. On the ability of self-autonomy, the three subjects have been able to meet the financial needs of their income. In addition, subject 1 and subject 2 have the ability to maintain the principle of autonomy of the ability and determination to live in the establishment. Different from the two subjects, subject 3 was easily influenced and dependent on others. In the face of pressure as a single woman, three subjects showed a different reaction. This is influenced by a different neighborhood.

Key words: psychological well-being, single women, early adult