

Kebahagiaan Pada Wanita (Istri) Yang Memiliki Hubungan Kesenjangan Usia Dalam Pernikahan (Studi Fenomenologi Usia Istri Lebih Tua Dari Suami)

Happiness In Women (Wives) With Age Gap Relationship In Marriage (Phenomenological Study Of Wives Older Than Husbands)

Husna Azizah*, Sukma Noor Akbar & Muhammad Abdan Shadiqi

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. Ahmad Yani Km. 36 Banjarbaru, 70712, Indonesia

ABSTRAK

Kebahagiaan yaitu konsep yang mengacu pada kondisi pikiran dan emosi positif yang dirasakan seseorang (Seligman, 2002). Penelitian ini bertujuan mengetahui kebahagiaan wanita (istri) yang memiliki kesenjangan usia dalam pernikahannya sesuai aspek kebahagiaan dan faktor yang mempengaruhinya. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan studi fenomenologi. Subjek penelitian adalah dua orang istri yang memiliki hubungan kesenjangan usia 17 dan 15 tahun lebih tua dari suaminya di Kabupaten Banjar dengan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara. Hasil penelitian dari kedua subjek mendapat kebahagiaan dari pernikahannya. E dan W mampu memenuhi semua aspek kebahagiaan yaitu menerapkan kejujuran, perhatian, senang, gembira, komunikasi yang baik dan mengatasi masalah dengan musyawarah, harmonis, pengertian, peduli, menghargai pendapat, ikhlas, sabar, saling percaya, menerima kelebihan dan kekurangan, kasih sayang, hidup sederhana, tidak memaksakan kehendak, berhasil mengantarkan anak pada fase sekolah, hidup tenang, mencintai dan membina keluarga bahagia. Faktor internal yang mempengaruhi kebahagiaan E dan W mampu bersyukur, memaafkan jika suami bersalah, yakin, percaya, optimis, bahagia, saling menghargai, kasih sayang, dan gratifikasi berupa suka memasak dan bekerja. Faktor eksternal yang mempengaruhi kebahagiaan E dan W yaitu mudah bergaul, mengikuti kegiatan positif di luar rumah, religius, beribadah, rasa cinta, saling melengkapi, membina keluarga, perilaku baik suami, peduli, saling pengertian, perhatian, bersyukur, semakin tua usia semakin tahu tujuan hidup, merasa cukup dan keterbukaan dalam mengelola keuangan, menjaga kesehatan jasmani dan rohani agar terhindar dari pikiran negatif dan lebih emosional karena mengutamakan perasaan dibandingkan logika.

Kata kunci: Kebahagiaan, Hubungan Kesenjangan Usia, Pernikahan

ABSTRACT

Happiness is a concept that refers to the state of mind and positive emotions that a person feels (Seligman, 2002). The purpose of this study was to find out the happiness of women (wives) who have an age gap relationship in their marriage according to the aspects of happiness and the factors that influence it. A qualitative research design with a phenomenological study approach was employed in this study. The subjects of the study were two wives, E and W, who were in a relationship (marriage) with the age gaps of 17 and 15 years older than their husbands in Banjar Regency. They were selected using a purposive sampling technique. Data were collected using observation and interview techniques. The results of the study showed that the two subjects gained happiness from their marriage. E and W were able to fulfill all aspects of happiness, namely implementing honesty, attention, joy, happiness, good communication and overcoming problems with discussion, being harmonious, understanding, caring, respectful for opinions, sincere, patient, trusting each other, accepting strengths and weaknesses, being compassionate, living a simple life, not imposing each other's will, being successful in supporting children to the school phase, living calmly, loving to one another and building a happy family. The internal factors influencing E and W's happiness included being able to be grateful, forgiving when the husbands were guilty, being confident, trusting, optimistic and happy, having mutual respect, affection, and

*Korespondensi:

Husna Azizah
husna9411azizah@gmail.com

Masuk: 12 Januari 2021

Diterima: 10 Agustus 2022

Terbit: 31 Agustus 2022

Sitasi:

Azizah, H., Akbar, S. N. & Shadiqi, M. A. (2021). Kebahagiaan pada wanita (istri) yang memiliki hubungan kesenjangan usia dalam pernikahan (studi fenomenologi usia istri lebih tua dari suami). *Jurnal Kognisia*, 4(1), 17-28. <http://doi.org/10.20527/kognisia.2021.04.003>

providing gratifications in the forms of cooking and working. The external factors influencing E and W's happiness included being sociable, participating in positive activities outside their home, being religious, performing worship, loving, complementarity, fostering family, husband's good behavior, caring, mutual understanding, attention, gratitude, knowing better life goals when getting older, feeling sufficient and open in managing finances, maintaining physical and spiritual health in order to avoid negative thoughts and being more emotional because they prioritized feelings over logic.

Keywords: Happiness, Age Gap Relationship, Marriage

PENDAHULUAN

Pernikahan melibatkan dua orang yang ingin berkomitmen untuk membentuk sebuah keluarga, laki-laki disebut dengan suami dan perempuan disebut dengan istri. Menurut Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 Pasal 1 tentang Perkawinan, menyebutkan bahwa perkawinan adalah ikatan lahir dan batin diantara seorang pria dan seorang wanita sebagai suami dan istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Pada dasarnya pernikahan merupakan sebuah fase dimana seseorang akan melanjutkan ke tahapan perkembangan selanjutnya sebagai seorang manusia yang berkembang. Pernikahan memberi kesempatan kepada seseorang untuk mengalami perkembangan potensi baru dan perkembangan personal yang mampu meningkatkan penghargaan diri dan kepuasan (Takariawan, 2015).

Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2016 menguraikan hasil mikrodara Survei Sosial dan Ekonomi Nasional (Susenas) di tingkat rumah tangga pada pasangan yang sudah menikah, dari survey yang dilakukan pada 300.000 sampel rumah tangga dan tersebar di Indonesia tersebut didapatkan hasil mengenai hubungan kesenjangan usia pasangan suami dan istri. Sekitar 84,92 persen pasangan yang suaminya lebih tua, sekitar 6,36 persen pasangan memiliki usia yang sama diantara suami dan istri, dan sekitar 8,72 persen pasangan yang istrinya lebih tua dibandingkan suaminya (Islahudin, 2017). Dari data tersebut dapat dilihat bahwa hubungan kesenjangan usia

dengan istri yang lebih tua dibandingkan suaminya sudah lumrah terjadi di Indonesia sekarang ini. Salah satu pesohor di Indonesia, yaitu Nassar Sungkar pernah menikah dengan wanita yang lebih tua dari dirinya, pernikahan mereka hanya bertahan selama tiga tahun saja, menurut Nassar dirinya dan mantan istrinya memiliki perbedaan pendapat, dirinya merasa sering kali diatur dalam segala hal sehingga kemudian menimbulkan konflik dalam pernikahan (Syaukani, 2015).

Dalam literatur psikologi sosial, hubungan kesenjangan usia baru-baru ini didefinisikan sebagai keterlibatan romantis dimana ada perbedaan dalam usia lebih dari 10 tahun diantara pasangan (Lehmiller & Agnew, 2011). Penelitian yang dilakukan oleh Francis-Tan dan Mialon (2015), mengungkapkan bahwa semakin banyak kesenjangan usia pada pasangan yang sudah menikah maka akan semakin tinggi kemungkinan pasangan tersebut untuk berpisah atau bercerai. Pasangan yang memiliki kesenjangan usia satu tahun memiliki kemungkinan untuk bercerai yaitu 3%, kesenjangan usia lima tahun diantara pasangan kemungkinan untuk bercerai yaitu 18%, kesenjangan usia 10 tahun meningkat menjadi 39%, kesenjangan usia 20 tahun meningkat menjadi 95%, dan kesenjangan usia 30 tahun diantara pasangan memiliki kemungkinan bercerai sebesar 172%.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Sela, dkk. (2018), membahas mengenai alasan mengapa orang-orang meremehkan pasangan yang memiliki perbedaan usia dalam hubungannya, hasilnya menyatakan bahwa orang yang lebih muda lebih mengecam hubungan perbedaan usia tersebut dibandingkan orang yang lebih tua, mereka

mengecam karena menganggap hubungan tersebut tidak tulus, melainkan memiliki motif tertentu seperti kegiatan yang mengarah pada prostitusi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami (2018), permasalahan pernikahan sebagai akibat dari hubungan kesenjangan usia dalam pernikahan selain dikarenakan perbedaan minat atau keinginan, tingkat kepuasan yang berbeda, juga dikarenakan adanya pandangan negatif atau meragukan dari keluarga dan lingkungan sekitar mereka. Sepasang suami dan istri yang berbeda usia, terlebih istri yang lebih tua dibanding suaminya menimbulkan masalah tersendiri dalam pernikahannya karena perbedaan-perbedaan terkait usia pada pasangan tersebut.

Adapun permasalahan-permasalahan di dalam pernikahan berdasarkan lamanya pasangan menikah menurut Saidiyah dan Julianto (2016) yaitu pada lama usia menikah selama 5 tahun pasangan suami istri mulai beradaptasi dengan keluarga besarnya dan permasalahan ekonomi, kemudian pada pasangan dengan lama usia menikah 6-10 tahun memiliki tantangan yaitu perubahan pada sikap positif yang akan menghilang, masalah perbedaan pengasuhan anak, dan komunikasi yang berubah antar pasangan. Berdasarkan kedua penelitian tersebut, permasalahan-permasalahan pada pasangan yang menikah jika tidak diatasi akan menjadi hambatan untuk meraih kebahagiaan. Hal ini terjadi dikarenakan kesamaan latar belakang masing-masing individu serta persamaan dalam karakteristik emosi dan ketertarikan merupakan ciri-ciri pernikahan yang bahagia (Wisnuwardhani & Mashoedi, 2012).

Kebahagiaan adalah konsep yang mengacu pada kondisi pikiran dan emosi positif yang dirasakan seseorang (Seligman, 2002). Jika seseorang memiliki kondisi pikiran dan emosi yang negatif, maka dia secara otomatis tidak akan bahagia (Al-Banjari, 2009). Hurlock (1994) mengatakan bahwa esensi dari kebahagiaan adalah sikap menerima (*acceptance*), kasih sayang (*affection*), dan prestasi (*achievement*). Abimanyu (2017)

menerangkan bahwa kebahagiaan dapat dimiliki jika seseorang dapat merasa puas dan cukup dengan dirinya atau apa yang dimilikinya.

Pernikahan yang bahagia menjadi dambaan bagi setiap pasangan yang menikah. Memiliki keluarga yang bahagia merupakan impian dan tujuan setiap pasangan yang melakukan pernikahan. Pernikahan yang bahagia akan membentuk keluarga yang bahagia. Keluarga yang bahagia akan menghasilkan generasi yang baik. Anak-anak mereka merupakan anak-anak yang memiliki pendidikan yang baik, mendapatkan perhatian yang baik, serta sentuhan yang terbaik. Anak-anak mereka bertumbuh kembang dengan baik, di dalam suasana keluarga yang penuh cinta dan kasih sayang, jauh dari tekanan negatif orang tua dan kekerasan serta mereka mendapatkan panutan yang baik dalam kesehariannya (Takariawan, 2015).

Dalam sebuah pernikahan, memilih pasangan merupakan bagian yang penting, ada banyak faktor dalam menentukan pasangan agar bisa memiliki sebuah ikatan hubungan. Salah satu faktornya adalah latar belakang sosial budaya, seperti usia, suku, ras, kelas sosial ekonomi, pendidikan, dan agama. Seseorang sering cenderung memilih pasangan yang memiliki faktor sosial budaya yang sama. Hal ini biasanya disebabkan oleh pernikahan yang akan lebih stabil jika memiliki banyak kesamaan di dalamnya (Wisnuwardhani & Mashoedi, 2012).

Dari hal tersebut, usia menjadi salah satu faktor yang perlu diperhatikan untuk mereka yang melakukan pernikahan. Usia seorang suami yang lebih tua akan membuat sebuah pernikahan menjadi terlihat ideal dan sering disarankan. Hal ini dikarenakan seorang suami akan lebih berperan dalam memberikan bimbingan daripada istri. Istri yang memiliki usia lebih tua dari suaminya akan mencapai kematangan perkembangan psikologis yang jauh lebih dahulu sehingga dengan demikian besar kemungkinannya sikap, pandangan ataupun pendapat mengenai sesuatu akan jauh berbeda. Selain itu juga bisa dilihat dari

kemampuan bidang fisiologis istri yang akan terlebih dahulu menurun bila dibandingkan dengan suami, khususnya dalam hubungan seksual (Walgito, 2010).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan berupa observasi dan wawancara kepada subjek dalam penelitian ini, subjek pertama dengan inisial E pada tanggal 19 September 2019 bertempat di rumah subjek E. Subjek E adalah seorang wanita dan ibu rumah tangga yang berusia 49 tahun. Subjek E menikah dengan suami yang memiliki usia 32 tahun. Perbedaan kesenjangan usia subjek E dengan suaminya yaitu 17 tahun. Subjek E memiliki satu orang anak dengan suaminya saat ini, subjek E mengatakan bahwa dia sudah pernah menikah sebelumnya, pernikahan subjek E yang sekarang adalah kali keempat di dalam hidupnya. Subjek E mengatakan usia yang berbeda membuat banyak perbedaan dalam dirinya dan pasangannya, mulai dari pendapat yang berbeda mengenai suatu hal hingga minat dan kesukaan yang berbeda diantara mereka. Subjek E mengatakan bahwa dia merasa bahagia dengan pernikahannya yang sekarang. Hal yang bisa membuat subjek E bahagia adalah subjek E merasa dan yakin bahwa suaminya adalah orang baik, sehingga suaminya dapat membimbingnya menjadi seseorang yang lebih baik lagi, memiliki karakter yang saling melengkapi sehingga merasa cocok satu sama lainnya, serta perilaku suaminya yang terus menjaga komitmen sampai sekarang. Studi pendahuluan pada subjek penelitian kedua yang berinisial W pada tanggal 11 Desember 2019 bertempat di rumah subjek W. Subjek W sekarang berusia 61 tahun sedangkan suami subjek W berusia 46 tahun. Perbedaan kesenjangan usia subjek W dengan suaminya yaitu 15 tahun. Keseharian subjek W adalah seorang ibu rumah tangga yang juga bekerja sebagai petani pohon karet. pernikahannya saat ini adalah yang kedua kalinya, subjek W memiliki dua orang anak dari suami terdahulu, sedangkan dengan suami yang sekarang subjek W tidak memiliki anak. Selisih pendapat dan masalah cukup sering dialami subjek W selama pernikahannya, suami subjek

juga tidak memiliki pekerjaan yang tetap, namun subjek W mengatakan bahwa dia bahagia dengan pernikahannya saat ini. Subjek W merasa bahagia disaat melihat suaminya juga menyayangi keluarganya seperti halnya dirinya, suaminya mau menerima kehadiran anak dan cucu subjek dari suami terdahulunya dan menganggapnya seperti keluarganya sendiri, dari perilaku suaminya tersebut menimbulkan rasa percaya dan bahagia ketika melihat kebersamaan yang terjalin di antara mereka.

Berdasarkan penjabaran permasalahan serta pemaparan teori sebelumnya, maka peneliti merasa tertarik untuk mengadakan penelitian terkait tema dalam penelitian ini. Berdasarkan studi pendahuluan dan data yang diperoleh oleh peneliti, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji kebahagiaan pada wanita (istri) yang memiliki hubungan kesenjangan usia dalam pernikahan (studi fenomenologi usia istri lebih tua dari suami).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan desain penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian seperti perilaku, persepsi, motivasi dan lainnya, dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. Pendekatan pada penelitian ini adalah pendekatan fenomenologi. Peneliti dalam pandangan fenomenologis berusaha mengerti arti peristiwa dan kaitan-kaitannya terhadap orang-orang yang berada pada situasi tertentu (Moleong, 2007). Penelitian ini dilakukan terhadap dua orang subjek yang memiliki pasangan (suami) berbeda usia, dalam

hal ini subjek berusia lebih tua dibandingkan pasangannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut Seligman (2002), kebahagiaan ialah konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas positif yang tidak mempunyai komponen perasaan sama sekali. Kebahagiaan adalah tujuan dari segala daya upaya yang dipilih dengan tepat dan mengacu pada emosi positif serta aktivitas positif yang dilakukan oleh individu sehingga perasaan positif dan kepuasan hidup meningkat, dan juga rendahnya perasaan negatif dalam kehidupannya. Pada penelitian ini, peneliti memfokuskan kebahagiaan yang digambarkan melalui aspek oleh Seligman (2013) yaitu *positive emotion* (emosi positif), *engagement* (keterlibatan), *relationship* (hubungan positif), *meaning of life* (makna hidup) dan *accomplishment* (prestasi). Selanjutnya faktor yang mempengaruhi kebahagiaan yang juga digambarkan oleh Seligman (2002) yaitu dari segi faktor internal adalah kepuasan masa lalu (bersyukur, memaafkan), optimis akan masa depan dan kebahagiaan di masa sekarang (kenikmatan, gratifikasi). Adapun faktor eksternal yaitu kehidupan sosial, agama / religiusitas, pernikahan, usia, uang, kesehatan, dan jenis kelamin.

Pernikahan dengan hubungan kesenjangan usia yang dimiliki oleh kedua subjek berlangsung dalam kurun waktu yang sudah lama. Sesuai dengan kriteria subjek dalam penelitian ini kedua subjek sudah menikah lebih dari lima tahun. Subjek E sudah menikah selama 10 tahun dengan kesenjangan usia 17 tahun dengan pasangannya. Subjek W sudah menikah selama 20 tahun dengan kesenjangan usia 15 tahun dengan pasangannya. Subjek E dan W di awal pernikahannya akibat dari hubungan kesenjangan usia menimbulkan permasalahan, di antaranya adalah ketidak samaan pendapat dan kurangnya dukungan sosial pada pernikahan kedua subjek. Kedua subjek pernah

ingin bercerai dengan pasangannya masing-masing. Seiring dengan bertambahnya usia pernikahan kedua subjek, penyesuaian pernikahan pun terjadi baik dari kepribadian maupun lingkungan kedua subjek. Pada subjek E setelah usia pernikahan lima tahun subjek mulai merasa bahagia dengan keadaan pernikahannya, sedangkan pada subjek W mulai merasa bahagia dengan keadaan pernikahannya setelah usia pernikahan 18 tahun. Hal ini terjadi karena kedua subjek dan pasangannya mulai berkomitmen dengan memperbaiki kembali komunikasi di antara pasangan masing-masing, saling memaafkan, serta kembali merasa yakin dengan pilihan dan masa depan pernikahan mereka. Komitmen dan komunikasi yang baik diantara pasangan dapat membuat hubungan menjadi harmonis dan kemudian pasangan tersebut dapat memperoleh kepuasan dalam pernikahan berbeda usia mereka (Utami, 2018).

Positive emotion (emosi positif) adalah sesuatu yang dirasakan oleh seseorang yang membawa nuansa menyenangkan. Banyak orang menghendaki dan lebih dianjurkan jika emosi positif yang lebih sering dirasakan daripada emosi negatif (Seligman, 2013). Dilihat dari keadaan subjek E dan W mampu membawa nuansa yang menyenangkan dalam kehidupan berkeluarga dengan penuh canda dan tawa. Menjalani kehidupan berkeluarga yang harmonis dan berbahagia sehingga emosi positif pada diri seseorang dapat dikendalikan dan mampu melakukan komunikasi diri kepada orang lain, sehingga terjalin sebuah keharmonisan dalam membina keluarga. Begitu pula seperti halnya yang sudah dipaparkan di dalam penelitian Estuti dalam, (Vonika & Munthe, 2018) dimana untuk mempunyai emosi yang terkendali itu diperlukan, dikarenakan dengan hal tersebut kita dapat berkomunikasi dengan baik kepada orang lain sehingga membuat pergaulan kita di masyarakat menjadi lancar dan memiliki kehidupan yang tenteram.

Engagement (keterlibatan) adalah keikutsertaan seseorang untuk melibatkan diri dalam melakukan sesuatu (Seligman, 2002).

Dilihat dari keikutsertaan subjek E dan W mampu berkomunikasi dengan baik dan mengatasi masalah dengan musyawarah. Dalam penyelesaian konflik keluarga, proses penyelesaian masalah akan menguntungkan sebuah hubungan apabila di antara pasangan saling mengerti, menerima pendapat, serta mengkomunikasikannya dengan baik. Konflik keluarga tentunya tidak akan terjadi.

Relationship (hubungan positif) adalah sesuatu yang positif jarang berdiri sendiri, semuanya terjadi di sekitar orang lain (Seligman, 2002). Dilihat dari segi *relationship* bahwa subjek E mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan prinsip komunikasi terbuka, jujur dan menghargai pendapat. Hal ini sesuai dengan pendapat Nick dalam Awi dkk. (2016) bahwa tempat yang menyenangkan serta positif untuk hidup didapatkan melalui keluarga yang harmonis, karena setiap anggotanya sudah belajar tentang cara memperlakukan orang lain dengan baik. Dengan komunikasi yang seimbang menjadi hal yang penting dan menjadi penentu dalam keberhasilan rumah tangga. Komunikasi yang efektif antar pribadi adanya keterbukaan dalam berkomunikasi.

Pada subjek W dapat dilihat bahwa hubungan positif dalam berkeluarga sudah mampu menjalin hubungan yang harmonis karena adanya pengertian atau rasa empati dan kepedulian suami kepada subjek W. Hal ini selaras dengan pendapat Basri Hasan dalam Pahlawati (2019) bahwa jika masing-masing anggota melaksanakan tugasnya dan selalu menjaga keharmonisannya maka akan terjauhkan dari kerendahan maupun kehinaan. Mereka saling mencintai, membantu dengan penuh kasih dan pengertian.

Meaning of life (makna hidup) adalah mencari nilai atau pembelajaran dari setiap pengalaman kehidupan adalah salah satu kunci bahagia (Seligman, 2002). Subjek E mampu ikhlas, sabar, jujur, saling percaya, menerima kelebihan dan kekurangan suami dan kasih sayang. Subjek W mampu hidup sederhana dan tidak memaksakan kehendak sehingga hidupnya bahagia dan tenang. Berdasarkan Murdoch mengatakan bahwa rahasia

mendapatkan kebahagiaan hidup adalah dengan terus melakukan sesuatu yang sederhana. Artinya bahwa menikmati hidup sesuai dengan kebutuhan dapat memberikan kehidupan yang nyaman, aman dan bermakna. Menjalani pola hidup sederhana sebagai gaya hidup baru yang tidak mudah. Gaya hidup ini harus diajarkan dan ditanamkan dalam lingkungan keluarga. Pola hidup sederhana akan menentukan pribadi seseorang, dengan kesederhanaan dapat mengontrol keinginan dan kehendak diri. Sebab manfaat hidup sederhana dapat meningkatkan rasa syukur dan mengajarkan untuk merasa cukup atas apa yang dimiliki.

Accomplishment (prestasi) adalah merupakan buah dari keempat aspek sebelumnya. Prestasi atau pencapaian sering kali dikejar demi pencapaian itu sendiri, meskipun apa yang dikejar itu tidak membawa emosi positif (Seligman, 2002). Bahwa subjek E berhasil membina keluarga dan mencintai pasangan karena Allah serta berhasil mengantarkan anak-anaknya pada fase sekolah dan berumah tangga. Hal ini berdasarkan pendapat Singgih dalam Masyitah (2015) bahwa kondisi keluarga berpengaruh besar terhadap perkembangan kepribadian anak. Ketika anak berada dalam kondisi keluarga yang harmonis dan stabil maka akan berpengaruh terhadap keberhasilan belajar anak di sekolah. Setiap orang tua pasti memiliki harapan dan ambisi agar buah hatinya dapat mencapai kesuksesannya sendiri di masa depan. Ambisi sering dipengaruhi oleh ambisi orang tua, dikarenakan orang tua selalu berupaya semaksimal mungkin untuk memberikan fasilitas pendidikan yang terbaik. Keberhasilan anak dalam lingkungan keluarga tergantung pada keharmonisan dan kebahagiaan keluarga. Sedangkan subjek W mampu hidupnya tenang dan bahagia dengan adanya anak dan cucu.

Berdasarkan uraian tersebut diatas dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan pada wanita (istri) yang memiliki hubungan kesenjangan usia dalam pernikahan dalam fenomena usia istri lebih tua dari suami sesuai aspek

kebahagiaan menurut Seligman (2002) adalah dalam segi *positive emotion* (emosi positif) yaitu menerapkan kejujuran, perhatian dan selalu senang serta gembira, dari segi *engagement* (keterlibatan) yaitu komunikasi yang baik dan mengatasi masalah dengan musyawarah, adapun dari segi *relationship* (hubungan positif) yaitu menjalin hubungan harmonis, komunikasi terbuka, jujur, adanya pengertian, kepedulian dan menghargai pendapat. Dari segi *meaning of life* (makna hidup) yaitu ikhlas, sabar, jujur, saling percaya, menerima kelebihan dan kekurangan, kasih sayang, hidup sederhana dan tidak memaksakan kehendak diri menjadikan keluarga bahagia, sedangkan dari segi *accomplishment* (prestasi) yaitu hidup tenang dan bahagia, berhasil membina keluarga dan mencintai pasangan serta berhasil mengantarkan anak pada fase sekolah dan berumah tangga.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan ada dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah kepuasan masa lalu (bersyukur dan memaafkan), optimis masa depan dan kebahagiaan di masa sekarang (kenikmatan dan gratifikasi). Adapun faktor eksternal meliputi kehidupan sosial, agama/religiusitas, pernikahan, usia, uang, kesehatan dan jenis kelamin.

Faktor internal dari segi kepuasan masa lalu yaitu bersyukur dapat menambah kegembiraan, kebahagiaan, dan kepuasan hidup. Dengan bersyukur, individu akan merasa cukup dan memiliki rasa terimakasih kepada sesama dan didalam hidupnya yang dapat membuat individu tersebut menjadi semakin positif (Seligman, 2002). Pada subjek E dan W mampu mensyukuri dengan suami sekarang dan menerima kondisi apapun. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Lambert dan Fincham dalam Herawati dan Didik (2019) bahwa dalam penelitiannya mengenai kebersyukuran adalah erat kaitannya dengan keberhasilan suatu hubungan, dimana hal ini merupakan salah satu faktor berpengaruh. Adapun mengenai *forgiving* atau memaafkan adalah salah satu cara

untuk menata ulang pandangan seseorang mengenai emosi negatif pada kehidupan masa lalu yang buruk. Memaafkan dapat dilakukan dengan cara mengubah kepahitan menjadi kenangan yang netral dan positif sehingga kepuasan hidup akan lebih mudah didapatkan (Seligman, 2002). Pada subjek E dan W mampu memaafkan kesalahan pasangan (suami). Hal tersebut sesuai dengan penelitian dari Entezar, Othma dan Kosnin dalam Herawati dan Didik (2019), yaitu sikap memaafkan dan perasaan puas jika dimiliki pada setiap pasangan dalam keluarga maka mereka akan lebih mudah untuk saling memaafkan pada setiap kesalahan yang timbul dalam pernikahan mereka.

Selanjutnya dari segi optimis masa depan yaitu optimisme dan harapan memberikan kemampuan bagi seseorang untuk semakin kuat dalam menghadapi tekanan dalam hidupnya (Seligman, 2002). Dilihat dari fenomena yang dialami subjek E dan W bahwa kedua subjek ada rasa yakin, percaya, optimis dan berusaha membina keluarga menjadi keluarga yang bahagia. Sesuai dengan pendapat dari Brickman dalam Fitriani (2011), yang menyatakan bahwa pada umumnya individu merasa optimis juga percaya baik di masa ke depan ataupun masa yang akan datang akan lebih baik dibandingkan masa yang telah lalu.

Selanjutnya dari segi kebahagiaan pada masa sekarang yaitu kenikmatan adalah merupakan kesenangan yang memiliki komponen sensori dan emosional yang kuat. Bersifat sementara dan biasanya hanya sedikit melibatkan pikiran atau tidak sama sekali. Kenikmatan dapat digolongkan menjadi dua, yaitu kenikmatan ragawi dan kenikmatan yang sifatnya lebih tinggi (Seligman, 2002). Pada fenomena subjek E dan W bahwa merasa senang dan gembira dalam kondisi apapun dan juga menghargai suami dan selalu memberikan kasih sayangnya kepada suami dan keluarga ditambah adanya perhatian, kepercayaan dan kepedulian dari suami. Menurut Fuad dalam Izzah (2019) mengemukakan bahwa keluarga yang diinginkan setiap manusia merupakan keluarga yang lekat dengan ciri mental sehat

yaitu *sakinah* (memunculkan perasaan yang tenang), *mawaddah* (memunculkan perasaan cinta), dan *rahmah* (memunculkan perasaan kasih sayang).

Selanjutnya gratifikasi merupakan emosi positif pada masa sekarang yang berkaitan dengan kegiatan yang sangat disukai oleh seseorang. Gratifikasi tidak selalu melibatkan perasaan dasar serta memiliki rentang waktu yang lebih lama dibandingkan dengan kenikmatan (*pleasure*). Gratifikasi membuat seseorang merasa terlibat dan memiliki kekuatan terkait dengan kegiatan yang dilakukannya. Kegiatan yang memunculkan gratifikasi pada umumnya memiliki komponen tantangan, membutuhkan keterampilan, konsentrasi, adanya tujuan yang jelas, mendapatkan umpan balik secara langsung, tanpa bersusah payah kita dapat tenggelam di dalamnya, ada rasa pengendalian, kesadaran diri kita pupus, dan waktu terasa berhenti (Seligman, 2002). Dilihat dari fenomena subjek E yang tidak bekerja akan tetapi melayani suami dengan suka memasak dan subjek W dengan bekerja sendiri. Dari kedua hal tersebut walaupun berbeda namun keduanya memiliki kriteria dari gratifikasi seperti yang sudah disebutkan sebelumnya pada kedua subjek.

Faktor eksternal dari segi kehidupan sosial yaitu orang yang bahagia menjalani kehidupan sosialnya dengan banyak bersosialisasi dan jarang menghabiskan waktu sendirian (Seligman, 2002). Pada Subjek E dan W mampu mengikuti kegiatan-kegiatan positif diluar rumah dan mudah bergaul. Hal ini sesuai dengan pendapat Suryanto dalam Pahlawati (2019) bahwa manusia merupakan makhluk sosial dimana mereka membutuhkan kehadiran dari manusia lain didalam hidup mereka, sehingga tidak dapat dipungkiri jika mereka akan saling terhubung satu sama lainnya, baik fisiknya, psikisnya maupun rohaninya.

Selanjutnya dari segi agama / religiusitas, orang yang religius lebih bahagia dan puas terhadap kehidupan daripada orang yang tidak religius. Hal ini dikarenakan agama memberikan harapan akan masa depan dan

menciptakan makna dalam hidup manusia. Hubungan antara harapan akan masa depan dan keyakinan beragama merupakan landasan mengapa keimanan sangat efektif melawan keputusan dan meningkatkan kebahagiaan (Seligman, 2002). Pada subjek E dan W sudah mampu memiliki keyakinan kepada Allah SWT dan berusaha mendalami agama Islam dengan taat beribadah. Hal tersebut selaras dengan pendapat Hawari dalam Soraya (2015) menjelaskan apabila individu dalam sebuah keluarga bisa berfungsi dan berperan semestinya dan tetap memegang teguh nilai-nilai agama, maka keharmonisan keluarga akan dapat dicapai.

Kemudian dari segi pernikahan adalah pernikahan sangat erat hubungannya dengan kebahagiaan. Kebahagiaan orang yang menikah mempengaruhi panjang usia dan besar penghasilan dan hal ini berlaku bagi pria maupun wanita (Seligman, 2002). Pada subjek E dan W sudah memiliki rasa cinta, kasih sayang, saling melengkapi dan selalu bersama membina rumah tangga karena perilaku baik suami, peduli, perhatian dan saling pengertian. Hal tersebut sesuai dengan pendapat keharmonisan keluarga merupakan suatu keadaan keluarga yang serasi atau selaras, terdiri dari suami, istri, dan anak-anak. Dalam kondisi ini setiap anggota keluarga merasakan kenyamanan hidup dan mendapatkan kebahagiaan secara lahir maupun batin, karena rasa cinta, empati, dan solidaritas berpadu menjadi satu (Siscayanti, 2016).

Kemudian dari segi usia adalah kepuasan hidup akan meningkat sejalan dengan bertambahnya usia, afek positif sedikit melemah, dan afek negatif tidak berubah. Hal yang berubah ketika seseorang menua adalah intensitas emosi dimana perasaan ‘mencapai puncak dunia’ dan ‘terpuruk dalam keputusan’ berkurang seiring dengan bertambahnya umur dan pengalaman (Seligman, 2002). Pada subjek E dan W bahwa semakin tua usianya maka semakin tahu akan tujuan hidup dan bersyukur. Hal ini sesuai dengan pendapat Afdol (2011) dalam Rakhmadani (2018) bahwa orang lanjut usia

akan puas jika mampu merasa puas atau senang dengan kegiatan yang dilakukan sehari-hari, beranggapan bahwa hidup ini bermakna serta menerima keadaan hidupnya dengan ikhlas dan tulus, sudah merasa berhasil dalam mewujudkan impian yang dicita-citakan ataupun sebagian tujuan hidupnya, memiliki pendirian yang tetap pada komitmen positif, dan bisa memelihara sikap atau sesuatu yang dapat membuat dirinya bahagia..

Selanjutnya dari segi uang adalah di negara yang miskin, orang kaya dapat lebih bahagia sedangkan di negara yang lebih makmur dimana hampir semua orang memperoleh kebutuhan dasar, peningkatan kekayaan tidak begitu berdampak pada kebahagiaan hidup seseorang (Seligman, 2002). Pada subjek E mampu merasa cukup dengan pemberian suami dan secara terbuka dalam mengelola keuangan keluarga dan subjek W mampu bersyukur dan merasa cukup dengan kondisi ekonomi sekarang. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Chang (2012) dalam Putra dan Sudibia (2019) bahwa ada banyak proses yang dapat menjelaskan mengapa penghasilan lebih tinggi tidak memiliki lebih banyak efek pada kebahagiaan. Hal yang paling penting adalah bahwa individu beradaptasi dengan standar hidup baru mereka dan mereka membandingkan diri mereka dengan orang lain. Kondisi tersebut disebut dengan pendapatan relatif.

Sebagian orang khawatir tentang posisi mereka dalam tingkat pendapatan. Hal ini bukan karena pentingnya tingkat pendapatan, namun posisi seseorang relatif terhadap individu yang lain. Masalah posisional bukan aspek baru dari sifat manusia. rasa syukur telah dipandang sebagai beragam kebajikan sosial dan kemasyarakatan, motivator kebajikan dan penguat kognitif dan emosional akan kebutuhan sosial untuk melakukan timbal balik. Bersyukur bisa mengubah sifat atau kemajuan faktor lain, misalnya lingkungan atau emosional seseorang.

Kemudian dari segi kesehatan adalah kesehatan merupakan persepsi objektif yang tidak begitu berkaitan dengan kebahagiaan,

yang penting adalah persepsi subjektif kita terhadap seberapa sehat diri kita. Orang yang memiliki lima atau lebih masalah kesehatan, maka kebahagiaan mereka berkurang sejalan dengan waktu (Seligman, 2002). Pada subjek E dan W mampu menjaga kesehatan jasmani dan rohaninya agar terhindar dari pikiran negatif. Hal ini sesuai dengan pendapat Seedhouse dalam Putra dan Ketut (2019) bahwa kebahagiaan dipercaya membantu menyembuhkan orang sakit dan melindungi orang sehat dalam melawan penyakit. Dalam pandangan ini, perawatan kesehatan seharusnya tidak hanya fokus terhadap penyakit, melainkan juga harus peduli dengan kualitas hidup yang lebih luas. Pandangan ini tercermin dalam definisi kesehatan yang luas dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) yang meliputi kesehatan fisik, mental dan kesejahteraan sosial.

Kemudian dari segi jenis kelamin adalah jenis kelamin memiliki hubungan yang tidak konsisten dengan kebahagiaan. Wanita memiliki kehidupan emosional yang lebih ekstrim daripada pria. Wanita mengalami lebih banyak emosi positif dengan intensitas yang lebih tinggi dibandingkan pria. tingkat emosi rata-rata pria dan wanita tidak berbeda akan tetapi wanita lebih bahagia dan juga lebih sedih dibandingkan pria (Seligman, 2002). Pada subjek E dan W lebih emosional karena mengutamakan perasaan daripada logika. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Rahmiati dalam Pangaribuan (2016) bahwa keintiman serta kepercayaan dalam suatu hubungan dapat ditimbulkan melalui pengungkapan emosi berbentuk kelembutan dan kasih sayang. Agar dapat mencapai pendewasaan diri diperlukan emosi yang matang sehingga individu tersebut mampu menempatkan posisi dirinya dengan tepat dan sesuai dengan keadaan yang ada. oleh karena itu kematangan emosi diperlukan baik dalam hubungan secara umumnya dan masing-masing individu secara khususnya.

Berdasarkan uraian tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan pada wanita (istri) yang memiliki hubungan kesenjangan usia dalam pernikahan dalam fenomena usia istri lebih tua dari suami sesuai faktor yang

mempengaruhi kebahagiaan yaitu dari segi faktor internal adalah kepuasan masa lalu yaitu mampu bersyukur dan memaafkan jika suami bersalah, dari segi optimis masa depan yaitu mempunyai rasa yakin, percaya, optimis dan berusaha membina keluarga menjadi keluarga yang bahagia, dari segi kebahagiaan pada masa sekarang yaitu kenikmatan diantaranya senang dan gembira, saling menghargai, kasih sayang sedangkan gratifikasi yaitu suka memasak untuk melayani suami dan bekerja.

Pada faktor eksternal di dalamnya dari segi kehidupan sosial yaitu mudah bergaul dan mengikuti kegiatan positif diluar rumah, dari segi agama atau religiusitas yaitu religius dan beribadah. Sedangkan dari segi pernikahan yaitu memiliki rasa cinta, saling melengkapi, bersama membina rumah tangga dan juga perilaku baik suami, peduli, saling pengertian dan perhatian. Adapun dari segi usia yaitu bersyukur dan semakin tua usia semakin tahu akan tujuan hidup. Dari segi uang yaitu merasa cukup dan ketebukaan dalam mengelola keuangan keluarga. Kemudian dari segi kesehatan yaitu mampu menjaga kesehatan jasmani dan rohaninya agar terhindar dari pikiran negatif. Sedangkan dari segi jenis kelamin yaitu lebih emosional karena mengutamakan perasaan daripada logika.

KESIMPULAN

Kebahagiaan pada wanita (istri) yang memiliki hubungan kesenjangan usian dalam pernikahan dalam studi fenomenologi usia istri lebih tua dari suami berdasarkan aspek kebahagiaan. Subjek E dan subjek W mampu memenuhi semua aspek yaitu positive emotion (emosi positif), engagement (keterlibatan), relationship (hubungan positif), meaning of life (makna hidup), dan accomplishment (prestasi). Berdasarkan faktor internal dapat disimpulkan bahwa kebahagiaan subjek E dan W memenuhi semua faktor dari kepuasan masa lalu yaitu mampu bersyukur dan memaafkan, optimis akan masa depan, kebahagiaan pada masa sekarang yaitu kenikmatan dan gratifikasi. Sedangkan pada faktor eksternal yang

mempengaruhi kebahagiaan subjek E dan W berasal dari kehidupan sosial, agama / religiusitas, pernikahan, usia, uang, kesehatan, dan jenis kelamin.

DAFTAR PUSTAKA

- Abimanyu, S. (2017). *Bahagia Itu (Tidak) Sederhana*. Laksana
- Al-Banjari, R. R. (2009). *The Route Of Happiness*. DIVA Press
- Awi, M. V., Mewengkang, N., & Golung, A. (2016). Peran Komunikasi Antara Pribadi Dalam Menciptakan Haomonisasi Keluarga di Desa Kimaan Kabupaten Merauke. *E-Jurnal "Acta Diurna"*. 5 (2).
- Fitriani. (2011). Hubungan Antara Sikap Terhadap Proses Perceraian Orang Tua dengan Optimisme Remaja Terkait Perceraian Orang Tua (*skripsi, tidak diterbitkan*). Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
- Francis-Tan, M., & Mialon, H. M. (2015). 'A Diamond is Forever' and Other Fairy Tales: The Relationship between Wedding Expenses and Marriage Duration. *Economic Inquiry*. 53 (4), October 2015 ISSN 0095-2583. Retrieved from <https://www.csus.edu/faculty/m/fred.molitor/docs/wedding%20expenses%20and%20marriage%20duration1.pdf>
- Herawati, I., & Widiantoro, D. (2019). Kebersyukuran dan Kemaafaan Terhadap Kepuasan Pernikahan. *Al-Hikmah: Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan*. 16 (2).
- Hurlock, E. B. (1994). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Edisi Kelima)*. Penerbit Erlangga
- Islahudin. (2017). Adakah Selisih Usia Ideal Dalam Pernikahan?. *Beritagar.id* Retrieved from <https://beritagar.id/artikel/gaya-hidup/adakah-selisih-usia-ideal-dalam-pernikahan>

- Izzah, I. (2019). Kebahagiaan Pada Pasangan Suami Istri Dengan Usia Pernikahan Di Atas 50 Tahun. *Jurnal Psikologi Interaktif*. 7 (1). Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/335717029>
- Lehmiller, J., & Agnew, C. (2011). May-December Paradoxes: An Exploration of Age-Gap Relationships in Western Society. *Department of Psychological Sciences Faculty Publications*. Paper 27. Retrieved from <https://docs.lib.purdue.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1024&context=psychpubs>
- Masyitah, A. (2015). Peran Orang Tua Dalam Membina Anak Menuju Kesuksesan (Studi Kasus Keluarga di Dusun Perjarakan Selatan Kecamatan Jabon Kabupaten Sidoarjo) (*skripsi, tidak diterbitkan*). FTIK Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Moleong, L. J. (2007). *Metodelogi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Rosdakarya.
- Pahlawati, E. F. (2019). Pengaruh Keharmonisan Keluarga Terhadap Sikap Sosial Anak. *Jurnal Sumbula*. 4 (4).
- Pangaribuan, L. (2016). Kualitas Komunikasi Pasangan Suami Istri Dalam Menjaga Keharmonisan Perkawinan. *Jurnal Simbolika*. 2 (1).
- Putra, G. B. B., & Sudibia, I, K. (2019). Faktor-Faktor Penentu Kebahagiaan Sesuai Dengan Kearifan Lokal Di Bali. *E-Jurnal Ekonomi dan Bisnis Udayana*. 8 (1).
- Rakhmadani, N. A. (2018). Analisis Tingkat Kebahagiaan Pada Lansia Penerima Manfaat Dan Bukan Penerima Manfaat Program Day Care Sercive (*skripsi, tidak diterbitkan*). Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Sela, Y., Pham, M. N., Mogilski, J. K., Lopes, G. S., Shackelford T. K., Zeigler-Hill, V. (2018). Seligman, M. E. (2013). *Beyond Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan Sempurna Dengan Psikologi Positif*. PT Mizan Pustaka.
- Seligman, M. E. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. *Handbook of positive psychology*, 2(2002), 3-12.
- Siscayanti, A. H. (2016). Kontribusi Keharmonisan Keluarga terhadap Perkembangan Keterampilan Sosial Siswa (Studi Kasus Siswa Kelas XI SMAN 12 Jakarta, Klender) (*skripsi, tidak diterbitkan*). Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta.
- Saidiyah, S., & Julianto, V. (2016). Problem Pernikahan dan Strategi Penyelesaiannya: Studi Kasus Pada Pasangan Suami Istri dengan Usia Perkawinan Di Bawah Sepuluh Tahun. *Jurnal Psikologi Undip*. 15 (2) Retrieved from <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/view/13482/pdf>
- Soraya, E. (2015). Hubungan Antara Religiusitas Dengan Tingkat Keharmonisan Keluarga Pada Pasangan Suami-Istri (*skripsi, tidak diterbitkan*). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Syaukani, A. R. (2015). Penyebab Nassar dan Muzdalifah Bersitegang hingga Muncul Gosip Perceraian. *Tabloidbintang.com* Retrieved from <https://www.tabloidbintang.com/berita/gosip/read/14125/penyebab-nassar-dan-muzdalifah-bersitegang-hingga-muncul-gosip-perceraian>
- Takariawan, C. (2015). *Wonderful Couple Menjadi Pasangan Paling Bahagia*. PT Era Adicitra Intermedia
- Utami, S. (2018). Komitmen dan Kepuasan Pernikahan Pada Pasutri Dengan Rentang Usia Jauh Di Samarinda. *Psikoborneo*. 6 (2) ISSN 2477-2674. Retrieved from [http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2018/09/suryawati%20jurnal%20\(09-05-18-02-52-17\).pdf](http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2018/09/suryawati%20jurnal%20(09-05-18-02-52-17).pdf)
- Vonika, R., & Munthe, R. A. (2018). Hubungan Kematangan Emosi Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Istri Yang Bekerja.

Jurnal Perempuan, Agama dan Jender.
17 (1), ISSN: 1412-6095. Retrieved from
[http://ejournal.uin-](http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/marwah/article/download/4807/3358)
[suska.ac.id/index.php/marwah/article/do](http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/marwah/article/download/4807/3358)
[wnload/4807/3358](http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/marwah/article/download/4807/3358).

Wisnuwardhani, D., & Mashoedi, S. F. (2012).
Hubungan Interpersonal. Salemba
Humanika

Walgito, B. (2010). *Bimbingan dan Konseling
Perkawinan*. Andi