

Lokus Kendali Eksternal dan Kebermaknaan Hidup Sebagai Prediktor Kesejahteraan Psikologis Perempuan Belum Menikah yang Hidup dalam Budaya Patriarki

Irene Grace Madah*, Christiana Hari Soetjningsih, Sutarto Wijono
Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga, Indonesia
gracemadah@gmail.com*

<p>Submitted: 2024-11-12</p> <p>Published: 2024-12-29</p> <p>Keywords: Perempuan belum menikah, Kebermaknaan Hidup, Kesejahteraan psikologis, Lokus kendali eksternal</p> <p>Copyright holder: © Author/s (2024)</p> <p>This article is under:</p>  <p>How to cite: Madah, G., Soetjningsih, C. H., & Wijono, S. (2024). Lokus Kendali Eksternal dan Kebermaknaan Hidup Sebagai Prediktor Kesejahteraan Psikologis Perempuan Belum Menikah yang Hidup dalam Budaya Patriarki. <i>Bulletin of Counseling and Psychotherapy</i>, 6(3). https://doi.org/10.51214/002024061169000</p> <p>Published by: Kuras Institute</p> <p>E-ISSN: 2656-1050</p>	<p>ABSTRACT: Penelitian ini bertujuan untuk menentukan lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup berperan sebagai prediktor kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah yang hidup dalam budaya patriarki di desa Kayuri, serta mendeskripsikan tentang gambaran kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah yang hidup dalam budaya patriarki di desa Kayuri. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah: penelitian campuran (<i>mixed-method</i>). Untuk kajian kuantitatif, sampel yang digunakan berjumlah 55 orang perempuan belum menikah di desa Kayuri dengan teknik sampling jenuh, dan untuk kajian kualitatif subjek penelitian terdiri dari 6 perempuan belum menikah dari partisipan kuantitatif dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi, sedang, rendah dan data diperoleh melalui wawancara mendalam. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala <i>Levenson Multidimensional Locus of Control Scales</i>, skala <i>Meaning in Life Questionnaire</i> (MLQ), dan skala <i>Ryff's Psychological Well-Being Scale</i> (RPWB). Analisis data untuk kajian kuantitatif menggunakan analisis regresi linear berganda dan untuk kajian kualitatif menggunakan metode studi kasus. Hasil penelitian kuantitatif menunjukkan bahwa lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup secara simultan memprediksi kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah di desa Kayuri, sedangkan hasil analisis kualitatif ditemukan bahwa pada perempuan dengan kesejahteraan psikologis tingkat rendah, sebagian besar aspek-aspek positif yang mendukung kesejahteraannya kurang optimal, kemudian pada perempuan dengan kesejahteraan psikologis tingkat sedang, aspek-aspek positif yang dimiliki tidak merata, sedangkan pada perempuan dengan kesejahteraan psikologis tingkat tinggi, aspek-aspek positif yang dimiliki sebagai penunjang kesejahteraan psikologis sebagian besarnya optimal, serta tingkat kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah di desa Kayuri dipengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya kesehatan fisik dan mental, pola asuh dalam keluarga, dukungan sosial dari lingkungan dan keluarga serta budaya.</p>
---	--

PENDAHULUAN

Kehidupan manusia tidak terlepas dari nilai-nilai dan budaya yang dianutnya. Nilai-nilai dan budaya ini beragam dan berbeda pada setiap masyarakat dan daerah. Indonesia terdiri dari beragam suku dengan ragam kebudayaan yang dianut dan dijunjung. Salah satu budaya yang dianut oleh hampir sebagian besar daerah di Indonesia adalah budaya patriarki. Hal ini diperkuat oleh (Kopong, 2020) yang menyatakan bahwa sebagian besar masyarakat Indonesia cenderung menganut sistem patrilineal, yang mengutamakan garis keturunan laki-laki sebagai penerus keturunan, yang mana dalam struktur sosial semacam ini, budaya patriarki pun berkembang dengan kuat dan meluas. Provinsi Nusa Tenggara Timur, merupakan salah satu provinsi yang sebagian besar daerahnya menganut budaya patriarki dan hal ini menjadi salah satu tantangan bagi perempuan (Gero, 2024), salah satunya di desa Kayuri, kabupaten Sumba Timur.

Halizah dan Faralita (2023), menjelaskan bahwa budaya patriarki menempatkan laki-laki sebagai pihak yang dominan, sedangkan perempuan dianggap sebagai warga kelas dua yang harus patuh kepada laki-laki. Ketidaksetaraan ini sering kali menimbulkan perlakuan eksploitatif terhadap perempuan, yang akhirnya membatasi peran mereka dan juga budaya patriarki tidak hanya berlaku dalam lingkungan rumah tangga atau keluarga, tetapi juga menjadi norma di masyarakat. Hal tersebut didukung oleh hasil wawancara awal penulis dengan tokoh agama di desa Kayuri yang menjelaskan bahwa perempuan khususnya yang belum menikah di desa Kayuri harus tunduk sepenuhnya pada ayah atau saudara laki-laki, beban kerja anak perempuan di rumah lebih berat dibandingkan dengan anak laki-laki, dan mereka membutuhkan izin dari ayah atau saudara laki-laki untuk sekedar bepergian, serta dalam beberapa kasus, saudara laki-laki bahkan terlibat dalam memantau hubungan berpacaran mereka, yang mana hal ini menegaskan dominasi laki-laki dalam kehidupan mereka (wawancara Tokoh Agama Desa, Oktober 2023). Searah dengan hasil wawancara tersebut Galtum dalam Kopong (2020) menjelaskan bahwa patriarki menjadi pemisah antara peran publik dan privat yang mana peran dalam ranah privat sering kali diabaikan dan juga patriarki membentuk relasi kuasa yang tidak seimbang antara laki-laki maupun perempuan di tempat kerja hingga dalam rumah tangga. Lebih lanjut aparat desa setempat, dalam wawancara awal dengan penulis menjelaskan bahwa budaya patriarki di desa Kayuri, Sumba Timur, mirip dengan daerah lain di Nusa Tenggara Timur, namun terdapat beberapa hal yang membedakan budaya patriarki Sumba Timur khususnya desa Kayuri dengan daerah lainnya di Sumba, yaitu dominannya kedudukan dan kekuasaan laki-laki terhadap perempuan, 80% warganya masih warga asli Sumba, serta sistem feodalisme yang masih tinggi karena merupakan desa bagian dari kampung raja sehingga kedudukan dan kekuasaan laki-laki masih sangat dominan dan kental, dibanding daerah perkotaan seperti Waingapu, Melolo, dan lainnya, dengan masyarakat setempat yang sudah bercampur dengan pendatang, dan gaya hidup yang cenderung lebih modern dan fleksibel (wawancara Aparat Desa, November 2023). Hal – hal tersebut yang kemudian menjadi pembeda antara desa Kayuri dengan desa lainnya di Sumba Timur.

Selanjutnya terkait usia pernikahan, ditemukan bahwa 80% perempuan yang belum menikah di desa Kayuri berusia antara 17 hingga 22 tahun, dan 20% sisanya berusia 23 tahun ke atas, serta beberapa dari mereka menikah atau hamil di luar nikah pada usia 16 tahun ke atas akibat tradisi setempat yang menikahkan perempuan segera setelah lulus SMA dengan pria yang dipilih oleh keluarga (wawancara Aparat Desa, November 2023). Kebiasaan ini tidak sesuai dengan UU Pernikahan Nomor 16 Tahun 2019 yang menetapkan usia minimal menikah bagi perempuan adalah 19 tahun. (Papalia dkk., 1998) juga menyebutkan bahwa usia ideal bagi perempuan untuk menikah adalah 20 tahun, karena pada usia tersebut perempuan dianggap matang secara fisiologis. Hal ini menjadi keresahan bagi perempuan yang belum menikah di desa Kayuri. Di sisi lain, sistem Kasta dalam budaya Sumba sangat mempengaruhi pemilihan pasangan bagi perempuan. Perempuan dianjurkan untuk menikahi pasangan pilihan keluarga yang sesuai dengan kasta. Tradisi ini menjadi salah satu penyebab praktik "kawin tangkap," yang mana perempuan diculik dan dinikahi secara paksa, yang kemudian menyebabkan kekerasan fisik, seksual, dan psikis. Bire dan Radja (2023)

menyoroti bahwa tradisi ini merupakan bentuk diskriminasi terhadap perempuan, sementara Plakoil (2023) menegaskan bahwa selain trauma fisik dan seksual, perempuan juga mengalami tekanan psikologis dari berbagai pihak yang memaksanya tunduk pada adat. Berdasarkan fenomena-fenomena tersebut, dapat disimpulkan bahwa perempuan belum menikah di desa Kayuri menunjukkan gejala rendahnya kesejahteraan psikologis. Keterikatan pada budaya menyebabkan kerugian fisik dan psikis yang berpengaruh pada otonomi terbatas, kurangnya penguasaan lingkungan, tujuan hidup yang ditentukan pihak lain, dan rendahnya pertumbuhan pribadi, sehingga kesejahteraan psikologis penting untuk menjaga keseimbangan kualitas hidup perempuan, dan hal ini sejalan dengan pernyataan Mills (dalam Verizka & Kertamuda, 2020) bahwa kesejahteraan psikologis adalah indikator keseimbangan dampak positif dan negatif dari pengalaman hidup. Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi individu yang bukan hanya terbebas dari berbagai masalah mental saja, tetapi secara komprehensif mengacu pada kondisi individu dalam menerima diri beserta setiap aspek kehidupannya dan menggambarkan fungsi psikologis yang optimal (Ryff, 1989)

Rohma dan Syah (2021) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa perempuan belum menikah cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang mengarah pada perjuangan dalam penerimaan diri, sikap yang diterima dari interaksi dengan orang lain, serta tantangan yang dihadapi seperti stereotip, perlakuan tidak adil, dan pengalaman emosi yang negatif. Secara umum kesejahteraan psikologis berdampak pada kondisi individu secara holistik dan mengarahkan individu kepada penerimaan diri yang baik, yang kemudian akan membantunya dalam menerima realita dan keadaan yang terjadi pada dirinya. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Alidrus dkk. (2022) terkait kesejahteraan psikologis pada warga binaan perempuan di lembaga pemasyarakatan yang menemukan bahwa kesulitan dalam menerima kenyataan yang dialami secara positif dapat memunculkan pikiran-pikiran negatif tentang diri sendiri dan lingkungannya, sehingga dengan kesejahteraan psikologis yang baik, perempuan akan mampu memiliki penerimaan diri yang positif. Lebih lanjut, Ryff dan Keyes (1995) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti demografi (usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, budaya), dukungan sosial, religiusitas, makna hidup, dan lokus kendali. Penelitian akan ini berfokus pada dua faktor yaitu makna hidup, yang berkaitan dengan cara individu mengevaluasi dan memaknai pengalaman hidupnya, serta lokus kendali, yang mengacu pada pengaruh kontrol internal atau eksternal terhadap kesejahteraan, dikarenakan berdasarkan hasil wawancara pra penelitian yang dilakukan pada 10 perempuan belum menikah di desa Kayuri, lokus kendali dan kebermaknaan hidup merupakan dua faktor yang terlihat ada pada calon responden.

Lokus kendali yang nampak cenderung berorientasi ke arah eksternal, hal ini tergambar pada hasil wawancara awal dengan 10 narasumber calon responden terkait peran keluarga yang dominan dalam menentukan nasib dan masa depan dari perempuan belum menikah, serta kepercayaan pada agama suku yang masih kental sehingga keyakinan terhadap nasib baik maupun buruk dalam berbagai peristiwa yang dialami pun masih kuat (wawancara 10 perempuan belum menikah, Januari 2024). Lokus kendali eksternal merupakan keyakinan individu bahwa sumber terjadinya setiap kejadian yang dialami dalam kehidupannya dipengaruhi oleh faktor eksternal di luar dirinya (Levenson, 1981). Di lain sisi oleh karena keterikatan terhadap budaya patriarki, perempuan belum menikah di desa Kayuri umumnya kurang memiliki tujuan hidup personal karena tujuan hidup mereka selalu diarahkan sesuai dengan adat ataupun keputusan pihak lain dalam hal ini orang tua atau saudara laki – laki, yang kemudian berpengaruh pada bagaimana mereka menghayati dan menjalani hidupnya. Makna hidup merupakan sesuatu yang muncul dari interpretasi, aspirasi, dan evaluasi yang menjadikan pengalaman hidup individu dapat dipahami, dan mengarahkan upaya individu kepada tujuan hidup yang diinginkan, serta memberikan perasaan bahwa hidup yang dijalani penting dan berharga (Steger, 2012).

Hingga saat ini, riset yang mengkaji secara bersamaan terkait lokus kendali eksternal,

kebermaknaan hidup dan kesejahteraan psikologis masih sangat terbatas. Namun secara parsial terdapat beberapa penelitian terdahulu yang sudah meneliti terkait pengaruh lokus kendali terhadap kesejahteraan psikologis, salah satunya seperti yang dilakukan oleh Oruh dkk. (2020) yang menemukan bahwa kelompok subjek dengan skor kesejahteraan psikologis yang rendah cenderung memiliki lokus kendali eksternal dan menunjukkan tingkat kemandirian yang lebih sedikit dibandingkan dengan subjek yang memiliki lokus kendali internal, sehingga individu dengan lokus kendali eksternal memiliki penguasaan lingkungan dan penerimaan diri yang kurang. Selain itu terdapat pula beberapa penelitian yang mengkaji kebermaknaan hidup dan kesejahteraan psikologis, seperti yang dilakukan oleh Yulianti dan Cahyani (2019) pada mahasiswa yang menemukan bahwa semakin tinggi kebermaknaan hidup pada mahasiswa, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikis yang dimiliki. Oleh karenanya penelitian ini akan mengaitkan lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup terhadap kesejahteraan psikologis karena berdasarkan hasil wawancara pra-penelitian, kondisi partisipan terlihat memiliki lokus kendali eksternal, dalam hal ini budaya dan pihak lain yang mengatur kehidupan serta hak – hak mereka, sehingga mereka memiliki kendali yang kurang atas kehidupan mereka dan hal tersebut diduga dapat berpengaruh pada kesejahteraan psikologisnya. Hal tersebut sejalan dengan apa yang Ryff dan Singer, (2008) kemukakan bahwa apabila individu tidak mampu mengendalikan kehidupannya maka akan muncul konflik peran ganda yang membuat dirinya kesulitan untuk mencapai kesejahteraan psikologis. Selain itu budaya patriarki yang mengikat dan membatasi hak – hak perempuan, menyebabkan keterbatasan dalam memaknai pengalaman hidup dan memiliki hidup yang bermakna. Hal tersebut juga dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah di desa Kayuri, dikarenakan pemaknaan terhadap pengalaman hidup berkontribusi besar terhadap pencapaian kesejahteraan psikologis individu (Ryff & Keyes, 1998)

Yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah partisipan yang diteliti, metode yang digunakan, kemudian sudut pandang permasalahan karena umumnya penelitian terkait budaya patriarki di Sumba dikaji dari sudut pandang sosial, tradisi dan peristiwa budaya, seperti yang sudah dilakukan oleh Dewi (2022) yang meneliti tentang tradisi kawin tangkap dan Steven dan Yunanto (2019) yang mengkaji tentang pengaruh belis pada perempuan Sumba, sedangkan penelitian ini mengkaji dari sudut pandang psikologi, serta variabel dalam penelitian ini belum pernah digunakan pada penelitian sebelumnya yang mengkaji fenomena yang sama. Atas dasar inilah, dilakukan penelitian yang bertujuan untuk memperoleh data empiris maupun kualitatif dari partisipan dengan judul: lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup sebagai prediktor kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah yang hidup dalam budaya patriarki di desa Kayuri.

TUJUAN DAN HIPOTESIS

Penelitian ini bertujuan untuk menentukan lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup berperan sebagai prediktor kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah yang hidup dalam budaya patriarki di desa Kayuri dan mendeskripsikan tentang gambaran kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah yang hidup dalam budaya patriarki di desa Kayuri. Hipotesis penelitian ini adalah lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup secara simultan menjadi prediktor kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah di desa Kayuri.

METODE

Pendekatan

Penelitian ini menggunakan jenis pendekatan penelitian campuran (*mixed-method*) yaitu gabungan dari pendekatan kuantitatif dan kualitatif, yang mana pendekatan kuantitatif yang digunakan bertujuan untuk mengetahui akurasi deskripsi dari suatu variabel dan kekuatan pengaruh antara variabel yang satu dengan variabel lainnya, dan metode yang digunakan adalah metode survei yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh adanya hubungan sebab akibat dan menentukan lokus

kendali eksternal dan kebermaknaan hidup secara simultan menjadi prediktor kesejahteraan psikologis. Selanjutnya pendekatan kualitatif bertujuan untuk menggali lebih dalam kesejahteraan psikologis yang dimiliki dengan metode studi kasus deskriptif dan desain penelitian studi kasus jamak (*multi case design*) untuk memperoleh data mendetail terkait gambaran kesejahteraan psikologis partisipan dengan skor tinggi, sedang, dan rendah, sehingga deskripsi hasil penelitian lebih rinci dan mendalam. Data – data tersebut kemudian dibandingkan untuk mengetahui perbedaan, kesamaan, dan hal baru apa yang muncul untuk selanjutnya digunakan dalam menjelaskan gambaran kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah di desa Kayuri.

Partisipan

Dalam pendekatan kuantitatif partisipan dalam penelitian ini berjumlah 55 orang perempuan belum menikah dengan minimal usia 17 tahun, yang diperoleh melalui teknik *sampling* jenuh yaitu teknik pemilihan sampel yang menggunakan anggota populasi secara keseluruhan sebagai sampel penelitian dikarenakan jumlah populasi yang relatif kecil (Sugiyono, 2020). Kemudian, partisipan dalam pendekatan kualitatif diambil dari 6 orang partisipan kuantitatif dengan rincian 2 partisipan yang memiliki skor kesejahteraan tinggi, 2 partisipan dengan skor kesejahteraan sedang dan 2 partisipan dengan skor kesejahteraan yang rendah.

Instrumen

Teknik pengumpulan data untuk pendekatan kuantitatif dilakukan menggunakan beberapa instrumen. Sebelum digunakan, dilakukan uji reliabilitas pada semua skala yang akan digunakan. Uji reliabilitas yang dilakukan menggunakan standar yang ditentukan oleh (Azwar, 2021), yang menyatakan bahwa jika hasil korelasi *Cronbach's alpha* mendekati 1, maka instrumen penelitian reliabel.

Skala Levenson Multidimensional Locus of Control Scales digunakan untuk mengukur variabel lokus kendali eksternal. Skala yang digunakan diadaptasi dari Wijono (2005) dan sudah diuji validitasnya oleh Wijono (2005) dengan hasil validitas 0,27 – 0,59 dan koefisien reliabilitas = 0,8765. Jumlah aitem 24 butir yang terdiri dari 24 aitem favorabel dan tidak terdapat aitem unfavorabel.

Skala Meaning in Life Questionnaire (MLQ) digunakan untuk mengukur variabel kebermaknaan hidup dan diadaptasi dari Steger dkk. (2006) yang sudah diuji validitasnya oleh Rosyad dkk. (2019) dengan hasil validitas = 0,328 – 0,808 dan koefisien reliabilitas = 0,861. Jumlah aitem 10 butir dan terdiri dari aitem favorabel berjumlah 9 aitem dan unfavorabel berjumlah 1 aitem.

Skala Ryff's Psychological Well-Being Scale (RPWB) digunakan untuk mengukur variabel kesejahteraan psikologis dan diadaptasi dari Ryff (1989) yang sudah diuji validitasnya oleh Revelia, 2018 dengan nilai signifikan $t > 1,96$ dan berkisar antara 1,96 – 10,21 serta nilai koefisien realibilitas sebesar 0,784. Jumlah aitem 37 butir yang terdiri dari aitem favorabel berjumlah 19 aitem dan unfavorabel berjumlah 18 aitem.

Teknik pengumpulan data untuk pendekatan kualitatif dilakukan dengan wawancara mendalam (*in depth interview*), dan panduan wawancara yang dikembangkan mengacu pada enam dimensi kesejahteraan psikologis menurut Ryff dan Keyes (1995) yakni: otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, penerimaan diri dan tujuan hidup. Hal ini bertujuan untuk memperoleh gambaran kesejahteraan psikologis dari masing-masing responden dengan tingkat kesejahteraan yang berbeda-beda, serta untuk melihat apakah ada aspek penunjang kesejahteraan lain yang muncul pada partisipan.

Analisis Data

Untuk data kuantitatif pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan metode regresi linier berganda. Sebelumnya dilakukan uji asumsi klasik meliputi normalitas, linearitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas sebagai prasyarat. Data diolah dengan program IBM SPSS

Statistics 25 for Windows. Selanjutnya untuk data kualitatif akan dilakukan dengan mendeskripsikan dan menganalisis data yang diperoleh secara keseluruhan dari hasil wawancara dengan subjek penelitian maupun informan lain.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Asumsi Klasik

Hasil uji asumsi klasik sebagai prasyarat regresi linier berganda menunjukkan hasil bahwa uji normalitas residual menunjukkan $K-SZ = 0,089$ dan $n.sign = 0,200$ ($p > 0,05$). Hal ini berarti data berdistribusi normal. Nilai signifikansi dari deviasi linearitas antara variabel kesejahteraan psikologis dan lokus kendali eksternal diperoleh sebesar $0,412$ ($p > 0,05$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linearitas antara variabel kesejahteraan psikologis dengan variabel lokus kendali eksternal. Selanjutnya nilai signifikansi dari deviasi linearitas variabel kesejahteraan psikologis dengan variabel kebermaknaan hidup diperoleh sebesar $0,414$ ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier antara variabel kesejahteraan psikologis dengan variabel kebermaknaan hidup. Hasil uji multikolinearitas menunjukkan nilai toleransi kedua variabel $> 0,10$. dan nilai $VIF < 10,00$, sehingga dapat disimpulkan tidak terjadi multikolinearitas sedangkan pada uji heteroskedastisitas titik pada grafik diagram pencar memencar secara acak di sekitar garis diagonal, serta penyebaran titik-titik berada di atas maupun di bawah angka 0 pada sumbu Y, sehingga tidak terjadi masalah heteroskedastisitas dan model regresi dapat digunakan

Uji Hipotesis

Tabel 1. Uji F

Model		JK	db	KT	F _{hitung}	Sig.
1	Regresi	1356,125	2	678,063	23,264	0,000 ^b
	Residual	1515,584	52	29,146		
	Total	2871,709	54			

a. Variabel Tergantung: Kesejahteraan Psikologis

b. Prediktor: (Konstanta), Lokus Kendali Eksternal, Kebermaknaan Hidup,

Berdasarkan Tabel 1. dapat dilihat bahwa nilai F_{hitung} yang diperoleh sebesar $23,264$ dengan signifikansi sebesar $0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup secara simultan menjadi prediktor kesejahteraan psikologis pada perempuan belum menikah di desa Kayuri

Tabel 2. Uji t

Model	Koefisien Tak Terbakukan		Koefisien Terbakukan	t	Sig.
	B	SE	Beta		
1(Konstanta)	73,443	8,645		8,496	0,000
Lokus Kendali Eksternal	-0,295	0,074	-0,422	-3,987	0,000
Kebermaknaan Hidup	0,872	0,216	0,428	4,042	0,000

a. Variabel Tergantung: Kesejahteraan Psikologis

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa nilai signifikansi uji t untuk variabel lokus kendali eksternal diperoleh sebesar $0,000$ ($p < 0,05$) dan juga untuk variabel kebermaknaan hidup sebesar $0,000$ ($p < 0,05$) yang mana kedua variabel yakni lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup secara parsial menjadi prediktor kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah di desa Kayuri, sehingga dapat disusun persamaan regresi linear sebagai berikut:

$$Y = 73,443 - 0,295 X_1 + 0,872 X_2$$

Tabel 3. Koefisien Determinasi (R^2)

Model	R	R Kuadrat	R Kuadrat Penyesuaian	Kesalahan Pendugaan
1	0,687 ^a	0,472	0,452	5,399

a. Prediktor: (Konstanta), Kebermaknaan Hidup, Lokus Kendali Eksternal

b. Variabel Tergantung: Kesejahteraan Psikologis

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat bahwa nilai koefisien korelasi (R) yang diperoleh sebesar 0,687 yang berarti terdapat korelasi secara simultan antara lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup dengan kesejahteraan psikologis. Kemudian nilai koefisien determinasi (R²) adalah sebesar 0,472 yang berarti kontribusi pengaruh lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup terhadap kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah di desa Kayuri adalah sebesar 47,2% dan sisa 52,8% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak disertakan dalam model.

Profil Partisipan

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*/PWB) yang dimiliki oleh partisipan penelitian ini merupakan kesejahteraan psikologis yang dikategorikan dalam tiga tingkatan berdasarkan nilai total skor skala RPWB pada data kuantitatif yaitu: rendah, sedang dan tinggi. Semua partisipan merupakan perempuan belum menikah yang hidup di desa Kayuri dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang berbeda-beda dan latar belakang keluarga yang juga berbeda.

Tabel 4. Profil Partisipan

Inisial	IM	MN	FT	KL	FA	LH
Usia (Tahun)	17	22	22	19	17	28
Anak ke-	4	3	6	1	1	7
Pendidikan	SMA	SMA	SMA	SMA	SMA	S1
Tingkat PWB	Rendah	Rendah	Sedang	Sedang	Tinggi	Tinggi

Berdasarkan wawancara yang telah dilaksanakan, partisipan dalam penelitian ini berjumlah enam orang perempuan belum menikah yang hidup di desa Kayuri. Dua partisipan dengan kategori PWB tinggi, dua partisipan berikutnya dengan kategori PWB sedang dan dua partisipan lainnya dengan kategori PWB rendah. Empat responden di antaranya tinggal dengan orang tua, satu orang responden tinggal dengan neneknya dan satu orang responden lainnya tinggal dengan keluarga ibunya.

Studi Kasus

Kasus 1

Kasus IM merupakan kasus individu dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah. Penyebab rendahnya tingkat PWB pada IM dikarenakan kurangnya penerimaan dan dukungan sosial, *verbal bullying*, serta pengalaman spiritual yang dialami IM dan kemudian mengakibatkan munculnya konsep diri yang negatif, dan ketidakpuasan pada diri. Lebih lanjut, rendahnya tingkat PWB yang dimiliki IM disebabkan karena komplikasi dari kurang terpenuhinya kebutuhan afeksi, kurangnya penerimaan dari lingkungan, dan penerimaan diri yang kurang optimal sehingga IM pun kesulitan dalam mencapai kesejahteraan.

Kasus 2

Kasus MN adalah kasus seseorang dengan kesejahteraan psikologis rendah. Hal ini terlihat pada sifat MN yang cenderung konformis, cenderung menyesuaikan tanpa mampu mengutarakan apa yang ada di pikirannya ataupun yang dirasakannya, dan sifat ini terbentuk karena kebiasaan dari rumah tangga dan budaya setempat. Rendahnya tingkat PWB yang dimiliki MN disebabkan oleh berbagai aspek positif dalam dirinya yang tidak terpenuhi dan tidak berkembang secara maksimal

yang kemudian menjadikan MN tidak mencapai kesejahteraan secara maksimal.

Kasus 3

Kasus FT adalah kasus individu dengan kesejahteraan psikologis tingkat sedang. Tingkat PWB yang sedang ini tergambar pada optimalnya beberapa aspek dalam diri FT. Di sisi lain kurang optimalnya beberapa aspek positif yang ditemukan dalam diri FT menjadi sumbangsih pada sedangnya tingkat PWB yang dimiliki FT, karena di samping optimalnya beberapa aspek dalam diri FT, masih terdapat beberapa aspek lain yang menekan kesejahteraan FT.

Kasus 4

Kasus KL merupakan kasus individu dengan tingkat kesejahteraan psikologis kategori sedang. Hampir serupa dengan kasus sebelumnya, dalam kasus KL terlihat bahwa beberapa aspek dalam dirinya maksimal namun di samping itu terdapat aspek lainnya yang kurang optimal sehingga menjadikan KL tidak mencapai kesejahteraan secara menyeluruh. Sedangnya tingkat PWB yang dimiliki KL tercermin pada kurang meratanya aspek-aspek positif yang menunjang PWB dalam diri KL, yang mana beberapa di antaranya termaksimalkan dengan baik sedangkan sebagian besar lainnya masih kurang maksimal.

Kasus 5

Kasus FA merupakan kasus seseorang dengan tingkat kesejahteraan psikologis tinggi. Hal yang melatarbelakangi tingginya tingkat PWB yang dimiliki FA adalah terpenuhinya kebutuhan FA secara maksimal baik itu kebutuhan fisiologi, maupun kebutuhan emosi dan afeksi. Keseluruhan aspek yang ada dalam diri FA bersinergi dan terwujud dalam maksimalnya tingkat PWB yang dimiliki FA.

Kasus 6

Kasus LH adalah kasus individu dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi. Tingginya tingkat PWB yang dimiliki LH tergambar pada berbagai aspek dalam diri LH yang menjadi penunjang tingkat PWB yang dimiliki LH. Di sisi lain maksimalnya tingkat PWB yang dimiliki LH dikarenakan keseluruhan aspek positif dalam dirinya menunjang kesejahteraannya dan kebutuhan-kebutuhan mendasar dari LH terpenuhi dengan optimal sehingga memungkinkan LH mencapai kesejahteraan yang maksimal.

Secara umum berdasarkan analisis verbatim muncul 15 aspek penunjang PWB yang beberapa di antaranya tampak pada beberapa partisipan, beberapa dimiliki oleh hampir seluruh partisipan, namun terdapat pula beberapa aspek yang hanya dimiliki oleh partisipan tertentu. Hal tersebut yang kemudian menjadi pembeda dari PWB yang dimiliki oleh masing-masing partisipan perempuan belum menikah di desa Kayuri serta menjadi *novelty* dari penelitian ini. Selanjutnya, pada tabel rangkuman kasus di bawah, disajikan perbedaan secara menyeluruh dari keenam kasus dengan tingkat PWB rendah, sedang dan tinggi.

Tabel 4. Rangkuman Kasus

Kasus	PWB Rendah		PWB Sedang		PWB Tinggi	
Aspek	Kasus 1 (IM)	Kasus 2 (MN)	Kasus 3 (FT)	Kasus 4 (KL)	Kasus 5 (FA)	Kasus 6 (LH)
Kemandirian dan Keber-gantungan	IM tidak sepenuhnya mandiri, namun masih mampu untuk tetap konsisten dengan pendapatnya meskipun berbeda dengan pendapat umum, serta mampu mengambil keputusan namun masih cenderung membatasi dirinya, karena kurangnya keberanian	MN cenderung terikat oleh budaya setempat dan menjadikannya individu yang tidak bebas dan bergantung pada pengaruh eksternal, sehingga MN tidak sepenuhnya mandiri serta belum memiliki prinsip hidup yang jelas dan cenderung bersikap konformis	FT masih bergantung dengan orang lain, khususnya dalam hal pengambilan keputusan, meskipun FT mampu memutuskan hal-hal tertentu namun jika berkaitan dengan sesuatu yang penting, ia lebih sering mengikuti apa yang diputuskan orang tua.		FA memiliki kemandirian dan mengakui bahwa dirinya tidak sepenuhnya bergantung dengan orang lain. FA mampu mengerjakan banyak hal secara mandiri kecuali hal-hal tertentu yang menurutnya rumit, maka dirinya membutuhkan bantuan orang lain.	LH mengategorikan dirinya sebagai seseorang yang mandiri, namun dalam situasi tertentu masih membutuhkan orang lain khususnya dalam kerja tim. Ia mampu <i>multi tasking</i> , dan tidak sepenuhnya bergantung pada orang lain.
Konsep Diri	IM memiliki konsep diri yang negatif, yang disebabkan karena <i>verbal bullying</i> . Hal tersebut membentuk identitas diri IM dan berpengaruh pada persepsi IM terhadap diri pribadinya		FT mampu melihat bahwa hal-hal baik yang dominan dalam hidupnya yang kemudian membentuk konsep diri positif dalam diri FT serta memiliki kepuasan dengan hidup yang dijalannya. FT mampu menilai dirinya sebagai individu yang berkepribadian baik dan memiliki kesadaran untuk meningkatkan hal-hal	KL menjalani kehidupannya sebagai hal yang dinikmati dan disyukurinya. serta memandang secara positif kehidupannya, serta melihat dirinya sebagai individu yang lebih baik dibanding dirinya di masa lampau		LH memandang hidupnya sebagai pelajaran, yang mana masih ada hal-hal yang perlu dibenahi dan dipelajari setiap harinya. LH memiliki konsep diri yang positif dan hal ini terlihat pada bagaimana LH memandang dan mensyukuri hidup yang dijalannya.

			dalam dirinya.			
Dukungan Sosial	IM kurang mendapatkan dukungan sosial dan relasi yang terbentuk di lingkungannya pun bukan relasi yang memuaskan dan IM tidak memiliki banyak teman di sekolah.	MN kurang menerima dukungan sosial di lingkungan sekolahnya dan menerima <i>verbal bullying</i> dari teman-temannya, serta mengalami kesulitan dalam membangun relasi dan beradaptasi.	FT menerima dukungan sosial yang positif, baik di lingkungan kerja maupun di lingkungan tempat tinggalnya, serta mampu untuk menjalin relasi yang berkualitas dengan lingkungan dan menjadi individu yang dapat dipercaya.	Dalam lingkungannya KL mendapatkan dukungan sosial yang positif dan hal ini terlihat pada relasi sosial yang terjalin baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan sekitar.	FA memperoleh dukungan sosial yang maksimal baik di lingkungan teman sebaya maupun di lingkungan tempat tinggal. FA memiliki relasi yang baik dengan orang tuanya, dan orang tua FA sangat suportif dalam mendukung kebutuhan FA.	LH menerima dukungan sosial yang positif, dan hal tersebut tergambar pada relasi sosial, yang tercipta. LH mampu membangun interaksi dan relasi yang baik dan dapat dipercaya baik oleh orang tuanya maupun oleh sekitarnya.
Pendidikan dan Rencana Masa Depan	IM berniat untuk melanjutkan sekolah, mendapat pekerjaan yang layak dan mengubah perekonomian keluarganya.	MN memiliki rencana ke depan namun hal tersebut bergantung pada bagaimana orang tuanya memutuskan apa yang harus dilakukannya.		KL belum memiliki rencana yang pasti ke depannya, dan belum memiliki bayangan tentang masa depannya, serta belum tahu dengan jelas tentang apa yang hendak dilakukan setelah menamatkan sekolahnya.	FA memahami dengan jelas akan apa yang akan diwujudkan ke depan serta mengetahui dengan baik bagaimana mencapai tujuannya. Ia memiliki gambaran yang jelas seperti apa dirinya di waktu mendatang dan bertekad untuk melanjutkan pendidikannya.	LH berencana untuk membangun panti asuhan sebagai tindak lanjut dari penelitiannya saat S1 yang lalu, serta berkeinginan untuk membuat perubahan baru. Ia mampu merencanakan dengan baik apa yang harus dilakukannya, dan optimis bahwa dalam 10 tahun ke depan rencananya dapat tercapai.
Kontrol Diri	IM mampu menjaga dan memilih siapa yang digaulinya serta mampu untuk menolak hal-hal yang tidak disukai ataupun tidak sesuai dengan dirinya.				FA memiliki kontrol diri yang baik, dan selalu berusaha menghindari masalah di sekolah, serta selalu memiliki kesadaran bahwa dirinya adalah anak tunggal yang	

					bertanggung jawab atas setiap tindakannya.	
Kedukaan (<i>bereavment</i>)	Peristiwa duka yang dialami IM berdampak pada perubahan hidup dan kepribadiannya. Ia sering mengalami kecemburuan sosial, cenderung lebih tertutup dan muncul rasa ketidakpuasan dalam diri.					
Religiusitas	IM memiliki keyakinan yang tinggi terhadap yang dipercayainya dan keyakinan tersebut IM libatkan dalam kesehariannya. serta dalam bagaimana ia memutuskan ataupun melakukan sesuatu.				FA memiliki keyakinan yang teguh dengan apa yang dipercayainya dan menjadikan keyakinan tersebut sebagai nilai dan pedoman yang esensial dalam dirinya. Sebagai bentuk ketaatannya pada keyakinannya FA memutuskan untuk berhijab.	LH memiliki relasi dan intimasi dengan apa yang dipercayainya, dan karena hal ini LH memiliki religiusitas yang baik. Bagi LH segala sesuatu dalam hidupnya berkaitan dengan Yang Maha Kuasa dan melalui keyakinan tersebut LH bersyukur dan menganggap dirinya berharga.
Kemampuan Mengelola Lingkungan		MN merasa kesulitan jika diberi tanggung jawab dan terbiasa untuk mengikuti sekitarnya serta masih kurang mampu dalam menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhannya.	FT belum mampu untuk mengontrol dan mengelola lingkungan dan lebih memilih untuk mengikuti situasi yang ada meskipun tidak nyaman.	KL kurang mampu dalam mengatur atau menghindari hal-hal yang sebenarnya mengganggu kenyamanannya ataupun menolak hal-hal yang sebenarnya tidak sesuai dengan keinginannya, serta kurang mampu memperjuangkan apa	FA mampu mengelola lingkungannya sesuai dengan kebutuhannya serta mampu mengemban tanggung jawab untuk mengelola suatu hal. Ia konsisten dan tidak mudah terpengaruh dengan orang lain.	LH memiliki <i>image</i> yang baik di lingkungannya yang mana dirinya dapat dikatakan mendapat <i>respect</i> dari lingkungannya, serta memiliki kemampuan yang baik dalam memimpin suatu tim,

				yang diinginkannya		
Kehendak Bebas (<i>free will</i>)			FT memiliki kebebasan yang terbatas dalam menentukan beberapa hal dalam hidupnya, sehingga keinginan untuk mengembangkan potensinya sering terhambat faktor eksternal dan memiliki pandangan bahwa dirinya stagnan.	KL tidak bebas dan terikat pada orang tua serta tidak bebas dalam menentukan pilihan dan melakukan hal tertentu karena dibatasi oleh ijin orang tua.	FA memiliki kehendak bebas yang mana hal ini dihasilkan dari pola asuh yang diterapkan orang tua, karena orang tua tidak membatasi FA dan menghargai hak-hak pribadinya.	LH bersyukur karena memiliki orang tua yang <i>open-minded</i> , tidak <i>strict</i> dan bagi LH hal tersebut yang menjadikannya bebas untuk menentukan apa yang terbaik bagi dirinya.
Makna dan Tujuan Hidup			FT memiliki tujuan hidup yang jelas dan target yang hendak dicapainya serta bertekad untuk menjadi individu yang berdampak positif bagi orang tuanya. Ia memaknai pengalaman hidupnya sebagai pelajaran yang menjadikannya individu yang lebih baik.			
Asertivitas					FA mampu untuk tetap konsisten dengan apa yang diyakininya dan berani mengekspresikan dengan tegas pendapat dan pikirannya. Ia memiliki keberanian untuk bertindak terhadap hal yang mengganggu kenyamanannya	

					sambil tetap menghormati orang lain.	
Keyakinan Diri (<i>self-assurance</i>)					FA memiliki keyakinan yang tinggi pada diri sendiri dan percaya pada kemampuan yang dimilikinya serta berprinsip untuk mempercayai dirinya dan lebih mengutamakan untuk menjadi diri sendiri.	
Pengembangan Kapasitas Diri		MN memiliki minat yang rendah dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya, dan merasa sudah cukup dengan apa yang dipahami saat ini, serta masih kurang mampu mengembangkan dirinya secara berkelanjutan.			FA memiliki keinginan yang tinggi untuk mempelajari hal baru serta terbuka dengan berbagai masukan yang dapat mengembangkan dirinya. FA belajar untuk terus membenahi diri dan berkeinginan untuk mengembangkan dirinya secara berkelanjutan	LH memiliki antusiasme dalam mempelajari hal baru yang sama sekali belum diketahuinya dan menyadari bahwa terdapat hal-hal yang perlu dibenahi serta terbuka dengan hal baru selama hal tersebut baik.
Penilaian dan Penerimaan Diri		MN memiliki pemahaman yang kurang terkait aspek-aspek dalam hidupnya, serta kurang mampu memaknai pengalaman hidupnya secara baik, namun di sisi lain MN masih mampu menemukan kelebihan yang dimilikinya.			FA mampu menilai kepribadiannya sebagai seseorang yang percaya diri, optimis dan selalu maksimal dalam melakukan sesuatu. FA juga mampu melihat bahwa versi dirinya saat ini sudah lebih baik dibandingkan versi dirinya di masa	

					lalu.	
Altruisme						LH mampu menjadi pendengar yang baik dan beberapa kali terlibat dalam membantu proses rekonsiliasi suatu masalah, serta mampu memberikan nasihat dan arahan bagi mereka yang bermasalah dan membutuhkan bantuannya

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup secara simultan menjadi prediktor kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah di desa Kayuri. Individu dengan lokus kendali eksternal yang tinggi cenderung akan berdampak pada rendahnya kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*/PWB). Namun jika dibarengi dengan kebermaknaan hidup maka dapat menunjang tingkat kesejahteraan yang dimiliki. Hal yang tampak pada perempuan belum menikah di desa Kayuri adalah dominannya pandangan bahwa masa depan yang cerah ditentukan oleh orang tua atau keberuntungan, kemudian hal baik atau buruk yang terjadi dalam kehidupan dipengaruhi oleh nasib, keterlibatan dalam suatu kegiatan hingga pekerjaan mereka pun ditentukan oleh keputusan pihak keluarga dan nilai-nilai yang dianut, ketergantungan pada orang lain yang juga masih tinggi, sehingga kemudian membentuk perspektif bahwa hal-hal dalam hidup mereka terjadi karena adanya pengaruh eksternal. Hal tersebut sesuai dengan apa yang dikemukakan Churchill dkk. (2020) dalam penelitiannya yang menjelaskan bahwa individu dengan lokus kendali eksternal cenderung mempercayai bahwa kejadian-kejadian dalam kehidupan mereka disebabkan oleh faktor-faktor di luar kendali mereka, seperti takdir, keberuntungan, dan tindakan orang lain.

Selanjutnya, hasil penelitian melalui analisis statistik menunjukkan nilai F_{hitung} sebesar 23,264 dengan signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sehingga dapat dikatakan bahwa lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup secara simultan menjadi prediktor kesejahteraan psikologis pada perempuan belum menikah di desa Kayuri. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut maka hipotesis dalam penelitian ini diterima. Sementara itu hasil uji koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,472 yang berarti variabel lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup memberikan sumbangan efektif sebesar 47,2% terhadap kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah di desa Kayuri, dan sisanya sebesar 52,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diukur dalam penelitian ini. Kemudian sumbangan efektif yang diberikan oleh masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen, dalam hal ini lokus kendali eksternal memberikan sumbangan signifikan sebesar 23,4%, sementara kebermaknaan hidup memberikan sumbangan yang sedikit lebih dominan sebesar 23,8%. Dominannya sumbangan efektif dari kebermaknaan hidup ini kemudian menjadi penunjang kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah di desa Kayuri meskipun mereka memiliki lokus kendali eksternal.

Secara umum hal yang tampak pada perempuan belum menikah di desa Kayuri adalah, mereka hidup dengan menerapkan dan memaknai nilai budaya maupun nilai-nilai yang diterapkan secara turun-temurun dalam keluarga mereka. Meskipun terdapat beberapa aturan atau kebiasaan yang mengikat, namun bagaimana mereka memaknai kehidupannya membuat mereka tetap memiliki kesejahteraan dalam hidup mereka. Hal ini terlihat pada dominannya sumbangan efektif aspek *presence of meaning* (keberadaan makna) sebesar 21,1% pada perempuan belum menikah di desa Kayuri. Steger dkk. (2006) menjelaskan bahwa individu dengan aspek ini akan memandang seberapa bermakna hidupnya serta individu yang menjalani kehidupan yang bermakna akan lebih menghargai berbagai aspek dirinya. Platsidou dan Daniilidou (2021) menambahkan bahwa individu dengan hidup yang bermakna dilaporkan memiliki indikator kesehatan mental yang lebih tinggi, menikmati hubungan sosial yang lebih bermanfaat dan memiliki kesejahteraan.

Jika melihat kondisi perempuan belum menikah di desa Kayuri, hidup dibawah pengaruh budaya patriarki yang menekan hak dan kebebasan serta dikendalikan oleh nilai-nilai yang dianut keluarga sebagai bentuk dari lokus kendali eksternal yang dimiliki, dapat berpengaruh pada kesejahteraan yang dimiliki. Hal tersebut diperkuat oleh Baluku dkk. (2022) dalam penelitiannya yang menemukan bahwa individu dengan lokus kendali eksternal cenderung memiliki peluang kesejahteraan psikologis yang rendah, dikarenakan lokus kendali eksternal dikaitkan secara negatif dengan kesejahteraan. Keterbatasan dalam hal-hal fundamental seperti memilih pekerjaan yang diminati hingga melanjutkan pendidikan, serta kebiasaan untuk harus tunduk dan taat meskipun

mengekang mereka, akhirnya terpola pada pemahaman bahwa segala sesuatu dalam hidup mereka ditentukan oleh pihak yang berkuasa baik itu keluarga, budaya maupun nasib mereka. Hal-hal tersebut yang kemudian menjadikan PWB dari perempuan belum menikah di desa Kayuri tidak maksimal. Di sisi lain dorongan ataupun keinginan untuk mencari dan menemukan makna hidup pun masih terbilang rendah. Hal ini, tergambar pada hasil sumbangan efektif aspek *search for meaning* (pencarian makna) yang masih sangat rendah yakni 2,7%. Menurut Steger dkk. (2006) Individu dengan aspek *search for meaning* yang rendah memiliki dorongan yang rendah untuk menemukan makna dalam hidup dan menghadirkan kebermaknaan hidup dalam dirinya. Pada perempuan belum menikah di desa Kayuri rendahnya dorongan maupun upaya untuk menemukan makna hidup tersebut dilatarbelakangi oleh budaya patriarki yang membatasi perempuan, sehingga terbentuk kebiasaan untuk menjalani hidup sesuai kebiasaan dan aturan yang berlaku, dan tanpa disadari membatasi inisiatif dan dorongan dari dalam diri untuk menemukan tujuan hidup mereka. Selanjutnya lingkungan keluarga sebagai sistem pendukung utama, masih kurang dalam mengarahkan dan memotivasi mereka dibidang pendidikan maupun pengembangan bakat, serta orientasi pekerjaan yang semata-mata hanya diarahkan untuk bekerja di dapur menjadi salah satu faktor rendahnya aspek ini sehingga kemudian berpengaruh pada tingkat kesejahteraannya. Secara umum dapat disimpulkan bahwa lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup secara simultan menjadi prediktor kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah yang hidup dalam budaya patriarki di desa Kayuri.

Selanjutnya berdasarkan hasil analisis data kualitatif pada keenam responden penelitian masing-masing responden memiliki aspek penunjang PWB yang berbeda-beda. Hampir seluruh responden memiliki kelima aspek ini yaitu: aspek kemandirian dan kebergantungan, dukungan sosial, pendidikan dan rencana masa depan, kemampuan mengelola lingkungan dan kehendak bebas (*free will*). Yang membedakan dari seluruh responden adalah, pada individu dengan PWB tinggi kelima aspek tersebut optimal sedangkan pada individu dengan PWB sedang dan rendah beberapa di antaranya tidak maksimal. Terdapat pula empat aspek yang turut berperan dalam tingkat PWB keenam responden yakni kontrol diri, pengembangan kapasitas diri, penilaian dan penerimaan diri serta makna dan tujuan hidup, yang mana keempat aspek tersebut dijumpai pada beberapa responden saja. Semua aspek tersebut berkaitan dengan enam dimensi kesejahteraan psikologis dari Ryff yakni otonomi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan, dan penerimaan diri. Searah dengan hasil penelitian tersebut Handayani dan Nurdin (2021) dalam penelitiannya terkait kesejahteraan psikologis terhadap perempuan mengemukakan bahwa enam dimensi kesejahteraan psikologis tersebut mempengaruhi pembentukan kesejahteraan perempuan. Selain itu terdapat beberapa aspek lain yang tidak searah dengan keenam dimensi Ryff dan yang hanya muncul pada responden tertentu sebagai penentu PWB yang dimilikinya, seperti pada salah satu responden dengan PWB rendah yaitu IM terdapat kedukaan (*bereavement*) sebagai salah satu aspek yang menyebabkan rendahnya PWB yang dimiliki. Juga terdapat aspek asertivitas dan keyakinan diri (*self-assurance*) pada responden dengan PWB tinggi yaitu FA sebagai aspek-aspek yang turut menunjang tingkat PWB yang dimiliki, serta aspek altruisme yang hanya ditemui pada responden LH, yang juga sebagai salah satu penunjang tingginya tingkat PWB yang dimiliki. Aspek-aspek yang ditemukan tidak searah dengan keenam dimensi Ryff tersebut menjadi karakteristik yang ditemukan pada PWB perempuan belum menikah di desa Kayuri dan merupakan kebaruan dalam penelitian ini.

Lebih lanjut berdasarkan hasil penelitian, terdapat empat hal yang menjadi faktor pengaruh yang membedakan secara signifikan tiga tingkat kesejahteraan psikologis yaitu: kesehatan fisik dan mental, pola asuh dalam keluarga, dukungan sosial dari lingkungan dan keluarga, serta budaya. Pada perempuan belum menikah di desa Kayuri, empat faktor tersebut adalah yang paling umum berpengaruh pada tingkat kesejahteraan psikologis yang dimiliki. Dalam hal ini selain lokus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup menjadi faktor yang mempengaruhi PWB perempuan belum

menikah, empat faktor di atas pun menjadi faktor yang berpengaruh pada PWB. Pola asuh dan budaya menjadi hal yang sangat krusial dalam mempengaruhi tingkat PWB yang dimiliki perempuan belum menikah di desa Kayuri. Hal ini diperkuat oleh Cynthia dan Basaria (2024) yang menemukan dalam penelitiannya bahwa terdapat hubungan signifikan dan positif antara pola asuh orang tua dengan kesejahteraan psikologis individu. Sehingga semakin tinggi pola asuh orang tua yang diberikan dalam hal ini pola asuh yang sesuai, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis individu, begitu pun sebaliknya. Serta penelitian yang dilakukan oleh Humphrey dkk. (2020) yang menemukan bahwa orientasi terhadap budaya individualisme mengarah pada kesejahteraan yang lebih rendah, sementara orientasi terhadap budaya kolektivisme mengarah pada kesejahteraan yang lebih tinggi. Temuan ini memberikan pemahaman tentang bagaimana sifat-sifat yang tertanam dalam konsep budaya, serta di mana budaya tersebut dianut berhubungan dengan kesejahteraan psikologis individu. Budaya yang mengekang hak-hak pribadi jika dikolaborasikan dengan pola asuh yang mengikat dapat berdampak pada tingkat PWB yang kurang maksimal.

Selanjutnya dukungan sosial yang tidak diperoleh secara positif dapat mengarah pada kurangnya pemenuhan kebutuhan sosial hingga kebutuhan afeksi yang berpengaruh pada kesejahteraan individu. Searah dengan hal tersebut Alidrus (2022) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis sehingga semakin tinggi dukungan sosial yang dirasakan individu, maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang dimiliki. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang dirasakan maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologisnya. Selain itu, kesehatan secara fisik maupun psikis yang tidak optimal pun dapat berdampak pada rendahnya tingkat PWB. Díaz dan Fern, (2020) mengemukakan hal yang serupa bahwa ketika kesehatan mental individu bermasalah maka akan berpengaruh pada dimensi-dimensi PWB yang dimilikinya dan secara tidak langsung berdampak pada tingkat PWB yang dimiliki, selanjutnya Levine dkk. (2021) juga menambahkan bahwa individu dengan tingkat PWB yang baik cenderung mempertahankan kesehatan fisiknya, penurunan risiko kematian. Oleh karena itu, di tengah budaya yang sangat tidak dimungkinkan untuk di rubah dan sudah menjadi hal yang diwariskan turun temurun, peran orang terdekat khususnya orang tua menjadi esensi dalam memberikan pola asuh yang sehat dan dukungan sosial yang mumpuni guna pemenuhan kebutuhan dasar yang akhirnya terwujud dalam kesehatan yang maksimal secara fisiologis maupun psikologis. Pola asuh dan dukungan sosial yang diterima dan dialami baik dari keluarga maupun dari lingkungan sosial sejatinya berperan penting dalam membentuk perspektif individu terhadap dirinya dan pada bagaimana individu menjalani hidupnya hingga akhirnya memampukannya mencapai dan mengalami kesejahteraan yang dalam hidupnya.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa locus kendali eksternal dan kebermaknaan hidup secara bersamaan merupakan prediktor kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah, dan tingkat kesejahteraan psikologis perempuan belum menikah di desa Kayuri dipengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya kesehatan fisik dan mental, pola asuh, dalam keluarga, dukungan sosial yang diperoleh baik dari keluarga maupun dari lingkungannya dan budaya. Hal ini menunjukkan bahwa nilai-nilai baik itu sosial maupun budaya, peran orang tua hingga lingkungan sosial memiliki peran esensial dalam menunjang kesejahteraan individu.

DAFTAR PUSTAKA

- Alidrus, N. D. (2022). Dukungan Sosial dan Religiusitas dengan Psychological Well-Being pada Warga Binaan Perempuan di Lembaga Pemasarakatan. *Psyche 165 Journal*, 15(2), 105–112. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.174>
- Awaworyi Churchill, S., Munyanyi, M. E., Prakash, K., & Smyth, R. (2020). Locus of control and the gender gap in mental health. *Journal of Economic Behavior and Organization*, 178, 740–758.

<https://doi.org/10.1016/j.jebo.2020.08.013>

- Azwar, S. (2021). *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Baluku, M. M., Bantu, E., Namale, B., & Otto, K. (2022). Maintaining High Eudaimonic Wellbeing Despite Ambiguity Intolerance Among Three Employment Status Groups: Examining the Buffering Effects of Positive Psychological Attributes. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 7(1), 1–30. <https://doi.org/10.1007/s41042-021-00051-1>
- Dewi, D. K. (2022). Tradisi Kawin Tangkap Sumba Dan Prespektif Undang-Undang R I Nomor 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan. *Law Jurnal*, 2(2), 107–115. <https://doi.org/10.46576/lj.v2i2.1812>
- Dju Bire, C. M., & Melinda Ratu Radja. (2023). Perlindungan Hak Perempuan Berdasarkan Convention on Elimination of All Forms of Discrimination Against Women (Cedaw) Dalam Tradisi Kawin Tangkap Di Sumba. *Jurnal Hukum Samudra Keadilan*, 18(1), 131–141. <https://doi.org/10.33059/jhsk.v18i1.7473>
- Gero, H. M. E. (2024). *Perempuan Dan Anak NTT Dalam Sistem Kesejahteraan Sosial : Tantangan Dan Peluang Di Era Modern*. 4, 8184–8191.
- Halizah, L. R., & Faralita, E. (2023). Budaya patriarki dan kesetaraan gender. *Wasaka Hukum*, 11(1), 19–32. <https://www.ojs.stihsa-bjm.ac.id/index.php/wasaka/article/view/84>
- Humphrey, A., Bliuc, A. M., & Molenberghs, P. (2020). The social contract revisited: a re-examination of the influence individualistic and collectivistic value systems have on the psychological wellbeing of young people. *Journal of Youth Studies*, 23(2), 160–169. <https://doi.org/10.1080/13676261.2019.1590541>
- Kopong, G. J. (2020). *Kekerasan Berbasis Gender: Telaah Teoritis “Kawin Tangkap” Dalam Budaya Sumba (NTT)*. 2507(February), 1–9.
- Levenson, H. (1981). *Differentiating among internality, powerful others, and chance*. Academy Press.
- Levine, G. N., Cohen, B. E., Commodore-Mensah, Y., Fleury, J., Huffman, J. C., Khalid, U., Labarthe, D. R., Lavretsky, H., Michos, E. D., Spatz, E. S., Kubzansky, L. D., Boehm, J. K., Carney, R. M., & Smith, S. C. (2021). Psychological Health, Well-Being, and the Mind-Heart-Body Connection A Scientific Statement From the American Heart Association. *Circulation*, 143(10), E763–E783. <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000000947>
- Liani Cynthia, & Debora Basaria. (2024). Analisis Korelasi Gaya Pengasuhan Orang Tua Dengan Psychological Well-Being Remaja Generasi Z. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 1058–1071. <https://doi.org/10.54783/jser.v5i2.211>
- Martín-díaz, M. D., & Fern, E. G. (2020). *Since January 2020 Elsevier has created a COVID-19 resource centre with free information in English and Mandarin on the novel coronavirus COVID- 19 . The COVID-19 resource centre is hosted on Elsevier Connect , the company ’ s public news and information . January.*
- Oruh, S., Agustang, A., Theresia, M., Pada, A. T., & Asrifan, A. (2020). *Kesejahteraan psikologis (studi pada dewasa madya yang belum menikah di kota Makassar)*. Creswell 2014.
- Papalia, Olds, & Feldmen. (1998). *Human Development* (7th ed.). McGraw – Hill, Inc.
- Plakoil, M. V. (2023). *Perlindungan Hukum terhadap Perempuan sebagai Korban Kekerasan Seksual dalam Praktik Kawin Tangkap di Sumba Tengah (Disertasi)*. Universitas Atma Jaya Yogyakarta.
- Platsidou, M., & Daniilidou, A. (2021). Meaning in life and resilience among teachers. *Journal of Positive School Psychology*, 5(2), 97–109. <https://doi.org/10.47602/jpsp.v5i2.259>
- Ratna Nimatul Rohma, & Ahmad Maujuhan Syah. (2021). Psychological Well Being Pada Wanita. *Conseils : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 1(1), 21–30. <https://doi.org/10.55352/bki.v1i1.93>
- Revelia, M. (UIN S. H. J. (2018). Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen Ryff ’ S Psychological Well - Being. *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia)*, 7(1), 8–14.
- Rosyad, Y. S., Malini, H., & Sarfika, R. (2019). Validity and reliability the Meaning in Life Questionnaire (MLQ) ; Men who have sex with men at West Sumatera Indonesia. *Riset Informasi Kesehatan*,

8(1), 16. <https://doi.org/10.30644/rik.v8i1.218>

- 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. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological revolutions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. [https://doi.org/10.1002/1520-6696\(197801\)14:1<57::AID-JHBS2300140109>3.0.CO;2-7](https://doi.org/10.1002/1520-6696(197801)14:1<57::AID-JHBS2300140109>3.0.CO;2-7)
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1998). The Contours of Positive Human Health. *Psychological Inquiry*, 9(4), 719–727. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901_6
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Sari Handayani, A. M., & Nurdin, N. (2021). Understanding Women's Psychological Well-Being in Post-Natural Disaster Recovery. *Medico Legal Update*, 21(3), 151–161. <https://doi.org/10.37506/mlu.v21i3.2977>
- Steger, M. F. (2012). Making Meaning in Life. *Psychological Inquiry*, 23(4), 381–385. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2012.720832>
- Steger, M. F., Frazier, P., Kaler, M., & Oishi, S. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Steven, C. D., & Yunanto, T. A. R. (2019). Pengaruh Belis Dalam Masyarakat Sumba. *Insight : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 15(2), 204. <https://doi.org/10.32528/ins.v15i2.1838>
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Verizka, A., & Kertamuda, F. E. (2020). Kesejahteraan Psikologis Pada Perempuan Dewasa Awal Yang Memiliki Pengalaman Kekerasan Emosional. *Inquiry: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(1), 27–39. <https://doi.org/10.51353/inquiry.v11i1.393>
- Wijono, S. (2005). *Pengaruh Kepribadian Tipe A, Locus of Control Eksternal, Peran dan Iklim Organisasi terhadap Stress dan Prestasi Kerja (Disertasi)*. Universitas Indonesia.
- Yulianti, I., & Cahyani, R. (2019). Hubungan Kebermaknaan Hidup dan Keteraturan Melaksanakan Shalat dengan Psychological Well-Being pada Mahasiswa. *Anfusina: Journal of Psychology*, 2(2), 169–180. <https://doi.org/10.24042/ajp.v2i2.6098>