

## Kesejahteraan Psikologis Perempuan Yang Belisnya Belum Di Bayar Lunas Di Kabupaten Manggarai Timur Desa Golo Tolang

Bergita Apolonia A. Sutri<sup>1</sup>, Diana Aipipidely<sup>2</sup>, Theodora Takalapeta<sup>3</sup>, R. Psaufikus Christa Wijaya<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, Kupang, Indonesia

### Article Info

#### Article history:

Received April 14, 2025  
Revised April 14, 2025  
Accepted April 25, 2025

#### Kata Kunci:

Belis,  
Kesejahteraan Psikologis,  
Perempuan Desa Golo Tolang

#### Keywords:

Belis,  
Psychological Well-being,  
Women of Golo Tolang Village

### ABSTRAK

kesejahteraan psikologis adalah konsep yang berkaitan dengan perasaan yang dialami individu dalam kehidupan sehari-hari lalu perasaan tersebut diungkapkan sesuai dengan apa yang dirasakan oleh individu tersebut sebagai hasil dari pengalaman hidupnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kerentanan kesejahteraan psikologis perempuan di Desa Golo Tolang. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah lima orang. Uji keabsahan data dilakukan melalui *member check*. Pada penelitian ini ditemukan satu tema yaitu, kerentanan psikologis perempuan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kerentanan psikologis perempuan. Munculnya kerentanan psikologis perempuan yaitu: perasaan malu dan takut di kucilkan, stres, rasa bersalah, dukungan sosial, tanggung jawab dan bahagia. Artinya bahwa kesejahteraan psikologis perempuan yang belisnya belum dibayar lunas dimana keadaan seseorang perempuan mampu mencapai sesuatu apa adanya, memiliki tujuan hidup yang jelas, mampu menjalin relasi positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan potensi psikologis, dan mampu mengembangkan kelebihan serta menerima kekurangan diri.

### ABSTRACT

*Psychological well-being is a concept related to the feelings experienced by individuals in everyday life and then these feelings are expressed according to what the individual feels as a result of their life experiences. This study aims to determine the vulnerability of women's psychological well-being in Golo Tolang Village. This study uses a qualitative method. Participants in this study numbered five people. Data validity testing was carried out through member checks. In this study, one theme was found, namely, women's psychological vulnerability. The results of this study indicate that women's psychological vulnerability. The emergence of women's psychological vulnerability is: feelings of shame and fear of being ostracized, stress, guilt, social support, responsibility and happiness. This means that the psychological well-being of women whose dowry has not been fully paid where a woman's condition is able to achieve something as it is, have clear life goals, are able to establish positive relationships with others, become an independent person, are able to control psychological potential, and are able to develop strengths and accept self-deficiencies.*

*This is an open access article under the [CC BY](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) license.*



***Corresponding Author:***

Bergita Apolonia A. Sutri  
Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana,  
Kupang, Indonesia  
Email : apoloniasulastri@gmail.com

---

## **1. PENDAHULUAN**

Kesejahteraan dalam diri hanya bisa diraih setelah manusia mampu menghadapi dan memenuhi berbagai kebutuhan. Kebutuhan manusia adalah unsur-unsur yang dibutuhkan setiap manusia dalam melakukan pertahanan diri agar terciptanya antara keseimbangan aspek fisiologis dan psikologis. Sukmasari, (2020) Kebutuhan manusia merupakan elemen penting yang harus dipenuhi untuk mempertahankan hidup serta menjaga keseimbangan antara aspek fisiologis dan psikologis. Maslow menjelaskan bahwa manusia memiliki lima kebutuhan dasar untuk mempertahankan kehidupannya, yaitu kebutuhan fisiologis, kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan akan kasih sayang, dan rasa takut agar manusia memperoleh kehidupan yang aman dan tentram secara lahir maupun batin.

Menurut Hurlock (1999), tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa muda mencakup mendapatkan suatu pekerjaan, memilih pasangan hidup, belajar hidup bersama dengan suami atau istri, mulai membina keluarga, mengasuh anak-anak, mengelola rumah tangga, menerima tanggung jawab sebagai warga negara dan mencari kelompok sosial yang menyenangkan. Tingkat penguasaan tugas-tugas pada tahun-tahun awal masa dewasa dini akan mempengaruhi tingkat keberhasilan pada masa selanjutnya sampai pada tahun-tahun akhir kehidupan mereka.

Menurut Ryff [1], Kesejahteraan psikologis merupakan suatu konsep yang menggambarkan bagaimana individu merasakan dan mengekspresikan perasaannya dalam kehidupan sehari-hari, yang merupakan cerminan dari pengalaman hidup yang dialaminya. Selain itu, kesejahteraan psikologis dapat dimaknai pula sebagai kebahagiaan dan kepuasan hidup yang diperoleh serta hilangnya gejala-gejala depresi (Ryff & Keyes dalam Rahmawati, 2017).

Berbagai faktor dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis, di antaranya adalah usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dukungan sosial, tingkat religiusitas, sikap optimis, kemampuan dalam mengendalikan emosi, kualitas kelekatan dan hubungan yang hangat, serta keberhasilan dalam mencapai tujuan hidup (Rahmawati, 2017). Faktor-faktor tersebut harus diperhatikan agar manusia mendapatkan kesejahteraan psikologis yang baik. peneliti meneliti kelompok rentan belis belum dibayar lunas disuku manggarai dengan usia 25-45 tahun.

Kesejahteraan psikologis merupakan hasil dari evaluasi individu terhadap kehidupannya, baik dari sisi kognitif maupun emosional. Secara kognitif, kesejahteraan tercermin dalam bentuk kepuasan hidup, sedangkan secara emosional ditunjukkan melalui afek positif atau perasaan senang yang dirasakan. Nusa Tenggara Timur salah satu provinsi yang masih kental dengan adat istiadat, salah satunya yaitu belis dan setiap suku berbeda dalam pelaksanaan tradisi belis. Menurut Sanjaya dan Rahardi [2], belis di suku Manggarai Timur pembayaran belis bisa menggunakan uang, hewan, dan harta warisan yang jumlahnya cukup banyak, tergantung pendidikan calon pengantin wanita.

Dilihat dari pemberian belis tersebut diatas bila kita kaitkan dengan pendapat masyarakat Manggarai Timur, Desa Golo Tolangperempuan yang sudah menikah yang berumur 25-45 tahun tinggal di Desa Golo Tolang yang mayoritas penduduknya bermata pencarian petani, jumlah belis tersebut terasa begitu tinggi bagi calon mempelai pria yang akan menikahkan calon mempelai wanita. Apalagi jika wanita yang akan dinikahi memiliki gelar dibelakangnya dan status sosial tertentu.

Fenomena budaya belis di Manggarai Nusa Tenggara Timur memberikan dampak psikologis tersendiri bagi keluarga mempelai laki-laki maupun perempuan dan keluarga besar secara umum.

Tradisi belis memberikan dampak perasaan dan penilaian tertentu bagi masyarakat Manggarai khususnya anak wina dan anak rona

Menurut Sanjaya dan Rahardi [2], belis merupakan unsur penting dalam lembaga perkawinan. Selain dipandang sebagai tradisi yang memiliki nilai-nilai luhur dan bentuk penghargaan terhadap perempuan, namun di satu sisi sebagai pengikat pertalian kekeluargaan dan simbol untuk mempersatukan laki-laki dan perempuan sebagai suami-istri. Belis juga dianggap sebagai syarat utama pengesahan berpindahnya suku perempuan ke suku laki-laki di Kabupaten Manggarai Timur, Desa Golo Tolang.

Belis merupakan pemberian dari pihak laki-laki kepada pihak perempuan sebagai bentuk ungkapan terima kasih kepada keluarga perempuan yang telah merelakan anaknya untuk menikah dan menjadi bagian dari keluarga laki-laki, serta sebagai simbol penerimaan dalam adat baru yang diikuti oleh pihak perempuan. Wahyuningsih (2016), menjelaskan bahwa makna belis dalam perkawinan adat adalah sebagai penghargaan tertinggi terhadap perempuan yang akan dinikahi, hubungan timbal balik antara kedua rumpun keluarga, solidaritas secara inti dari kerabat istri ke kerabat suami sebagai wujud dari kekerabatan baru, dan memiliki nilai sosial budaya.

Pemberian belis ini juga mempunyai makna yang mendalam bagi masyarakat Manggarai. Dimana belis ini mempunyai arti yaitu untuk membalas air susu ibu atau sebagai penghargaan terhadap kaum perempuan. Makna belis bagi perkawinan adat Manggarai Timur Desa Golo Tolang itu sebagai ungkapan terimakasih karena orangtua sudah bersusah paya mengurus, mengasuh dan membesarkan, menyekolahkan anaknya dari kecil hingga dewasa bahkan sampai memperoleh pekerjaan yang layak bagi anaknya [3].

Tujuan dari belis adalah untuk meringankan pihak perempuan dalam melaksanakan acara resepsi pernikahan [3] Adapun kegunaan belis yaitu membiayai pesta pernikahan, untuk membeli perabotan rumah tangga berupa tempat tidur, lemari, meja rias dan sebagainya. Wood [4], Perempuan yang telah menikah umumnya menemukan sumber kepuasan pribadi melalui peran mereka dalam keluarga, dan biasanya juga memikul tanggung jawab atas pekerjaan rumah tangga. Makna belis merupakan ungkapan terima kasih kepada orang tua atas jerih payah mereka dalam merawat, membesarkan, mendidik, dan menyekolahkan anaknya sejak kecil hingga dewasa, bahkan sampai anak tersebut memperoleh pekerjaan yang layak [3].

## 2. METODE

### 2.1 Jenis Penelitian

Dalam metode ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Menurut sugiyono (2019), metode penelitian kualitatif sering di sebut metode penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alami. Metode penelitian kualitatif adalah metode adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek alamiah, dimana penelitian dalam instrument kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara tringgulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/ kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makan dari pada generalisasi.

Menurut Moleong [5], peneitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian seperti perilaku, presepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain secara *holistik* dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif untuk menjelaskan dan menggambarkan dengan kata-kata/kalimat secara terperinci terkait suasana objek yang nyata dan fenomena realitas yang terjadi di lapangan tanpa berlebih lebihan.

## 2.2 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah suatu kegiatan yang dilakukan untuk mendapatkan bahan-bahan yang diperlukan dalam penelitian ini [6]. Pengumpulan data penelitian ini dilakukan dengan menggunakan wawancara, untuk mengukur Kesejahteraan Psikologis Perempuan yang belisnya belum di bayar lunas. Dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara. Menurut Pujileksono [7], teknik pengumpulan data melalui wawancara merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui tanya jawab sejar lisan dan langsung dengan sumber data atau partisipan dalam penelitian. Kemudian direkam menggunakan bantuan alat perekam untuk memastikan data yang terkumpul selama wawancara lengkap dan tidak terpotong-potong. Wawancara dapat dilakukan sejar terstruktur maupun tidak terstruktur.

Wawancara terstruktur seperti peneliti telah menyiapkan instrument berupa pernyataan-pernyataan tertulis. Dengan wawancara terstruktur setiap partisipan diberi pernyataan yang sama, dan peneliti mencatatnya. Selanjutnya wawancara tidak terstruktur adalah wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematik dan lengkap untuk pengumpulan datanya.

Pada penelitian ini menggunakan wawancara terstruktur dengan menggunakan pedoman wawancara yang telah disiapkan. Wawancara mendalam dilakukan pada setiap partisipan untuk mengetahui kesejahteraan psikologis perempuan yang belisnya belum di bayar lunas.

## 2.3 Definisi Operasional

Belis di artikan sebagai ungkapan terimakasih kepada pihak keluarga perempuan, karena telah menjaga dan membesarkan anaknya dari kecil hingga dewasa. Belis ini juga harus dibayar lunas oleh pihak laki-laki kepada perempuan sehingga keluarga perempuan merasa dihargai. Maka disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis dapat diartikan sebagai suatu kepuasan secara psikologis yang diusahakan oleh seseorang untuk menerima kelebihan dan kekurangan dirinya, sehingga tercapai perasaan bahagia oleh perempuan ketika belisnya dibayar lunas.

## 2.4 Teknik Analisis Data

Analisis *Thematic analysis* diartikan sebagai salah satu cara untuk menganalisa data dengan tujuan untuk mengidentifikasi pola atau untuk menemukan tema melalui data yang telah dikumpulkan oleh peneliti [8]. Cara ini merupakan metode yang sangat efektif apabila sebuah penelitian bermaksud untuk mengupas secara rinci data-data kualitatif yang mereka miliki guna menemukan keterkaitan pola-pola dalam sebuah fenomena dan menjelaskan sejauh mana sebuah fenomena terjadi melalui kacamata peneliti [9].

## 3.5 Uji Keabsahan Data

Keabsahan data dilakukan untuk membuktikan bahwa penelitian yang dilakukan merupakan penelitian ilmiah sekaligus untuk menguji data yang diperoleh. Dalam penelitian kualitatif, data dapat dinyatakan kredibel jika terdapat persamaan antara data yang diperoleh dengan oleh peneliti dengan fenomena realitas yang terjadi pada objek yang diteliti.

Uji keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan member check. Member check merupakan suatu proses pengecekan data yang dilakukan oleh peneliti terhadap subjek atau sumber penelitian. Tujuannya adalah untuk mengetahui seberapa cocok data yang diperoleh dengan data yang disampaikan sumbernya. Member check dilakukan setelah pengumpulan data selesai atau setelah diperoleh temuan-temuan yang relevan dengan permasalahan yang ingin dipecahkan. Caranya adalah peneliti mengkonsultasikan data yang diperoleh pada narasumber. Apabila verbatim sesuai dengan apa yang dimaksud oleh partisipan, maka dapat dikatakan bahwa data tersebut valid, tetapi dalam penyajian data

yang telah diperoleh tidak disepakati atau tidak sesuai dengan yang dimaksud oleh partisipan, maka peneliti perlu melakukan diskusi lebih lanjut dengan partisipan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi kasus yang berjudul ” Kesejahteraan Psikologis Perempuan Yang Belisnya Belum Di Bayar Lunas Di Desa Golo Tolang” dilaksanakan pengambilan data selama satu bulan melalui metode wawancara mendalam. Jumlah partisipan dalam penelitian ini berjumlah 5 orang yang bernama Jeni, Nasti, Ester, Helmi dan Sastri ke-5 partisipan ini berdomilisi di Desa Golo Tolang dan partisipan penelitian telah memenuhi kriteria sebagai partisipan penelitian dan menyatakan bersedia untuk dijadikan subjek (lembar persetujuan terlampir).

Peneliti melakukan pencarian partisipan untuk meminta izin pada partisipan sebelum mewawancarai partisipan dan peneliti hanya mewawancarai partisipan yang ingin untuk menjadi partisipan, sebelum wawancara peneliti menjelaskan secara singkat penelitian yang akan dilakukan dan menunjukkan panduan wawancara kepada partisipan dan setelah partisipan menyetujui dan mengizinkan untuk diwawancarai dengan bukti menandatangani *informed consent* dan lembar persetujuan peneliti. Selanjutnya peneliti melakukan wawancara di satu suku dan mendapatkan ke-5 partisipan, pengambilan data terkait kasus kesejahteraan psikologis perempuan yang belisnya belum lunas yang dialami sama dari ke-5 partisipan.

#### 3.1 Hasil Analisis

Data yang diperoleh dari hasil wawancara selanjutnya melalui proses analisis yang dilakukan oleh peneliti melalui analisis tematik secara manual. Peneliti mengawali analisis dengan mengklasifikasi data-data yang ada. Penelitian ini dilihat dari studi kasus yang berada Desa Golo Tolang yang mana hal tersebut didapat pada partisipan wawancara yang berjumlah 5 orang. Peneliti menemukan 1 tema utama yaitu kerentanan psikologis perempuan (sub tema: perasaan malu dan takut dikucilkan, stres, rasa bersalah, dukungan sosial, tanggung jawab, bahagia).



Gambar 1. Tema dan Sup-Tema

#### 1. Kerentana kesejahteraan Psikologis Perempuan

Tema ini menjelaskan mengenai reaksi yang dialami partisipan ketika mengalami kerentana psikologis . Pada tema ini terdapat sub tema:

- a. Perasaan malu dan takut di kucilkan

perasan malu yang rasakan emosi sadar diri yang negatif yang terjadi sebagai respon terhadap tindakan yang dilakukan sebelumnya. Partisipan merasa malu kepada keluarganya, dari hasil Wawancara JN, NS dan HL malu bertemu orang tuang karena belis mereka belum di lunasi.

*“Kaka saat ini saya merasa bersalah dan malu dengan kedua orang tua saya kaka karena belis saya belum dilunasi kaka” (Jn, cod 20-21)*

NS juga mengalami hal yang sama merasa dampak dari kesejahteraan psikologis karen tingginya belis

*“saya merasa malu untuk ketemu atau mengunjungi keluarga saya kaka” (Ns, cod 23-24)*

Sedangkan SS juga merasakan hal yang sama

*“ tanggapan saya merasa malu dengan keluarga kaka” (Ss, cod 28)*

b. Stres

Sters dalam hal seseorang mudah tersinggung, emosi dab putus asa. Berdasarkan pernyataan dari JN, HL merasa stres denga hal-hal baru yang ada pada dirinya saat ini

*“Kaka kadang saya merenung kenapa nasib saya tidak sama dengan orang lain, dan saya berpikir mungkin jalan hidup saya seperti ini kaka”*

**(Jn, cod 52-54)**

*“Stres kaka karena banyaknya pikiran setelah saya menikah”*

**(HL, cod 26-28)**

c. Rasa bersalah

Merasa bersalah dakam hal ini seseorang individu yang merasa dirinya menyesal atas sesuatu yang buruk atau di abaikan oleh seseorang. Dalam hasi wawancara dengan partisipan JN, NS, ET merasa bersalah denga dirinya saat ini.

*“ kaka kadang saya merenung kenapa nasib saya tidak sama dengan orang lain dan saya perpikir mungkin jalan hidup saya seperti ini kaka”*

**(Jn, cod 52-54)**

NS juga merasakan hal yang sama ketika iya mengambil keputusan

*Kaka awalnya saya biasa-biasa saja, semua masukan saya terima, tetapi semua keputusan atau pendapat yang buat pertimbangan, semuanya itu kembali lagi kediri saya sendiri karena saya yang merasakan semua ini kak” (Ns, cod 83-88)*

Dari hasil wawancara dengan pertisipan ET juga iya merasakan hal yang sama.

*“ hal yang membuat saya tertekan iyu kaka, saya merasa bersalah dengan kedua orang tua saya kaka” ( Et, cod 80-82)*

Sedangkan partisipan HL juga merasakan hal yang sama.

*“ kalau keluarga saya masi bisa diajak kerja sama kaka, tetapi saya senagai anak yang belum bisa membahagiakan bapa dan mama tetap merasa bersalah dengan mereka” (HL, cod 113-116)*

d. Dukungan sosial

Dalam hak ini dukungan sosial meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang dengan membantu mencapai tujuan dengan kepuasan hidup. dalam hal ini partisipan NS, HL, SS menyataak bahwa yang memberikan semangat dalam hidupnya adalah keluarganya sendiri.

*“Keluarga kaka, karena keluarga yang paling dekat menurut saya saat ini. alasanya bisa di ajak cerita dan bisa mendapatkan solusi atau dukungan dari*

*mereka kaka” (Ns, cod 91-94)*

*“Yang pertama itu suami saya kaka, tetapi ketika saya memikirkan dengan keuangan keluarga kami sekarang belum mencukupi. Tetap saya saya yang menjadi tidak nyaman untuk menceritakan semua ini kaka” (HL, cod 105-110)*

*“Yang pertama itu keluarga saya kaka, karena mereka yang dekat dengan saya dan saya percaya kepada mereka untuk saya cerita kaka”*(Ss, cod 92-94).

e. Tanggung Jawab

Tanggung jawab dalam hal ini partisipan menjelaskan adanya rasa tanggung jawab yang dimiliki oleh partisipan sehingga hal tersebut yang membuat partisipan bertahan dalam tindakan kesejahteraan psikologis, berikut pernyataan partisipannya NS. Dari hasil wawancara NS menyatakan bahwa saat ini berusaha menjadi lebih baik kaka

*“Jelas ada kaka, yang pasti saya ingin bisa mengelolah keuangan dan ingin menjadi lebih baik lagi kaka”*(Ns, cod 72-75)

f. Bahagia

Berdasarkan keterangan dari partisipan bahwa tujuan hidupnya ingin hidup bahagia. Berdasarkan pernyataan dari NS bahwa, ia ingin hidup bahagia. Berdasarkan hasil wawancara dari NS ia sangat bahagia dengan anak-anak dan suaminya. NS juga merasa bahagia ketika sudah menikah

*“Ingin hidup bahagia bersama keluarga”* (Ns, cod 32)

*“Memiliki 2 anak orang anak dan suami yang menghargai saya sebagai istri”* (Ns, cod 45-46)

*“Perasaan saya bahagia”* (Ns, cod 61)

Sedangkan dari hasil wawancara partisipan memiliki tujuan hidupnya ingin bahagia. ET ingin bahagia bersama keluarganya, setelah menikah ET merasa bahagia. Hasil wawancara HL menemukan hal yang sama dengan partisipan SS ingin bahagia bersama keluarga dan anak-anaknya

*“bahagia bersama keluarga”* (Et, cod 52)

*“Perasaan bahagia, karena saya mempunyai 2 orang anak laki-laki dan perempuan”* (Et, cod 73-76)

*“Saat ini saya ingin membahagiakan anak-anak”* (HL, cod 32-33)

*“sangat bahagia, menikah dengan laki-laki yang saya inginkan”*(HL, cod 71- 73)

*“ yang membuat saya bahagia dalam hidup ini saya menikah dengan laki laki-laki pilihan saya”* (Ss, cod 49-50)

Kesimpulan dari tema ini partisipan merasa bahagia ketika mempunyai anak, menikah dengan laki-laki pilihannya dan bahagia bersama keluarga dalam rumah tangga.

### 3.2 Pembahasan

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui kesejahteraan psikologis pada perempuan di Desa Golo Tolang. Berdasarkan hasil analisis terpadu dua tema yang akan dibahas, yaitu faktor-faktor kesejahteraan psikologis dan kerentanan psikologis perempuan. Berikut akan dibahas dari hasil penelitian yaitu kerentanan kesejahteraan psikologis perempuan. Perasaan malu dan takut di kucilkan salah satu masalah kesehatan mental seseorang dari kesadaran diri sendiri, keyakinan diri yang negatif, harga diri yang rendah, dan rasa takut akan penilaian dan penolakan. Hal ini menunjukkan bahwa individu merasa malu kepada kedua orang tuanya ia merasa dirinya yang direndahkan oleh orang lain. Seperti hasil wawancara dengan seorang ibu ia menyatakan bahwa ia merasa malu bertemu kedua orang tuanya karena belisnya belum di lunasi.

Stres merupakan suatu kerentanan yang sangat mengganggu perasaan seseorang, seseorang merasa tidak nyaman dalam hidup ketika merasakan stres, hal ini seseorang merasa dirinya banyak perubahan dan pikirannya terganggu dengan beban belis dari orang tuanya belum dilunasi.

Rasa bersalah berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis seseorang dapat mengganggu aktivitas seseorang dalam hubungan dengan orang lain. Rasa bersalah dalam hal ini seseorang merasa

bersalah dengan orang tuanya karena sampe saat ini iya belum membahagiakan kedua orang duanya karena belisnya belum dilunas oleh suaminya.

Dukungan sosial dalam hali ini dari hasil penelitian seseorang merasa dihargai ketika ada dukungan dari orang lain. Dari hasil penelitin partisipan sangat terbuka dengan orang lain dalam hali ini selalu selalu mendapatkan solusi dari apa yang mereka rasakan dalam diri seseorang. Dalam penelitian ini mereka mendapatkan bantuan dari keluarga dan teman sehingga mendapatkan masukan dan solusi dari keluarganya. hasil penelitian dari Wood [4], menyatakan perempuan yang menikah biasanya memiliki sumber kepuasan pribadi terhadap keluarga mereka, perempuan yang telah menikah biasanya bertanggung jawab untuk pekerjaan rumah tangga.

Tanggung jawab dalam penelitian ini berfokus pada tanggung sejawat seseorang dari perbuatan yang belum iya lunaskan, hal ini individu sangat berusaha untuk bertanjung jawab atas belis yang belum di lunasi kepada keluarhanya. Tangung jawab dalam hal ini seseorang berusaha menjadi lebi baik dari sebelumnya sehingga mencapai keinginan yang seseorang inginkan.

Bahagia dalam penelitian seseorang belum merasa puasa karena iya masi tinggal bersama keluarga dari suaminya, individu ingin hidup sedndiri drngan keluarga kecilnya tetapi saan ini belum tercapai karean belum memiliki rumah sendiri. Dalam hal ini seseorang merasa belum bahagia dalam dirinya. penelitian Amaro [10], hal paling penting bagi perempuan dalam pernikahan yaitu pengalaman, pendapatan, dan memiliki anak yang dapat meningkatkan kondisi kesehatan mental.

### **3.3 Temuan Baru Dalam Penelitian**

Dalam penelitian ini, terdapat hal menarik dan baru yang ditemukan oleh peneliti. Hala menarik dan baru ini tentu dapat menambah pengetahuan, khususnya berkaitan dengan kesejahteraan psikologis perempuan yang belisnya belum dibayar lunas. Dalam penelitian ini yang dilakukan oleh peneliti pada perempuan di Desa Golo Tolang mengenai kesejahteraan psikologis perempuan. Pertama yang ditemukan berkaitan dengan dampak dari tingginya belis yang membuat partisipan merasa stres atau pikiran terganggu sehingga menimbulkan rasa malu dengan keluarganya sendiri dan orang lain. Hal yang kedua, menimbulkan rasa kepuasan hidup ketika hidup berasam keluarga kecilnya sesudah menikah. Ketiga, yang ditemukan dalam penelitian ini hal yang di rasakan oleh partisipan sehingga mereka merasa bahagia ketika ada dukungan sosial yang membuat mereka sanga membantuk masalah yang dialami oleh partisipan.

### **3.4 Refleksi Penulis**

Selain melakukan penelitian, peneliti seperti merasa khawatir hal ini dikarenakan melakukan penelitian dan masuk ke lembaga desa merupakan pengalaman baru bagi peneliti. Namun, ketika peneliti melakukan penelitian mulai dari pengambilan data awal, sampai dalam proses wawancara untuk penelitian, mereka dengan senang hati membantu dalam menyiapkan hal-hal yang dibutuhkan selama proses penelitian berlangsung. Dalam proses wawancara peneliti berapa kali mengamati sikap dari partisipan. Ada beberapa partisipan yang menjawab pertanyaan dengan santai, dan ada juga yang merasa canggung saat menjawab pertanyaan. Hal ini dapat dipahami peneliti bahwa hal tersebut wajar karena mereka menceritakan terkait kehidupan pribadi mereka kepada peneliti sebagai orang yang mereka tidak kenal.

Terlepas dari itu semua, peneliti tetap menghargai dan berterimakasih kepada seluruh partisipan khusus di Desa Golo Tolang, karena sudah membantu dan bersifat terbuka kepada peneliti dalam melakukan penelitian.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis perempuan yang belisnya belum dibayar lunas di Desa Golol. Kerentanaan psikologis perempuan yang mendapat kesejahteraan psikologis dari keluarga yaitu lebih menjurus pada perasaan malu dan takut di kucilkan, stres, rasa bersala, dukungan sosial, tanggung jawab, bahagia. walaupun mendapat dampak seperti itu mereka masih memiliki resiliensi yaitu cita-cita, dukungan sosial, dan tanggung jawab sehingga hal tersebut yang membuat mereka bertahan dalam tindakan kesejahteraan psikologis perempuan yang belisnya belum di batar lunas. Pernyataan ini dapat dipahami bahwa efikasi diri pada perempuan yang menjadi korban ketidak nyamana dalam hidupnya memiliki masalah hal tersebut dapat dilihat dari dampak yang dialami partisipan seperti yang sudah dijelaskan.

#### REFERENSI

- [1] Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- [2] Sanjaya, F. O., & Rahardi, R. K. (2021). Kajian Ekolinguistik Metaforis Nilai-Nilai Kearifan Lokal Upacara Pernikahan Adat Manggarai, Flores, Nusa Tenggara Timur. *Deiksis: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 7(2), 12.
- [3] Dafiq, N. (2018). Dinamika Psikologis Pada Masyarakat Manggarai Terkait Budaya Belis. *Program Studi DIII Kebidanan STIKES Santu Paulus Ruteng*, 10, 98–104.
- [4] Wood, W., Rhodes, N., Whelan, M., Glenn, N., Levinger, G., Pennebaker, J., & Simpson, J. (1989). Sex Differences in Positive Well-Being : A Consideration of Emotional Style and Marital Status, 106(2), 249–264.
- [5] Moleong, L. J. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- [6] Magdalena, I., Sundari, T., Nurkamilah, S., Ayu Amalia, D., & Muhammadiyah Tangerang, U. (2020). Analisis Bahan Ajar. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 2(2), 311–326.
- [7] Pujileksono, S. (2015). *Metode penelitian komunikasi kualitatif*.
- [8] Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), p.77-101.
- [9] Fereday, J., & Muir-Cochrane, E. (2006). Demonstrating rigor using thematic analysis: A hybrid approach of inductive and deductive coding and theme development. *International Journal of Qualitative Methods*, 5(1), 80-92.
- [10] Amaro, H., Russo, N. F., Johnson, J., Amaro, H., Russo, N. F., & Johnson, J. (1987). Psychology of Women Quarterly FAMILY A N D WORK PREDICTORS OF PSYCHOLOGICALWELL-BEINGPROFESSIONALS. [http://doi.org/10.1111/j.1471\\_6402.1987.tb00921.x](http://doi.org/10.1111/j.1471_6402.1987.tb00921.x)