

## PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA PEREMPUAN YANG MENGALAMI PERJODOHAN DALAM PERNIKAHAN

A.Tajuddin<sup>1</sup>, Aswar<sup>2</sup>

[A.Tajuddin@gmail.com](mailto:A.Tajuddin@gmail.com), [Aswar.phobia@gmail.com](mailto:Aswar.phobia@gmail.com)

Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia Timur, Makassar

**Abstract:** This study aimed to describe the psychological well-being of women who experienced arranged marriage. Using a qualitative case study approach, the research involved two female participants, both aged forty-eight, who had undergone arranged marriage in Kabupaten Luwu. Data were collected through in-depth interviews and observation, then analyzed by reducing data, displaying findings, and drawing conclusions through verification. The findings showed differences in psychological well-being between the two participants. The first participant demonstrated low psychological well-being, reflected in poor self-acceptance, difficulty developing positive relationships, limited autonomy, weak environmental mastery, unclear life purpose, and low personal growth. In contrast, the second participant showed high psychological well-being, marked by acceptance of life experiences, warm interpersonal relationships, better self-direction, stronger meaning in life, and continuous personal development. The study indicates that social support, family upbringing, spirituality, socioeconomic background, and the way individuals evaluate life experiences play important roles in shaping psychological well-being among women in arranged marriages.

*Keywords: arranged marriage; psychological well-being; women*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan psychological well-being pada perempuan yang mengalami perjdohan dalam pernikahan. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus terhadap dua partisipan perempuan berusia empat puluh delapan tahun yang mengalami perjdohan di Kabupaten Luwu. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi, kemudian dianalisis melalui reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan psychological well-being pada kedua subjek. Subjek pertama memperlihatkan psychological well-being yang rendah, ditandai dengan penerimaan diri yang kurang baik, kesulitan membangun hubungan positif, otonomi yang lemah, penguasaan lingkungan yang terbatas, tujuan hidup yang kurang terarah, dan pertumbuhan pribadi yang rendah. Sebaliknya, subjek kedua menunjukkan psychological well-being yang tinggi, ditandai oleh penerimaan terhadap pengalaman hidup, hubungan interpersonal yang hangat, arah hidup yang lebih jelas, makna hidup yang kuat, dan perkembangan diri yang lebih baik. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial, pola asuh keluarga, spiritualitas, kondisi sosial ekonomi, dan evaluasi terhadap pengalaman hidup berperan penting dalam membentuk psychological well-being perempuan dalam pernikahan hasil perjdohan.

Kata kunci: perjdohan; psychological well-being; Perempuan

## PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan salah satu peristiwa penting dalam rentang kehidupan individu karena berkaitan dengan pembentukan keluarga, pemenuhan tugas perkembangan, dan proses penyesuaian psikologis dalam jangka panjang. Dalam konteks masyarakat Indonesia, pernikahan tidak selalu diawali oleh relasi romantis yang dibangun sendiri oleh calon pasangan. Pada sebagian kelompok masyarakat, pernikahan masih dapat berlangsung melalui perijodohan yang diatur oleh orang tua atau kerabat dekat sebagai bagian dari pertimbangan keluarga, budaya, atau nilai sosial tertentu.

Perijodohan dalam pernikahan sering dipersepsikan secara ambivalen. Di satu sisi, praktik ini dipandang mampu menjaga kesinambungan hubungan keluarga dan nilai-nilai sosial yang diyakini. Di sisi lain, perijodohan dapat menimbulkan tekanan psikologis apabila individu merasa tidak memiliki ruang memilih pasangan, belum siap menikah, atau belum mampu menerima keadaan yang terjadi. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis, terutama pada perempuan yang dalam banyak kasus berada pada posisi yang lebih rentan terhadap tekanan keluarga dan tuntutan peran domestik.

Ryff memaknai *psychological well-being* sebagai kondisi ketika individu memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mampu membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki otonomi, dapat menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan terus bertumbuh secara pribadi. Dengan demikian, *psychological well-being* tidak hanya berkaitan dengan rasa senang atau puas, tetapi juga menyangkut kemampuan individu untuk menerima pengalaman hidup, memberi makna atas peristiwa yang dialami, serta berkembang secara adaptif.

Berdasarkan kajian dalam skripsi ini, ditemukan bahwa perempuan yang sama-sama mengalami perijodohan ternyata menunjukkan *psychological well-being* yang berbeda. Perbedaan tersebut tampak pada cara masing-masing subjek memaknai pengalaman perijodohan, membangun hubungan dengan pasangan dan keluarga, serta menata tujuan hidup setelah menikah. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk menjelaskan bagaimana *psychological well-being* terbentuk pada perempuan yang mengalami perijodohan dalam pernikahan.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan *psychological well-being* pada perempuan yang mengalami perijodohan dalam pernikahan ditinjau dari indikator *psychological well-being* serta faktor-faktor yang memengaruhinya.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Pendekatan ini dipilih karena penelitian berupaya memahami secara mendalam pengalaman hidup subjek, makna yang diberikan terhadap perjodohan, serta dinamika psychological well-being yang berkembang dalam kehidupan pernikahan mereka.

Partisipan penelitian berjumlah dua orang perempuan yang sama-sama berusia empat puluh delapan tahun dan mengalami perjodohan dalam pernikahan di Kabupaten Luwu. Pemilihan partisipan dilakukan secara purposif dengan kriteria: perempuan, pernah mengalami perjodohan dalam pernikahan, bersedia menjadi subjek penelitian, dan mampu menceritakan pengalaman hidupnya secara terbuka.

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi. Wawancara dilakukan secara tidak terstruktur agar peneliti memperoleh gambaran yang luas mengenai pengalaman subjek sejak sebelum menikah, awal pernikahan, konflik rumah tangga, relasi dengan pasangan dan keluarga, serta pandangan hidup yang mereka miliki. Observasi dilakukan untuk melengkapi data verbal melalui pengamatan terhadap kondisi fisik, respons emosional, pola komunikasi, dan interaksi subjek selama penelitian berlangsung.

Analisis data dilakukan melalui tiga tahap, yaitu reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Keabsahan data diperkuat melalui ketekunan pengamatan, pemeriksaan konsistensi informasi, dan peninjauan ulang hasil wawancara agar interpretasi penelitian tetap sesuai dengan pengalaman yang disampaikan subjek.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua subjek sama-sama mengalami perjodohan yang diatur keluarga, tetapi memperlihatkan respons psikologis yang berbeda. Subjek J pada awal pernikahan merasakan kekecewaan, kemarahan, keterpaksaan, dan kebencian terhadap situasi yang dialaminya. Ia cenderung memandang pernikahan sebagai sumber penderitaan, menyalahkan orang tua serta suami ketika muncul konflik, dan mengalami kesulitan menerima pengalaman masa lalu. Dalam kehidupan rumah tangga, subjek J juga menunjukkan hubungan yang kurang hangat dengan suami dan keluarga suami, serta memandang hidup secara pesimistis.

Sebaliknya, subjek N juga mengalami keterkejutan dan kesedihan saat mengetahui dirinya dijodohkan, tetapi kemudian mampu menerima peristiwa tersebut sebagai bagian dari takdir

Tuhan. Setelah menikah, subjek N berusaha mengenal suami secara bertahap, membangun komunikasi, dan mengembangkan hubungan yang lebih hangat. Ia tidak terus-menerus menyalahkan orang tua ataupun pasangan, melainkan menempatkan pengalaman hidup sebagai proses pembelajaran yang harus dijalani dengan sabar, syukur, dan komitmen.

Aspek	Subjek J	Subjek N
Penerimaan diri	Rendah; masih memendam kecewa dan sakit hati	Baik; mampu menerima pengalaman sebagai takdir
Hubungan positif	Relasi kurang hangat dengan suami dan keluarga suami	Relasi hangat dengan suami, orang tua, dan mertua
Otonomi	Cenderung pasif dan memendam emosi	Lebih terbuka, komunikatif, dan mandiri
Tujuan hidup	Terbatas pada harapan bagi anak	Terarah pada keluarga, pendidikan anak, dan ibadah haji
Pertumbuhan pribadi	Kurang berkembang	Terus belajar dari pengalaman hidup

## Pembahasan

Jika ditinjau dari aspek penerimaan diri, subjek J menunjukkan tingkat penerimaan diri yang rendah karena masih memendam sakit hati dan memandang hidupnya sebagai pengalaman yang menyakitkan. Sebaliknya, subjek N memperlihatkan penerimaan diri yang lebih baik karena mampu menerima masa lalu, mengolah kekecewaan secara lebih adaptif, dan melanjutkan hidup dengan orientasi yang lebih positif.

Pada aspek hubungan positif dengan orang lain, subjek J mengalami hambatan dalam membangun relasi yang hangat, baik dengan suami maupun keluarga suami. Sementara itu, subjek N mampu membangun relasi yang lebih seimbang dengan pasangan, orang tua, dan mertua. Ia bahkan menunjukkan komitmen merawat mertua dengan penuh tanggung jawab sebagai bagian dari perannya dalam keluarga.

Pada aspek otonomi dan penguasaan lingkungan, subjek J cenderung pasif dan lebih banyak memendam emosi ketika menghadapi masalah rumah tangga. Subjek N justru memperlihatkan kemampuan untuk berkomunikasi, bernegosiasi, dan menata kehidupan keluarga secara lebih efektif. Ia aktif membantu ekonomi keluarga, merencanakan masa depan anak, dan memaknai pengalaman konflik sebagai pelajaran hidup.

Pada aspek tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi, subjek J memiliki orientasi masa depan yang terbatas pada harapan agar anak-anaknya hidup lebih baik, tetapi tanpa keterarahan yang kuat terhadap pengembangan dirinya sendiri. Sebaliknya, subjek N menunjukkan tujuan hidup yang lebih jelas, seperti pendidikan anak, stabilitas keluarga, dan rencana menunaikan ibadah haji. Ia memandang hidup sebagai perjuangan yang mengandung hikmah sehingga mendorong pertumbuhan pribadi yang lebih positif.

Temuan ini memperlihatkan bahwa psychological well-being perempuan dalam perjdohan tidak ditentukan hanya oleh peristiwa perjdohan itu sendiri, tetapi juga oleh konteks perkembangan individu. Dukungan sosial keluarga, pola asuh, kondisi sosial ekonomi, spiritualitas, serta evaluasi terhadap pengalaman hidup tampak menjadi faktor penting yang membedakan psychological well-being kedua subjek. Subjek yang dibesarkan dengan dukungan emosional, pendidikan, dan nilai religius yang kuat cenderung lebih mampu menerima pengalaman hidup dan menumbuhkan kesejahteraan psikologis.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa psychological well-being pada perempuan yang mengalami perjdohan dalam pernikahan menunjukkan dinamika yang berbeda pada setiap individu. Subjek pertama memiliki psychological well-being yang rendah, sedangkan subjek kedua memiliki psychological well-being yang tinggi. Perbedaan tersebut tampak pada penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Temuan ini menegaskan bahwa pengalaman perjdohan tidak selalu berakhir pada kesejahteraan psikologis yang rendah, karena kualitas psychological well-being sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial, spiritualitas, pola asuh keluarga, kondisi sosial ekonomi, dan cara individu mengevaluasi pengalamannya.

### **Saran**

Adapun saran yang dapat diajukan adalah perlunya orang tua dan keluarga mempertimbangkan kesiapan psikologis anak sebelum mengambil keputusan terkait pernikahan. Bagi perempuan yang mengalami perjdohan, penting untuk memperoleh dukungan emosional, ruang komunikasi, dan pendampingan agar mampu menyesuaikan diri secara sehat dalam kehidupan pernikahan. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan jumlah partisipan yang lebih luas, konteks budaya yang lebih beragam, atau pendekatan metodologis yang berbeda agar pemahaman tentang psychological well-being dalam perjdohan menjadi lebih kaya.

## DAFTAR RUJUKAN

- Anonim. (2008). Psychological well-being. Naskah literatur.
- Anonim. (2012). Perjdohan pernikahan. Naskah literatur.
- Arafat, Y. (2011). Perempuan dalam nikah mut'ah. Skripsi tidak diterbitkan.
- Bungin, B. (2001). Metodologi penelitian kualitatif. Raja Grafindo Persada.
- Bustami. (2012). Peran ibu rumah tangga dalam keluarga. *Jurnal Sosiologi*.
- Desmita. (2007). Psikologi perkembangan. Remaja Rosdakarya.
- Dewi, R. N., & Sudhana, H. (2013). Hubungan antara komunikasi interpersonal pasutri dengan keharmonisan dalam pernikahan. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 22-31.
- Feist, J. (2008). Theories of personality. Pustaka Pelajar.
- Habibi, R. U. (2015). Kepuasan pernikahan pada wanita yang dijodohkan oleh orang tuanya. *Jurnal Psikologi*, 3(2), 579-588.
- Hamid, A. (2016). Fiqih wanita. Diva Press.
- Hazin, N. K. (2004). Kamus lengkap bahasa Indonesia super baru. Terbit Terang.
- Ismail, Z. (2012). Religiosity and psychological well-being. *International Journal of Business and Social Science*, 3(11).
- Jad, A. S. (2013). Fiqih wanita dan keluarga. Kayna Media.
- Joshi, S., Kumari, S., & Jain, M. (2008). Religious belief and its relation to psychological well-being. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 34(2), 345-354.
- Kartikasari, I. F. (2011). Dinamika perjdohan dalam ranah privat dan publik. Skripsi.
- Kumalasari, E. (2015). Gambaran psychological well-being pecandu narkoba di klinik Karaeng Hypnotherapy. Skripsi tidak diterbitkan.
- Rahayu, A. M. (2008). Psychological well-being pada istri kedua dalam pernikahan poligami. *Jurnal Psikologi*.
- Rianto, Y. (2001). Metodologi penelitian. SIC.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Soulsby, K. L., & Bennett, K. M. (2015). Marriage and psychological well-being: The role of social support. *Psychology*, 6, 1349-1359.
- Sudirman, A. M. (2009). Dinamika psikologis remaja yang melakukan masturbasi. Skripsi tidak diterbitkan.

- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D.* Alfabeta.
- Sumanto. (2014). *Psikologi perkembangan: Fungsi dan teori.* CAPS.