

**KECEMASAN WANITA KARIR TERHADAP IKATAN PERNIKAHAN
(ADAPTASI KASUS GAMOPHOBIA)**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh :

HASRI HANDAYANI

2010801090



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS EKONOMI, ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA

2024

**KECEMASAN WANITA KARIR TERHADAP IKATAN PERNIKAHAN
(ADAPTASI KASUS GAMOPHOBIA)**

NASKAH PUBLIKASI

Digunakan Guna Melengkapi Syarat Mencapai Gelar

Sarjana Psikologi

Program Studi Psikologi

Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial dan Humaniora

Di Universitas 'Aisyiah Yogyakarta



Disusun Oleh :

HASRI HANDAYANI

2010801090

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS EKONOMI, ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS 'AISYIAH YOGYAKARTA

2024

LEMBAR PENGESAHAN

**KECEMASAN WANITA KARIR TERHADAP IKATAN PERNIKAHAN
(ADAPTASI KASUS GAMOPHOBIA)**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh :

HASRI HANDAYANI

2010801090

Telah disetujui oleh pembimbing

Pada tanggal :

18 Januari 2024

Oleh Pembimbing



Andhita Dyorita Khoiryasdien, S.Psi., M.Psi., Psikolog

**CAREER WOMEN'S ANXIETY ABOUT THE MARRIAGE BOND
(A CASE ADAPTATION OF GAMOPHOBIA)**

Hasri Handayani¹, Andhita Dyorita Khoiryasdien²

Yogyakarta : Psychology Study Program, Universitas `Aisyiyah Yogyakarta

hasrihandayani7@gmail.com

ABSTRACT

A career woman is a woman who has done one or more jobs for a long time, likes it, and does the same job continuously. As a career woman, of course you have abilities, talents, and skills. Sharing roles is certainly not easy, which is why some women feel anxious about marriage. Anxiety is a form of individual emotion related to a feeling of being threatened by something. Having excessive anxiety and fear of marriage is a phobia which is often called Gamophobia. This research is a qualitative study which aims to describe career women's anxiety regarding marriage ties (an adaptation of the case of gamophobia). This study used 2 (two) career female subjects, aged over 30 years and unmarried. Data collection methods used observation, interview, and documentation techniques. Observations were carried out using non-participant observation techniques. The interview technique used was an unstructured interview using an interview guide. The results of this research showed that each subject has anxiety. From the results of the interviews that were conducted, it was found that each career woman from the two subjects who was unmarried and of mature age had different levels of anxiety. The anxiety experienced by both subjects was in the aspects of behavioral response, cognitive response, and affective response. Then from this response, after analyzing the anxiety that exists in the subject, we examined the phenomenon of gamophobia which intervened whether the subject had this phobia or not, based on the existing symptoms of gamophobia. In subject I it was indicated that it was gamophobia and in subject II there were no symptoms indicating that the subject had gamophobia.

Keyword : *Anxiety, Gamophobia, Career Women*

**KECEMASAN WANITA KARIR TERHADAP IKATAN PERNIKAHAN
(ADAPTASI KASUS GAMOPHOBIA)**

Hasri Handayani¹, Andhita Dyorita Khoiryasdien²

Yogyakarta : Program Studi Psikologi, Universitas `Aisyiyah Yogyakarta

hasrihandayani7@gmail.com

ABSTRAK

Wanita karir merupakan seorang wanita yang telah melakukan satu atau lebih pekerjaan cukup lama, menyukai, dan melakukan pekerjaan yang sama terus menerus. Sebagai seorang wanita karir tentunya memiliki kemampuan, bakat dan keahlian. Berbagi peran tentu tidak mudah oleh sebab itulah beberapa perempuan merasa cemas pada pernikahan. Kecemasan merupakan salah satu bentuk emosi individu yang berkenaan dengan adanya rasa terancam oleh sesuatu. Memiliki rasa cemas dan takut yang berlebihan terhadap pernikahan termasuk kedalam phobia yang sering disebut Gamophobia. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang bertujuan untuk menggambarkan kecemasan wanita karir terhadap ikatan pernikahan (adaptasi kasus gamophobia). Penelitian ini menggunakan 2 (dua) subjek wanita karir, berusia 30 tahun lebih dan berstatus belum menikah. Metode pengumpulan data menggunakan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi. Observasi dilakukan dengan teknik observasi non partisipan. Teknik wawancara yang dilakukan adalah wawancara tidak terstruktur dengan menggunakan guide wawancara. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masing-masing subjek memiliki kecemasan. Pada subjek I terindikasi mengarah pada gamophobia dan pada subjek II tidak ada gejala yang menunjukkan bahwa subjek mengalami gamophobia.

Kata kunci : *Kecemasan, Gamophobia, Wanita Karir*

LATAR BELAKANG MASALAH

Diantara tugas perkembangan pada masa dewasa awal yaitu memilih pendamping hidup dan membina rumah tangga. Hal ini adalah sesuatu yang fitrah yang umumnya akan dijalani oleh setiap insan dimuka bumi ini. Melihat zaman yang semakin modern dan berkembang banyak sekali perubahan yang dialami mulai dari berbagai segi kehidupan sosial hingga perilaku. Dipandang sebagai sesuatu yang penting dalam menjalani siklus kehidupan, pernikahan sering kali dianggap sebagai sebuah keharusan secara norma dan budaya yang sangat dihargai oleh hampir sekelompok etnis di Indonesia. Sudah menjadi fitrah manusia ketika memasuki fase dewasa mereka akan berfikir untuk membangun rumah tangga melalui pernikahan, karena setiap insan cenderung ingin mempunyai pasangan.

Menurut Hurlock tugas perkembangan fase dewasa awal itu salah satunya adalah memilih seseorang teman hidup, belajar hidup bersama dengan suami atau istri membentuk suatu keluarga dengan

membangun relasi atau menikah, menjalin hubungan dengan pasangan melalui pernikahan (Uyun,2017)

Persentase perempuan milenial yang belum menikah menurut Susenas (2017) sebesar 36.03% yang dapat diartikan bahwa perempuan milenial yang belum menikah masih tergolong cukup tinggi meskipun lebih dari setengah perempuan milenial (63.97%) telah berstatus menikah berdasarkan dari hasil Badan Pusat Statistik tahun 2018. Besarnya proporsi penduduk perempuan yang menikah karena berkaitan dengan faktor reproduksi, dimana masa reproduksi perempuan dianggap subur rentan usia 15-49 tahun. Apabila ditinjau dari daerah tempat tinggal, perempuan milenial perkotaan lebih banyak yang belum menikah (38,32%) dibandingkan dengan perempuan pedesaan (26,92%) (Badan Pusat Statistik 2018). Tingginya angka belum menikah pada perempuan milenial diperkotaan disebabkan karena tingginya

tingkat pendidikan, kestabilan finansial dan telah memudarnya adat tradisi budaya.

Pernikahan merupakan salah satu sunnatullah yang pada umumnya berlaku bagi semua makhluk Allah, baik bagi manusia, hewan maupun tumbuh-tumbuhan. Semua yang diciptakan oleh Allah berpasang-pasangan sebagaimana berlaku pada makhluk yang paling sempurna yakni manusia. Namun kini pernikahan sebagai tahapan kehidupan yang berbeda oleh generasi milenial. Terdapat beberapa pendapat yang dikemukakan ulama untuk hukum pernikahan yaitu Wajib, Haram, Mubah, Sunnah dan Makruh. Pengertian pernikahan menurut bahasa berarti mengumpulkan, menggabungkan, atau menjodohkan. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), nikah diartikan sebagai perjanjian antara laki-laki dan perempuan untuk bersuami istri (dengan resmi) atau pernikahan. Dalam Undang-undang Pernikahan RI (UUPRI) Nomor 1 Tahun 1974, definisi atau pengertian

perkawinan atau pernikahan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dan Wanita sebagai suami istri, dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang berbahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.

Sebagai wanita yang sudah memasuki usia matang dengan kondisi yang sudah mandiri baik secara psikis maupun materi membuat sebagian kaum wanita tersebut menunda pernikahan karena mereka merasa bahwa karir menjadi prioritas utama namun meskipun demikian wanita karir tetap saja memiliki kecemasan tersendiri terhadap pernikahan sebagian dari mereka cemas bila tidak bisa untuk berperan ganda dan belum siap untuk kehilangan pekerjaan dan jabatan yang sedang mereka geluti (Ramadani,2016).

Peran ganda adalah dua peran atau lebih yang di jalankan dalam waktu yang bersamaan, dalam hal ini peran yang dimaksud adalah peran seorang perempuan sebagai istri bagi suaminya, ibu bagi anak-anaknya, dan peran sebagai perempuan

yang memiliki karir di luar rumah. Peran ganda ini dijalani bersamaan dengan peran kaum perempuan sebagai istri dan ibu dalam keluarga, seperti menjadi mitra suami dalam membina rumah tangga, menyediakan kebutuhan rumah tangga, serta mengasuh dan mendidik anak-anak. (Denrich (2004) ; Tumbage dkk (2017)).

Berbagi peran tentu tidak mudah oleh sebab itulah beberapa perempuan merasa cemas pada pernikahan. Kecemasan merupakan salah satu bentuk emosi individu yang berkenaan dengan adanya rasa terancam oleh sesuatu. Memiliki rasa cemas dan takut yang berlebihan terhadap pernikahan termasuk kedalam phobia yang sering disebut Gamophobia.

Gamophobia (Wade & Tavis, 2007) merupakan ketakutan dan kecemasan yang berlebih akan komitmen pernikahan. Kecemasan diartikan sebagai suatu sistem ego dalam diri manusia kepada suatu situasi yang dianggap membahayakan sehingga manusia merespon dengan persiapan yang adaptif. Sebagian

masyarakat masih menganggap wajar bila wanita tersebut memutuskan belum menikah. Namun ada juga stigma dan stereotip negatif dari masyarakat yang menganggap bahwa itu bukanlah hal yang wajar. Tidak hanya di Indonesia kasus wanita yang menunda pernikahan juga terjadi di negara korea yang memang sebagian warganya lebih memilih untuk berfokus pada karir sehingga mengakibatkan tingkat kelahiran cenderung menurun.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Penelitian dengan metode kualitatif adalah penelitian untuk mendeskripsikan dan menganalisa tentang fenomena serta peristiwa yang dialami subjek. Menurut Moleong (2014) penelitian kualitatif yang bertujuan guna memahami fenomena mengenai apa yang dialami oleh subjek penelitian. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan

fenomenologi. Metode ini fokus pada kecemasan wanita karir. Sementara pendekatan fenomenologi bertujuan untuk menggambarkan makna dari pengalaman hidup yang dialami individu, mengenai konsep atau fenomena tertentu, dengan mengeksplorasi struktur kesadaran manusia. Dalam psikologi, model fenomenologi ditujukan mendapatkan kejelasan suatu fenomena yang terjadi dalam situasi alamiah yang dialami oleh individu setiap harinya. Penelitian ini melakukan observasi dan wawancara terlebih dahulu kepada subjek, kemudian peneliti melakukan evaluasi data yang sudah diperoleh dari kedua cara tersebut. Wawancara dan observasi yang nantinya akan digunakan apakah layak untuk diteliti dan memang sudah teruji serta penelitian adalah kejadian nyata.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pengambilan Data

Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini yaitu Wanita Karir berusia 30tahun keatas yang berstatus belum menikah. Proses pengambilan data terlebih

dulu dilakukan dengan menjelaskan maksud dan tujuan diadakan penelitian ini. kemudian peneliti menanyakan kesediaan partisipan. Setelahnya partisipan menyatakan kesediaannya dan dilanjutkan penjadwalan partisipan untuk melakukan interview atau wawancara. Peneliti juga meminta izin kepada partisipan mengenai proses wawancara akan direkam menggunakan handphone.

Setelah wawancara dilakukan, peneliti membawa hasil rekaman dan catatan untuk diolah kembali. Hasil rekaman didengarkan oleh peneliti selanjutnya ditulis dalam bentuk verbatim. Hasil tulisan verbatim tersebut selanjutnya diberi kode yang disebut dengan proses coding. Pemberian kode dilakukan sesuai dengan aspek yang telah ditentukan sebelumnya. Apabila proses coding telah dilakukan, maka selanjutnya peneliti akan melakukan pembahasan dan disimpulkan sehingga memperoleh hasil kecemasan wanita karir terhadap pernikahan.

PEMBAHASAN

Dari adanya fenomena menunda pernikahan tersebut yang dikaitkan dengan rasa cemas dan takut yang berlebihan terhadap pernikahan munculah phobia individu terhadap pernikahan yang sering disebut Gamophobia. Ada kondisi tertentu yang menjadi tanda bahwa seseorang telah menderita gamophobia, diantaranya : Ketakutan tidak wajar pada komitmen pernikahan yang tidak memiliki dasar alasan yang rasional. Merasakan ketakutan dengan perasaan yang kuat, terus menerus dan perasaan tidak rasional pada pernikahan. Mengalami ketakutan berkaitan dengan perasaan bersalah atau trauma pada masa lalu. Ketakutannya ini berkaitan dengan konflik atau frustrasi. Menghindari hubungan yang serius dan memilih hubungan tanpa status. Dan selalu memikirkan tentang kehancuran hubungan di masa depan.

Berdasarkan hasil wawancara pada subjek I dan subjek II yang telah dilakukan peneliti mengenai kecemasan wanita karir

terhadap pernikahan yang di adaptasi dari kasus gamophobia dapat dijelaskan bahwa kedua subjek tersebut mempunyai tingkat kecemasan dan respon yang berbeda. Kecemasan yang dialami Subjek I cenderung lebih tinggi dibanding subjek II. Hasil wawancara subjek I (Subjek DT), Menunjukkan bahwa subjek I menganggap sebuah pernikahan yang penuh akan tanggung jawab dan akan menambah beban. Subjek merasa cukup kesal bila ada yang menyinggung mengenai pernikahan dan memiliki kekhawatiran yang disebabkan takut mendapatkan perlakuan yang tidak mengenakan. Namun hal tersebut tidak sampai menyerang fisik. Meski tanpa adanya dukungan dari pasangan subjek mampu untuk lebih produktif ketika sendiri. Pengalaman subjek yang pernah mendapatkan hak yang kurang baik dalam hubungan asmara membuat subjek menarik diri dari lingkungan sekitar dan merasa kesepian namun subjek tidak menyesal dengan keputusan dia untuk menunda pernikahan.

Hasil wawancara subjek II (Subjek DY) menunjukkan bahwa subjek cenderung tidak memiliki kecemasan yang cukup tinggi dan dalam waktu intensitas yang cukup lama. Subjek lebih mampu untuk memaknai dengan sudut pandang yang berbeda.

Berdasarkan gejala gamophobia, terdapat beberapa item yang menunjukkan bahwa subjek I (DT) terindikasi mengalami gamophobia. hal ini dibuktikan dari hasil wawancara subjek diantaranya subjek tidak mengalami ketakutan yang berlebihan namun sesekali merasa khawatir atau waswas bila akan berkomitmen dalam pernikahan. kekhawatiran yang dialami subjek tidak berlangsung lama. subjek pernah mendapatkan pengalaman yang buruk dalam hubungan asmara namun tidak membuat subjek menjadi trauma. Sehingga secara keseluruhan setelah di analisa subjek I (DT) subjek pernah mengalami kecemasan dan terindikasi gamophobia namun hal tersebut tidak berlangsung

lama, saat ini subjek sudah lebih bisa menerima. Sedangkan pada subjek II (Subjek DT) setelah dianalisa tidak terindikasi gamophobia. hal ini dapat dilihat dari hasil wawancara yang sudah dilakukan yaitu subjek tidak mengalami ketakutan yang berlebihan meskipun belum menikah karena subjek mampu untuk menerima dengan ikhlas apa yang terjadi dalam hidup subjek, subjek memiliki pengalaman yang buruk dalam hubungan asmara namun tidak membuat subjek trauma dan tidak berdampak pada diri subjek, peristiwa tersebut juga tidak membuat subjek frustrasi namun menjadi pemicu munculnya konflik lain tetapi tidak berpengaruh besar, subjek tidak menghindari hubungan yang serius dan subjek tidak memikirkan kehancuran hubungan dimasa depan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis penelitian, dapat disimpulkan bahwa tiap individu wanita karir yang berstatus belum menikah dengan usia yang sudah matang memiliki

tingkat kecemasan yang berbeda. Kecemasan yang dimiliki oleh kedua subjek yaitu ada pada aspek respon perilaku, respon kognitif, dan respon afektif. Kemudian dari respon tersebut setelah ditelaah mengenai kecemasan yang ada pada subjek ditelaah kembali pada fenomena gamophobia yang mengintervensikan apakah subjek memiliki phobia tersebut atau tidak berpedoman pada gejala gamophobia yang ada. Subjek I menunjukkan indikasi adanya gamophobia yang cenderung lebih tinggi dibanding subjek II. Kasus yang dialami oleh kedua subjek terdapat beberapa faktor yang membuat subjek memutuskan belum menikah mesti sudah masuk pada usia yang siap menikah. Harus berperan ganda, bertanggung jawab terhadap banyak hal, dan harus mampu berlaku adil beberapa hal tersebut yang menyebabkan subjek menunda adanya pernikahan meski kerap kali mendapatkan tuntutan dari keluarga dan orang sekitar. Pengalaman yang kurang baik pada

hubungan asmara yang pernah subjek dapatkan menjadikan membuat subjek merasa cemas ketika hendak memutuskan untuk berkomitmen dalam hubungan yang serius.

Saran

Kepada masyarakat supaya masyarakat lebih menghargai setiap keputusan yang dilakukan oleh tiap individu. Sebaiknya masyarakat juga memberikan dukungan sosial dengan berinteraksi dengan baik kepada wanita yang belum menikah serta mengurangi ucapan yang sensitif seputar pernikahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Atabik, & Khoridatul Mudhiiah. (2016). Pernikahan dan Hikmahnya Perspektif Hukum Islam. *Jurnal Pemikiran Hukum Dan Hukum Islam*.
- Aini, H., & Afdal, A. (2020). Analisis Kesiapan Psikologis Pasangan dalam Menghadapi Pernikahan. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 4(2), 136–146. <https://doi.org/10.24036/4.24372>
- Amalia Musri. (2020). *Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan dalam mematuhi aturan pada santri dayah insan qurani sibreh aceh besar*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.

- An, D., Lee, S.-L., & Woo, H. (2022). Marriage Intention among Korean Young Adults: Trends and Influencing Factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14), 8557. <https://doi.org/10.3390/ijerph19148557>
- evelyn. (2022). *Mengenal gamophobia*. <https://www.journal.sociolla.com>.
- Lubis, N. A. (2017). *Peran wanita karir pada pendidikan anak dalam keluarga di Desa Tebing Tinggi Kecamatan Panyabungan Timur Kabupaten Mandailing Natal*. IAIN Padangsidimpuan9.
- Munawarah. (2020). Pandangan Masyarakat Tentang Perempuan yang lambat menikah di kota tanjung pinang provinsi kepulauan riau. *Student Online*, 16.
- Ramadhani, N. (2016). IMPLIKASI PERAN GANDA PEREMPUAN DALAM KEHIDUPAN KELUARGA DAN LINGKUNGAN MASYARAKAT. *SOSIETAS*, 6(2). <https://doi.org/10.17509/sosietas.v6i2.4245>
- Ratna Wulandari. (2015). *Kecemasan Pranikah dan Penangannya (Studi Kasus Pada Calon Pengantin Di Kecamatan Tanete Riattang Barat Kabupaten Bone)*. Universitas Negeri Makassar.
- Sugiono. (2013). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*.
- Wade, C., & Tavris, C. (2007). *Psikologi : Edisi Kesembilan*. Penerbit Erlangga.
- Yahya Yahya, & Ayi Ishak Sholih Muchtar Institut. (2020). Sebab-Sebab Cerai Gugat di Pengadilan Agama Ciamis Tahun 2017. *Istinbath/ Jurnal Penelitian Hukum Islam*.
- Yuanda, E. P. (2019). *Analisis Yuridis mengenai perkawinan di bawah umur berdasarkan undang-undang nomor 1 tahun 1974*. Universitas Dharmawangsa Medan.



unisa
Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta