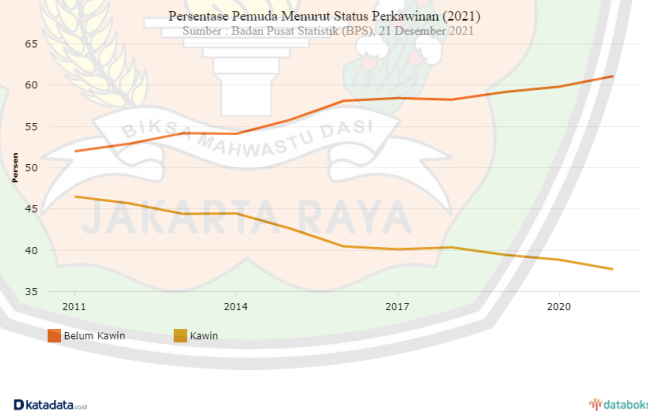


BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seiring dengan berkembangnya zaman, tingkat pendidikan dan taraf hidup yang layak semakin meningkat, karir menjadi tujuan utama untuk mencapai taraf hidup yang lebih baik. Hal ini menyebabkan banyak pria dewasa memilih melajang karena terlalu sibuk mengejar dan mengatur kehidupan profesionalnya. Di Indonesia sendiri khususnya di kota-kota besar terdapat banyak pria dewasa yang melajang, hal ini terlihat dari data-data sensus penduduk maupun penelitian. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) tercatat bahwa persentase pria yang membujang atau sekarang yang dikenal dengan istilah lajang atau belum menikah di Indonesia terus meningkat dalam satu dekade terakhir. Proporsi pria yang belum kawin sebesar 61,09% pada 2021. Persentase ini naik 1,27 poin dari tahun sebelumnya yang memiliki persentase 59,82%.



Gambar 1.1 Badan Pusat Statistik

Saat ini di Indonesia hanya 37,69% pria yang sudah menikah dalam satu dekade terakhir. Persentase tersebut menurun 3,36% poin dari tahun sebelumnya yang sebesar 38,85%. Pertumbuhan jumlah orang dewasa yang tidak memiliki pasangan lebih tinggi pada laki-laki dibandingkan perempuan, hal ini dilihat dari data BPS menunjukkan, dari 93,13 juta lelaki dewasa Indonesia pada 2020, 22,3% di antaranya masih lajang dan belum menikah. Sementara itu, pada perempuan

dewasa, dari 93,69 juta populasi, hanya 12,26% yang masih melajang (Datanesia, 2022). Rata-rata usia ideal menikah bagi laki-laki adalah 25 tahun, namun masih banyak pria yang memiliki status belum menikah atau lajang pada usia yang akan memasuki masa dewasa madya (Annur, 2022). Menurut BPS, meningkatnya persentase pria yang belum menikah salah satunya didorong oleh kebijakan usia minimal perkawinan dalam Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 tentang Perkawinan. Serta, adanya perubahan persepsi dari pemuda tentang pernikahan sejalan dengan meningkatnya perbaikan kualitas taraf hidup, terutama dari segi pendidikan dan status ekonomi (badan pusat statistik, 2021).

Rendahnya tingkat perkawinan dapat memiliki dampak sosial dan ekonomi yang kompleks dan bervariasi tergantung pada konteks budaya, sosial, dan ekonomi masyarakat tertentu. Dampak rendahnya tingkat perkawinan bisa menimbulkan perubahan dalam pola hubungan sosial dan dinamika sosial seperti peningkatan jumlah individu yang memilih untuk hidup sendiri dan perubahan dalam nilai-nilai sosial yang dimana tingkat perkawinan yang rendah dapat menciptakan pergeseran dalam norma dan nilai-nilai sosial terkait pernikahan, keluarga, dan tanggung jawab individu terhadap masyarakat (Mulyadi, 2018).

Tingkat pernikahan yang rendah bisa mengubah persepsi terhadap budaya yang meliputi keluarga, masyarakat mungkin lebih terbuka terhadap berbagai bentuk keluarga dan dinamika hubungan. Rendahnya tingkat pernikahan bisa merubah pandangan terhadap hidup sendiri atau bergaul. Individu akan menjadi lebih terbuka terhadap hidup tanpa pasangan atau mencari bentuk hubungan yang tidak konvensional, perubahan dalam tingkat perkawinan dapat membentuk pandangan generasi yang akan datang terhadap pernikahan dan keluarga. Hal ini dapat menciptakan tren budaya yang berlanjut dari satu generasi ke generasi berikutnya (Nake, 2021).

Pernikahan atau berkeluarga merupakan salah satu tugas perkembangan ketika seorang beranjak dewasa. Menurut Havighurst, tugas perkembangan adalah tugas-tugas yang harus diselesaikan individu pada fase-fase atau periode kehidupan tertentu dan apabila berhasil mencapainya mereka akan bahagia, tetapi sebaliknya

apabila mereka gagal maka perkembangan selanjutnya juga akan mengalami kesulitan (Hurlock et al., 1996).

Pria dalam periode dewasa awal memiliki tugas perkembangan yang harus dihadapi dan diselesaikan dalam kehidupan mereka. Menurut Hurlock (1996) menyatakan bahwa individu yang tergolong dewasa awal adalah individu yang berusia 18-40 tahun. Pria yang menjalani kehidupannya individu dewasa awal sangat perlu dan penting dalam menyelesaikan tugas perkembangannya, agar dalam kehidupannya tidak mengalami masalah yang berarti dan merasa bahagia dalam menjalani kehidupan yang akan dijalani selanjutnya. Menurut Havighurst (dalam Hurlock, 1996) tugas perkembangan dewasa awal, sebagai berikut: (a) Memilih teman hidup. (b) Belajar hidup bersama suami istri. (c) Mulai hidup dalam keluarga atau hidup berkeluarga. (d) Dituntut adanya kesamaan cara serta paham. (e) Mengelola rumah tangga. (f) Mulai bekerja dalam suatu jabatan. (g) Mulai bertanggung jawab sebagai warga negara secara layak. (h) Memperoleh kelompok sosial yang seirama dengan nilai-nilai atau pahamnya. Havighurst mengatakan apabila individu dewasa tidak berhasil menjalankan tugas-tugas perkembangan tersebut, maka individu akan merasakan kesedihan dan perasaan tidak bahagia. Sedangkan keberhasilan individu dalam menjalankan tugas-tugas perkembangan tersebut akan memberikan perasaan berhasil dalam hidup dan bahagia (dalam Rasmanah, M., & Dores, 2020).

Berdasarkan survei pada tanggal 29 November 2023 secara online yang dilakukan oleh peneliti berhasil mengumpulkan responden sebanyak 35 responden yang dimana semuanya merupakan pria dewasa lajang rentang usia 26-43 tahun. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh peneliti, memperoleh sebanyak 71,4% dari 35 responden sedang mencari dan menunggu pasangan yang cocok, sebanyak 74,3% responden sedang mempersiapkan diri untuk mencari pasangan, sebanyak 82,9% responden menunda untuk menikah karena memiliki prioritas dalam hidup, sebanyak 68,6% responden memilih melajang karena belum mencapai keadaan financial yang stabil, sebanyak 91,4% responden percaya pendidikan dan pengembangan karir adalah faktor penting dalam mencapai kemandirian finansial, sebanyak 82,9% responden dengan status lajang merasa memiliki kebebasan untuk mengejar minat dan hobi yang disukai, sebanyak 62,9% responden merasa

mendapat tekanan dari orang-orang disekitar karena berstatus lajang. Berikut ini merupakan hasil survei online yang dilakukan oleh peneliti terkait fenomena yang akan diteliti.

Pada kenyataannya menjadi pria dewasa yang melajang di Indonesia tidak semata-mata lepas dari tekanan, mulai dari label bujang lapuk dan bujang tua, atau bahkan dianggap tidak suka perempuan, tatapan yang mengkasihani serta stigma negatif lainnya. Hal tersebut terjadi karena di Indonesia pernikahan masih dianggap sebagai keharusan, tetapi para pria dewasa lajang tentu memiliki alasan tersendiri, hal ini juga didukung oleh penelitian Oktawirawan dan Yudiarso yang menemukan bahwa status lajang di Indonesia memiliki dampak positif seperti pandangan positif dari masyarakat dan kesejahteraan psikologis, namun juga memiliki dampak negatif seperti stigma, tekanan untuk menikah, dan perasaan kesepian. Selain itu, penelitian juga menemukan peningkatan tren usia pernikahan pertama di Indonesia. Dampak positif lainnya termasuk kemandirian, kebebasan, dan kemungkinan mencapai kesejahteraan psikologis, namun peningkatan jumlah lajang dalam jangka panjang juga dapat berdampak pada penurunan angka kelahiran dan masalah demografi di masa mendatang (Oktawirawan & Yudiarso, 2020).

Pria memilih untuk tetap melajang bukan semata-mata mereka hanya ingin memiliki status lajang, terdapat berbagai alasan pria lajang memilih untuk tetap melajang, salah satunya para pria dewasa lajang memiliki prioritas karir yang tinggi dan merasa bahwa sebuah hubungan yang serius dengan komitmen dapat mengganggu atau memperlambat perkembangan karir dan pria lajang terkadang memiliki gaya hidup yang sangat aktif atau tidak teratur yang membuatnya sulit untuk mempertahankan hubungan yang stabil. Sehingga banyak pria yang tetap membujang karena ingin menikmati kebebasan sebagai bujangan, atau karena mereka ingin mempersembahkan waktu dan tenaga mereka sampai mantap dalam karier serta finansial yang stabil (Rasmanah, M., & Dores, 2020).

Pertumbuhan populasi lajang terutama didorong oleh menurunnya angka pernikahan di kalangan orang dewasa yang berada pada usia kerja prima. Pada saat yang sama, terjadi peningkatan jumlah orang yang tinggal bersama, namun hal ini belum cukup untuk mengimbangi penurunan jumlah perkawinan sehingga

menyebabkan penurunan kemitraan secara keseluruhan (Nake, 2021). Tingkat pernikahan yang rendah dapat mengurangi pertumbuhan ekonomi karena pernikahan sering kali dikaitkan dengan konsumsi dan investasi ekonomi, perubahan dalam struktur keluarga juga dapat mempengaruhi pajak dan program kesejahteraan, dengan potensi peningkatan ketergantungan pada sumber daya publik. Pola pernikahan yang berubah dapat mempengaruhi program dana pensiun dan asuransi, karena pernikahan seringkali terkait dengan perencanaan keuangan jangka panjang (Hakim et al., 2021).

Menurut survei Pew Research Center sekitar tujuh dari sepuluh orang dewasa (71%) mengatakan sangat penting bagi seorang pria untuk mampu menghidupi keluarga secara finansial agar menjadi suami atau pasangan yang baik. Maka dari itu pria dewasa lajang memilih untuk membangun karir terlebih dahulu agar mampu menghidupi keluarga secara finansial (Parker & Stepler, 2017).

Peneliti melakukan wawancara semi terstruktur pada 3 pria lajang periode dewasa awal di wilayah kota Bekasi berinisial FA (26), Z (40) dan SM (35). Batasan umur pada usia 26-40 tahun merupakan usia dimana para pria lajang sedang berusaha menyesuaikan diri dengan berbagai keadaan yang dihadapi salah satunya adalah proses membangun kehidupan karir, untuk mencapai keadaan finansial yang stabil. Menjelang usia 40 tahun adalah usia ketika semua individu tak terkecuali para pria dewasa lajang akan mengalami *midlife crisis*, dimana ketika *midlife crisis* terjadi individu akan merasakan kejenuhan dari segala aspek dalam kehidupannya termasuk menjalin hubungan baru dengan individu lain. Pada dasarnya kebahagiaan pada usia dewasa sama seperti halnya pada usia manapun, timbul dan dialami apabila kebutuhan dan keinginan individu pada waktu tertentu terpenuhi dan terpenuhi (Rokhman, 2015).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti kepada responden (FA, 26 tahun), FA (26) mengatakan bahwa dengan keadaannya yang kini masih melajang membuat dirinya lebih dapat mengeksplorasi dan mengembangkan diri guna membangun karir yang di inginkan. Beliau berpandangan bahwa menikah harus didukung oleh karir yang bagus sehingga memperoleh kestabilan finansial yang kokoh guna mencapai kehidupan yang diinginkan. Pernyataan tersebut sesuai

dengan apa yang dikemukakan oleh Hudson (2022) yang dalam penelitiannya memaparkan terdapat hubungan yang jelas antara keadaan finansial dan kesejahteraan psikologis, individu dengan tingkat kekayaan yang lebih tinggi, terutama yang mampu menutupi krisis keuangan jangka pendek dan mencapai tujuan jangka panjang, cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik, maka dari itu beberapa pria lajang menunda pernikahan dan memilih membangun karir mereka sehingga terciptanya perasaan bahagia dan memiliki kehidupan yang diinginkan (Hudson et al., 2022).

Berbicara mengenai pria dewasa lajang yang saat ini menikmati kesendiriannya dengan sibuk membangun kehidupan yang diinginkan dan bermakna untuk menciptakan *happiness* dalam diri yang tentunya setiap dari mereka memiliki makna tentang *happiness* yang berbeda-beda. Hal ini sesuai dengan pendapat Veenhoeven (2008) yang penelitiannya mengatakan bahwa *happiness* digambarkan sebagai suatu keadaan mengenai sejauh mana individu mengevaluasi keseluruhan kehidupannya sebagai keseluruhan yang positif, ia menambahkan bahwa *happiness* tidak dapat dinilai secara tunggal melainkan secara menyeluruh dalam setiap sisi kehidupan individu, pada hasil penelitiannya menemukan bahwa kebahagiaan lebih besar dirasakan pada orang yang telah mencapai standar hidup material yang layak dan memiliki kebebasan untuk melakukan pengembangan diri dan menjalani pilihan hidup yang diinginkan (Veenhoven, 2008).

Happiness dijelaskan sebagai suatu keadaan mengenai sejauh mana individu mengevaluasi keseluruhan kehidupannya sebagai keseluruhan yang positif. Tak jauh berbeda dengan pendapat Argyle (2001) mengemukakan bahwa kehidupan yang bermanfaat dikatakan sebagai salah satu hal yang memunculkan *happiness* (dalam Engry dan Ambarini, 2019). Selain itu menemukan keindahan dalam berbagai hal dikatakan sama halnya dapat memunculkan *happiness* dalam kehidupan. Argyle dan Hills (2002) mengumpulkan seluruh hal yang dapat menciptakan *happiness* dan menuangkannya kedalam delapan aspek *happiness* (Argyle, M., Hills, 2002).

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan responden Z (40), Z (40) menambahkan bahwa bagi para pria dewasa lajang memiliki pekerjaan yang tetap dan memiliki waktu senggang untuk melakukan hal yang disukai sudah menjadi sumber kesenangan. Hal tersebut sesuai dengan yang dikemukakan oleh Irtelli, F., & Gabrielli (2023) dalam penelitiannya mengatakan bahwa *happiness* dipahami sebagai suatu keadaan emosi positif yang dialami individu seperti sukacita atau menjadi puas dengan kehidupan yang telah dijalannya. Pernyataan tersebut diperkuat oleh Martin (2012) yang dalam bukunya yang berjudul "*Happiness and the Good Life*" juga mengatakan hal yang serupa bahwa *happiness* (kebahagiaan) sebagai *subjective well being* yang dipahami secara eksklusif dalam hal emosi (terutama kesenangan individu), sikap (kepuasan dengan kehidupan individu), keyakinan dan kondisi mental lainnya.

Berdasarkan informasi dari salah satu responden, SM (35) mengatakan bahwa baginya sekedar menikmati waktu luang bagi para pria dewasa lajang memang menyenangkan tetapi lebih menyenangkan lagi apabila mereka berkegiatan dan tergabung dalam suatu komunitas yang bermanfaat sehingga dapat menginvestasikan waktunya dengan kegiatan sosial atau dapat berperan aktif sebagai *volunteer* sehingga terciptalah *happiness*. Hal tersebut sesuai dengan yang dikemukakan oleh Ali, Khan dan Zehra (2016) yang dalam penelitiannya yang mengatakan bahwa *happiness* dapat tercapai dengan cara berkontribusi aktif dalam suatu aktifitas di waktu luang dan tergabung dalam suatu kegiatan sosial atau sukarela (*volunteer*) serta turut andil dalam menciptakan *happiness* bagi individu lain. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terlibat dalam layanan sukarela meningkatkan kesehatan mental dan juga berkontribusi dalam mencapai kebahagiaan. Hasil analisis statistik penelitian tersebut juga menunjukkan berbuat baik dan berkontribusi kepada masyarakat akan memicu gerakan kesehatan masyarakat yang berfokus pada keterlibatan masyarakat dan perilaku membantu dalam komunitas.

Perasaan *happiness* terjadi bukan hanya karena keadaan suatu pikiran dan aktifitas yang dilakukan oleh para pria dewasa lajang tetapi juga terbentuk karena adanya perasaan menyenangkan yang khas yang berwujud rasa syukur yang muncul ketika mereka menerima kebaikan, atau bantuan altruistik dari pihak lain yang

dikatakan sebagai *gratitude*. Para pria dewasa lajang pun merasakan hal serupa bahwa mereka merasakan *gratitude* ketika menerima bantuan dalam bentuk apapun dari individu-individu disekelilingnya. Hal serupa juga dikatakan oleh Fox et al. (2015) dalam penelitiannya dimana dalam penelitiannya mereka mengatakan bahwa *gratitude* (kebersyukuran) dianggap sebagai sebuah rasa terima kasih dan emosi sosial dimana hal tersebut dapat menunjukkan penghargaan yang diberikan oleh individu yang satu kepada individu lain atas hal-hal yang telah dilakukan untuknya.

Berdasarkan uraian diatas *gratitude* (kebersyukuran) dikatakan terjadi ketika para pria dewasa lajang menerima kebaikan, manfaat atau bantuan altruistik dari pihak lain. *Gratitude* bukan semata-mata terjadi akibat hal-hal yang berasal dari luar diri individu. Hal tersebut juga dikemukakan oleh McCullough, Emmons dan Tsang (2002) mengatakan bahwa *gratitude* dapat terjadi dikarenakan adanya perasaan *grateful* (bersyukur) atas keluarga, pekerjaan, kesehatan dan atas diri individu itu sendiri, dimana keseluruhan hal tersebut dituangkan kedalam empat disposisi (dalam Killen & Macaskill, 2015).

Gratitude yang dirasakan oleh para pria dewasa lajang pun sama seperti *gratitude* yang dirasakan oleh individu lainnya dimana para pria dewasa lajang tetap merasakan *gratitude* atas dirinya sendiri dan kondisi kehidupannya saat ini, yang meskipun saat ini para pria dewasa lajang masih berada dalam status lajang tetapi mereka tetap bersyukur dan memaknai kehidupannya dengan baik (Novitasari & Aulia, 2019). Fredrickson (2013) mengatakan bahwa *gratitude* muncul ketika individu mengenali dan mengakui sumber-sumber yang menjadi aspek-aspek positif dalam kehidupannya. Frederickson juga menambahkan bahwa *gratitude* merupakan emosi positif yang dapat memperluas kemampuan berpikir mencakup cara memandang peristiwa-peristiwa dalam kehidupan dan membangun sumber daya pribadi.

Sumber selanjutnya yang berpengaruh pada *gratitude* yaitu pekerjaan. Para pria dewasa lajang yang memiliki pekerjaan dan mampu menghidupi dan mencukupi segala kebutuhannya merasakan lebih banyak *gratitude* sebab para pria dewasa lajang mampu mandiri dan tidak tergantung dengan individu lain. Sheldon

dan Lyubomirsky (2006) dalam penelitiannya mengatakan bahwa *gratitude* terdiri dari penghargaan, terima kasih dan rasa kagum. Hal tersebut menunjukkan bahwa individu dapat mengeluarkan hal yang paling memuaskan dan menyenangkan dari peristiwa kehidupan dan memfasilitasi pengalaman positif (dalam Killen & Macaskill, 2015)

Selain beberapa sumber yang dapat menghasilkan *gratitude* bagi para pria dewasa yang melajang, mereka juga tetap merasakan *gratitude* atas kesehatan, umur panjang dan segala peristiwa yang telah terjadi di kehidupannya hingga saat ini. *Gratitude* yang mereka rasakan diekspresikan kedalam perasaan *happiness* sehingga kehidupan yang dijalani merupakan kehidupan yang positif (Killen & Macaskill, 2015). Hal tersebut diperkuat oleh penelitian yang dikemukakan oleh Froh, Yurkewicz dan Kashdan (2009) yang dalam penelitiannya mengatakan bahwa *gratitude* harus dimanifestasikan kedalam perasaan-perasaan positif seperti *happiness* atas apa yang telah diperoleh didalam kehidupannya maupun keterbatasan yang dimiliki dalam dirinya, dan juga momen bahagia serta kesulitan yang sedang terjadi atau pun yang telah terjadi dalam hidupnya (dalam Alkozei et al., 2018).

Perasaan bersyukur dalam menjalani kehidupan seperti bersyukur atas segala pengalaman yang sudah dilalui dan dijadikan pelajaran dalam hidup yang keseluruhannya di evaluasi sebagai keseluruhan emosi yang positif yaitu *happiness* (Prabowo & Laksmiwati, 2020). Kristanto (2016) yang dalam penelitiannya mengatakan bahwa individu yang merasakan *gratitude* akan lebih dapat menikmati pengalaman hidup yang positif karena *gratitude* dikatakan sebagai salah satu bentuk sentiment (emosi) yang dapat diekspresikan kedalam *happiness*, dimana *happiness* sangat erat kaitannya dengan well being (kesejahteraan).

Happiness yang dipancarkan oleh para pria dewasa lajang tak lepas kaitannya dengan *gratitude* yang dirasakan di setiap peristiwa di dalam kehidupan mereka, ekspresi *happiness* yang dipancarkan oleh para pria dewasa lajang dapat bermacam-macam, misalnya dengan menjalani kehidupan yang positif, bahkan mampu melihat berbagai keindahan dalam hal kecil sekalipun. Hal yang serupa juga dikemukakan dalam penelitian yang dilakukan oleh (Prabowo & Laksmiwati, 2020)

yang dalam penelitiannya mengatakan bahwa individu yang memiliki *gratitude* (mensyukuri segala yang terjadi dalam kehidupannya) akan lebih dapat memunculkan ekspresi *happiness* dalam setiap sisi di kehidupannya. Oleh karena itu kebahagiaan menjadi hal faktor utama pada kesejahteraan psikologis individu karena kebahagiaan dan kebersyukuran dapat membuat individu merasakan kepuasan dalam menjalani hidup dan dapat memiliki hidup yang berkualitas.

Berdasarkan pada uraian yang telah dipaparkan diatas, dapat diketahui bahwa terdapat banyak hal yang menjadi penyebab dari fenomena pria dewasa yang melajang, maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang hubungan antara *gratitude* dengan *happiness* pada pria dewasa yang melajang?

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penelitian ini mendapatkan permasalahan yang sesuai dengan penelitian terdahulu, berikut pemaparan yang telah ditemukan:

Penelitian yang dilakukan oleh Hidayatullah dan Larassaty dengan judul “*The Meaning Of Happiness In The Middle Adult Singles*” tahun 2017. Penelitian ini melibatkan dua partisipan, yaitu seorang pria lajang berusia 40 tahun dan seorang wanita lajang berusia 59 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua partisipan memiliki kebahagiaan yang berasal dari aktivitas sehari-hari yang mereka lakukan dan hubungan positif dengan orang lain. Mereka juga memiliki optimisme realistis dan kemampuan untuk bangkit dari peristiwa yang tidak menyenangkan. Meskipun ada perbedaan dalam cara mereka mencapai ketahanan, partisipan tersebut merasa puas dengan kehidupan mereka saat ini dan fokus pada pertumbuhan pribadi dan kesuksesan karir.

Penelitian yang dilakukan oleh Charlotte Van Oyen Witvliet, Fallon J. Richie, Lindsey M. Root Luna, and Daryl R. Van Tongeren pada tahun 2019 mengenai “*Gratitude Predicts Hope and Happiness: A Two-Study Assessment of Traits and States*” memperoleh hasil bahwa Hasil penelitian menunjukkan bahwa rasa syukur memiliki hubungan positif dengan harapan dan kebahagiaan. Penelitian

ini melibatkan 181 mahasiswa sarjana dewasa awal dan menemukan bahwa rasa syukur secara signifikan memprediksi harapan dan kebahagiaan, melebihi prediksi dari variabel lainnya. Selain itu, sebuah intervensi menulis yang berkaitan dengan rasa syukur juga meningkatkan harapan dan kebahagiaan para partisipan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rasa syukur memainkan peran penting dalam harapan dan kebahagiaan.

Penelitian lain berjudul "*Subjective Well Being pada "Bujang Tua" Muslim (Dewasa Madya)*" yang dilakukan oleh Rita, Zaharuddin, Ruri Fitriyani pada tahun 2019. Penelitian ini melibatkan dua subjek pria dewasa madya yang melajang, berdasarkan wawancara terhadap subjek pria dewasa lajang, peneliti memperoleh hasil bahwa bahwa subjective well being pada bujang tua Muslim yang dapat dilihat dari dua proses kognitif dan afektif. Seperti aspek yang paling banyak mempengaruhi subjek ialah aktivitas sehari-hari, pengalaman, kepuasan hidup, dan harapan terhadap masa depan. Kemudian aspek afektif yaitu status pernikahan. Sedangkan alasan subjek belum menikah di antaranya calon istri meninggal dunia, pengalaman traumatik, belum menemukan calon yang cocok, dan merasa masa puber sudah lewat.

Ferhat Kardas, Zekeriya Cam, Mustafa Eskisu, Sedat Gelibolu melakukan penelitian pada tahun 2019 dengan judul "*Gratitude, Hope, Optimism and Life Satisfaction as Predictors of Psychological Well-Being*" dengan subjek usia 17-30 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua variabel saling berhubungan positif, dan secara bersama-sama berpengaruh dalam kesejahteraan psikologis. Rasa syukur ditemukan sebagai variabel yang paling kuat dalam memprediksi kesejahteraan, diikuti oleh harapan, optimisme, dan kepuasan hidup pada individu dewasa.

Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Ian I. Llenares, Custer C. Deocariz, Marjorie Espanola dan Jay A. Sario pada tahun 2020 yang berjudul "*Gratitude Moderates the Relationship Between Happiness and Resilience*" Penelitian ini memperoleh hasil bahwa ada hubungan positif antara rasa syukur, kebahagiaan, dan ketahanan diri pada subjek rentang usia 19-58 tahun di Filipina. Penelitian ini juga menemukan bahwa kebahagiaan memiliki hubungan positif

dengan ketahanan diri. Selain itu, rasa syukur juga ditemukan dapat memoderasi hubungan antara kebahagiaan dan ketahanan diri.

Penelitian yang dilakukan oleh Jieun Yoo pada tahun 2020 dengan judul "*Gratitude and Subjective Well-Being among Koreans*" Penelitian ini meneliti hubungan antara rasa syukur dan kesejahteraan subjektif pada individu dewasa rentang usia 17-73 tahun di Korea. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rasa syukur masih merupakan elemen penting bagi kesejahteraan subjektif individu dewasa Korea, meskipun adanya implikasi budaya rasa syukur dalam budaya Konfusianisme. Hubungan antara rasa syukur dan kesejahteraan subjektif tidak berbeda antara jenis kelamin. Penelitian ini juga menemukan bahwa wanita melaporkan tingkat rasa syukur dan afek positif yang lebih tinggi dibandingkan pria. Usia, tingkat pendidikan, status ekonomi yang dirasakan, dan afiliasi agama juga ditemukan sebagai prediktor kesejahteraan subjektif. Rasa syukur juga ditemukan sebagai prediktor penting kesejahteraan subjektif baik bagi pria maupun wanita.

Penelitian tahun 2023 yang berjudul "*Let's Talk About Single Men: A Qualitative Investigation of Never Married Men's Experiences of Singlehood*" yang dilakukan oleh Mrozowicz-Wrońska, Janowicz, Soroko dan Adamczyk, dengan subjek penelitian yaitu pria lajang dengan usia 23 hingga 43 tahun. Hasil penelitian ini mengeksplorasi tentang pengalaman pria lajang di Polandia dan perspektif mereka tentang status lajang. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa pria lajang sering merasa ada yang kurang dalam diri mereka dan menghadapi kesulitan dalam menavigasi harapan sosial terkait maskulinitas tradisional, pernikahan, dan keluarga, serta dilema antara menunggu pasangan romantis atau mencarinya secara aktif.

Berdasarkan beberapa penelitian yang sudah dipaparkan diatas dimana secara keseluruhan penelitian-penelitian yang telah ada menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *gratitude* dengan *happiness* pada individu dewasa di berbagai negara dan berdasarkan fenomena tersebutlah yang membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada subjek pria dewasa yang melajang, dikarenakan dengan adanya perbedaan budaya yang dimiliki maka

penelitian ini akan memberikan hasil yang berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Berdasarkan pada uraian yang telah dipaparkan diatas, dapat diketahui bahwa terdapat banyak hal yang menjadi penyebab dari fenomena pria dewasa yang melajang, dengan demikian masalah penelitian ini akan dirumuskan menjadi apakah terdapat hubungan *gratitude* dengan *happiness* pada pria dewasa yang melajang?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui secara empirik apakah terdapat hubungan antara *gratitude* (kebersyukuran) dengan *happiness* (kebahagiaan) pada pria dewasa lajang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau masukan bagi perkembangan Ilmu Psikologi khususnya untuk Psikologi Positif dan Psikologi Sosial untuk mengetahui hubungan antara *gratitude* (kebersyukuran) dan *happiness* (kebahagiaan).

1.4.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini secara praktis diharapkan dapat menambah wawasan bagi subjek, masyarakat umum dan pengembangan ilmu pengetahuan. Berikut adalah uraian manfaat bagi pria dewasa yang melajang dan masyarakat umum :

a. Manfaat bagi pria dewasa yang melajang

Penelitian ini dapat memberikan informasi pada pria dewasa yang melajang terkait dengan *gratitude* dengan *happiness* serta memberikan dorongan pada pria dewasa lajang agar dapat meningkatkan *gratitude* dan *happiness*. *Gratitude* dapat ditingkatkan dengan menikmati dan mensyukuri apa yang telah dimiliki dalam hidup dan segala pencapaiannya serta berpikir

positif. Kemudian *happiness* dapat ditingkatkan dengan cara bersikap optimis dan selalu memiliki perasaan bersyukur, bersosialisasi dengan baik fokus pada tujuan hidup.

b. Manfaat bagi masyarakat umum

Sebagai wawasan bagi masyarakat umum tentang *gratitude* dengan *happiness* pada pria dewasa lajang. Serta memberikan informasi bahwa terdapat hubungan antara *gratitude* dengan *happiness* dalam kehidupan semua individu tanpa terkecuali.

c. Penelitian selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk melakukan penelitian sejenis dan lebih lanjut dalam bidang yang sama ataupun lainnya.

