

***Psychological Well-Being Wanita Single Parent Yang  
Mengalami Masa Transisi Menopause***

**SKRIPSI**

**Disusun oleh:  
Evelyn Cecilia  
705040107**

**Pembimbing:  
Henny E. Wirawan, M.Hum., Psi., QIA**

**Fakultas Psikologi  
Universitas Tarumanagara  
Jakarta**

**2009**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat dan rahmat-Nya yang besar, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini. Karena anugerah dan kehendak-Nya lah penulis dapat melalui berbagai rintangan dalam menjalani proses penulisan ini.

Penelitian ini dilakukan sebagai syarat ujian S-1 Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, namun selain itu penelitian ini juga membuat penulis mengerti situasi para ibu yang sedang mengalami menopause, terutama para *single parent*. Penulis melihat bahwa kesulitan ekonomi, beban tanggungan, dan aspek fisik maupun psikologis bagi para wanita *single parent* merupakan masalah-masalah yang berat untuk ditanggung. Melalui proses wawancara, penulis menyadari bahwa kebijaksanaan dalam menjalani hidup sangatlah diperlukan agar manusia dapat menerima keadaan dengan lapang dada.

Banyak pihak yang terlibat dalam penelitian ini. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak-pihak yang terkait dalam penelitian ini. Ungkapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada ibu Henny E. Wirawan yang telah membantu penulis untuk berpikir lebih dewasa dan menceritakan kisah “katak tuli” yang akan selalu penulis ingat sampai nanti. Bimbingan, waktu, dan perhatian yang ibu berikan kepada penulis sangat berarti bagi penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan penelitian ini. Penulis juga berterima kasih kepada seluruh dosen yang mengajar penulis selama masa perkuliahan, staf sekretariat, terutama pak Dadang yang selalu dengan sabar melayani kebutuhan akademik penulis, pustakawan/i Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, terutama ibu Cornelia Tyas TP karena berusaha membantu penulis dalam menemukan subyek dan buku-buku yang terkait dengan penelitian.

Ungkapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada kedua orangtua yang yang memberikan dukungan, terutama mama yang memberikan dukungan besar kepada subyek untuk menyelesaikan penelitian ini. Terima kasih kepada adik penulis, Felicia Evelyn, atas upayanya mengingatkan subyek untuk mengerjakan skripsi dan selalu mendukung penulis di setiap keadaan. Terima kasih kepada Lukas Andes yang telah mendukung penulis di saat paling sulit dalam hidup penulis. Terima kasih karena selalu percaya dan mendukung penulis dalam setiap pilihan hidup penulis.

Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh subyek penulis yang bersedia untuk diwawancara, terima kasih atas waktu yang telah disediakan. Tidak lupa penulis berterima kasih untuk “PCD” yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas persahabatan selama hampir lima tahun semoga akan seterusnya. Selain itu penulis juga berterima kasih kepada Clarissa yang mendukung penulis dan menemani penulis dalam suka maupun duka. Terima kasih yang sebesar-besarnya juga penulis sampaikan kepada Christine, Wienny, Diana, Shelly, dan Sylvia yang selalu mendukung penulis. Terima kasih untuk semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu karena telah memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis.

Akhirnya penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penelitian ini. Akan tetapi penulis berharap bahwa penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca. Seluruh penulisan skripsi ini menjadi tanggung jawab penulis.

Jakarta, Maret 2009

Penulis,

Evelyn Cecilia

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR.....</b>	i
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b>	vii
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	viii
<b>ABSTRAK.....</b>	ix
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Teoretis	8
1.4.2 Manfaat Praktis	8
1.5 Sistematika Penulisan	9
<b>BAB II TINJAUAN TEORETIS</b>	10
2.1 <i>Psychological Well-Being</i>	10
2.1.1 Definisi	10
2.1.2 Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	12
2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	14
2.2 <i>Single Parent</i>	15
2.2 Menopause	18
2.2.1 Definisi	18
2.2.2 Perubahan Fisik	19

2.2.3 Perubahan Psikologis	23
2.3 Dewasa Menengah	26
2.3.1 Definisi	26
2.3.2 Karakteristik Usia Dewasa Menengah	27
2.3.3 Tugas Perkembangan Dewasa Menengah	28
2.4 Kerangka Berpikir	29
 <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	 31
3.1 Subyek Penelitian	31
3.2 Setting dan Instrumen Penelitian	31
3.3 Prosedur Penelitian	32
3.3.1 Prosedur Pencarian Data	32
3.3.2 Prosedur Pengolahan Data	32
 <b>BAB IV TEMUAN PENELITIAN DAN ANALISIS DATA</b>	 33
4.1 Proses Pengumpulan Data	33
4.1.1 Pengambilan Data Ibu N	34
4.1.2 Pengambilan Data Ibu L	34
4.1.3 Pengambilan Data Ibu M	35
4.1.4 Pengambilan Data Ibu T	35
4.2 Proses Pengolahan Data	36
4.3 Hasil Observasi	36
4.3.1 Observasi Pada Ibu N	36
4.3.2 Observasi Pada Ibu L	37
4.3.3 Observasi Pada Ibu M	37
4.3.4 Observasi Pada Ibu T	38

4.4 Karakteristik Subyek	38
4.5 Status dan Permasalahan Sebagai <i>Single Parent</i>	39
4.5.1 Ibu N	39
4.5.2 Ibu L	42
4.5.3 Ibu M	45
4.5.4 Ibu T	47
4.6 Gejala-gejala Menopause	51
4.6.1 Gejala Fisik	51
4.6.2 Gejala Psikologis	57
4.7 <i>Psychological Well Being</i>	68
4.7.1 <i>Self Acceptance</i>	68
4.7.2 <i>Positive Relations With Others</i>	75
4.7.3 <i>Autonomy</i>	82
4.7.4 <i>Evironmental Mastery</i>	86
4.7.5 <i>Purpose in Life</i>	89
4.7.6 <i>Personal Growth</i>	93
4.8 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Psychological Well Being</i>	96
<b>BAB V KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN</b>	<b>100</b>
5.1 Kesimpulan	100
5.2 Diskusi	101
5.3 Saran	104
5.3.1 Saran yang Terkait dengan Manfaat Teoretis	104
5.3.2 Saran yang Terkait dengan Manfaat Praktis..	104

<b>ABSTRACT</b>	106
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	P-1
<b>LAMPIRAN</b>	L-1

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan.....	L-1
Lampiran 2. Daftar Pertanyaan.....	L-2
Lampiran 3. Jadwal Wawancara.....	L-11
Lampiran 4. Berbagai Situasi yang Dialami Oleh <i>Single Parent</i> .....	L-12
Lampiran 5. Gejala Fisik Selama Masa Transisi Menopause.....	L-13
Lampiran 6. Gejala Psikologis Selama Masa Transisi Menopause.....	L-14
Lampiran 7. Dimensi <i>Psychological Well Being</i> Wanita <i>Single Parent</i> yang Mengalami Masa Transisi Menopause.....	L-15

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Gambaran Subyek Penelitian.....	39
Tabel 2. Jadwal Wawancara.....	L-11
Tabel 3. Berbagai Situasi yang Dialami Oleh <i>Single Parent</i> .....	L-12
Tabel 4. Gejala Fisik Selama Masa Transisi Menopause.....	L-13
Tabel 5. Gejala Psikologis Selama Masa Transisi Menopause.....	L-14
Tabel 6. Dimensi <i>Psychological Well Being</i> Wanita <i>Single Parent</i> yang Mengalami Masa Transisi Menopause.....	L-15

## ABSTRAK

Evelyn Cecilia

**Psychological Well Being Wanita Single Parent yang Sedang Mengalami Masa Transisi Menopause; (Henny E. Wirawan, M.Hum., Psi., QIA); Program S1 Psikologi Universitas Tarumanagara. (107 hlm; P1-P3, L1-L10)**

Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam tentang *Psychological Well Being Wanita Single Parent* dalam menghadapi masa transisi menopause. Beban ekonomi sebagai *single parent*, perubahan fisik dan psikologis selama masa transisi menopause harus dihadapi oleh para *single parent*. Situasi-situasi demikian membuat para wanita mengalami stres dan perasaan kesepian. Penelitian ini dilakukan pada wanita *single parent* pada usia dewasa menengah dengan rentang usia 45-55 tahun, yang sedang mengalami masa transisi menopause. Penelitian ini dilakukan dengan metode wawancara dan hasil penelitian mengungkapkan bahwa keadaan ekonomi serta respon terhadap perubahan fisik dan psikologis selama masa menopause menentukan perubahan *psychological well being* wanita *single parent* yang sedang mengalami masa transisi menopause. Dari empat subyek penelitian, dua mengalami perubahan *psychological well being* ke arah negatif, dan dimensi yang terpengaruh adalah dimensi *self acceptance, autonomy, purpose in life, dan personal growth*. Sedangkan subyek yang memiliki *psychological well being* yang baik tidak mengalami perubahan negatif pada keenam dimensi.

Kata Kunci: *Psychological well being, single parent, menopause, perempuan dewasa madya.*