

## DINAMIKA PSIKOLOGIS PRIA LAJANG USIA DEWASA MADYA

Joko Purwanto<sup>1</sup>, Askari Hasanuddin<sup>2</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia Timur, Makassar, Indonesia

[Joecho.purwanto@gmail.com](mailto:Joecho.purwanto@gmail.com), [Askari.Hasanuddin@gmail.com](mailto:Askari.Hasanuddin@gmail.com)

**Abstract:** This qualitative phenomenological study explores the psychological dynamics of unmarried men in middle adulthood (40–60 years) in Makassar, Indonesia. Two participants (aged 43 and 51) were selected purposively and interviewed through semi-structured interviews, supported by observation and field notes. Data were analyzed using Miles and Huberman's interactive model (data reduction, display, and conclusion drawing) with credibility strategies such as triangulation and member checking. Findings show that both participants interpret singlehood as freedom and personal autonomy, yet simultaneously perceive marriage as an important developmental task and social expectation. Persisting singlehood was driven by the desire to remain independent, selectiveness toward a preferred partner, concerns about dowry/financial readiness, and relational boredom. Psychologically, single status was associated with fluctuating emotions, loneliness, shame, and reduced happiness, expressed differently across individuals—from avoidant and risk-taking behaviors to more goal-oriented efforts to prepare for marriage. The study highlights how socio-cultural pressures and personal meanings interact to shape emotional, cognitive, and behavioral responses among unmarried men in middle adulthood.

**Keywords:** *middle adulthood; unmarried men; singlehood; psychological dynamics; phenomenology*

**Abstrak:** Penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi ini bertujuan mengungkap dinamika psikologis pria yang belum menikah pada usia dewasa madya (40–60 tahun) di Kota Makassar. Partisipan berjumlah dua orang pria berusia 43 dan 51 tahun, dipilih secara purposive. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur dan observasi, dilengkapi catatan lapangan. Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman meliputi reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan, dengan upaya keabsahan data seperti triangulasi dan member check. Hasil menunjukkan bahwa kedua partisipan memaknai hidup melajang sebagai kebebasan dan kemandirian, namun tetap meyakini pernikahan sebagai tuntutan perkembangan dan norma sosial. Faktor pendorong tetap melajang meliputi keinginan untuk hidup bebas dan mandiri, kecenderungan selektif dalam memilih pasangan, kekhawatiran terkait mahar/uang panai dan kesiapan ekonomi, serta kejenuhan dalam relasi. Secara psikologis, status lajang memunculkan emosi yang tidak stabil, rasa sepi, malu, dan ketidakbahagiaan, yang tampak dalam respon kognitif dan perilaku berbeda—mulai dari perilaku penghindaran hingga upaya terarah mengumpulkan modal untuk menikah. Temuan ini menegaskan interaksi antara tekanan sosial-budaya dan makna personal dalam membentuk dinamika emosi, kognisi, dan perilaku pria lajang dewasa madya.

**Kata kunci:** *dewasa madya; pria lajang; dinamika psikologis; fenomenologi; Makassar*

## PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan ikatan resmi antara pria dan wanita untuk membentuk keluarga, menjalin relasi emosional, serta menjalani kehidupan bersama dalam dukungan dan komitmen yang berkelanjutan. Bagi banyak individu, pernikahan dipandang sebagai peristiwa perkembangan yang diharapkan dan dinantikan, karena menjadi simbol penyatuan dua pribadi dalam sistem keluarga yang diakui secara sosial. Pada sebagian besar masyarakat, pernikahan juga dipahami sebagai bentuk komitmen relasional yang lazim muncul pada tahap kedewasaan, seiring tuntutan normatif untuk membangun keluarga.

Namun, realitas sosial kontemporer menunjukkan bahwa tidak semua individu menjalankan tugas perkembangan tersebut sesuai norma usia. Pada usia dewasa madya (sekitar 40–60 tahun), individu berada pada fase transisi yang ditandai perubahan fisik, pergeseran minat dan nilai hidup, serta meningkatnya tuntutan peran sosial (Jahja, 2011; Santrock, 2012). Dalam fase ini, status pernikahan sering dipandang sebagai indikator kematangan sosial, sehingga keputusan untuk tetap melajang dapat berinteraksi dengan ekspektasi keluarga, tekanan sosial, dan evaluasi diri terhadap pencapaian hidup. Kondisi tersebut menjadi semakin kompleks ketika individu berada pada lingkungan budaya yang menempatkan pernikahan sebagai norma yang kuat.

Secara psikologis, dinamika psikologis merujuk pada proses internal individu dalam menghadapi situasi yang menimbulkan konflik, yang tercermin pada aspek emosi, kognisi, dan perilaku (Hendrastin, 2014). Manusia sebagai makhluk sosial pada dasarnya memiliki kebutuhan untuk membangun relasi, memperoleh penerimaan, dan menjalin kedekatan. Dalam konteks tertentu, kebutuhan akan kebersamaan, dukungan emosional, serta ruang berbagi pengalaman hidup sering diwadahi melalui komitmen pernikahan. Sebaliknya, keputusan untuk tetap melajang—terutama pada dewasa madya—berpotensi menghadirkan ketegangan psikologis, misalnya konflik antara kebutuhan kebebasan dan kemandirian dengan kebutuhan kedekatan, penerimaan sosial, serta pemenuhan harapan sosial untuk berkeluarga.

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini memfokuskan kajian pada pria dewasa madya yang belum menikah di Kota Makassar. Penelitian diarahkan untuk menjawab pertanyaan: (1) bagaimana pandangan pria terhadap hidup melajang; (2) faktor apa yang mendorong pria tetap melajang; dan (3) bagaimana dinamika psikologis (emosi, kognisi, dan perilaku) yang dialami. Tujuan penelitian ini adalah mengungkap makna hidup melajang bagi subyek, mengidentifikasi faktor-faktor pendorongnya, serta mendeskripsikan dinamika psikologis yang menyertainya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif karena fenomena melajang pada dewasa madya tidak hanya berkaitan dengan status sosial semata, tetapi juga menyangkut pengalaman subjektif, makna personal, serta konteks budaya yang membentuk cara individu menafsirkan hidupnya. Pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti memahami realitas dari sudut pandang subyek (emic), menggali narasi pengalaman secara mendalam, serta menangkap nuansa emosi, pertimbangan kognitif, dan pola perilaku yang tidak selalu dapat dijelaskan secara memadai melalui angka atau pengukuran kuantitatif. Dengan demikian, temuan penelitian diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi perkembangan dan psikologi sosial, khususnya terkait pengalaman melajang pada dewasa madya dalam konteks lokal.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi (Creswell, 2009). Partisipan berjumlah dua orang pria yang belum menikah pada usia dewasa madya (43 dan 51 tahun) yang berdomisili di Kota Makassar. Teknik pemilihan partisipan dilakukan secara purposive berdasarkan kriteria: pria berusia 40–60 tahun, belum menikah, dan bersedia menjadi narasumber.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur dan observasi, disertai catatan lapangan serta perekaman suara. Peneliti menjadi instrumen utama, dengan dukungan pedoman wawancara dan lembar persetujuan partisipan.

Analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman, yaitu reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan/verifikasi (Sugiyono, 2012). Keabsahan data diupayakan melalui peningkatan ketekunan, triangulasi sumber/teknik, diskusi sejawat, dan member check untuk meningkatkan kredibilitas temuan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

#### **1) Gambaran Subyek**

- **S.E (51 tahun):** Lahir dan besar di Makassar, ayah meninggal saat subyek usia 23 tahun. Pendidikan terakhir **SMP**, bekerja sejak muda dan kini memiliki usaha rumahan (depot air & laundry). Tinggal bersama ibu serta keluarga inti, hubungan keluarga cukup baik namun subyek cenderung **egois** dan banyak beraktivitas sosial pada malam hari, termasuk ke tempat hiburan.

- **M.J (43 tahun):** Lahir di Makassar, ayah almarhum, ibu ibu rumah tangga. Pendidikan terakhir **SMA**, bekerja sebagai marketing lepas. Tinggal bersama ibu dan saudara yang juga belum menikah. Hubungan keluarga baik, tetapi subyek **kurang terbuka** jika punya masalah dan lebih nyaman dengan teman; interaksi sosial banyak dihabiskan di warkop.

## 2) Pandangan tentang Hidup Melajang

- **Subyek S** memaknai lajang sebagai **hidup santai, bebas, mandiri**, tetapi mengaku kurang memahami pernikahan. Dampak positif: merasa bebas; dampak negatif: **cemburu/iri** melihat orang menikah.
- **Subyek M** memaknai lajang sebagai **bebas mengatur hidup & keuangan**, namun ia percaya manusia seharusnya menikah. Dampak positif: kebebasan; dampak negatif: **tekanan dan penilaian sosial** dari orang lain.

## 3) Faktor yang Mendorong Tetap Melajang

- **S.E:** yakin jodoh datang waktunya, menolak dijodohkan karena ingin bebas, **mudah bosan** dalam hubungan, serta kebutuhan seksual dipenuhi melalui relasi non-permanen/hiburan malam.
- **M.J:** khawatir soal **uang panai'/biaya adat**, belum menemukan sosok seperti calon istri yang meninggal, tidak ingin membebani orang tua, serta menghadapi tekanan sosial dan kesulitan pekerjaan rumah yang kadang memunculkan keinginan untuk segera menikah.

## 4) Dinamika Psikologis (Emosi–Kognisi–Perilaku)

- **Emosi:**
  - S.E nyaman dengan status lajang, tetapi kadang **malu** saat ditanya.
  - M.J lebih sering merasa **kesepian, tidak bahagia**, dan merasa hidup belum sempurna karena belum menikah.
- **Kognisi:** keduanya menyadari adanya tuntutan keluarga/lingkungan agar menikah, namun belum menemukan pasangan yang sesuai.
- **Perilaku:**
  - S.E cenderung mempertahankan gaya hidup bebas dan hiburan malam (kurang sesuai dengan tuntutan perkembangan dewasa madya).

- M.J fokus mengumpulkan modal dan menargetkan menikah dalam waktu tertentu.

Secara umum, kedua subyek memandang melajang sebagai kebebasan dan kemandirian, namun tetap muncul tekanan sosial dan kebutuhan afeksi. Faktor utama melajang meliputi keinginan hidup bebas, belum menemukan pasangan cocok, serta hambatan budaya/ekonomi (uang panai') dan pertimbangan keluarga. Dinamika psikologis tampak berbeda: **S.E lebih nyaman melajang**, sedangkan **M.J lebih terdorong untuk menikah** karena kesepian dan tujuan hidup keluarga.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kedua partisipan memandang status lajang sebagai kebebasan dan kemandirian, namun tetap meyakini pernikahan sebagai tuntutan perkembangan dan norma sosial. Faktor pendorong tetap melajang mencakup keinginan hidup bebas dan mandiri, selektivitas dalam memilih pasangan, serta kekhawatiran terkait mahar/uang panai dan kesiapan ekonomi. Dinamika psikologis yang muncul meliputi emosi yang fluktuatif, rasa malu, kesepian, dan ketidakbahagiaan, dengan variasi respon perilaku dari penghindaran komitmen hingga upaya mempersiapkan diri untuk menikah.

### **Saran**

Adapun saran praktis ditujukan kepada pria dewasa madya yang belum menikah agar mempertimbangkan kesiapan komitmen, meningkatkan pemahaman mengenai pernikahan, serta membangun strategi adaptif untuk menghadapi tekanan sosial. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan memperluas jumlah partisipan, memasukkan variasi latar sosial-ekonomi dan budaya, serta mengeksplorasi peran dukungan sosial dan religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis individu yang melajang.

## DAFTAR RUJUKAN

- Atkinson, Rita L. (2004). *Pengantar Psikologi*. Batam: Interaksara.
- Baraja, Abubakar. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Studia Press
- Burhan, Bungin. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif Aktualisasi Metodologis Ke Arah Ragam Varian Kontemporer*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Creswell, John W. (2009). *Research Design Pendekatan Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Penterjemah Achmad Fawaid.
- Desmita. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Rosdakarya
- Emzir. (2012). *Metodologi Penelitian Pendidikan: Kuantitatif dan Kualitatif*. Cet. VI; Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Feist, Jess. dan Gregory J. Feist. (2008). *Theories Of Personality*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Friedman, Howard S. dan Miriam W. Schustack. (2008). *Kepribadian Teori Klasik dan Riser Modern*. Jakarta: Erlangga
- Hendrastin, Refia J. (2014) *Studi Kasus Dinamika Psikologis Konflik Interpersonal Siswa Merujuk Teori Segitiga Abc Konflik Galtung Dan Kecenderungan Penyelesaiannya Pada Siswa Kelas Xii Jurusan Multimedia (Mm) Di Smk Mahardhika Surabaya*. Jurnal. Universitas Negeri Surabaya. Surabaya
- Herlinawati, Ely. (2010). *Sosialisasi dan Pembentukan Kepribadian*. Bandung: Esvira Mandiri.
- Jahja, Yudrik. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Jalaluddin. (2015). *Psikologi Agama*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada
- Novita Dewi, Evi. (2013). *Dinamika Psikologis Pada Pria dan Wanita Yang Menjalani Pisah Ranjang*. Jurnal. Universitas Ahmad Dahlan. Yogyakarta.
- Oktaria, Rara. (2008). *Kesepian Pada Pria Usia Lanjut yang Melajang*. Jurnal. Univesitas Gunadarma. Jakarta.
- Papalia, Diana E (2014). *Menyelami Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika
- Prastowo, Andi. (2014). *Metode Penelitian Kualitatif dalam Perspektif Rancangan Penelitian*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Santrock, John W. (2012). *Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Cet. XIV; Bandung
- Widyarini, Nilam. (2009). *Kunci Pengembangan Diri*. Jakarta: PT Gramedia