

# Kualitas Perempuan Lanjut Usia yang Melajang

**Kharisma Kurniasari**

**Tino Leonardi, M.Psi.**

*Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya*

## ABSTRAK

*This study aims to provide an overview of the quality of life in elderly women who are single. In addition, this study also aims to determine the determinants that affect the quality of life, particularly in elderly women who are single. This study was conducted to two elderly women who have never been married and do not live alone. Data were obtained through interviews with the concerned subject with significant other interviews to obtain additional data. From the results of the study state that is not easy to go through life as a single woman in old age. In general, the two subjects of this study has been able to accept his situation and remain positive thinking in life. Overall quality of life of elderly women associated with self-acceptance, positive mindset associated with the condition of single, well-received social support from family and environment, financial independence and insufficient daily needs.*

**Keywords :** elderly women, single, quality of life

## ABSTRAK

*Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai kualitas hidup pada perempuan lanjut usia yang melajang. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor penentu yang mempengaruhi kualitas hidup, khususnya pada perempuan lanjut usia yang melajang. Penelitian ini dilakukan kepada dua orang perempuan lanjut usia yang belum pernah menikah dan subjek tidak hidup sendiri. Data diperoleh melalui wawancara terhadap subjek yang bersangkutan disertai wawancara significant other untuk memperoleh tambahan data. Dari hasil penelitian menyatakan bahwa tidak mudah menjalani kehidupan sebagai perempuan lajang di usia lanjut. Secara umum kedua subjek penelitian ini sudah mampu menerima keadaan dirinya dan tetap berfikir positif dalam menjalani kehidupan. Secara keseluruhan kualitas hidup perempuan lanjut usia dipengaruhi oleh faktor penerimaan diri, pola pikir positif terkait dengan kondisi lajangnya, dukungan sosial yang diterima baik dari keluarga maupun lingkungan, kemandirian secara finansial dan tercukupinya kebutuhan hidup.*

**Kata kunci:** perempuan lanjut usia, lajang, kualitas hidup

## Pendahuluan

Baik laki-laki maupun perempuan lanjut usia dipengaruhi oleh kepercayaan tentang kebudayaan dan pendapat klise tentang usia lanjut, tetapi kaum perempuan cenderung lebih terpengaruh dibanding kaum laki-laki. Beberapa stigma negatif dilekatkan kepadanya karena ia seorang perempuan, misalnya bentuk fisik yang tidak menarik, keuangan yang terbatas, serta status sebagai janda (Toseland&Rasch, 1978, dalam Hurlock, 1999). Permasalahan ini lebih meluas karena berdasarkan data yang dihimpun

Badan Pusat Statistik tahun 2010, diketahui bahwa lansia perempuan yang melajang (belum menikah) dan lansia yang menjanda baik itu cerai hidup maupun cerai mati, jumlahnya lebih banyak daripada lansia laki-laki. Lebih spesifik, di Indonesia setidaknya perempuan lansia yang berstatus lajang berjumlah 118.425 jiwa, sedangkan sebanyak 5.816.813 jiwa berstatus janda baik cerai hidup maupun cerai mati (BPS, 2010).

Banyak hal yang mungkin dirasakan perempuan lanjut usia dalam menjalani

2010).

Banyak hal yang mungkin dirasakan perempuan lanjut usia dalam menjalani kehidupan dengan melajang, tak terkecuali menghadapi berbagai permasalahan yang timbul. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Hapsari, Nisfiannor, dan Murmanks mengemukakan bagaimana perempuan lajang menghadapi konflik-konflik terkait statusnya tersebut. Perempuan yang tidak kunjung menikah merasa tidak nyaman dan terbebani dengan pertanyaan-pertanyaan dari orang sekitar yang ditujukan kepadanya.

Keputusan untuk tetap melajang hingga usia lanjut tidak mudah untuk dihadapi. Banyak hal yang melatarbelakangi lansia perempuan untuk tidak menikah. Menurut Allen (1989, dalam Donelson, 1999), diantaranya ketika memasuki dewasa awal sebagian dari mereka tidak mendapatkan pasangan yang tepat, selain itu adanya keinginan untuk memiliki kebebasan dalam mengejar karir maupun melanjutkan studi. Kerugian yang mungkin dirasakan oleh perempuan lajang adalah rasa kesepian dan timbulnya perasaan out-group karena berada dalam komunitas yang mayoritas orangnya sudah menikah (Matlin, 1987, dalam Sutanto & Haryoko, 2010).

Secara demografis di masyarakat menunjukkan bahwa perempuan menikah dan memiliki anak merupakan jalur kehidupan yang harus diterima, tetapi pada saat yang sama perempuan dibatasi oleh stigma masyarakat bahwa perkawinan dan menjadi ibu sebagai pusat identitas perempuan. Hal tersebut menjadi permasalahan tersendiri mengingat perempuan lajang lansia menjalani masa dewasa awal sekitar 40 tahun silam dimana budaya patriarki masih sangat kental. Jauh sebelum isu kesetaraan gender banyak disuarakan seperti saat ini, perempuan lajang di Indonesia pada saat itu sangat lekat dengan penilaian negatif yaitu suatu keadaan yang sangat memalukan, aib bagi keluarga, serta mencerminkan keburukan perempuan tersebut. Dalam bingkai tradisional yang berfalsafah, menjadi istri dan ibu adalah sebuah kodrat dan amanah budaya bagi perempuan (Mulder, 2001).

Pola relasi gender dalam masyarakat patriarki memberikan peranan lebih besar kepada laki-laki, di mana perempuan disisihkan dan dibatasi dari berbagai kegiatan mereka, seperti dilarang memiliki hak milik, terlibat dalam politik, mengejar pendidikan, dan sebagainya (Khotimah, 2009). Bila orang tua memutuskan untuk menyekolahkan anak, mereka lebih memberikan kesempatan kepada anak laki-laki dibandingkan anak perempuan pada masa tersebut. Perempuan dipandang tidak layak untuk mengenyam pendidikan tinggi karena adanya anggapan bahwa tugas utama mereka hanyalah 'di dapur'. Perempuan lebih dididik untuk menjalankan fungsi-fungsi rumah tangga dan berbeda dengan laki-laki yang lebih dominan dalam berbagai bidang seperti ekonomi, politik, kehidupan agama, dan pendidikan. Hal tersebut memberikan gambaran bahwa dalam hal mendapatkan pendidikan, lansia laki-laki lebih unggul daripada lansia perempuan, sehingga secara tidak langsung berimplikasi terhadap masa depan perempuan lansia yang melajang. Ketiadaan pasangan membuat perempuan lansia harus bisa memenuhi kebutuhannya sendiri. Oleh karena itu memiliki wawasan dan keterampilan dapat dijadikan modal untuk bertahan hidup.

Perempuan lansia seringkali menghadapi masa tua dengan kondisi ketidaksiapan dalam hal ekonomi, terutama bagi lansia lajang yang hidup tanpa bantuan orang lain. Kecuali bila kaum perempuan itu berpendidikan cukup, serta berketerampilan yang memungkinkan perempuan tersebut memiliki mata pencarian, serta mempersiapkan masa tuanya dengan baik di segala kehidupan. Oleh karena itu lansia tersebut perlu memiliki sumber pendapatan untuk mendukung kehidupan yang sejahtera. Sumber-sumber pendapatan lansia dapat berupa pensiun, tabungan, asuransi hari tua, dan bantuan dari keluarga. atau bagi yang masih aktif-produktif di usia lanjut, sumber pendapatannya adalah penghasilan dari pekerjaannya (Achir, 2001).

Dukungan sosial bagi lanjut usia sangat diperlukan selama mereka masih mampu memahami makna dukungan

sosial tersebut sebagai penyokong atau penopang kehidupannya. Hasil penelitian menemukan bahwa dukungan sosial dari lingkungan sekitar individu akan sangat mempengaruhi kualitas hidup yang dirasakan oleh individu tersebut. Namun, dalam kehidupan lansia seringkali ditemui bahwa tidak semua lansia mampu memahami adanya dukungan sosial dari orang lain, sehingga walaupun mereka telah menerima dukungan sosial tetapi masih saja menunjukkan adanya ketidakpuasan, yang ditampilkan dengan cara menggerutu, kecewa, kesal, dan sebagainya (Kuntjoro, 2002). Mengacu kepada hal di atas, penulis berasumsi bahwa dukungan sosial bagi lanjut usia tidak terbatas berasal dari keluarga dan lingkungan sekitar saja, melainkan yang terpenting adalah dukungan yang diberikan oleh pasangan. Bagi perempuan lanjut usia, ketiadaan pasangan hidup mengindikasikan kurangnya dukungan sosial yang turut berimplikasi terhadap kesejahteraan psikologisnya. Bahkan, beberapa literatur menunjukkan bahwa dukungan sosial secara signifikan memberikan manfaat langsung terhadap kesejahteraan lanjut usia dan pernikahan merupakan sumber utama dukungan sosial (House, dkk, 1996, dalam Dush & Amato, 2005).

## CONTOH II

Renwick dan Brown (1996) mendefinisikan kualitas hidup sebagai tingkat dimana seseorang menikmati terjadinya segala peristiwa penting dalam kehidupannya atau dengan kata lain sejauh mana seseorang merasa bahwa dirinya dapat menguasai atau tetap dapat mengontrol kehidupannya dalam segala kondisi yang terjadi. Pentingnya menilai kualitas hidup karena hal tersebut seringkali dikaitkan dengan kepuasan hidup dan kebahagiaan (Keyes, Shmotkin, & Ryff, 2002, dalam Dush & Amato, 2005). Decker (1980) mengatakan kepuasan hidup pada usia lanjut adalah suatu kondisi di mana individu memiliki perasaan positif, kondisi yang membahagiakan, bebas dari perasaan dan khawatir yang berlebihan serta mampu melakukan penyesuaian sosial yang baik.

## Aspek-aspek Kualitas Hidup

Konsep mengenai kualitas hidup menurut Renwick dan Brown (1996) terdapat tiga bagian penting, yaitu *being*, *becoming* dan *belonging*. Setiap aspek penting ini kemudian dipecah lagi menjadi tiga sub bagian yang kemudian akan dibahas mencakup sembilan aspek dari kualitas hidup sebagai berikut :

### 1. *Being*

*Being* merupakan aspek yang paling dasar yang menunjukkan seseorang sebagai individu sebenarnya. *Being* tersebut dibagi menjadi tiga bagian penting, yaitu *Physical being*, *Psychological being*, dan *Spiritual being*.

### 2. *Belonging*

*Belonging* merupakan aspek yang menunjukkan kesesuaian antara individu dengan kondisi lingkungan sekitarnya. Aspek *belonging* terdiri atas *Physical belonging*, *Social belonging*, dan *Community belonging*.

### 3. *Becoming*

*Becoming* merupakan aktivitas yang dilakukan individu dengan tujuan untuk mencapai harapan, aspirasi, dan cita-cita. *Becoming* terbagi menjadi tiga aspek, yaitu *Practical becoming*, *Leisure becoming*, dan *Growth becoming*.

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Menurut Creswell (2009, dalam Santana 2010) penelitian kualitatif didefinisikan sebagai upaya penggalian dan pemahaman pemaknaan terhadap apa yang terjadi pada individu maupun kelompok, yang berasal dari permasalahan sosial atau kemanusiaan. Metode ini dianggap paling tepat dan cocok untuk meneliti pengalaman manusia dan memahami manusia dalam segala kompleksitasnya sebagai makhluk subjektif (Poerwandari, 2011).

Dalam penelitian ini penulis menggunakan tipe penelitian studi kasus karena metode ini dianggap mampu memahami kasus yang ingin dibahas tanpa bermaksud untuk menghasilkan konsep/teori baru serta tidak untuk digeneralisasikan pada subjek-subjek lainnya. Teknik penggalian data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara, yang dilakukan terhadap subjek dan *significant other*.

## Pembahasan

Berdasarkan data yang diperoleh dari kedua subjek menunjukkan bahwa mereka memiliki kualitas hidup yang baik. Penilaian subjek terhadap aspek-aspek kualitas hidup secara rinci adalah sebagai berikut :

### 1. Aspek *Physical Being*

Memasuki usia lanjut, kedua subjek menunjukkan kondisi kesehatan yang cukup baik. Hal tersebut berbeda dengan penelitian yang menyebutkan bahwa perempuan lanjut usia rentan terhadap berbagai macam penyakit. Keadaan tersebut masih bisa diatasi kedua subjek dengan menjaga pola makan dan cukup beristirahat.

Hanya saja masing-masing dari mereka menunjukkan pengunduran fungsi panca indera yang disebabkan oleh usia. Subjek 1 mengeluhkan pendengarannya yang saat ini kurang berfungsi optimal. Hal tersebut kadangkala mengganggu kelancaran subjek dalam berkomunikasi dengan orang lain. Sedangkan subjek 2 mengaku pernah menderita katarak yang menyebabkan penglihatannya terganggu. Berbeda dengan subjek 1, saat ini penglihatan subjek 2 telah kembali berfungsi baik setelah menjalani operasi. Pada lanjut usia perubahan-perubahan yang dialami mengarah pada perubahan negatif, di mana mereka lebih banyak mengalami kemunduran daripada kemajuan (Pinakus, dalam Lestari & Fakhurrozi, 2008).

### 2. Aspek *Psychological Being*

Penelitian menyebutkan bahwa

perempuan yang telah berusia lebih dari 35 tahun cenderung puas dengan hidup melajang dan tidak mengekspresikan ambiguitas serta ketidakpuasan seperti halnya perempuan lajang berusia 20-an dan 30-an. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mereka telah melewati masa transisi dan melakukan penyesuaian untuk hidup melajang (Davies, dkk, 2003, dalam Sharp & Ganong, 2011). Penjelasan tersebut sesuai dengan kondisi kedua subjek dalam penelitian ini. Jika pada awalnya subjek 2 sempat merasakan bimbang mengenai keputusannya untuk melajang, subjek 1 merasa pasrah dengan nasib dirinya. Meski begitu saat ini subjek 1 mengaku telah dapat menerima keadaan dirinya dengan status lajang dan berusaha menjalani hidup apa adanya.

Hal serupa diungkapkan oleh subjek 2. Menurutnya tidak pernah ada kata menyesal atas keputusannya untuk tidak menikah. Subjek 2 mengaku bahwa ia tetap berpikir positif terhadap kehidupannya sekarang. Walaupun tanpa pasangan, subjek 2 bersyukur memiliki keluarga dan orang-orang sekitar yang memberi dukungan dan kasih sayang kepadanya. Decker (1980) mengatakan kepuasan hidup pada usia lanjut adalah suatu kondisi di mana individu memiliki perasaan positif, kondisi yang membahagiakan, bebas dari perasaan dan khawatir yang berlebihan serta mampu melakukan penyesuaian sosial yang baik. Baik subjek 1 maupun subjek 2 sama-sama mengakui bahwa status lajang yang disandangnya tidak terlalu mengganggu dirinya. Keduanya menganggap keadaan ini sebagai perjalanan hidup yang harus mereka lalui.

### 3. Aspek *Spiritual Being*

Keyakinan spiritual tidak selalu ditampakkan pada religiusitas yang formal. Aspek ini juga mencapai tujuan dan harapan, melakukan perayaan hari besar dan juga kepercayaan spiritual (Renwick & Brown, 1996). Pada subjek 1, kurangnya pemahaman mengenai agama Islam terutama tata cara beribadah membuat subjek 1 kurang bisa menjalankan ibadah sesuai

agama yang dianutnya. Subjek 1 mengaku bahwa sejak kecil orang tuanya lebih mengenalkannya kepada tradisi adat Jawa, sehingga dalam memaknai hari-hari besar seperti peringatan hari lahir pun kerap kali mengikuti keyakinan tradisinya tersebut.

Sedangkan untuk subjek 2, religiusitasnya ditunjukkan melalui keyakinannya kepada Tuhan serta senantiasa berdoa sesuai agama Islam yang dianutnya. Meski begitu, dalam kesehariannya subjek 2 tidak secara keseluruhan beribadah sesuai perintah agama. Adik subjek yang mengetahui keseharian subjek 2 menuturkan bahwa subjek 2 tidak bisa melakukan sholat, akan tetapi dalam berdoa subjek 2 mengikuti keyakinan agama Islam.

#### 4. Aspek *Physical Belonging*

Seseorang yang telah berusia lanjut lebih rentan terhadap rasa kesepian. Menurut Derlega dan Margulis (1993, dalam Lestari & Fakhrurrozi, 2008) kesepian bukan hanya menyangkut ketiadaan orang lain yang dapat membantu seseorang untuk memenuhi kebutuhan tertentu dalam interaksi sosial. Namun jika seseorang dalam jangka waktu yang lama tidak dapat menemukan orang yang tepat untuk mencurahkan perasaannya, maka orang tersebut cenderung merasa kesepian. Mengenai hal ini kondisi kedua subjek dapat dikatakan beruntung mengingat walaupun tidak memiliki pasangan, masing-masing subjek memiliki keluarga yang ikut tinggal bersamanya.

Hal tersebut diakui oleh subjek 1, bahwa ia tidak pernah merasa kesepian di rumah. Bahkan subjek 1 mengaku rumahnya selalu ramai karena keluarganya selalu berkumpul. Sedangkan bagi subjek 2, keberadaan keluarga tidak hanya memberikan ia dukungan secara moril, lebih dari itu keluarga subjek 2 merupakan sumber pemenuhan seluruh kebutuhan subjek.

#### 5. Aspek *Social Belonging*

Dalam berinteraksi dengan lingkungan, subjek 1 termasuk orang yang cenderung menutup diri dalam pergaulan. Subjek 1 mengaku bahwa ia merasa minder dengan keadaan dirinya dan memilih

membatasi aktivitas soalnya. Reyes (1975, dalam Sutanto & Haryoko, 2010) mengungkapkan bahwa perempuan yang berstatus lajang menghadapi beberapa kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain dan dengan siapa mereka berinteraksi. Maka menjadi lajang baik karena pilihan maupun karena alasan lain akan mempengaruhi tingkat kepuasan individual sehubungan dengan gaya hidupnya. Berbeda dengan subjek 1, subjek 2 cenderung lebih bisa membuka diri dalam pergaulan. Di lingkungannya subjek 2 mudah akrab dengan siapa saja.

Menyandang status lajang di usia yang sudah lanjut terkadang memberikan resiko tersendiri, terutama akan mengundang komentar orang lain terhadap dirinya. Mengenai hal ini subjek 1 mengaku tidak pernah mengetahui orang lain berkomentar buruk mengenai statusnya. Berbeda dengan subjek 1, subjek 2 menyatakan bahwa dahulu ia pernah mendapatkan komentar buruk terkait lajangnya. Secara demografis di masyarakat menunjukkan bahwa perempuan menikah dan memiliki anak merupakan jalur kehidupan yang harus diterima, tetapi pada saat yang sama perempuan dibatasi oleh stigma masyarakat bahwa perkawinan dan menjadi ibu sebagai pusat identitas perempuan (Reynolds & Taylor, 2005, dalam Sharp & Ganong, 2011). Hal ini pula yang dirasakan oleh subjek 2, bahwa ketika usianya sudah dikatakan cukup namun tidak kunjung menikah, masyarakat menganggapnya sebagai hal yang 'aneh'.

#### 6. Aspek *Community Belonging*

Komunitas merupakan salah satu hal yang dapat mendukung kualitas hidup seseorang. Sistem dukungan, berkaitan dengan dukungan yang berasal dari lingkungan, masyarakat, maupun dari sarana-sarana fisik seperti tempat tinggal atau rumah yang layak dan fasilitas-fasilitas memadai yang dapat menunjang kehidupannya (Raeburn dan Rootman, dalam Renwick & Brown, 1996). Di usia lanjut subjek 1 tetap aktif bekerja, yaitu berjualan daging di pasar. Hubungan yang terjalin antara sesama penjual cukup baik, sehingga dalam hal tertentu

subjek 1 mengaku mendapat kemudahan dalam hal pekerjaan. Di sisi lain, walaupun subjek 2 tidak tergabung dalam komunitas apapun, menurutnya ia cukup mendapat kemudahan dalam mengakses fasilitas umum.

#### 7. Aspek *Practical Becoming*

Aktivitas keseharian subjek 1 dan subjek dapat dikatakan berbeda. Hingga saat ini subjek 1 masih aktif bekerja untuk memenuhi kebutuhannya. Subjek 1 mengaku tidak pernah absen dalam bekerja, meski begitu ia tidak pernah merasa bosan dengan rutinitasnya tersebut. Sedangkan sehari-hari subjek 2 lebih banyak menghabiskan waktunya di rumah karena tidak lagi bekerja. Sese kali subjek 2 mencari kesibukan dengan melakukan pekerjaan rumah tangga. Lansia perlu memiliki sumber pendapatan untuk mendukung kehidupan yang sejahtera. Sumber-sumber pendapatan lansia dapat berupa pensiun, tabungan, asuransi hari tua, dan bantuan dari keluarga. atau bagi yang masih aktif-produktif di usia lanjut, sumber pendapatannya adalah penghasilan dari pekerjaannya (Achir, 2001).

#### 8. Aspek *Leisure Becoming*

Kualitas hidup diperoleh ketika kebutuhan dasar seseorang telah terpenuhi dan adanya kesempatan untuk mengejar pengayaan dalam kehidupannya (Scalock & Parmenter, 2000, dalam Rapley, 2003). Sebagai lansia lajang yang tidak bekerja, saat ini subjek 2 tidak memiliki aktivitas yang rutin. Hal tersebut membuat subjek 2 kerap dilanda bosan. Untuk mengatasi rasa bosannya subjek 2 memilih untuk keluar rumah, baik sekedar untuk berkunjung ke tetangga maupun berjalan-jalan ke pusat perbelanjaan. Subjek 2 mengaku bahwa kondisi tubuhnya yang masih fit, memungkinkan ia dapat melakukan berbagai aktivitas di luar rumah.

Sebaliknya, subjek 1 mengaku bahwa saat ini ia jarang sekali keluar rumah karena aktivitasnya lebih banyak dihabiskan untuk bekerja. Namun jika memiliki waktu luang, subjek 1 memilih untuk tetap di rumah. Hal tersebut menurut subjek 1 dikarenakan di usianya sekarang fisiknya mudah merasa lelah sehingga menghindari aktivitas berlebihan.

Hanya saya sesekali subjek 1 masih mengunjungi kakaknya yang tinggal tak jauh dari rumah.

#### 9. Aspek *Growth Becoming*

Walaupun berasal dari latar belakang keluarga yang berbeda, baik subjek 1 maupun subjek 2 sempat mengenyam pendidikan di bangku sekolah walaupun tidak tuntas. Meski begitu subjek 1 dan subjek 2 sama-sama mengaku bisa membaca dan menulis dan keterampilan tersebut masih bertahan hingga saat ini. Hal tersebut menjadi keuntungan tersendiri bagi kedua subjek dan mereka banyak mendapat kemudahan karena telah "melek huruf".

Menurut Gonyea, Hudson, dan Seltzer (dalam Papalia, Old, & Feldman, 2008), lansia yang mampu beradaptasi dan mengatur lingkungannya sendiri akan memerlukan sedikit bantuan untuk melaksanakan aktivitas hal ini mungkin dikarenakan kondisi keuangan yang baik, ingin terus hidup mandiri dan sebagai usaha agar tetap dekat dengan keluarga. Dalam hal pekerjaan, subjek 1 mengaku sudah mantab dengan usaha yang dijalannya sekarang dan menurutnya penghasilan dari usaha tersebut sudah cukup untuk memenuhi kebutuhannya bahkan subjek 1' masih bisa memberikan bantuan kepada keluarganya. Kemandirian secara finansial bisa dikatakan menjadi ciri khas subjek 1. Untuk ke depannya subjek 1 tidak berniat memperluas usahanya karena akan banyak sekali pertimbangan akan hal tersebut. Hanya saja saat ini ia memiliki harapan agar suatu saat ada salah satu keluarganya yang dapat mengikuti jejaknya berdagang.

Di sisi lain, walaupun subjek 2 saat ini tidak lagi bekerja, namun ia dapat dikatakan beruntung karena memiliki keluarga yang bersedia mencukupi seluruh kebutuhan hidupnya. Tujuan hidup subjek 2 tidak muluk-muluk, menurutnya di usia senjanya sekarang ia hanya bisa berserah diri kepada Tuhan untuk kehidupannya ke depan. Sebagaimana kepasrahannya untuk menerima diri ada adanya, tujuan dan harapan subjek 2 saat ini hanyalah agar selalu diberi kesehatan agar dapat menjalani hidup sebaik mungkin.

Berdasarkan aspek-aspek kualitas hidup yang telah dibahas di atas, beberapa faktor turut mempengaruhi kualitas hidup subjek penelitian ini. Raeburn dan Rootman (dalam Renwick & Brown, 1996) mengemukakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas hidup. Salah satunya yaitu kejadian dalam hidup yang berkaitan dengan tugas perkembangan dan stres yang diakibatkan oleh tugas tersebut. Kejadian dalam hidup sangat berhubungan erat dengan tugas perkembangan yang harus dijalani, dan terkadang kemampuan individu untuk menjalani tugas tersebut mengakibatkan tekanan tersendiri. Pada subjek 1, aspek *psychological being*, di mana subjek tetap berpikir positif dan menerima keadaan kelajangan dirinya. Sedangkan pada 2, aspek yang lebih dominan adalah *physical Being*, di mana kebutuhan subjek dapat terpenuhi dengan baik.

Kualitas hidup juga turut dipengaruhi oleh sistem dukungan, di mana dukungan tersebut berasal dari lingkungan, masyarakat, maupun dari sarana-sarana fisik seperti tempat tinggal atau rumah yang layak dan fasilitas-fasilitas memadai yang dapat menunjang kehidupan subjek. Selain itu adanya sumber daya, terkait dengan kemampuan dan kondisi fisik individu. Sumber daya pada dasarnya adalah apa yang dimiliki seseorang sebagai individu (Raeburn dan Rootman, dalam Renwick & Brown, 1996). Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan kualitas hidup perempuan lanjut usia terkait dengan penerimaan diri, pola pikir positif terkait dengan kondisi lajangnya, dukungan sosial yang diterima baik dari keluarga maupun lingkungan, kemandirian secara finansial dan tercukupinya kebutuhan hidup.

### **Simpulan dan Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, kualitas hidup perempuan lanjut yang melajang dipengaruhi oleh faktor penerimaan diri, pola pikir positif terkait dengan kondisi lajangnya, dukungan sosial yang diterima baik dari keluarga maupun lingkungan, kemandirian secara finansial dan tercukupinya kebutuhan hidup.

Berbagai macam konsekuensi dirasakan kedua subjek sehubungan dengan status lajangnya. Dalam hal ini subjek 2 lebih merasakan dampak dari kondisinya yang tidak menikah karena dianggap “aneh” oleh orang-orang di sekitarnya. Namun secara umum kedua subjek penelitian ini sudah mampu menerima keadaan dirinya dan tetap berpikir positif dalam menjalani kehidupan.

Penelitian ini membuka peluang dilakukannya penelitian lain khususnya terkait kehidupan perempuan lanjut usia yang melajang, baik dengan pendekatan yang sama maupun berbeda sehingga dapat memberikan hasil penelitian yang lebih mendalam. Bagi keluarga, hendaknya perlu memberi perhatian ekstra kepada perempuan lanjut usia yang melajang, khususnya secara psikologis. Keluarga merupakan satu-satunya tempat bergantung bagi perempuan yang tidak menikah, karena mereka tidak memiliki kesempatan untuk membentuk keluarga baru. Ketidakpedulian keluarga bisa mengakibatkan kekacauan dalam diri mereka, mengingat dukungan keluarga juga turut mempengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan. Oleh sebab itu keluarga diharapkan dapat memberikan kesempatan untuk mereka dapat berbagi keluh kesah maupun masalah yang dihadapi tanpa menyinggung statusnya.

## PUSTAKA ACUAN

- Achir, Y. C. A., dkk, (2001). *Bunga Rampai Psikologi Perkembangan Pribadi dari Bayi Sampai Lansia*. Editor S.C. Utami Munandar. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia (UI-Press)
- Data Sensus Penduduk. (2010). *Badan Pusat Statistik* [on-line]. Diakses pada tanggal 19 September 2012 dari <http://www.bps.go.id>
- Donelson, F.E. (1999). *Women's Experiences: A Psychological Perspective*. California: Mayfield Publishing Company.
- Dush, C.M., & Amato, P.R. (2005). Consequences of relationship status and quality for subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationship*. SAGE [on-line]. Diakses pada tanggal 1 oktober 2012 dari <http://spr.sagepub.com/content/22/5/607.full.pdf+html>
- Hapsari, P., Nisfiannor, M., & Murmanks, AW. (2007). Konflik Perempuan Jawa yang Masih Melajang di Masa Dewasa Madya. *Arkhe*, 56, 85-56
- Hurlock, E.B. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (ed. 5). Jakarta: Erlangga.
- Khotimah, K. (2009). Diskriminasi Gender terhadap Perempuan dalam Sektor Pekerjaan. *Jurnal Studi Gender dan Anak* [on-line]. Diakses pada tanggal 25 September 2012 dari <http://ejournal.stainpurwokerto.ac.id/index.php/yinyang/article/download/98/97>
- Lestari, D.D & Fakhurrozi, M. (2008). Kesepian Lansia Pria dan Wanita yang Bekerja dan Tidak Bekerja. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 6, 57.
- Papalia, D.E., Old, S.W., Feldman, R.D. (2008). *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta. Kencana.
- Poerwandari, K. (2011). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia* (ed. 4). Depok: LPSP3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Rapley, M. (2003). *Quality of life research: A critical introduction*. British. Sage Publication.
- Renwick, R, & Brown, I. (1996). *Quality of Life in Health Promotion and Rehabilitation*. California. Sage Publication, Inc.
- Santana K, S. (2010). *Menulis Ilmiah Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Sharp, E.A., & Ganong, L. (2011). "I'm a loser, I'm not married, let's just all look at me : ever single women's perceptions of their sosial environment". *Journal of Family Issues*. SAGE[on-line]. diakses pada tanggal 27 Agustus 2012 dari <http://jfi.sagepub.com/content/32/7/956>
- Sutanto,P., & Haryoko, F. (2010, April). Gambaran Konsep Diri pada Wanita Berkarier Sukses yang Belum Menikah. *INSAN*, 54, 5 [on-line]. diakses pada tanggal 10 Januari 2013 dari <http://210.57.222.46/index.php/JIMP/article/viewFile/638/639>