TSAQOFAH
Jurnal Penelitian Guru Indonesia

p-ISSN: 2810-0395
e-ISSN: 2810-0042

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Semantic, Garuda, Google Scholar, Base, etc

https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v5i6.7885

HUBUNGAN STIGMA SOSIAL DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA WANITA DEWASA AWAL LAJANG BERETNIS MINANGKABAU

The Relationship Between Social Stigma and Psychological Well-Being Among Single Early Adult Women of Minangkabau Ethnicity

Whindy Listy & Free Dirga Dwatra
Universitas Negeri Padang
windy.lizty10@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Oct 1, 2025	Oct 24, 2025	Nov 5, 2025	Nov 10, 2025

Abstract

Early adulthood is a life stage closely associated with the formation of social relationships, including marriage, which remains a dominant norm and priority in many societies. However, the past decade has seen a rise in the number of early adult women choosing to remain single, including among the Minangkabau ethnic group. This phenomenon is often accompanied by negative social stigma, such as being labeled *"perawan tua"* (old maid), which may affect an individual's psychological well-being. Psychological well-being reflects a person's positive state in terms of self-acceptance, personal growth, and the ability to build healthy social relationships. This study aims to examine the relationship between social stigma and psychological well-being among unmarried early adult Minangkabau women. A quantitative approach with a correlational design was employed. The sample consisted of 100 unmarried women aged 25–49 years, selected through purposive sampling based on the Lemeshow sample size

Tsaqofah journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

formula. Research instruments included a social stigma scale and a psychological well-being scale, analyzed using Pearson's correlation test. The results revealed a significant positive correlation between social stigma and psychological well-being (r = 0.620; p = 0.001). These findings suggest that higher perceived social stigma is associated with higher psychological well-being, indicating the presence of adaptive mechanisms among single Minangkabau women in responding to stigma. Such mechanisms may foster psychological resilience and self-acceptance. This study contributes to the literature on cultural and gender psychology and offers practical implications for the development of interventions that strengthen self-acceptance and social resilience.

Keywords: Social Stigma; Psychological Well-Being; Unmarried Early Adult Women; Minangkabau Ethnicity

Abstrak: Dewasa awal merupakan fase kehidupan yang identik dengan pembentukan relasi sosial, termasuk dalam bentuk pernikahan yang masih dianggap sebagai norma dan prioritas utama dalam masyarakat. Namun, dalam dekade terakhir terjadi peningkatan jumlah wanita dewasa awal yang memilih untuk tetap lajang, termasuk di kalangan etnis Minangkabau. Fenomena ini sering disertai dengan munculnya stigma sosial negatif, seperti pelabelan "perawan tua", yang berpotensi memengaruhi *psychological well-being* individu. *Psychological well-being* mencerminkan kondisi positif individu dalam menerima diri, mengembangkan potensi, dan menjalin relasi sosial yang sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stigma sosial dan *psychological well-being* pada wanita dewasa awal lajang beretnis Minangkabau. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel terdiri dari 100 wanita lajang berusia 25–49 tahun yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, sesuai dengan rumus penentuan sampel Lemeshow. Instrumen penelitian menggunakan skala stigma sosial dan skala *psychological well-being* yang dianalisis melalui uji korelasi Pearson. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara stigma sosial dan *psychological well-being* (r = 0,620; p = 0,001). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi persepsi individu terhadap stigma sosial, semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* yang dimiliki. Hal ini mengindikasikan adanya mekanisme adaptif pada wanita lajang beretnis Minangkabau dalam merespons stigma sosial, yang dapat memperkuat daya tahan psikologis dan penerimaan diri. Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap kajian psikologi budaya dan gender, serta memiliki implikasi praktis dalam pengembangan intervensi berbasis penguatan *self-acceptance* dan daya lenting sosial.

Kata Kunci: Stigma Sosial; *Psychological Well-Being*; Wanita Dewasa Awal Lajang; Etnis Minangkabau.

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial dimana tidak dapat hidup sendiri. Manusia memerlukan individu lain untuk memenuhi kebutuhan. Mulai dari fase anak-anak sampai dewasa kita pasti tidak terlepas dari peran orang lain. Masa dewasa awal menurut Elizabeth B. Hurlock yaitu pada usia 18- 40 tahun, ditahapan ini merupakan bagian dari penyesuaian terhadap pola kehidupan yang baru, pada masa ini terjadi masalah dan ketegangan secara

emosional, isolasi sosial, ketergantungan serta komitmen (Frezy Paputungan, 2023). Dewasa awal identik dengan membangun relasi sosial bersama orang lain yang dimaksud ialah keluarga, teman, sahabat, ataupun kerabat. Dewasa awal dianggap telah siap untuk membangun keluarganya sendiri, karena di masa ini individu mulai sadar dengan pentingnya sebuah komitmen dan membentuk pola hidup serta bertanggung jawab (Frezy Paputungan, 2023).

Pernikahan merupakan salah satu contoh dari tanggung jawab dapat dilakukan oleh dewasa awal (Bustan, 2015). Menurut BKKBN usia pernikahan yang ideal di Indonesia untuk perempuan 21 tahun sedangkan untuk laki-laki 25 tahun. Usia ini dianjurkan untuk menangani pernikahan dini yang mempunyai banyak resiko, diantaranya mental , fisik dan juga secara ekonomi (bkkbn.go.id, 2024). Di era sekarang banyak rintangan dalam pernikahan mulai dari finansial, kematangan emosi, keterbukaan terhadap pasangan, kepuasan pernikahan, bahkan tidak jarang pernikahan yang dikatakan gagal berujung dengan perceraian.

Kasus perceraian di Indonesia yang berlangsung pada tahun 2024 tercatat yaitu ada sebanyak 436 ribu kasus, beragam penyebab dari kasus perceraian mulai dari KDRT, percekcokan, perselingkuhan dan masalah ekonomi (CNBC Indonesia, 2024). Dampak yang dari perceraian bukan hanya bagi pasangan saja, tetapi juga dapat dirasakan oleh orang –orang sekitar juga. Tidak hanya kasus perceraian yang membuat seseorang enggan untuk mempunyai pasangan dan memilih untuk melajang. Tetapi ada juga kasus kekerasan dalam rumah tangga yang saat ini banyak disorot.

Di Indonesia berdasarkan data jumlah penduduk yang berstatus belum kawin / lajang yang dipaparkan oleh Dirjen Dukcapil Teguh Setyabudi pada semester 1 2024 yaitu sebanyak 128.831.663 jiwa terdiri dari pria dan wanita (KumparanNEWS, 2024). Dari data tersebut menunjukan bahwa masih banyak warga negara Indonesia yang dinyatakan belum menikah. CNBC Indonesia.com (2023) memaparkan data bahwa wanita yang status lajang menyumbang angka persentase tertinggi dalam satu dekade terakhir sebanyak 10,15% dibandingkan laki-laki lajang dengan jumlah 7,42%.

Data diatas menyampaikan bahwa di zaman sekarang jumlah lajang tertinggi di Indonesia dipegang oleh wanita. Menurut Oppenheimer (dalam L.van den Berg & E. Verbakel, 2022) peningkatan jumlah orang dengan status lajang mengalami peningkatan tinggi dikalangan wanita dikarenakan pada saat ini wanita bisa memilih untuk melajang. Ada

ungkap sebaik-baiknya perempuan tempatnya di dapur. Namun pada zaman sekarang wanita memiliki banyak perubahan dari segi berpikir seperti; memilih mempunyai karir yang cemerlang untuk kehidupan yang lebih baik, ataupun melanjutkan pendidikan yang tingkat yang lebih tinggi (Azmawati et all, 2015).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Ribka dan Karina (2023) tentang "Gambaran Psychology Well-being pada Wanita Lajang Suku Batak Karo" menunjukan hasil yang berbeda pada kedua subjek yang lebih menggambarkan psychological well-being daripada subjek pertama. Subjek pertama memiliki kemampuan penguasaan lingkungan dan pertumbuhan pribadi serta adanya tujuan untuk menikah. Subjek kedua memiliki kemampuan penerimaan diri dan juga hubungan positif dengan orang lain serta menganggap menikah merupakan kebutuhan tetapi tidak memaksakan dan bukan sesuatu tujuan yang harus dicapai.

Menurut Ryff (2014) psychology well-being mempunyai enam dimensi yaitu; pertama, otonomi dimana seseorang mampu bersifat mandiri. Kedua, penguasaan lingkungan dimana seseorang dalam mengelola kehidupan nya sendiri. Ketiga, pertumbuhan pribadi individu yang memiliki keinginan untuk berkembang dan adanya rasa ingin tahu terhadap sesuatu yang baru. Keempat, hubungan positif dengan orang lain, dimana dapat memahami dan menerima saat berhubungan dengan individu lain.

Kelima, tujuan hidup dimana seseorang mempunyai tujuan hidup serta arah mengenai kehidupan yang dijalani. Keenam, penerimaan diri adalah individu yang dapat menerima dan sikap serta berpikiran positif tentang dirinya. Lingkungan masyarakat sangat berdampak pada psychological well-being atau kesejahteraan psikologis seseorang yang berstatus sebagai wanita lajang. Didalam dimensi yang terdapat di psychological well-being banyak diantaranya bersinggungan dengan lingkungan sosial di masyarakat seperti; memiliki hubungan positif dengan orang lain.

"Kakak ngerasa risih dan males dengan pertayaan "kapan nikah? udah umur segini ?" Apalagi kalo kumpul sama saudara atau temen dari orang tua kakak mereka rata-rata nanyain itu terus, dan juga mereka suka ngebanding-bandingin sama anak mereka yang udah nikah dan punya anak. Ibu kakak juga suka ngejodoh-jodohin sama anak temennya. Ini ngebuat kakak udah males untuk dateng ke acara-acara keluarga (Hasil wawancara terbuka, 19 Juli 2023)

"Kepikiran buat menikah ada sih. Apalagi kan kakak juga anak perempuan juga dikeluarga minang lagikan, ya harus nerusin garis keturunan ,selalu ditanya kapan nikah ? dari pertanyaan- pertanyaan itu sih agak risih ya apalagi kalo setiap ketemu ditanya melulu. Ada juga yang bilang, kalau indak manikah beko ndak bakambang suku.". (Hasil wawancara terbuka, 7 Agustus 2023)

Dari hasil wawancara dapat disimpulkan M dan N merasa tidak nyaman dengan dilingkungan dan juga orang-orang sekitar yang selalu menanyakan tentang pernikahan. Hal ini dampak terhadap dua aspek di dalam psychological well-being yaitu: otonomi dan hubungan positif dengan orang lain.

Pandangan serta pola pikir yang negatif itu disebut dengan stigma. Stigma menurut Merriam-Webster (2019) adalah keyakinan yang negatif yang dimiliki individu untuk mendasari ketidakadilan yang dipunya oleh sekumpulan orang mengenai sesuatu (Frelians & Astuti, 2024). Sedangkan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia stigma merupakan ciri negatif yang menempel pada pribadi individu dikarenakan pengaruh dari lingkungan. Stigma menurut Rukman,dkk (2023) adalah fenomena sosial yang kompleks ditandai dengan diskriminasi, ketidaksetujuan dan persepsi negatif diperuntukan kepada seseorang yang dianggap menyimpang dari norma ataupun harapan yang ada di masyarakat.

Menurut Nabil A.S (2024) Stigma dapat mempengaruhi seseorang dalam mengelola identitas dengan cara menyembunyikan maupun memperbaiki citra diri individu tersebut. Stigma yang ada pada wanita terbentuk disebabkan oleh dua pola yaitu kerasnya pengaturan dalam konsep gender dengan pengontrolan nilai dan pola pikir yang kaku di masyarakat (Frelians & Astuti, 2024).

Menurut Frisca Putri (2018) mengatakan pada perspektif gender, wanita akan lebih di beratkan dalam tuntutan menikah dibandingkan pria. Disebabkan ada pandangan bahwa wanita akan dihargai dalam keluarga dan masyarakat bila menikah dan mempunyai anak. Wanita juga dituntut harus menjadi istri yang baik dan penurut, serta menjadi ibu yang baik pula bagi anak-anaknya. Banyaknya tekanan sosial dan pandangan negatif yang ada pada wanita lajang. Dapat membuat wanita memilih untuk menikah secara tergesa-gesa dan ada juga wanita yang memilih melajang. Keputusan tersebut diambil dikarenakan tekanan – tekanan pada lingkungan sekitar.

Mendengar kata wanita lajang yang mandiri banyak stigma-stigma yang bermunculan pada masyarakat. Salah satu stigma yaitu wanita tidak bisa lebih kuat daripada laki-laki dan

wanita sangat membutuhkan laki-laki. Hal ini tidak terlepas dari budaya patriarki yang kental pada kehidupan sosial masyarakat. Stigma-stigma tersebut sulit dilepaskan karena sudah ada sejak dulu. Wanita selalu dituntut untuk menikah dan mempunyai anak. Dimasyarakat pernikahan sudah seperti sebuah keharusan dan kewajiban. Menikah juga merupakan salah satu tugas perkembangan dalam fase dewasa (Thalia, 2015).

Tekanan– tekanan yang diberikan tidak hanya dari lingkungan sekitar. Tetapi juga berasal dari orang-orang terdekat seperti; orang tua ,keluarga, teman, dan kerabat. Orang tua pasti sangat mengharapkan anak perempuannya menikah, karena dengan menikah sang anak bisa mempunyai teman hidup dan keluarga sendiri. Namun harapan tersebut bisa menjadi tekanan bagi anak perempuan yang sudah dewasa dan mempunyai tugas perkembangan pada usia tersebut. Tekanan serta pandangan negatif yang diberikan oleh lingkungan sosial wanita yang berstatus lajang dapat mempengaruhi Psychology Well-being.

Pernikahan ataupun perkawinan dalam adat Minangkabau dianggap sebagai kepentingan. Pernikahan dalam adat Minangkabau dapat bertujuan untuk mempererat keluargaan, menaikan martabat kaum / suku. Pernikahan dalam adat Minangkabau lebih diberatkan pihak perempuan. Disebabkan pihak perempuan merupakan pengagas dalam pernikahan dan kehidupan rumah tangga, mulai dari pencarian jodoh, meminang, menyelenggrakan pernikahan, serta bertanggung jawab apapun yang ada didalam rumah tangga (Asmaniar, 2018).

Menjodohkan anak gadis yang telah dewasa atau gadih gadang agar segera mendapatkan jodoh adalah salah satu tugas dari kerabat dari pihak perempuan. Anak gadis yang belum mendapatkan jodoh akan menimbulkan aib bagi seluruh kaum. Masyarakat akan memandang bahwa gadis itu kemungkinan memiliki cacat secara turunan, lahir maupun batin. Dalam Minangkabau wanita yang melajang disebut gadih gaek (perawan tua) ini merupakan aib dan juga akan menjadi beban sepanjang hidup dan juga dapat menjatuhkan harga diri suatu kaum / suku didalam masyarakat (Asmaniar, 2018).

Wanita dalam adat Minangkabau mempunyai posisi yang penting. Wanita diumpamakan sebagai tiang yang memberikan pengaruh serta arahan untuk anak-anaknya. Dari kata-kata diatas dapat disimpulkan bahwa wanita dewasa lajang dengan etnis Minangkabau dapat menjadi suatu masalah yang sangat serius karena menyangkut harga diri dan keberlangsungan suatu budaya. Namun disisi lain ini dapat menambah tekanan-tekanan secara psikologis yang ada pada wanita dewasa lajang yang beretnis Minangkabau.

Berdasarkan permasalahan diatas pada latar belakang, maka peneliti melakukan penelitian "Hubungan Stigma Sosial Dengan Psychological Well-Being Pada Wanita Dewasa Awal Lajang Beretnis Minangkabau".

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional untuk mengetahui hubungan antara stigma sosial dan psychological well-being pada wanita dewasa awal lajang beretnis Minangkabau. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti menguji hubungan antarvariabel tanpa manipulasi terhadap variabel yang diteliti. Variabel independen dalam penelitian ini adalah stigma sosial, sedangkan variabel dependennya adalah psychological well-being. Populasi penelitian terdiri atas wanita dewasa awal beretnis Minangkabau berusia 25–49 tahun yang belum menikah, dengan teknik pengambilan sampel purposive sampling. Pemilihan usia tersebut didasarkan pada teori psikososial Erikson, di mana individu berada pada tahap intimacy vs isolation yang rentan terhadap tekanan sosial karena belum menikah. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Lemeshow dan diperoleh sebanyak 100 responden. Pengumpulan data dilakukan melalui angket atau kuesioner daring yang disebarkan menggunakan Google Form.

Instrumen penelitian terdiri dari dua skala, yaitu skala stigma sosial yang diadaptasi dari Mutiara Adelia Rosa berdasarkan teori Goffman dengan empat dimensi (labeling, stereotip, separation, dan diskriminasi), serta skala psychological well-being yang diadaptasi dari Nur Soffa dengan enam dimensi (otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri). Keduanya menggunakan skala Likert dengan empat pilihan jawaban. Uji validitas dilakukan dengan korelasi Pearson Product Moment, sedangkan reliabilitas diuji menggunakan koefisien Alpha Cronbach melalui program SPSS versi 27. Hasil uji menunjukkan nilai reliabilitas sebesar 0,878 untuk skala stigma sosial dan 0,813 untuk skala psychological well-being, yang menandakan instrumen reliabel. Data dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson untuk melihat arah dan kekuatan hubungan antarvariabel, dengan terlebih dahulu dilakukan uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan uji linearitas untuk memastikan hubungan antarvariabel bersifat linear.

.

HASIL

Uji Normalitas

Uji normalitas yang dilakukan dalam penelitian ini untuk melihat apakah skala stigma sosial dan *psychological well-being* berdistribusi secara normal. Uji normalitas yang dilakukan menggunakan teknik analisis *One Sample Kolmogrov-Smirnov* dan diolah melalui SPSS 27.0. Data akan dianggap normal apabila memenuhi nilai yaitu *Asymp.Sig* > 0,05 dan dikatakan tidak normal apabila *Asymp.Sig* < 0,05.

Tabel 1. Data Uji Normalitas

Variabel	***Asymp.Sig 2-tailed***	Keterangan
Stigma sosial dan *Psychological Well-Being*	0,514	Nilai residual berdistribusi normal

Berdasarkan tabel diatas 4.7 dapat diketahui bahwa *Asymp.Sig (*2- *tailed)* memiliki nilai 0,514 yaaitu nilai tersebut lebih besar dari 0,05. Ini berarti variabel stigma sosial dan *psychological well-being* bersifat normal.

Uji Linearitas

Uji linear dalam penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan yang linear antara variabel independen yaitu stigma sosial dengan dependen *psychological well-being*. Hasil dari uji penelitian akan dikatakan linear apabila nilai *Sig deviation from linearity* lebih besar dari 0,05 dan nilai *Sig deviation from linearity* akan dikatakan tidak linear apabila nilainya kurang dari atau lebih kecil dari 0,05, maka kedua variabel dinyatakan tidak memiliki hubungan.

Tabel 2. Data Uji Linearitas

Variabel	***Sig deviation from linearity***	Keterangan
Stigma sosial dan *Psychological Well-Being*	0,517	Linear

Dari tabel diatas dapat menunjukan bahwa hasil uji linearitas dari kedua valiabel penelitian yaitu 0,517 lebih besar dari 0,05. Dan di artikan bahwa kedua variabel memiliki hubungan.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi Pearson yang bertujuan untuk menilai keeratan yang linear antara hubungan variabel stigma sosial dan *psychological well-being*.

Tabel 3. Data Uji Hipotesis

Variabel	Nilai Pearson Correlation	Nilai *Sig*	Keterangan
Stigma sosial dan *Psychological Well-Being*	0,620	0,001	Berkorelasi

Nilai korelasi Pearson antara variabel Stigma sosial dengan variabel *Psychological well-being* yaitu 0.620, maka keeratan hubungan antara variabel Stigma sosial dengan variabel *Psychological well-being* tergolong kuat. Dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel Stigma sosial dengan variabel *Psychological well-being* adalah positif yaitu semakin tinggi stigma sosial maka semakin tinggi pula *Psychological well-being* dan begitu juga sebaliknya. Hubungan Stigma sosial dengan *Psychological well-being* pada wanita dewasa awal lajang beretnis Minangkabau signifikan.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan stigma sosial dengan *psychological well-being* pada wanita dewasa awal lajang beretnis Minangkabau. Pada penelitian ini menggunakan analisis korelasi *Pearson Product Moment***,** hasil yang diperoleh bahwa hipotesis alternatif / Ha diterima. Ini diartikan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara stigma sosial dengan *psychological well-being* pada wanita dewasa awal lajang beretnis Minangkabau. Dari hasil penelitian ini juga menunjukan terdapat hubungan yang positif dalam kedua variabel, yang berarti peningkatkan stigma sosial juga sejalan dengan peningkatan *psychological well-being* yang ada pada wanita dewasa awal lajang beretnis Minangkabau. Hal ini juga sejalan dengan temuan hasil penelitian Susanti (2012) dengan judul "Hubungan Harga Diri Dan *Psychological Well-Being* Pada Wanita Lajang Ditinjau Dari Bidang Pekerjaan" yang menunjukan bahwa terdapat hubungan positif antara dua variabel yang diartikan semakin tinggi variabel harga diri semakin tinggi pula *psychological well-being* dan sebaliknya.

Hubungan didalam kedua variabel berkorelasi positif yang diartinya stigma sosial beriringan dengan *psychological well-being* pada wanita dewasa awal lajang beretnis Minangkabau. Stigma sosial memiliki pengaruh atas *psychological well-being* pada wanita dewasa awal lajang beretnis Minangkabau, namun pada penelitian ini pengaruh yang dapat dilihat bersifat positif. Diartikan bahwa stigma sosial di lingkungan sekitar pada wanita dewasa awal beretnis Minangkabau punya pengaruh yang cukup besar tetapi *psychological well-being* pada wanita dewasa awal beretnis Minangkabau yang ikut dalam penelitian ini juga mempunyai *psychological well-being* yang tinggi.

Penelitian ini juga ditemukan bahwa stigma sosial pada wanita dewasa awal lajang beretnis Minangkabau berada dikategori sedang yautu sebanyak 80% dari 80 responden. Masih ada wanita dewasa awal lajang yang mendapatkan stigma sosial dari lingkungan. Baik berupa *labeling, steorotip, separation,* diskriminasi. Dari keempat aspek, tiga diantaranya berada di kategori sedang, dalam kategori tinggi ada pada aspek *separation* yaitu sebanyak 81% dari 81 orang respon, yang berarti masih ada nya pemisahan yang terjadi dalam kehidupan wanita dewasa awal lajang beretnis Minangkabau yang diteliti. Sejalan juga dengan penelitian Frelians & Astuti (2024) yang menunjukan bahwa wanita diatas 25 tahun sering kali mendapatkan stigma karena berkaitan dengan status lajang. Pada penelitian ini responden nya adala wanita dewasa awal lajang beretnis Minangkabau dengan usia 25 – 49 tahun. Pada masyarakat Minangkabau yang menganut sistem matrilineal. Pernikahan merupakan sebuah kepentingan karena wanita dianggap sebagai tiang dalam memulai rumah tangga dan wanita yang belum menikah dianggap aib dan dapat merusak kehormatan keluarga dan suku tersebut (Asmaniar, 2018).

Pada data variabel *psychological well-being* ditemukan dalam kategori rendah sebanyak 56 % dari 56 orang responden. Dari enam aspek lima diantaranya berada dikategori sedang, dan ada satu aspek yang berada dikategori tinggi yaitu aspek otonomi sebesar 46% dari 46 orang responden. Ini berarti adanya sifat mandiri dan dapat menentukan nasib sendiri serta mengabaikan tekanan sosial, namun hal ini belum sepenuhnya optimal dikarenkan masih ada faktor – faktor yang dapat berpengaruh. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian temuan Ribka Br Bangun, Karina Brahmana (2023) wanita yang masih dalam status lajang merasakan tekanan dari lingukngan sekitar dengan pertanyaan-pertanyaan mengenai pernikahan dan dianggap bahwa wanita yang belum menikah tidak akan memahami masalah seputar pernikahan.

Pada penelitian ini hubungan stigma sosial dengan *psychological well-being* pada wanita lajang bersifat positif, namun tingkat pada kategorisasi *psychological well-being* menunjukan data kategori rendah sebanyak 56% sedangkan stigma sosial berada pada kategorisasi sedang sebanyak 80%. Temuan ini menunjukan bahwa wanita dewasa awal lajang yang beretnis Minangkabau masih menghadapi tekanan sosial yang cukup besar berkaitan dengan status lajang. Budaya Minangkabau dikenal menjunjung tinggi adat istiadat, nilai-nilai keluarga, serta penting nya peran wanita didalam kebudayaannya. Namun, hubungan positif yang terdapat antara stigma sosial dengan *psychological well-being,* ini berarti meskipun adanya stigma sosial hal ini menimbulkan kesadaran akan pentingnya menjaga keseimbangan *psychological well-being* pada wanita dewasa awal lajang yang beretnis Minangkabau.

Berdasarkan penjelasan diatas ada beberapa keterbatasan pada penelitian ini yang perlu diperhatikan untuk peneliti-peneliti yang berikutnya. Keterbatasan tersebut dijelaskan sebagai berikut:

1. Penelitian hanya dilkukan kepada wanita dewasa awal lajang beretnis Miangkabau berusia 25-49 tahun sehingga hasil yang didapatkan tidak dapat digeneralasikan kepada jenjang usia lainnya.
2. Potensi bias yang dapat terjadi dikarenakan beberapa faktor seperti, kurangnya pemahaman tentang aitem pernyataan pada kuesioner, adanya keinginan untuk terlihat baik pada jawaban pernyataan.
3. Fokus penelitian ini hanya pada hubungan stigma sosial dengan *psychological well-being* tanpa ada mempertimbangkan faktor-fakor lain yang mungkin turut mempengaruhi stigma sosial dengan *psychological well-being* pada wanita dewasa awal lajang beretnis Minangkabau seperti, usia yang berbeda, pekerjaan atau karir, pendidikan, latarbelakang keluarga, lingkungan sekitar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara stigma sosial dan psychological well-being pada wanita dewasa awal lajang beretnis Minangkabau, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Semakin tinggi tingkat stigma sosial yang diterima, semakin tinggi pula tingkat psychological well-being yang dimiliki, yang menunjukkan bahwa individu mampu beradaptasi dan mengelola tekanan sosial dengan baik. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian

besar responden memiliki tingkat stigma sosial dalam kategori sedang, yaitu sebesar 80%, sedangkan tingkat psychological well-being berada pada kategori sedang sebesar 56%. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun wanita lajang beretnis Minangkabau menghadapi tekanan sosial terkait status lajang, mereka masih mampu mempertahankan kesejahteraan psikologisnya. Namun demikian, stigma sosial bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi psychological well-being, karena masih terdapat faktor lain seperti dukungan sosial, kepribadian, dan lingkungan yang turut berperan dalam membentuk kesejahteraan psikologis individu.

DAFTAR PUSTAKA

Anisya, N., Heniyati, & Kamalia, E. R. (2023). Coping strategi perempuan lajang terhadap stigma perawan tua. *IJougs: Indonesian Journal of Gender Studies, 4*(2), 21–33. https://jurnal.iainponorogo.ac.id/index.php/ijougs/article/view/7513

Apostolou, M., Oj, M., & Esposito, G. (2020). Alasan para lajang menjadi lajang: Bukti empiris dari sebuah penelitian perspektif evolusioner. *Frontiers in Psychology, 11*, 746. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00746

Azmawati, A. A., Mohd Hashim, I. H., & Endut, N. (2015). "Don't marry, be happy!" – How single women in Malaysia view marriage. *SHS Web of Conferences, 18*, 03001. https://doi.org/10.1051/shsconf/20151803001

Bustan, R. (2015, Maret). Persepsi dewasa awal mengenai kursus pranikah. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora, 3*(1). https://media.neliti.com/media/publications/290107-persepsi-dewasa-awal-mengenai-kursus-pra-d8e19762.pdf

CNBC Indonesia. (2023, Juni). Jumlah Gen Z jomblo melonjak, bonus demografi RI terancam. https://www.cnbcindonesia.com/research/20230620191054-128-447758/jumlah-gen-z-jomblo-melonjak-bonus-demografi-ri-terancam

CNBC Indonesia. (2024, Agustus). Wow! KDRT hingga masalah uang bikin angka perceraian RI meroket. https://www.cnbcindonesia.com/lifestyle/20240820170044-35-564897/wow-kdrt-hingga-masalah-uang-bikin-angka-perceraian-ri-meroket

CNN Indonesia. (2017, Agustus). Survei BPS: Orang lajang Indonesia paling bahagia. https://www.cnnindonesia.com/ekonomi/20170815130650-78-234851/survei-bps-orang-lajang-indonesia-paling-bahagia

Frelians, P. P., & Astuti, R. V. (2024, Juni). Manajemen komunikasi stigma pada perempuan lajang. *Jurnal Ilmu Komunikasi, 21*(1), 57–72. https://ojs.uajy.ac.id/index.php/jik/article/download/8790/3582/3024

Frisca Putri, D. W. S. (2018). Psychological well-being wanita dewasa lajang (ditinjau dari empat tipe wanita lajang menurut Stein). *Motiva Jurnal Psikologi, 1*(1), 28. https://doi.org/10.31293/mv.v1i1.3494

Goffman, E. (2022). *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*. Penguin Random House UK.

Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2017). Arti kata lajang. Dalam *KBBI Daring*. Diakses dari https://kbbi.web.id/lajang

Kertosari. (2023, 14 Agustus). Penyuluhan PUP (Pendewasaan Usia Perkawinan). https://kampungkb.bkkbn.go.id/kampung/17155/intervensi/603326/penyuluhan-pup-pendewasaan-usia-perkawinan

KumparanNews. (2024, 7 Agustus). Di Indonesia, ternyata lebih banyak laki-laki "jomblo" dibanding wanita. *Kumparan*. https://kumparan.com/kumparannews/di-indonesia-ternyata-lebih-banyak-laki-laki-jomblo-dibanding-wanita-23HVrPRkClI

Mami, L., & Suharnan, S. (2015). Harga diri, dukungan sosial dan psychological well being perempuan dewasa yang masih lajang. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia, 4*(03). https://doi.org/10.30996/persona.v4i03.716

Nabil, A. S. (2024). Stigma sosial pada perempuan perokok di Solok Sumatera. *Sang Pencerah: Jurnal Ilmiah Universitas Muhammadiyah Buton*, 943–957.

Paputungan, F. (2023). Karakteristik perkembangan masa dewasa awal [Developmental characteristics of early adulthood]. *Jurnal Psikologi* (Vol. 3).

Putri, I. A., & Hartini, N. (2022). Perbedaan kesejahteraan psikologis antara voluntary dan involuntary singlehood pada perempuan dewasa awal. *Intensi: Jurnal Psikologi, 1*(2), 60–71. https://repo.jayabaya.ac.id/2489/1/GAMBARAN%20LONELINESS%20PADA%20WANITA%20LAJANG%20YANG%20BERKARIR.pdf *(disesuaikan dengan sitasi di artikel)*

Rahmi, R. N. (2022). Voluntary singlehood in Indonesia: Roles of culture and stigma. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*.

Ribka Br Bangun, & Brahmana, K. (2023). Gambaran psychological well-being wanita lajang suku Batak Karo. *Innovative: Journal of Social Science Research, 3*(3).

Rosa, A. M. (2024). *Hubungan antara stigma sosial dengan self-esteem pada mantan penyalahguna narkoba* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan, Lampung). https://repository.radenintan.ac.id/35293/1/BAB%201%202%20DAPUS.pdf

Rukman, R., Huriani, Y., & Shamsu, L. S. B. H. (2023). Stigma terhadap perempuan korban kekerasan seksual. *Jurnal Iman dan Spiritualitas, 3*(3), 447–454. http://dx.doi.org/10.15575/jis.v3i3.29853

Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics, 83*(1), 10–28. https://doi.org/10.1159/000353263

Van den Berg, L., & Verbakel, E. (2022). Trends in singlehood in young adulthood in Europe. *Advances in Life Course Research, 51*, 100449. https://doi.org/10.1016/j.alcr.2021.100449

Willy Yashilva. (2024, 9 Maret). Tren pernikahan menurun selama 6 tahun terakhir, Gen-Z memilih marriage-free? *Goodstats.id*. https://goodstats.id/article/tren-pernikahan-menurun-selama-6-tahun-terakhir-gen-z-memilih-marriage-free-ynn8x