

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dinamika ambisi karier perempuan lajang di Kota Bengkulu terbentuk dari interaksi faktor internal dan eksternal yang saling menguatkan. Secara internal, pengalaman keberhasilan meningkatkan efikasi diri dan kebutuhan berprestasi (SCCT, McClelland), sementara status lajang memberi ruang otonomi bagi informan untuk mengambil keputusan karier secara mandiri, bertanggung jawab, dan efisien dalam bekerja (*Self-Determination Theory*), hingga mencapai taraf aktualisasi diri (*Maslow*) setelah kemandirian finansial tercapai. Di sisi eksternal, dukungan keluarga inti berperan sebagai penopang psikologis (*relatedness*) yang membantu mereka menghadapi stigma sosial terkait status pernikahan. Dengan demikian, status lajang bukan kondisi pasif, melainkan ruang strategis yang dimanfaatkan secara sadar untuk mengoptimalkan potensi diri, menghasilkan kemandirian finansial, kemajuan karier, dan ketahanan mental yang kuat.

B. Saran

Bertumpu pada poin-poin kesimpulan di atas, beberapa rekomendasi yang bersifat aplikatif, sosiokultural, maupun akademis diajukan kepada pihak-pihak terkait sebagai berikut:

1. Bagi Perempuan Lajang

Diharapkan untuk terus memperkuat rasa percaya diri dan fokus mengembangkan potensi karier yang dimiliki. Jangan ragu untuk mengambil peluang kepemimpinan serta tidak perlu terlalu memusingkan komentar miring dari lingkungan sekitar. Jadikan kebebasan dan kemandirian saat ini sebagai modal utama untuk membangun masa depan yang stabil dan bahagia, baik secara finansial maupun mental.

2. Bagi Masyarakat dan Keluarga

Masyarakat hendaknya mulai mengubah sudut pandang dan lebih menghargai pilihan hidup setiap individu. Hindari memberikan tekanan atau label negatif kepada perempuan yang belum menikah. Pemberian dukungan moral dan ruang gerak yang positif akan sangat

membantu mereka untuk terus berkarya dan berprestasi di ruang publik.

3. Bagi Instansi / Perusahaan (Tempat Bekerja)

Pihak manajemen perusahaan disarankan untuk terus menciptakan lingkungan kerja yang inklusif, adil, dan ramah gender. Memberikan kesempatan yang sama bagi perempuan lajang untuk naik jabatan dan mengasah kemampuan akan mendorong produktivitas serta kinerja perusahaan menjadi jauh lebih optimal.

4. Bagi Akademisi dan Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

Temuan riset ini disarankan menjadi referensi saat merancang modul pengembangan karier serta bentuk pendampingan psikologis yang lebih relevan. Para konselor dapat membantu perempuan muda dalam mengelola stres akibat tuntutan sosial, sekaligus mendampingi mereka merancang arah karier dan masa depan secara lebih matang.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang ingin mengkaji topik serupa, disarankan untuk memperluas cakupan wilayah penelitian atau menambah variasi latar belakang profesi subjek. Hal ini penting agar dinamika psikologis dan sosial perempuan lajang dapat tergambar secara lebih luas dan mendalam dari berbagai sudut pandang.



DAFTAR PUSTAKA

- Asnah, Yuliana. "Teori Abraham Maslow Dalam Analisa Kebutuhan Pemustaka." *Libraria* 6, no. 2 (2018):349–76.
<https://journal.iainkudus.ac.id/index.php/Libraria/article/viewFile/3845/pdf>
- Ayubi, M. Bintang. *"Bimbinga dan Konseling Karir"*. Lampung, 2020.
- Bernardin Dicky Reynardo, Arthur Huwae. "Resiliensi dan Adaptabilitas Karier pada Fresh Graduate." *Jurnal Socisl Library*, n.d.
- Badan Pusat Statistik Kota Bengkulu, "Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Kota Bengkulu", dikutip dari <https://bengkulukota.bps.go.id>, diakses 8 Agustus 2026.
- Darmawansyah, Agus. "Pengaruh Perencanaan Karir Terhadap Studi Lanjut Menurut Teori Donald Super Pada Siswa Kelas XI Man Rejang Lebong", 2025.
- Ema Septiana, Muhammad Syafiq. "Identitas Lajang (Single Identity) dan Stigma: Studi Fenomenologi Perempuan Lajang Di Surabaya." *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan* 4, no. 1 (2013): 71.
- Forum, World Economic. *Insight Report. World Economic Forum*, 2023.
https://www3.weforum.org/docs/WEF_GGGR_2023.pdf.
- Herdianto, Ni Made Dyah Sathya Pradnyadari; Yohanes Kartika. "Dinamika Perencanaan Karir Remaja Perempuan Bali." *Psikologi Udayana* 5 (2018): 251–67.

Husnullail. M, Risnita, M. Syahran Jailani, and Asbui. “Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Dalam Riset Ilmiah.” *Jurnal Genta Mulia* 15, no. 2 (2024): 70–78.

Maretha, Cut Hilwa, Divana Salsabila Muklis, Alisya Tabina, dan Mutiara Agis Sarita. “Tinjauan Peran Perempuan Terhadap Kesetaraan Gender di Lingkungan Kerja: Studi Kasus Pembangunan Berkelanjutan.” Vol. 4, No. 1 (2025): hlm. 269–278.

Maslikhah, Dina Rahmawati Hapsyah, Afan Abdul Jabbar, and Dede Rahmat Hidayat. “Implementasi Teori Donald E. Super Pada Program Layanan BK Karir Di Smk.” *Jurnal Ilmu Dan Budaya* 41, no. 64 (2019): 7661–80.

Akhsan, Muhammadiyah, dan Ahmadi. “Kajian Motivasi Belajar Bahasa Arab Siswa MTs-NU Al-Islamiyah Asembagus Melalui Kerangka Teori McClelland.” *Jurnal Bahasa Arab dan Pendidikan Bahasa Arab* 3, no. 2 (2022): 132–137.

Muna, Leli Nailul. “Peran Ayah Dalam Anak Perempuan” *Jurnal Psikologi Islam (Jpi)* V. 12 (2011). Hal. 45-50

Najir, Albab, Andi Muhammad Aditya, and Nurhikmah Nurhikmah. “Hubungan Antara Determinasi Diri Dengan Kesulitan Pengambilan Keputusan Karir Pada Mahasiswa Akhir Di Kota Makassar.” *Jurnal Psikologi Karakter* 4, no. 2 (2024): 527–32. <https://doi.org/10.56326/jpk.v4i2.3464>.

Budiati, Atik Catur. “Aktualisasi Diri Perempuan Karir Dalam Sistem Budaya Jawa (Persepsi Perempuan Terhadap Nilai-Nilai Budaya Jawa Dalam Mengaktualisasikan Diri).” *Jurnal Antropologi* 3, no. 1 (2018): 51.

Cahyadi, Ashadi, Muhammad Nikman Naser, Ahmad Siddiq Ridha, and Rahmat Alfianzah. *Bimbingan Karier Di Perguruan Tinggi Keagamaan Islam (Tinjauan Teoritis & Praktis Upaya Meningkatkan Kematangan Pilihan Karier*

Mahasiswa). Jawa Tengah: CV Arta Media, 2023.

Damarkinanthi, Niken Larasati, Retno Tri Hariastuti, and Universitas Negeri Surabaya. "Pengaruh Locus Of Control Dan Career Decision Making Self- Efficacy Terhadap Kematangan Karier Siswa." *Jurnal Nusantara Of Research* 13, no. 1 (2026): 42.

Dhiza Aliffia, Mawadah, Rabiatal Adawiyah, Khairun Na'imah, Shanty Komalasari, Ceria Hermina. "Konflik Peran Ganda Wanita Karir Saat Work From Home Di." *Muadalah: Jurnal Studi Gender Dan Anak* 10, no. 2 (2022): 79.

Fiantika, Feny Rita, and Anita Maharani. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Padang Sumatera Barat: c, 2022.

Frelians, Pricilla Pascadeany, and R A Vita Astuti. "Manajemen Komunikasi Stigma Pada Perempuan Lajang." *Jurnal Ilmu Komunikasi* 21, no. 1 (2024): 57.

Hamzah, Imam Faisal. "Aplikasi Self-Determinantion Theory Pada Kebijakan Publik Era Industri 4.0." *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi* 1, no. 9 (2019): 66.

Indri Wulandari, Nursalam, Mas'ud Ibrahim. "Fenomena Sosial Pilihan Hidup Tidak Menikah Wanita Karier." *Jurnal Equilibrium* 3, no. 1 (2015): 67.

Maharani, Elma Prastika. "Konflik Peran Ganda Wanita Karier," 2019, 373426.

Mori Dianto , T. Chantiqa Salsabilla Az-Zahra , Eka Helvirianti, Raihan Mahmud Hutasuhut. "Analisis Teori Social Cognitive Career Theory (SSCT) Dalam Pemilihan Karir Siswa." *Jurnal Pendidikan Dan Kependidikan* 04, no. 02 (2025): 33.

Muhammad Nikman Naser, Refsi Anisa Fa'ati. "Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap Perencanaan Karier Siswa Kelas XI Di MAN 1 Kota Bengkulu." *Jurnal Bimbingan*

Penyuluhan & Konseling Islam 4, no. 2 (2025): 107.

Mujiyati, Merta Kusuma. "Pengaruh Work Life Balance Dan Locus OF Control Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT Bengkulu Samudera Tehnik." *Jurnal Entrepreneur Dan Manajemen Sains* 6, no. 2 (2025): 791.

Paul B Baltes, Ulman Lindenberger, Ursula M Staudinger. *Life Span Theory in Developmental Psychology*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers, 1990.

Pauline Sutanto, Farida Haryoko. "Gambaran Konsep Diri Pada Wanta Berkarier Sukses Yang Belum Menikah." *Jurnal Insan* 12, no. 01 (2018): 11.

POERNOMO, M. "Pengaruh Motivasi Wanita Terhadap Pemilihan Karir (Pada Pengusaha Batik Di Semarang)," 2019.

Putri, Syifa Agistia. *Fenomena Menunda Pernikahan Pada Perempuan*, 2022.

Raihan, Muh, Darmawan Aprisal, Izzah Laila Hanifah, Nur Ainun Wajangsari, and Rohmah Rifani. "Psikoedukasi Time Management Terhadap Quality of Life Karyawan PT Pos Indonesia (Persero) Regional VI Makassar." *Gudang Jurnal Pengabdian Masyarakat* 3, no. 2 (2025): 247.

Rifa'i Abubakar. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: SUKA-Press, 2021.

Sidiq, Umar, Miftachul Choiri, and Anwar Mujahidin. *Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan*. Ponorogo: CV. Nata Karya, 2019.

Sscibengkulu. "Instagram," 2021.

Sulistyawati. *Buku Ajar Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: K-Media, 2023.

Tresna Fujie Latifah, Agus Supriyanto, Bambang Suprihatin.

Modul Bimbingan Karir Kenali: Karirmu, Studi Lanjutmu, Pekerjaanmu, Masa Depanmu. Yogyakarta, 2021.

Yusnita, Nancy, Hari Gursida, and Erna Herlina. "The Role of Work-Life Balance and Job Satisfaction as Predictors of Organizational Commitment." *Jurnal Economia* 18, no. 1 (2022): 102.

Nurdewi, Nurdewi. "Metode Penelitian." *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah* 1, no. 2 (2022): 297–303.

Nurfadhila, Risma Indah, and Bakhrudin All Habsy. "Perencanaan Karier Berbasis Social Cognitive Career (Scct)." *Jurnal Bk Unnesa* 14 (2024): 68–75.

Nursalim, Muhammad. "Ambisi Karier". Surakarta, Jawa Tengah, 2025.

Rahman, Fadhila, Isnaria Rizki Hayati, Kiki Mariah, and Aliya Sabrini. "Psychological Well Being Perempuan Yang Menikah Mencapai Kesejahteraan Psikologis Melalui Pernikahan". *Journal of Islamic Education Guidance and Counselling*. Vol. 4, 2023. <https://doi.org/10.51875/jiegc.v4i2.272>.

Safrudin, Rizal, Zulfamanna, Martin Kustati, and Nana Sepriyanti. "Penelitian Kualitatif." *Journal Of Social Science Research* 3, no. 2 (2023): 1–15.

Saptianisari, Ersyali. "Gambaran Diri Wanita Karir Yang Belum Menikah." *Skripsi*, 2007.

Setyowati, R., & Riyono, B. (2003). "Perbedaan Aspirasi Karir Antara Wanita Yang Sudah Menikah Dan Yang Belum Menikah Pegawai Negeri Sipil." *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 8(16). <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol8.iss16.art6>

- Sinuraya, Rano K, Angelika Rianti, and Auliya A Suwantika. "Jalan Raya Bandung Sumedang Km 21" 15, no. 1 (2021): 145–64.
- Siregar Dewi Kumala Kholisa, and Syarqawi Ahmad. "Efektivitas Layanan Informasi Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Aspirasi Karir Pada Siswa Sekolah Menengah Atas." *Jurnal Education (Jurnal Pendidikan Indonesia)* 10, no. 1 (2024): 757–65.
- Siregar, Yulia Elfrida Yanty, Cintiya Nuraeni, Lusih Rahmawati, Sri Wahyuningsih, Tia Rosita, and Say Deni Nurfiana. "Kesiapan Wanita Dalam Pernikahan: Analisis Kualitatif Melalui Studi Pustaka Mengenai Pernikahan Di Indonesia." *Cendikia* 2023 1, no. 5 (2023): 144–55.
- Usmawati, E. (2019). "Konsep Dasar Pilihan Karir Berdasarkan Teori Holland. Artikel Teori Karir Holland-Penjas Dan Bk", (1997), 2.
- Yuniarti, Dessy Windia; Sulistiyati, Titik Dwi; Suprayitno, Eddy. "Perbedaan Kesejahteraan Psikologis Pada Wanita Lajang Ditinjau Dari Tipe Wanita Lajang." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* 1, no. 1 (2013): 1–9.
- Budiati, Atik Catur. "Aktualisasi Diri Perempuan Karir Dalam Sistem Budaya Jawa (Persepsi Perempuan Terhadap Nilai-Nilai Budaya Jawa Dalam Mengaktualisasikan Diri)." *Jurnal Antropologi* 3, no. 1 (2018): 51.
- Cahyadi, Ashadi, Muhammad Nikman Naser, Ahmad Siddiq Ridha, and Rahmat Alfianzah. *Bimbingan Karier Di Perguruan Tinggi Keagamaan Islam (Tinjauan Teoritis & Praktis Upaya Meningkatkan Kematangan Pilihan Karier Mahasiswa)*. Jawa Tengah: CV Arta Media, 2023.
- Damarkinanthi, Niken Larasati, Retno Tri Hariastuti, and Universitas Negeri Surabaya. "Pengaruh Locus Of Control

- Dan Career Decision Making Self- Efficacy Terhadap Kematangan Karier Siswa.” *Jurnal Nusantara Of Research* 13, no. 1 (2026): 42.
- Dhiza Aliffia, Mawadah, Rabiatal Adawiyah, Khairun Na’imah, Shanty Komalasari, Ceria Hermina. “Konflik Peran Ganda Wanita Karir Saat Work From Home Di.” *Muadalah: Jurnal Studi Gender Dan Anak* 10, no. 2 (2022): 79.
- Fiantika, Feny Rita, and Anita Maharani. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Padang Sumatera Barat: c, 2022.
- Frelians, Pricilla Pascadeany, and R A Vita Astuti. “Manajemen Komunikasi Stigma Pada Perempuan Lajang.” *Jurnal Ilmu Komunikasi* 21, no. 1 (2024): 57.
- Hamzah, Imam Faisal. “Aplikasi Self-Determination Theory Pada Kebijakan Publik Era Industri 4.0.” *PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi* 1, no. 9 (2019): 66.
- Indri Wulandari, Nursalam, Mas’ud Ibrahim. “Fenomena Sosial Pilihan Hidup Tidak Menikah Wanita Karier.” *Jurnal Equilibrium* 3, no. 1 (2015): 67.
- Maharani, Elma Prastika. “Konflik Peran Ganda Wanita Karier,” 2019, 373426.
- Mori Dianto , T. Chantiqa Salsabilla Az-Zahra , Eka Helvirianti, Raihan Mahmud Hutasuhut. “Analisis Teori Social Cognitive Career Theory (SSCT) Dalam Pemilihan Karir Siswa.” *Jurnal Pendidikan Dan Kependidikan* 04, no. 02 (2025): 33.
- Muhammad Nikman Naser, Refsi Anisa Fa’ati. “Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap Perencanaan Karier Siswa Kelas XI Di MAN 1 Kota Bengkulu.” *Jurnal Bimbingan Penyuluhan & Konseling Islam* 4, no. 2 (2025): 107.
- Mujiyati, Merta Kusuma. “Pengaruh Work Life Balance Dan Locus OF Control Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT Bengkulu Samudera Teknik.” *Jurnal Entrepreneur Dan Manajemen Sains* 6, no. 2 (2025): 791.
- Paul B Baltes, Ulman Lindenberger, Ursula M Staudinger. *Life Span Theory in Developmental Psychology*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers, 1990.

- Pauline Sutanto, Farida Haryoko. "Gambaran Konsep Diri Pada Wanita Berkarier Sukses Yang Belum Menikah." *Jurnal Insan* 12, no. 01 (2018): 11.
- POERNOMO, M. "Pengaruh Motivasi Wanita Terhadap Pemilihan Karir (Pada Pengusaha Batik Di Semarang)," 2019.
- Putri, Syifa Agistia. *Fenomena Menunda Pernikahan Pada Perempuan*, 2022.
- Raihan, Muh, Darmawan Aprisal, Izzah Laila Hanifah, Nur Ainun Wajangsari, and Rohmah Rifani. "Psikoedukasi Time Management Terhadap Quality of Life Karyawan PT Pos Indonesia (Persero) Regional VI Makassar." *Gudang Jurnal Pengabdian Masyarakat* 3, no. 2 (2025): 247.
- Rifa'i Abubakar. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: SUKA-Press, 2021.
- Sidiq, Umar, Miftachul Choiri, and Anwar Mujahidin. *Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan*. Ponorogo: CV. Nata Karya, 2019.
- Sscibengkulu. "Instagram," 2021.
- Sulistyawati. *Buku Ajar Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: K-Media, 2023.
- Tresna Fujie Latifah, Agus Supriyanto, Bambang Suprihatin. *Modul Bimbingan Karir Kenali: Karirmu, Studi Lanjutmu, Pekerjaanmu, Masa Depanmu*. Yogyakarta, 2021.
- Yusnita, Nancy, Hari Gursida, and Erna Herlina. "The Role of Work-Life Balance and Job Satisfaction as Predictors of Organizational Commitment." *Jurnal Economia* 18, no. 1 (2022): 102.