

Isolasi atau Integrasi Sosial: Peran Kualitas Pertemanan dalam Menunjang Kepuasan Hidup Dewasa Muda Lajang di Indonesia

Giofanny Jessica Kaparang, Karel Karsten Himawan

Fakultas Psikologi dan RELASI Research Lab

Universitas Pelita Harapan

giofannyjessica@gmail.com | karel.karsten@uph.edu

Submitted: 22 December 2021; Revised: 08 February 2022; Accepted: 22 February 2022

ABSTRACT

Marriage is a normative practice in Indonesia. As a result, many view marriage as a social achievement rather than a personal choice. This attitude could impact the psychological well-being of single individuals as they receive marriage pressures and associated stigma from their communities. This quantitative study aims to explore the role of friendship quality on life satisfaction among non-dating unmarried young adults in Indonesia. Friendship Quality Scale (FQS) and Satisfaction With Life Scale (SWLS) were employed to measure the quality of friendship and the life satisfaction of 121 unmarried young adults who is not in a romantic relationship in Indonesia ($M_{age} = 29.98$; $SD = 3.849$), as approached through purposive sampling. Result of this study confirmed a significant contribution (49.4%) of friendship quality to the life satisfaction of male participants, but the results among the females was found insignificant.

KEYWORDS Dating | Friendship Quality | Life Satisfaction | Single | Young Adults

PENDAHULUAN

Status lajang di Indonesia menjadi fenomena yang menarik untuk diteliti dikarenakan pandangan masyarakat Indonesia yang cukup unik terkait lajang dan pernikahan. Menikah merupakan peristiwa penting, sehingga kerap dianggap sebagai lebih daripada sekadar pilihan, bagi masyarakat Indonesia. Status menikah sering kali dianggap sebagai indikator keberhasilan sosial bagi masyarakat Indonesia (Himawan 2019). Berbeda dengan tren yang ada di berbagai negara Barat di mana individu cenderung diberi kebebasan untuk memilih status serta waktu menikahnya (Lesthaeghe 2010; Raymo dkk. 2015), masyarakat Indonesia belum menganggap pernikahan sebagai suatu pilihan (Utomo dan Sutopo 2020). Hal ini berdampak pada angka pernikahan yang relatif masih tinggi di Indonesia, termasuk jika dibandingkan dengan angka serupa di beberapa negara tetangga, seperti

Singapura, Hong Kong, dan Jepang (Jones dkk. 2018).

Relatif tingginya angka pernikahan di Indonesia berbanding terbalik dengan toleransi masyarakat Indonesia yang masih tergolong rendah terhadap individu yang belum menikah (Himawan 2019). Akibatnya, mereka yang belum menikah di usia di mana kebanyakan individu sudah menikah kerap menerima tekanan sosial (Himawan, Bambling, dan Edirippulige 2018b; Himawan, Bambling, dan Edirippulige 2021). Himawan (2019) menunjukkan bahwa dari 107 individu dewasa yang belum menikah, lebih dari 90% mengalami tekanan untuk menikah dari lingkungan sekitarnya, seiring dengan meningkatnya usia dan pendidikan yang ditempuh. Bahkan, tekanan terbesar dan paling signifikan datang dari keluarga dan orang tua sendiri. Terdapat beberapa sebutan bagi individu yang be-

lum menikah di Indonesia, seperti perawan tua (Himawan, Bambling, dan Edirippulige 2018a) atau *jomblo ngenes/jones* bagi individu lajang dan tidak berpacaran (*jomblo*) (Yasir dan Cindy 2016) yang digambarkan dengan keadaan menyedihkan (*ngenes*) (Harared 2018).

Tidak hanya dianggap penting, pernikahan juga dianggap sebagai pencapaian yang meningkatkan reputasi keluarga (Schrauwers 2000) dan dihubungkan dengan prestasi bagi keluarga besar, sehingga ketika sebuah keluarga memiliki anak yang belum menikah di usia menikah dianggap akan mendatangkan malu (Tan 2010). Hal ini juga mendatangkan konflik intrapersonal bagi individu yang memang belum siap menikah dan memutuskan untuk menunda pernikahan, namun di sisi lain percaya bahwa menikah merupakan amanat keluarga atau orang tua yang harus dipenuhi (Noviana dan Suci 2010).

Studi ini hendak berfokus untuk mengetahui kontribusi kualitas pertemanan terhadap kepuasan hidup pada dewasa muda lajang yang tidak berpacaran di Indonesia. Berbagai studi menunjukkan bahwa kualitas pertemanan memegang peranan penting dalam meningkatkan kepuasan hidup individu (Amati dkk. 2018; Dariyo 2017; Pradhan dkk. 2018; Raboteg-Saric dan Sakic 2014; Salsabila dan Maryatmi 2019). Namun dalam konteks lajang di Indonesia, status lajang yang dimiliki individu dengan segala konsekuensi sosial yang mengikutinya dilaporkan menjadi faktor yang berperan dalam menurunkan kepuasan hidup (Himawan 2020; Selan dkk. 2020). Di samping memperkaya literatur tentang lajang di Indonesia yang masih belum banyak diteliti, studi ini diharapkan dapat berkontribusi dalam memberi informasi penting untuk mempromosikan kepuasan hidup bagi individu lajang berusia dewasa muda di Indonesia.

TREN JUMLAH INDIVIDU LAJANG DI INDONESIA

Pengalaman melajang di Indonesia membuat individu merasa tertekan karena mendapatkan perhatian yang berlebihan, stigma dan stereotip negatif,

serta dorongan untuk segera menikah dari pihak keluarga dan lingkungan (Himawan dkk. 2018b; Kurniati dkk. 2014; Nanik dkk. 2018; Septiana dan Syafiq 2013). Selain itu, individu lajang juga melaporkan dirinya merasa kesepian, kurang bahagia, membutuhkan kehadiran seorang pasangan, serta cemburu terhadap lingkungan sekitarnya yang telah memiliki pasangan (Himawan dkk. 2018b; Septiana dan Syafiq 2013). Bahkan, melajang juga mengakibatkan individu mengalami penurunan kesejahteraan psikologis dan kebahagiaan, penolakan di lingkungan sosial, dianggap kurang pandai bersosialisasi, kurang menarik, serta merasa malu dan minder (Kusumawardhani dan Poerwandari 2018; Oktawirawan dan Yudianto 2020; Pratama dan Masykur 2020).

Meski menghadapi berbagai tekanan sosial untuk menikah, jumlah pemuda lajang di Indonesia terus bertambah dan pemuda yang menikah terus berkurang dalam empat dekade terakhir. Pada 2011, proporsi individu berusia 16 - 30 tahun yang belum menikah ialah 51.98% dan meningkat menjadi 59.82% pada 2020 (Badan Pusat Statistik [BPS] 2020). Tren penurunan angka pernikahan juga dapat diamati secara konsisten pada individu berusia 20 - 34 tahun sejak tahun 1970 - 2010 (lihat Tabel 1 pada Utomo dan Sutopo 2020). Beberapa faktor yang diduga menjadi penyebab adalah kualitas pendidikan dan ekonomi yang semakin meningkat, kebijakan pemerintah untuk menaikkan batas usia minimal pernikahan, serta modernisasi yang meningkatkan pergeseran nilai pemuda Indonesia (Himawan dkk. 2019; Wong 2005). Lebih lanjut, modernisasi dianggap sebagai faktor yang bertanggung jawab terhadap penundaan usia pernikahan dan peningkatan proporsi individu yang memilih untuk tetap melajang (Himawan dkk. 2019). Melalui industrialisasi yang terjadi pada era modernisasi, peluang bagi perempuan semakin besar untuk menempuh pendidikan tinggi dan membangun jenjang karier (Hapma 2017; Wibowo 2011). Hal ini tentunya berdampak pada pergeseran peran gender, yang akhirnya turut mempengaruhi angka pernikahan (Himawan dkk. 2019; Khasanah 2017).

KUALITAS PERTEMANAN DAN KEPUASAN HIDUP PADA LAJANG DI INDONESIA

Berbagai studi internasional menunjukkan bahwa kualitas pertemanan dapat menjadi prediktor yang kuat terhadap kepuasan hidup seorang lajang (Abbott 1999; Dalton 1992; Rogers 2013). Namun, studi terhadap lajang di Indonesia menunjukkan bahwa mayoritas lajang kerap mengalami dinamika emosi yang negatif akibat kesepian, tekanan sosial, perasaan tertekan dan tidak nyaman berada di tengah perkumpulan sosial, serta kurang puas dengan hidupnya (Himawan 2020; Primanita dan Lestari 2018; Selan dkk. 2020; Septiana dan Syafiq 2013). Bahkan, Himawan (2020a) juga menunjukkan bahwa status pernikahan adalah satu-satunya indikator yang signifikan dalam meningkatkan kepuasan hidup dewasa muda; berpacaran saja belum cukup membuat individu lebih puas terhadap hidupnya. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan dengan lingkungan sosial dan keberadaan pasangan dalam hubungan pernikahan menjadi faktor yang berkontribusi dalam kepuasan hidup individu lajang di Indonesia.

Teori Determinasi Diri (Ryan dan Deci 2017) memberikan perspektif yang esensial untuk memahami bagaimana seorang individu memperoleh kepuasan hidupnya. Terdapat tiga formula utama yang perlu dipenuhi untuk mencapai kepuasan hidup: 1). kebutuhan otonomi (*autonomy*) atau kebutuhan untuk mengelola sendiri pengalaman dan perilaku diri, 2). kebutuhan kompetensi (*competence*), yakni kebutuhan untuk merasakan efektivitas dan penguasaan terhadap konteks penting dalam hidup, dan 3). kebutuhan sosial (*relatedness*), yaitu kebutuhan akan perasaan terhubung dan terlibat dengan orang lain di sekitar (Ryan dan Deci 2017). Tidak hanya itu, teori kepuasan hidup yang dikemukakan oleh Diener dkk. (1985) juga menekankan bahwa hubungan sosial yang positif dan menyediakan ikatan emosional yang kuat dapat meningkatkan kepuasan hidup individu.

Bagi beberapa individu, menjadi lajang mungkin dapat menjadi pilihan gaya hidup alternatif yang dipercayai dapat meningkatkan kepuasan hidupnya. Merujuk pada teori Determinasi Diri

(Ryan dan Deci 2017), melajang dapat mengakomodasi kebutuhan otonomi dan kompetensi karena melalui pengalaman melajang, individu mengaku merasakan kebebasan untuk mengembangkan kompetensi diri dan melakukan segala hal sesuai kehendaknya sendiri tanpa dikekang (DeGenova 2011; Tandiono dan Sudagijono 2016). Namun, menjadi lajang di lingkungan di mana menikah adalah norma memberi tantangan tersendiri untuk memenuhi kebutuhan sosialnya. Oleh karena itu, studi ini berfokus pada menguji kemungkinan pemenuhan kebutuhan sosial (secara khusus aspek kualitas pertemanan) bagi individu yang tidak atau belum menikah, sehingga dapat memberi informasi penting dalam upaya meningkatkan kepuasan hidupnya.

Tekanan yang diterima individu lajang di Indonesia dilaporkan kebanyakan datang dari keluarga dan orang tua (Himawan 2019; Septiana dan Syafiq 2013). Dalam hal ini, individu lajang di Indonesia memiliki indikasi untuk lebih mengandalkan teman untuk memperoleh dukungan sosial dibandingkan dengan keluarga atau orang tua (Tan 2010; Tandiono dan Sudagijono 2016). Salah satu dimensi dalam kualitas pertemanan ialah perasaan aman (Bukowski dkk. 1994), yang berarti individu percaya bahwa teman dapat dipercaya untuk memberikan ikatan yang kuat serta dapat membantu seseorang melewati masalah dengan baik. Hal ini berarti ketika individu lajang di Indonesia memiliki kualitas pertemanan yang baik, ia memiliki potensi untuk menghadapi tantangan dan tekanan dari lingkungan sekitarnya serta menjadi puas terhadap hidupnya.

FOKUS STUDI

Berpijak pada fenomena yang telah dijabarkan sebelumnya, studi ini hendak berfokus untuk melihat kontribusi kualitas relasi sosial yang diperoleh dengan teman (bukan keluarga) terhadap kepuasan hidup dewasa muda lajang, karena dua alasan utama. Pertama, secara konsisten berbagai studi menunjukkan peran positif dukungan sosial terhadap kepuasan hidup individu (Dhamayantie 2018; Fiona 2013; Lutfiyah 2017; Masitha 2019). Namun, belum banyak studi yang berfokus untuk meneliti peran dukungan sosial terhadap

kepuasan hidup individu lajang di Indonesia. Studi yang dilakukan Himawan (2020) mendemonstrasikan peran positif dukungan sosial terhadap kepuasan hidup lajang, namun dukungan sosial tersebut harus diperoleh melalui interaksi tatap muka dan bukan melalui internet (Himawan dkk. 2021). Akan tetapi, terdapat dua keterbatasan dari studi tersebut yang menginspirasi dilakukannya studi ini. Pertama, studi tersebut belum dapat menspesifikasikan sumber relasi sosial yang dapat meningkatkan kepuasan hidup bagi lajang di Indonesia. Kedua, studi tersebut turut mengikutsertakan kelompok lajang yang sedang berpacaran, sehingga tidak dapat memberikan informasi mengenai apakah ketiadaan pasangan romantis turut mempengaruhi kepuasan hidup lajang.

Alasan kedua mengenai pentingnya berfokus pada kualitas hubungan sosial melalui relasi pertemanan ialah karena studi terdahulu menunjukkan bahwa orang tua dan keluarga bukan menjadi sumber dukungan sosial yang diandalkan bagi lajang di Indonesia (Tan 2010; Tandiono dan Sudagijono 2016). Dibandingkan dengan pengalaman melajang di Thailand dan Filipina, perempuan lajang di Indonesia dilaporkan tidak memiliki komunikasi yang intens atau hubungan yang dekat dengan orang tua dan keluarganya yang kemungkinan disebabkan oleh kurangnya penerimaan keluarga tentang status lajang yang disandangnya (Tan 2010). Beberapa individu lajang juga melaporkan bahwa mereka mengalami tekanan untuk menikah dari anggota keluarganya yang merasa status lajangnya mendatangkan malu bagi keluarga besar (Septiana dan Syafiq 2013). Ada indikasi bahwa lajang di Indonesia kerap lebih mengandalkan dukungan yang diperoleh dari teman dalam memenuhi kebutuhan emosionalnya (Tandiono dan Sudagijono 2016). Kebanyakan penelitian serupa hanya berfokus pada perempuan sebagai subjek penelitiannya (Septiana dan Syafiq 2013; Tan 2010; Tandiono dan Sudagijono 2016), sehingga menginspirasi studi ini untuk dilakukan terhadap lelaki dan perempuan berusia dewasa muda lajang yang sedang tidak berpacaran.

Fenomena yang telah dijabarkan di atas memberi konteks penting untuk meneliti tentang kontribusi kualitas pertemanan terhadap kepuasan hidup

pada dewasa muda lajang yang tidak berpacaran di Indonesia. Hipotesa yang dibangun dalam studi ini ialah bahwa kualitas pertemanan berkontribusi signifikan terhadap kepuasan hidup pada dewasa muda lajang yang tidak berpacaran di Indonesia.

Dalam studi ini, kualitas pertemanan diartikan sebagai hubungan pertemanan yang ditandai dengan tingginya dukungan yang saling diberikan dan kemampuan untuk mengatasi konflik bersama (Brendgen 2001). Kualitas pertemanan terdiri atas empat dimensi: perasaan aman, kedekatan, penerimaan, dan bantuan (Bukowski dkk. 1994; Thien dkk. 2012). Kepuasan hidup ialah penilaian kognitif individu yang subjektif terhadap hidupnya secara keseluruhan (Diener dkk. 1985), yang dapat tercapai apabila terdapat sedikit kesenjangan antara harapan individu dengan kenyataan hidupnya (Hurlock 2009).

METODE PENELITIAN

A. Desain

Penelitian ini merupakan studi *cross-sectional* yang dilakukan dengan desain kuantitatif menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk mengukur arah hubungan linear antara variabel bebas dengan variabel terikat (Gravetter dan Forzano 2012).

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kualitas pertemanan, sedangkan variabel terikatnya ialah kepuasan hidup. Secara operasional, kualitas pertemanan merupakan sejauh mana hubungan pertemanan individu ditandai dengan tingginya dukungan yang saling diberikan dan kemampuan untuk mengatasi konflik bersama (Markievicz dkk. 2001). Kualitas pertemanan terdiri atas empat dimensi: perasaan aman, kedekatan, penerimaan, dan bantuan (Bukowski dkk. 1994; Thien dkk. 2012). Kepuasan hidup ialah sejauh mana individu secara kognitif menilai bahwa terdapat sedikit kesenjangan antara harapan dengan kenyataan hidupnya secara keseluruhan (Diener dkk. 1985; Hurlock 2009).

B. Partisipan

Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* untuk memilih partisipan berdasarkan kriteria berikut: 1). individu berusia 25 - 40 tahun, 2). belum pernah menikah, 3). tidak sedang berpacaran, dan 4). berdomisili di Indonesia. Jumlah partisipan dalam studi ini adalah 121 individu ($M_{usia} = 29.98$; $SD = 3.849$). Sejumlah 54.5% partisipan berjenis perempuan. Partisipan berasal dari latar belakang etnis yang beragam, yakni Tionghoa (29.8%), Jawa (18.2%), Batak (12.4%), Minahasa (10.7%), Sunda (9.1%), Papua (4.1%), dan etnis minor lainnya (15.7%). Mayoritas partisipan berdomisili

di Pulau Jawa (65.3%), sedangkan sebagian lainnya tinggal di Pulau Sulawesi (10.7%), Sumatera (7.4%), Papua (6.6%), Bali dan Nusa Tenggara (6.6%), serta Kalimantan (3.3%). Mayoritas partisipan memiliki pendidikan terakhir pada jenjang S1 (63.6%) dan sisanya menempuh pendidikan terakhir pada jenjang S2 (8.3%), D3 (8.3%), SMA (18.2%), SMP (0.8%), serta terdapat satu partisipan yang memilih untuk tidak menjawab pertanyaan mengenai pendidikan terakhirnya. Tabel 1 merangkum karakteristik demografis partisipan secara lebih rinci.

Tabel 1
Karakteristik Demografis Partisipan

Karakteristik Demografis	<i>n</i>	%
Usia		
25 - 30	72	59.5
31 - 35	37	30.6
36 - 40	12	9.9
Orientasi Seksual		
Heteroseksual	84	69.4
Homoseksual	1	.8
Biseksual	1	.8
Tidak menjawab	35	28.9
Jenis Kelamin		
Laki-laki	53	43.8
Perempuan	66	54.5
Tidak menjawab	2	1.7
Domisili		
Pulau Jawa	79	65.3
Pulau Sumatera	9	7.4
Pulau Kalimantan	4	3.3
Pulau Papua	8	6.6
Pulau Sulawesi	13	10.7
Pulau Bali & Nusa Tenggara	8	6.6
Etnis		
Minahasa	13	10.7
Sunda	11	9.1

Jawa	22	18.2
Tionghoa	36	29.8
Batak	15	12.4
Papua	5	4.1
Lainnya	19	15.7
Pendidikan		
SMP	1	.8
SMA/ sederajat	22	18.2
D3	10	8.3
S1	77	63.6
S2	10	8.3
Pekerjaan		
PNS	6	5.0
Guru	4	3.3
Wiraswasta	26	21.5
Tenaga profesional	9	7.4
Karyawan swasta	45	37.2
Freelancer	13	10.7
Pelajar/ mahasiswa	5	4.1
Tidak/ belum bekerja	8	6.6
Lainny	5	4.1
Penghasilan		
<3.000.000,00	26	21.5
3.000.000,01 – 6.000.000,00	43	35.5
6.000.000,01 – 9.000.000,00	18	14.9
9.000.000,01 – 12.000.000,00	7	5.8
12.000.000,01 – 15.000.000,00	1	.8
>15.000.000,01	7	5.8
Tidak menjawab	19	15.7
Alasan Melajang		
Sukarela	8	6.6
Tidak sukarela	113	93.4
Alasan Tidak Berpacaran		
Sukarela	20	16.5
Tidak sukarela	101	83.5

A. Prosedur

Sebelum mengumpulkan data, peneliti melakukan proses adaptasi alat ukur, khususnya yang belum pernah diadaptasi dalam bahasa Indonesia, yakni *Friendship Quality Scale* (Thien dkk. 2012), agar dapat digunakan pada kelompok sampel dewasa muda di Indonesia. Proses adaptasi diawali dengan *forward translation*, atau penerjemahan seluruh butir alat ukur dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia. *Forward translation* dilakukan oleh peneliti. Kemudian, *backward translation* dilakukan dengan menerjemahkan kembali hasil terjemahan tersebut ke dalam bahasa Inggris, yang dilakukan oleh kerabat peneliti, seorang akademisi yang telah menamatkan pendidikan di universitas di mana bahasa Inggris menjadi bahasa pengantarnya. Peneliti kemudian berdiskusi dengan dosen pembimbing untuk melakukan sintesis dalam menyesuaikan butir terjemahan yang akan digunakan dalam penelitian.

Pengumpulan data dilakukan sekitar akhir Oktober hingga November 2021. Kuesioner disebar kepada seluruh partisipan yang memenuhi kriteria melalui media sosial seperti LINE, Instagram, WhatsApp, LinkedIn, dan Facebook. Partisipan mengisi informasi mengenai data demografis sebelum menjawab pertanyaan kuesioner yang diadministrasikan secara daring. Setelah berpartisipasi secara penuh dalam studi, partisipan ditawarkan untuk mengisi formulir terpisah jika ingin menerima penghargaan partisipasi berupa uang elektronik senilai Rp20.000,-. Penghargaan diberikan kepada seluruh partisipan yang mengisi formulir penghargaan tersebut tanpa diundi. Informasi pribadi dikumpulkan pada formulir terpisah dari respons partisipan demi menjaga kerahasiaan data. Aspek etik dari studi ini telah dievaluasi dan disetujui oleh *Internal Review Board, Center for Research & Community Development (CRCDC)* Universitas Pelita Harapan dengan nomor surat persetujuan 50-IRB/PN-FPsi-UPH/XI/2021.

C. Teknik Analisis

Analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi hierarki dengan kualitas

pertemanan berperan sebagai variabel bebas dan kepuasan hidup berperan sebagai variabel terikat. Pendidikan (skala ordinal), jenis pekerjaan (skala nominal), dan penghasilan (skala rasio) dikontrol dalam model regresi yang diuji. Program yang digunakan untuk menganalisis data adalah *Statistical Package for Social Sciences (SPSS)* versi 23. Peneliti melakukan uji korelasi parametrik dan uji asumsi klasik yang terdiri dari uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas sebelum akhirnya melakukan analisis regresi hierarki untuk melihat kontribusi kualitas pertemanan terhadap kepuasan hidup, dengan mengontrol berbagai variabel demografis. Uji *independent sample t-test* juga dilakukan sebagai analisis tambahan untuk membandingkan variabel penelitian pada dua kelompok partisipan, yakni laki-laki dan perempuan.

D. Teknik Analisis

Kualitas pertemanan diukur menggunakan *Friendship Quality Scale* (Thien dkk. 2012) yang diterjemahkan ke bahasa Indonesia melalui prosedur *back translation*. Partisipan menyatakan sikapnya terhadap 21 butir pernyataan dengan enam pilihan jawaban (1 = Sangat tidak setuju; 6 = Sangat setuju). Diperoleh Cronbach's alpha¹ sebesar .913 untuk keseluruhan butir, serta .832, .800, .757, dan .862 untuk masing-masing dimensi perasaan aman, kedekatan, penerimaan, dan bantuan.

Kepuasan hidup diukur menggunakan lima butir pertanyaan dalam *Satisfaction With Life Scale* (Diener dkk. 1985) yang diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Himawan dkk. (2021). Partisipan menjawab lima pertanyaan yang mengukur kepuasan hidup secara umum dengan tujuh pilihan jawaban (1 = Sangat tidak setuju; 7 = Sangat setuju). Pada studi ini, diperoleh Cronbach's alpha sebesar .844.

ANALISIS DAN HASIL

A. Uji Normalitas dan Uji Asumsi Klasik

Uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa persebaran data variabel kualitas per-

teman terdistribusi secara normal ($p = .200$), sementara kepuasan hidup tidak normal ($p = .001$). Akan tetapi, mengingat jumlah data yang cukup (>100 data), uji statistika parametrik cenderung sudah akurat untuk dapat digunakan meski uji Kolmogorov-Smirnov terdistribusi tidak normal (Altman dan Bland 1995; Elliott dan Woodward 2007).

Uji asumsi klasik juga dilakukan sebagai syarat untuk melakukan analisis regresi. Hasil yang diperoleh adalah residual dari variabel bebas dan terikat terdistribusi secara normal, serta tidak terdapat asumsi multikolinearitas dan heteroskedastisitas. Residual yang terdistribusi normal juga menjadi bukti penting untuk melakukan uji regresi, mengingat normalitas residu merupakan indikator yang lebih akurat daripada uji normalitas (Pallant 2020).

B. Analisis Deskriptif Variabel

Tabel 2 merangkum hasil korelasi antar variabel studi pada lelaki dan perempuan. Berdasarkan data Tabel 2, pada partisipan lelaki, semakin tinggi kualitas pertemanan juga diikuti dengan peningkatan kepuasan hidup yang signifikan. Pola serupa tidak ditemukan pada partisipan perempuan. Bagi partisipan lelaki namun tidak pada perempuan, pendidikan yang tinggi berkorelasi positif dengan kepuasan hidup. Menariknya, bagi partisipan perempuan, tetapi tidak pada lelaki, penghasilan berkorelasi positif dengan kepuasan hidup. Pada perempuan, usia yang bertambah juga cenderung diikuti dengan penurunan kualitas pertemanan;

suatu pola yang tidak terlihat pada partisipan lelaki.

Tabel 3 merangkum tabulasi distribusi respons partisipan pada masing-masing skala. Distribusi respons partisipan pada tiap-tiap butir pertanyaan.

C. Kontribusi Kualitas Pertemanan terhadap Kepuasan Hidup Lajang

Hasil uji regresi hierarki menunjukkan bahwa terdapat kontribusi yang signifikan dari kualitas pertemanan terhadap kepuasan hidup pada keseluruhan partisipan, $F = 5.743$, $R^2 = .165$, $p = .000$, setelah mengontrol variabel pendidikan, pekerjaan, dan penghasilan. Selanjutnya, dilakukan analisis secara terpisah berdasarkan jenis kelamin. Konsisten dengan uji korelasi yang telah dilakukan, hasil menunjukkan bahwa kontribusi signifikan dari kualitas pertemanan terhadap kepuasan hidup hanya terjadi pada partisipan laki-laki, $F = 11.728$, $R^2 = .494$, $p = .000$. Dengan kata lain, pertemanan yang berkualitas berkontribusi sebesar 49.4% dalam menjelaskan variasi skor kepuasan hidup partisipan lajang lelaki. Tabel 4 menyajikan hasil uji regresi hierarki kualitas pertemanan terhadap kepuasan hidup pada keseluruhan partisipan (Model 1 dan 2), partisipan laki-laki (Model 3 dan 4), serta partisipan perempuan (Model 5 dan 6). Hal ini berarti peran kualitas pertemanan dalam meningkatkan kepuasan hidup pada individu lajang yang tidak berpacaran secara spesifik dirasakan pada laki-laki. Dengan demikian, hipotesis pada penelitian ini dapat diterima sebagian.

Tabel 2
Korelasi antar Variabel Studi pada Lelaki (Diagonal Atas) dan Perempuan (Diagonal Bawah)

	1	2	3	4	5	6
1 Usia			.322*	.136	-.007	.182
2 Pendidikan	.106		.513**	-.072	.148	.386**
3 Penghasilan	.158	.396**		.089	.074	.232
4 Durasi tidak berpacaran	.120	.034	-.235		.124	.046
5 Kualitas Pertemanan	-.370**	.020	.148	-.055		.633**
6 Kepuasan Hidup	.033	.017	.252*	-.004	.062	

Keterangan: * = signifikan pada taraf .05; ** = signifikan pada taraf .001; Durasi tidak berpacaran dalam satuan bulan; Kualitas Pertemanan menggunakan *Friendship Quality Scale*; Kepuasan Hidup menggunakan *Satisfaction With Life Scale*.

Tabel 3
Tabulasi Respons Partisipan

Butir Kuesioner	M	Respons Partisipan						
		1	2	3	4	5	6	7
Kualitas Pertemanan: Dimensi Perasaan Aman	31.2	6.92%	9.40%	19.94%	25.93%	26.24%	11.57%	
Kualitas Pertemanan: Dimensi Kedekatan	30.2	0.14%	0.69%	4.55%	18.46%	42.70%	33.47%	
Kualitas Pertemanan: Dimensi Penerimaan	19.3	0.41%	2.07%	7.64%	21.49%	41.12%	27.27%	
Kualitas Pertemanan: Dimensi Bantuan	14.0	1.38%	1.38%	8.54%	25.90%	42.70%	20.11%	
Kualitas Pertemanan: Total	94.7	2.95%	4.37%	11.57%	22.94%	36.13%	22.04%	
Kepuasan Hidup: Total	22.5	4.46%	6.94%	13.39%	24.13%	21.82%	19.34%	9.92%

Keterangan: Kualitas pertemanan diukur menggunakan *Friendship Quality Scale* (Thien dkk. 2012). Dimensi perasaan aman diwakili oleh butir 1 - 8, dimensi kedekatan diwakili oleh butir 9 - 14, dimensi penerimaan diwakili oleh butir 15 - 18, dimensi bantuan diwakili oleh butir 19 - 21. Kepuasan hidup diukur menggunakan *Satisfaction With Life Scale* (Diener dkk. 1985) hasil adaptasi Himawan dkk. (2021).

Tabel 4
Uji Regresi Hierarki Kualitas Pertemanan terhadap Kepuasan Hidup Laki-laki dan Perempuan Lajang di Indonesia

	Total n = 121				Laki-laki n = 53				Perempuan n = 66			
	Model 1		Model 2		Model 3		Model 4		Model 5		Model 6	
	β	t	β	t	β	t	β	t	β	t	β	t
Blok 1												
Pendidikan	.444	.715	.353	.591	1.744*	2.270	1.300*	2.148	-.587	-.580	-.580	-.568
Pekerjaan	-.614*	-2.135	-.602*	-2.176	-.186	-.436	-.215	-.646	-.767	-1.960	-.766	-1.944
Penghasilan	.600	1.480	.536	1.374	.110	.232	.110	.295	1.288	-1.904	.1271	1.843
Blok 2												
Kualitas Per- temanan	-	-	.121*	3.235	-	-	.239**	5.683	-	-	.010	.166
<i>Adjusted R²</i>	.067		.137		.102		.452		.084		.069	
F	3.855*		5.743**		2.974*		11.728**		2.977*		2.205	
<i>Effect size</i>	-		.165		-		.494		-		-	

Keterangan: * = signifikan pada taraf .05; ** = signifikan pada taraf .001

D. Perbandingan Tingkat Kualitas Pertemanan dan Kepuasan Hidup Berdasarkan Gender

Hasil uji *independent sample t-test* menunjukkan bahwa perempuan ($M = 96.92$; $SD = 13.437$) memiliki kualitas pertemanan yang lebih tinggi secara signifikan daripada laki-laki ($M = 91.51$; $SD = 13.499$), $t(117) = -2.180$, $p = .031$. Namun demikian, partisipan lelaki dan perempuan tidak melaporkan tingkat kepuasan hidup yang berbeda secara signifikan, $t(117) = -1.050$, $p = .296$.

Alasan Melajang dan Tidak Berpacaran

Ketika ditanyakan terkait dengan alasan melajang dan tidak berpacaran, mayoritas partisipan mengaku mereka tidak menginginkan status lajang dan/atau tidak berpacarannya. Hanya sebesar 6.6% partisipan yang mengaku melajang karena pilihan hidupnya, di mana 75% di antaranya adalah perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas partisipan memiliki sikap yang positif terhadap pacaran dan atau pernikahan.

DISKUSI

Studi ini berfokus untuk mengeksplorasi kontribusi dari kualitas pertemanan terhadap kepuasan hidup pada dewasa muda lajang yang tidak berpacaran di Indonesia. Meski berbagai studi sebelumnya telah menekankan pentingnya peran dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis individu lajang di Indonesia (Christie dkk. 2013; Kurniati dkk. 2014; Mami 2015; Tandiono & Sudagijono 2016), studi ini ingin secara khusus mengeksplorasi aspek dari dukungan sosial dengan berfokus pada dinamika kualitas pertemanan yang dipersepsikan lajang. Secara umum, hasil studi ini menunjukkan konsistensi dengan studi-studi sebelumnya (Himawan 2020a; Himawan 2020b; Himawan dkk. 2021) yang mengindikasikan bahwa mayoritas lajang di Indonesia sebenarnya memiliki sikap positif terhadap pernikahan, sehingga pengalaman melajang dapat diinterpretasikan sebagai pengalaman yang kurang diinginkan bagi sebagian lajang.

Temuan utama dari studi ini menunjukkan

bahwa kualitas pertemanan berkontribusi signifikan dalam meningkatkan kepuasan hidup individu dewasa muda lajang yang tidak berpacaran di Indonesia, khususnya pada partisipan berjenis kelamin laki-laki. Ini berarti pada lelaki lajang yang tidak berpacaran, menghabiskan waktu bersama teman, saling percaya dan memberikan perasaan aman, saling menerima secara sosial maupun emosional, serta saling membantu satu sama lain dapat meningkatkan kepuasan hidupnya secara umum. Temuan ini menawarkan kebaruan yang menarik karena kebanyakan literatur cenderung membangun perspektif bahwa kualitas pertemanan dan kedekatan emosional merupakan area yang hanya relevan bagi perempuan (Jasmi dan Nurmina 2019; Stefanie 2016).

Kontribusi unik dari kualitas pertemanan yang hanya dialami oleh lelaki lajang dapat dijelaskan melalui tiga pandangan berikut. Pertama, studi sebelumnya mengindikasikan bahwa lelaki lajang cenderung merasa kesepian daripada perempuan lajang (Kurniati dkk. 2014). Temuan dalam studi ini dapat mengelaborasi lebih lanjut realita tersebut; peran pertemanan yang berkualitas menjadi lebih signifikan dirasakan ketika seseorang merasa kesepian. Dengan kata lain, ketika seseorang merasakan kesepian, kualitas pertemanan yang dimiliki dapat menjadi respons penting dalam meningkatkan kepuasan hidupnya.

Penjelasan kedua terkait dengan sumber dukungan sosial. Studi ini berfokus pada dukungan teman sebagai sumber dukungan sosial. Hasil yang tidak signifikan mengenai peran kualitas pertemanan terhadap kepuasan hidup pada perempuan dapat dimaknai bahwa perempuan mungkin mengandalkan dukungan sosial lain, misalnya dari keluarga (Christie dkk. 2013). Hasil ini juga menunjukkan temuan yang konsisten dengan studi sebelumnya, yang mengindikasikan kecenderungan perempuan lajang di Indonesia untuk menarik diri dari membangun relasi sosial berkualitas dengan teman-temannya (Tan 2010).

Konteks patrilineal yang memberi tekanan sosial untuk menikah lebih kuat pada perempuan juga dapat memberi perspektif penting dalam menjelaskan hasil penelitian. Budaya patriarki yang

cukup kental cenderung memposisikan perempuan untuk menerima tuntutan menikah yang lebih berat daripada laki-laki, karena mereka dituntut oleh budaya untuk menjadi ibu dan istri untuk bisa dihargai sepenuhnya sebagai anggota masyarakat (Septiana dan Syafiq 2013). Tekanan sosial ini dapat membuat beberapa perempuan lajang menarik diri dari lingkungan sosialnya karena khawatir akan menerima stigma sosial, sehingga kualitas pertemanan sulit dialami. Tidak hanya itu, beberapa perempuan lajang juga cenderung melaporkan memperkecil lingkaran sosialnya seiring dengan bertambahnya usia dikarenakan teman-temannya telah menikah, sehingga topik diskusinya menjadi kurang relevan serta ketersediaan untuk berinteraksi sosial menjadi semakin kecil (Pratama dan Masykur 2020). Hal ini dapat sekaligus menjelaskan temuan menarik lain dari studi ini, bahwa kualitas pertemanan pada perempuan (tidak terjadi pada laki-laki) cenderung menurun seiring dengan bertambahnya usia. Argumen mengenai semakin mengecilnya lingkaran sosial pada perempuan lajang telah didukung secara empiris menurut penelitian yang dilakukan terhadap perempuan lajang di Cina (Wang dan Abbott 2013), dan pola yang ditemukan dalam studi ini dapat mengindikasikan realita serupa yang terjadi di Indonesia.

Analisa lebih lanjut menunjukkan pola yang unik di mana bagi partisipan lelaki, pendidikan merupakan variabel yang berkorelasi signifikan dengan kepuasan hidupnya; sedangkan bagi perempuan, penghasilanlah yang berkorelasi signifikan dengan kepuasan hidup. Meski secara umum pendidikan dan penghasilan merupakan variabel yang saling berkaitan, namun bagi lelaki, pendidikan cenderung dianggap sebagai variabel yang lebih berkaitan dengan kepuasan hidup daripada penghasilan. Ini dapat dipahami dalam konteks patrilineal yang menekankan pada pentingnya posisi superior lelaki. Dibandingkan dengan penghasilan, pendidikan biasanya datang dengan status sosial (*prestige*) yang lebih nyata dan status ini penting dalam memberikan atribut sosial yang selanjutnya dapat meningkatkan kepuasan hidupnya (Nursaptini dkk. 2019). Bagi sebagian perempuan, pendidikan tinggi seringkali justru direspons dengan stigma negatif oleh

lingkungan, terutama apabila perempuan tersebut berstatus lajang (Himawan 2020b; Kumalasari 2007). Pola ini konsisten dengan temuan yang menunjukkan bahwa pendidikan tinggi sering kali dianggap sebagai kompensasi sosial yang positif bagi lelaki lajang, seiring ia mempersiapkan kestabilan ekonomi dan rumah tangganya kelak; sementara hal tersebut dianggap sebagai stigma sosial bagi perempuan yang cenderung dinilai egois karena hanya mementingkan aspirasi personal (Himawan 2020b; Intan dan Machdalena 2021).

Sebaliknya, bagi perempuan, penghasilan yang tinggi ditemukan berkorelasi dengan kepuasan hidup yang tinggi juga. Dari analisis demografis, diketahui bahwa sebagian besar partisipan (71.9%) berdomisili di kota besar di Indonesia, yakni di pulau Jawa dan Bali yang memiliki kecenderungan untuk terpapar arus modernisasi dan mulai menerima nilai-nilai budaya Barat yang lebih menerima kondisi lajang, bahkan melihatnya sebagai peluang positif (Himawan dkk. 2019) – hal ini terindikasi dari 75% dari partisipan yang mengaku lajang karena pilihannya ialah perempuan. Melalui modernisasi, peluang perempuan untuk menempuh pendidikan tinggi, membangun karier, dan memperoleh penghasilan sendiri semakin tinggi (Hapma 2017; Wibowo 2011). Keleluasaan finansial seperti itu merupakan variabel penting yang berkorelasi dengan kepuasan hidup pada perempuan lajang di Indonesia. Perempuan lajang yang sejahtera secara ekonomi juga kerap direpresentasikan dalam berbagai budaya di Asia, salah satunya ialah *Ohitorisama* di Jepang (Dales 2014), fenomena ini dapat dilihat sebagai suatu reaksi perlawanan perempuan lajang atas stigma sosial yang dialaminya (Himawan dkk. 2018a).

Meski memiliki dinamika yang berbeda-beda antara lelaki dan perempuan lajang, tidak ditemukan perbedaan signifikan mengenai kepuasan hidupnya. Ini dapat mengindikasikan bahwa secara umum, status lajang ditanggapi dengan cukup serupa pada partisipan lelaki dan perempuan. Oleh karenanya, penting untuk memperkaya literatur yang juga mengeksplorasi pengalaman melajang pada lelaki, mengingat saat ini

literatur mengenai lajang masih didominasi oleh perspektif perempuan (Christie dkk. 2013; Pratama dan Masykur 2020; Putri 2017; Selan dkk. 2020; Syoraya 2015).

Terdapat tiga keterbatasan dari studi ini. Pertama, penggunaan metode *purposive sampling* dengan penyebaran domisili partisipan cenderung didominasi oleh partisipan yang tinggal di Pulau Jawa, sehingga studi ini belum bisa merepresentasikan realita melajang pada individu yang tinggal di luar Pulau Jawa. Keterbatasan kedua berkaitan dengan proporsi sampel yang masih kurangimbang di bagian alasan melajang dan tidak berpacaran. Studi ini belum memiliki sampel yang cukup untuk merepresentasikan partisipan yang melajang atas keinginannya sendiri, sehingga hasil dari studi ini lebih menggambarkan kondisi dari mereka yang secara tidak sukarela menyandang status lajang. Hasil yang berbeda sangat mungkin ditemukan pada partisipan yang secara sukarela melajang. Terakhir, desain studi *cross-sectional* tidak memungkinkan pengambilan kesimpulan yang konklusif mengenai hubungan sebab akibat antara kualitas pertemanan dengan kepuasan hidup. Perlu menjadi catatan penting juga bahwa kepuasan hidup ialah atribut yang dinamis, cenderung berubah seiring dengan tahap usia dan perkembangan serta kejadian-kejadian dalam hidupnya (Cowan 2019; Headey dan Muffels 2018; Upadyaya dan Salmela-Aro 2017). Kondisi pandemi Covid-19 yang berdampak terhadap dinamika psikologis individu (Biddle, Gray, dan Lo 2020; Lempang dkk. 2021; Rifani dan Rahadi 2021) juga dapat memengaruhi nuansa jawaban partisipan mengenai evaluasi atas hidupnya. Hasil dalam studi ini hanya menggambarkan kondisi kepuasan hidup partisipan pada saat pengumpulan data penelitian.

KESIMPULAN DAN SARAN

Studi ini menunjukkan bahwa kualitas pertemanan yang baik berperan signifikan, setidaknya sebesar 49.4%, terhadap kepuasan hidup lelaki lajang di Indonesia. Temuan studi ini memberikan perspektif yang unik dan penting untuk menginvesti-

gasi lebih lanjut pengalaman melajang dari perspektif lelaki, yang seringkali diabaikan. Berbagai temuan yang menekankan pentingnya pendidikan bagi lelaki dan penghasilan bagi perempuan terhadap kepuasan hidup menyajikan konteks unik untuk memahami fenomena lajang pada masyarakat Indonesia. Di samping itu, temuan studi ini juga penting untuk menentang stigma yang kerap berkembang di mana lelaki dianggap tidak membutuhkan kelekatan emosional dengan teman-temannya (Elliott 2018; Thompson dkk. 2020).

Hasil dari studi ini mengkonfirmasi bahwa kepuasan hidup lajang yang tidak berpacaran di Indonesia dapat ditingkatkan dengan kualitas pertemanan yang baik, khususnya pada partisipan laki-laki. Studi selanjutnya diharapkan dapat meninjau lebih lanjut faktor-faktor yang dapat diteliti, misalnya religiositas, performa kerja, kualitas kehidupan kerja, dan lain-lain, guna mempromosikan kepuasan hidup pada perempuan lajang di Indonesia, khususnya mereka yang memutuskan secara sukarela untuk tidak menikah namun tinggal di tengah komunitas menikah. Studi selanjutnya juga dapat merekrut sampel yang secara spesifik melajang karena pilihan hidupnya dengan jumlah sampel yang lebih besar, sehingga dapat memberi nuansa pendekatan yang unik dalam memahami fenomena lajang di Indonesia.

Secara praktis, hasil dari studi ini dapat dijadikan acuan bagi lelaki lajang yang tidak berpacaran di Indonesia bahwa membangun hubungan yang berkualitas dengan teman dapat dilakukan untuk membuat mereka lebih puas dengan hidupnya. Hasil ini penting mengingat temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa lelaki lajang cenderung lebih mengalami kesepian dibandingkan dengan perempuan lajang (Kurniati dkk. 2014). Membangun hubungan resiprokal dengan teman dapat diwujudkan dengan saling memberikan dukungan emosi, serta membangun atmosfir di mana masing-masing individu dapat dengan leluasa dan saling percaya mengekspresikan keluhan dan tantangan yang dialami.

NOTES

¹ Reliabilitas sebuah alat ukur dikatakan memuaskan jika nilai Cronbach's alpha mencapai .7 hingga .8 (Bland dan Altman 1997).

DAFTAR PUSTAKA

- Abbott, Krista L. 1999. "Never-married older adults: Gender differences in life satisfaction." *Tesis*, University of Guelph.
- Altman, Douglas G., dan J. Martin Bland. 1995. "Statistics notes: the normal distribution." *Bmj* 310(6975): 298.
- Amati, Viviana, Silvia Meggiolaro, Giulia Rivellini, dan Susanna Zaccarin. 2018. "Social relations and life satisfaction: the role of friends." *Genus* 74(1):1-18. doi: 10.1186/s41118-018-0032-z.
- Badan Pusat Statistik [BPS]. 2020. *Statistik Pemuda Indonesia 2020*. BPS: Jakarta.
- Biddle, Nicholas, Matthew Gray, dan Jieh Yung Lo. 2020. "The experience of Asian-Australians during the COVID-19 pandemic: Discrimination and wellbeing." *Australian National University*. Online, available: <https://csmr.cass.anu.edu.au/research/publications/experience-asian-australians-during-COVID-19-pandemic-discrimination-and> [Accessed 3 November 2020].
- Bland, J. Martin, dan Douglas G. Altman. 1997. "Statistics notes: Cronbach's alpha." *Bmj* 314(7080):572.
- Bukowski, William M., Betsy Hoza, dan Michel Boivin. 1994. "Measuring friendship quality during pre-and early adolescence: The development and psychometric properties of the Friendship Qualities Scale." *Journal of social and Personal Relationships* 11(3):471-84.
- Christie, Yohana, Hartanti Hartanti, dan Nanik Nanik. 2013. "Perbedaan Kesejahteraan Psikologis pada Wanita Lajang Ditinjau dari Tipe Wanita Lajang." *Calyptra* 2(1):1-16.
- Cowan, Henry R. 2019. "Can a good life be unsatisfying? Within-person dynamics of life satisfaction and psychological well-being in late mid-life." *Psychological Science* 30(5):697-710.
- Dales, Laura. 2014. "Ohitorisama, singlehood and agency in Japan." *Asian Studies Review* 38(2):224-42.
- Dalton, Sandra T. 1992. "Lived experience of never-married women." *Issues in Mental Health Nursing* 13(2):69-80. doi: 10.3109/01612849209040523.
- Dariyo, Agoes. 2017. "Hubungan antara persahabatan dan kecerdasan emosi dengan kepuasan hidup remaja." *Jurnal Psikogenesis* 5(2):168-79.
- DeGenova, Mary Kay. 2011. *Intimate relationships, marriages, and families*. McGraw-Hill Higher Education.
- Dhamayantie, Endang. 2018. "Peranan dukungan sosial pada interaksi positif pekerjaan-keluarga dan kepuasan hidup." *EKUITAS (Jurnal Ekonomi dan Keuangan)* 18(2):181-200. doi: 10.24034/j25485024.y2014.v18.i2.142.
- Diener, Ed, Robert A. Emmons, Randy J. Larsen, dan Sharon Griffin. 1985. "The Satisfaction With Life Scale." *Journal of Personality Assessment* 49(1):71-75. doi: 10.1207/s15327752jpa4901_13.
- Elliott, Alan C., dan Wayne A. Woodward. 2007. *Statistical analysis quick reference guidebook: With SPSS examples*. Sage.
- Elliott, Kathleen. 2018. "Challenging toxic masculinity in schools and society." *On the Horizon* 26(1):17-22. doi: 10.1108/OTH-11-2017-0088.
- Fiona, Kanti. 2013. "Pengaruh dukungan sosial terhadap kualitas hidup penderita skizofrenia." *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial Universitas Airlangga* 2(3):106-13.
- Gravetter, Frederick J., dan Lori-ann B. Forzano. 2012. *Research methods for the behavioral science* (4th ed.). 4th editio. Belmont, CA: Wadsworth Cengage Learning.
- Hapma, Hamdi. 2017. "Emansipasi wanita di era globalisasi dalam perspektif hukum Islam." *Maqosid: Jurnal Studi Keislaman dan Hukum Ekonomi Syariah* 8(2 SE-):1-13.

- Harared, Nico. 2018. "Slang created and used in ICAK. COM Site: A sociolinguistics study." *Humaniora* 9(2):119–27. doi: 10.21512/humaniora.v9i2.4262.
- Headey, Bruce, dan Ruud Muffels. 2018. "A theory of life satisfaction dynamics: Stability, change and volatility in 25-year life trajectories in Germany." *Social Indicators Research* 140(2):837–66.
- Himawan, Karel Karsten. 2019. "Either I do or I must: An exploration of the marriage attitudes of Indonesian singles." *Social Science Journal* 56(2):220–27. doi: 10.1016/j.soscij.2018.07.007.
- Himawan, Karel Karsten. 2020a. "Menikah adalah ibadah: Peran agama dalam mengkonstruksi pengalaman melajang di Indonesia." *Jurnal Studi Pemuda* 9(2):120–35. doi: 10.21512/humaniora.v9i2.4262.
- Himawan, Karel Karsten. 2020b. "The single's struggle: Discovering involuntary singleness in Indonesia through gender and religious perspectives." *The Family Journal* 28(4):379–89.
- Himawan, Karel Karsten, Matthew Bambling, dan Sisira Edirippulige. 2018a. "The Asian single profiles: Discovering many faces of never married adults in Asia." *Journal of Family Issues* 39(14):3667–89. doi: 10.1177/0192513X18789205.
- Himawan, Karel Karsten, Matthew Bambling, dan Sisira Edirippulige. 2018b. "What does it mean to be single in Indonesia? Religiosity, social stigma, and marital status among never-married Indonesian adults." *Sage Open* 8(3):2158244018803132.
- Himawan, Karel Karsten, Matthew Bambling, dan Sisira Edirippulige. 2019. "Modernization and singlehood in Indonesia: Psychological and social impacts." *Kasetsart Journal of Social Sciences* 40(2):499–506.
- Himawan, Karel Karsten, Mair Underwood, Matthew Bambling, dan Sisira Edirippulige. 2021. "Being single when marriage is the norm: Internet use and the well-being of never-married adults in Indonesia." *Current Psychology*. doi: 10.1007/s12144-021-01367-6.
- Himawan, Karel Karsten, Matthew Bambling, dan Sisira Edirippulige. 2021. "Motivations and reactions to social undervaluation of single people in married society: an Indonesian perspective." *Families, Relationships and Societies (advanced online publication)*. doi: 10.1332/204674321X16316940998258.
- Hurlock, Elizabeth Bergner. 2009. *Psikologi perkembangan: suatu perkembangan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Intan, Tania, dan Susi Machdalena. 2021. "Stigma perempuan lajang dan perkawinan dalam metrotop 90 hari mencari cinta karya Ken Terate." *Mabasan* 145–64.
- Jasmi, Desi Mufirda, dan Nurmina Nurmina. 2019. "Perbedaan Kualitas Persahabatan Remaja di Kota Bukittinggi ditinjau dari Jenis Kelamin." *Jurnal Riset Psikologi* 2019(1).
- Jones, T. R., W. H. G. Roberts, E. J. Steig, K. M. Cuffey, B. R. Markle, dan J. W. C. White. 2018. "Southern Hemisphere climate variability forced by Northern Hemisphere ice-sheet topography." *Nature* 554(7692):351–55. doi: 10.1038/nature24669.
- Khasanah, Nur. 2017. "Faktor-faktor yang berhubungan dengan usia pernikahan wanita di kecamatan Wonosari kabupaten Gunung Kidul provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta." *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan* 12(1):104–18. doi: 10.35842/mr.v12i1.8.
- Kumalasari, Dyah. 2007. "Single professional women sebagai fenomena gaya hidup baru di masyarakat Yogyakarta (Studi kasus: Kabupaten Sleman)." *Jurnal Pendidikan Sejarah FISE UNY* [on-line].
- Kurniati, Gracilia, Hartanti Hartanti, dan Nanik Nanik. 2014. "Psychological Well Being Pada Pria Lajang Dewasa Madya." *CALYPTRA* 2(2):1–17.

- Kusumawardhani, Sri Juwita, dan E. Kristi Poerwardani. 2018. "Efektivitas Acceptance Commitment Therapy dalam Meningkatkan Subjective Well-Being pada Dewasa Muda Pasca Putusnya Hubungan Pacaran." *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET* 9(01):78-97.
- Lempang, Giofanny F., Wingga Walenta, Khalisa A. Rahma, Nova Retalista, Fransiska J. Maluegha, dan Firman Ichsan Putra Utomo. 2021. "Depresi Menghadapi Pandemi Covid-19 pada Masyarakat Perkotaan (Studi Literatur)." *Pamator Journal* 14(1):66-71.
- Lesthaeghe, Ron. 2010. "The unfolding story of the second demographic transition." *Population and development review* 36(2):211-51.
- Lutfiyah, Nurul. 2017. "Hubungan antara dukungan sosial dengan subjective well-being pada anak jalanan di wilayah depok." *Jurnal Psikologi* 020(2):152-59.
- Mami, Lutfita. 2015. "Harga diri, dukungan sosial dan psychological well being perempuan dewasa yang masih lajang." *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 4(3).
- Markiewicz, Dorothy, Mara Brendgen, Dorothy Markiewicz, Anna Beth Doyle, dan William M. Bukowski. 2001. "The relations between friendship quality, ranked-friendship preference, and adolescents' behavior with their friends." *Merrill-Palmer Quarterly* 395-415.
- Masitha, Karina Ayuni. 2019. "Pengaruh religiusitas, pola asuh orang tua, dan dukungan sosial terhadap kepuasan hidup mahasiswa." *Skripsi*, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Nanik, Nanik, Mareyke M. W. Tairas, dan Wiwin Hendriani. 2018. "'She is a spinster': A descriptive study on perception toward single women." *International Journal of Engineering & Technology* 7(2.29):1-9. doi: 10.14419/ijet.v7i2.29.139 95.
- Noviana, Catarina Laboure Dian, dan Eunike Sri Tyas Suci. 2010. "Konflik intrapersonal wanita lajang terhadap tuntutan orangtua untuk menikah." *Jurnal Psikologi Indonesia* VII(1):9-16.
- Nursaptini, Muhammad Sobri, Deni Sutisna, Muhammad Syazali, dan Arif Widodo. 2019. "Budaya patriarki dan akses perempuan dalam pendidikan." *Jurnal Al-Maiyyah* 12(2):16-26.
- Oktawirawan, Dwi Hardani, dan Ananta Yudi-arso. 2020. "Analisis Dampak Sosial, Budaya, dan Psikologis Lajang di Indonesia." *Pamator Journal* 13(2):213-17.
- Pallant, J. 2020. *SPSS Survival Manual: A step by step guide to data analysis using IBM SPSS*. Taylor & Francis.
- Pradhan, Rabindra, Pratihtha Bhattacharyya, dan Shubhangi Goswami. 2018. "Perceived quality of friendship and life satisfaction of students: moderating role of emotional intelligence." *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology* 44(2):208-17.
- Pratama, Luthfi Anjar jati, dan Achmad Mujab Masykur. 2020. "Interpretative phenomenological analysis tentang pengalaman wanita dewasa madya yang masih melajang." *Jurnal Empati* 7(2):745-54.
- Primanita, Ni Made Diah, dan Made Diah Lestari. 2018. "Proses penyesuaian diri dan sosial pada perempuan usia dewasa madya yang hidup melajang." *Jurnal Psikologi Udayana* 5(1):86-98.
- Putri, Frisca. 2017. "Psychological well-being wanita dewasa lajang (ditinjau dari empat tipe wanita lajang menurut Stein)." *Motivasi* 4(1):45-59.
- Raboteg-Saric, Zora, dan Marija Sakic. 2014. "Relations of parenting styles and friendship quality to self-esteem, life satisfaction and happiness in adolescents." *Applied Research in Quality of Life* 9(3):749-65.
- Raymo, James M., Hyunjoon Park, Yu Xie, dan Wei-jun Jean Yeung. 2015. "Marriage and family in East Asia: Continuity and change." *Annual Review of Sociology* 41:471-92.
- Pow, C. P. 2009. "Neoliberalism and the Aestheticization of New Middle-Class Landscapes." *Antipode* 41 (2): 371-390.

- Rifani, Dira Anjania, dan Dedi Rianto Rahadi. 2021. "Ketidakstabilan Emosi dan Mood Masyarakat Dimasa Pandemi Covid-19." *Jurnal Manajemen Bisnis* 18(1):22–34.
- Rogers, Pamela N. 2013. "A qualitative study of the life satisfaction of single divorced women in leadership." *Disertasi*, Bowling Green State University.
- Ryan, Richard M., dan Edward L. Deci. 2017. *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and well-being*. Guilford Publications.
- Salsabila, Savitri Mega, dan Anastasia Sri Maryatmi. 2019. "Hubungan kualitas pertemanan dan self disclosure dengan subjective well-being pada remaja putri kelas XII di SMA Negeri 'X' kota Bekasi." *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial dan Humaniora* 3(3):71–82.
- Schrauwers, Albert. 2000. "Three weddings and a performance: marriage, households, and development in the highlands of Central Sulawesi, Indonesia." *American Ethnologist* 27(4):855–76.
- Selan, Marlenda T., Engelina Nabuasa, dan Yeni Damayanti. 2020. "Subjective well-being pada wanita dewasa awal yang belum menikah." *Journal of Health and Behavioral Science* 2(3):213–26. doi: 10.35508/jhbs.v2i3.2719.
- Septiana, Ema, dan Muhammad Syafiq. 2013. "Identitas 'lajang'(single identity) dan stigma: Studi fenomenologi perempuan lajang di Surabaya." *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* 4(1):71–86. doi: 10.26740/jppt.v4n1.p71-86.
- Stefanie, Stefanie. 2016. "Self openness in building close dyadic relations between opposing gender." *Ultimacomm: Jurnal Ilmu Komunikasi* 8(2 SE-Articles). doi: <https://doi.org/10.31937/ultimacomm.v8i2.947>.
- Syoraya, Indah. 2015. "Psychological well-being pada wanita lajang ditinjau dari konsep diri, gaya hidup wanita karir dan pola coping positif."
- Tan, JooEan. 2010. "Social relationships in the modem age: Never-married women in Bangkok, Jakarta and Manila." *Journal of Comparative Family Studies*, Vol. 41, No. 5.
- Tandiono, Indira Mustika, dan Jaka Santosa Sudagijono. 2016. "Gambaran subjective well-being pada wanita usia dewasa madya yang hidup melajang." *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia* 4(2):49–64. doi: 10.33508/EXP.V4I2.896.
- Thien, Lei Mee, Nordin Abd Razak, dan Hazri Jamil. 2012. "Friendship quality scale: Conceptualization, development and validation." *Australian Association for Research in Education* (NJI).
- Thompson, Laura M., Natalie L. Tuck, Sarah D. Pressman, dan Nathan S. Consedine. 2020. "Real Men Don't Cry: Skill Expressing Discrete Emotions Differentially Predicts Cardiovascular Disease Risk in Men and Women." *Annals of Behavioral Medicine* 54(1):49–60. doi: 10.1093/abm/kaz024.
- Upadyaya, Katja, dan Katariina Salmela-Aro. 2017. "Developmental dynamics between young adults' life satisfaction and engagement with studies and work." *Longitudinal and Life Course Studies* 8(1):20–34.
- Utomo, Ariane, dan Oki Rahadianto Sutopo. 2020. "Pemuda, perkawinan, dan perubahan sosial di Indonesia." *Jurnal Studi Pemuda* 9(2):77–87. doi: 10.22146/studipemudaugm.60144.
- Wang, Haiping, dan Douglas A. Abbott. 2013. "Waiting for Mr. Right: The meaning of being a single educated Chinese female over 30 in Beijing and Guangzhou." Hal. 222–29 in *Women's Studies International Forum*. Vol. 40. Elsevier.
- Wibowo, Dwi Edi. 2011. "Peran ganda perempuan dan kesetaraan gender." *Jurnal Muwazah* 3(1):356–64.
- Wong, Odalia M. H. 2005. "The socioeconomic determinants of the age at first marriage among women in Hong Kong." *Journal of Family and Economic Issues* 26(4):529–50.
- Yasir, Yasir, dan Natasha Cindy. 2016. "Representasi Meme Jomblo dalam Situs Jejaring Sosial Twitter (Analisis Semiotika Roland Barthes)." *Jurnal Online Mahasiswa*, Vol. 3(2)