



GAMBARAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS ANAK BERU PEREMPUAN DALAM MENJALANKAN PERAN ADAT PERNIKAHAN DALAM SUKU KARO

Florencia Br Ginting¹, Artiwinata Br Ginting²

Universitas HKBP Nommensen Medan^{1,2}

e-mail: florencia.ginting@student.uhn.ac.id

Diterima: 9/8/2026; Direvisi: 14/8/2026; Diterbitkan: 21/8/2026

ABSTRAK

Anak Beru perempuan memiliki tanggung jawab penting dalam pelaksanaan adat pernikahan suku Karo yang melibatkan pelayanan, koordinasi, serta berbagai tuntutan fisik dan psikologis. Besarnya tanggung jawab tersebut penting dikaji karena perempuan juga menjalankan peran dalam kehidupan keluarga, sehingga dapat memengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan gambaran kesejahteraan psikologis Anak Beru perempuan dalam menjalankan peran adat pernikahan suku Karo berdasarkan enam dimensi *Psychological Well-Being* (PWB) Ryff. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis deskriptif kualitatif, melibatkan dua Anak Beru perempuan dan dua informan yang dipilih secara *purposive*. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keenam dimensi PWB ditemukan pada kedua subjek, yaitu kemampuan menerima peran dan pengalaman hidup, mempertahankan hubungan positif, mengambil keputusan, mengelola tuntutan adat, menemukan makna dalam tanggung jawab terhadap keluarga dan adat, serta mengembangkan kemampuan melalui pengalaman. Dengan demikian, kesejahteraan psikologis Anak Beru perempuan terbentuk melalui interaksi kemampuan psikologis individu, hubungan sosial, pengalaman menjalankan tanggung jawab, dan pemaknaan terhadap nilai budaya Karo.

Kata Kunci: *Kesejahteraan Psikologis, Anak Beru Perempuan, Adat Karo*

ABSTRACT

Women serving as *Anak Beru* hold important responsibilities in Karo traditional wedding ceremonies, involving service, coordination, and various physical and psychological demands. These responsibilities are important to examine because women also fulfill roles within family life, which may affect their psychological well-being. This study aimed to identify and describe the psychological well-being of women serving as *Anak Beru* in Karo traditional wedding ceremonies based on Ryff's six dimensions of Psychological Well-Being (PWB). The study used a qualitative approach with a descriptive qualitative design, involving two women serving as *Anak Beru* and two informants selected purposively. Data were collected through semi-structured interviews, observation, and documentation, and analyzed using the interactive model of Miles, Huberman, and Saldaña. The findings showed that all six dimensions of PWB were evident in both participants, including the ability to accept their roles and life experiences, maintain positive relationships, make decisions, manage traditional demands, find meaning in responsibilities toward family and tradition, and develop abilities through experience. Thus, the psychological well-being of women serving as *Anak Beru* is shaped by the interaction between individual psychological capacities, social relationships, experiences in fulfilling responsibilities, and the meaning attributed to Karo cultural values.

Copyright (c) 2026 SOCIAL : Jurnal Inovasi Pendidikan IPS



<https://doi.org/10.51878/social.v6i3.15001>



Keywords: *Psychological Well-Being, Anak Beru, Karo Culture*

PENDAHULUAN

Suku Karo merupakan salah satu kelompok etnis yang mendiami wilayah Sumatera Utara dan memiliki sistem kekerabatan serta adat istiadat yang masih dipertahankan dalam kehidupan sosial masyarakat. Kehidupan sosial masyarakat Karo berlandaskan *Merga Silima*, *Tutur Siwaluh*, dan *Rakut Sitelu* yang mengatur kedudukan, hubungan, serta tanggung jawab individu dalam kehidupan bermasyarakat. Dalam konteks tersebut, *Rakut Sitelu* tidak hanya berfungsi sebagai sistem kekerabatan, tetapi juga menjadi kerangka sosial yang menentukan pola hubungan dan kewajiban antaranggota keluarga dalam berbagai kegiatan adat (Noviani & Susanti, 2025; Surbakti et al., 2025). Salah satu posisi yang memiliki tanggung jawab penting adalah *anak beru*, yaitu pihak yang berkaitan dengan pelayanan dan pelaksanaan berbagai kebutuhan adat kepada *kalimbubu*. Hubungan tersebut dibangun atas nilai penghormatan dan kewajiban yang tercermin dalam praktik komunikasi serta interaksi antara *anak beru* dan *kalimbubu* (Barus & Sitepu, 2023). Dengan demikian, kedudukan *anak beru* tidak hanya menunjukkan posisi seseorang dalam struktur kekerabatan, tetapi juga membentuk tuntutan sosial yang harus dijalankan secara konsisten dalam kehidupan adat.

Anak beru perempuan memiliki keterlibatan yang cukup besar dalam pelaksanaan adat pernikahan Karo. Perannya mencakup berbagai pekerjaan persiapan, pelayanan, koordinasi, serta penyelesaian kegiatan adat yang dilakukan secara bersama-sama dengan anggota keluarga lainnya. Pernikahan adat Karo sendiri memiliki rangkaian ritual dan simbol yang menunjukkan keterikatan antara individu, keluarga, dan sistem kekerabatan. Purba et al. (2023) menunjukkan bahwa berbagai unsur dalam pernikahan adat Karo mengandung makna simbolik yang berkaitan dengan nilai, identitas, dan hubungan sosial masyarakat Karo. Ginting et al. (2024) juga menunjukkan bahwa nilai *mehamat man kalimbubu* menjadi bagian penting dalam ekspresi budaya Karo yang menempatkan penghormatan terhadap *kalimbubu* sebagai nilai sosial yang dipertahankan. Dengan demikian, keterlibatan *anak beru* perempuan dalam pernikahan adat tidak dapat dipahami hanya sebagai pekerjaan teknis, tetapi sebagai pelaksanaan tanggung jawab yang memiliki makna sosial dan kultural dalam menjaga keberlangsungan hubungan kekerabatan.

Keterlibatan *anak beru* perempuan berlangsung sejak tahap persiapan hingga penyelesaian kegiatan adat. Berbagai tahapan seperti *Mbaba Belo Selambar*, *nganting manuk*, dan *kerja adat* menuntut kesiapan tenaga, waktu, keterampilan, koordinasi, serta kemampuan mengatur berbagai kebutuhan keluarga dan tamu. Pada saat pelaksanaan pesta, *anak beru* perempuan terlibat dalam penerimaan dan pelayanan kepada *kalimbubu* dan tamu, pengelolaan konsumsi, penyediaan perlengkapan, serta pengaturan kebutuhan selama prosesi berlangsung. Setelah kegiatan selesai, tanggung jawab masih berlanjut melalui pembersihan tempat, pengembalian perlengkapan, persiapan kegiatan lanjutan, dan penyelesaian urusan keluarga. Rangkaian tersebut memperlihatkan bahwa peran *anak beru* perempuan memiliki karakter yang berkelanjutan dan membutuhkan keterlibatan fisik maupun psikologis. Dalam perspektif budaya Karo, tuntutan tersebut berkaitan dengan nilai solidaritas dan kewajiban kekerabatan yang menjadi bagian dari keberlangsungan *Rakut Sitelu* (Surbakti et al., 2025), sementara penghormatan terhadap *kalimbubu* menjadi salah satu dasar penting dalam pelaksanaan hubungan sosial tersebut (Barus & Sitepu, 2023; Ginting et al., 2024).

Di satu sisi, pelaksanaan tanggung jawab adat dapat memberikan pengalaman positif karena memungkinkan perempuan mempertahankan nilai budaya, memperkuat hubungan

kekerabatan, memperoleh rasa bermakna, dan menunjukkan kontribusi terhadap keluarga. Namun, tuntutan tersebut juga dapat menjadi sumber tekanan ketika harus dijalankan bersamaan dengan tanggung jawab dalam keluarga inti. Kondisi ini menjadi semakin kompleks ketika keterlibatan dalam kegiatan adat membutuhkan waktu yang panjang, tenaga yang besar, serta penyesuaian terhadap kebutuhan banyak pihak. Penelitian mengenai perempuan dengan peran ganda menunjukkan bahwa tuntutan dari beberapa peran dapat berkaitan dengan konflik peran dan kondisi psikologis individu. Yani dan Pratama (2023) menemukan adanya hubungan antara konflik peran ganda dan *psychological well-being*, sedangkan Rabbani dan Yuniardi (2024) menunjukkan bahwa *work-family conflict* menjadi mekanisme penting yang menghubungkan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis perempuan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman menjalankan berbagai tuntutan peran perlu dipahami bukan hanya dari banyaknya aktivitas yang dilakukan, tetapi dari bagaimana individu mengelola tuntutan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Kondisi tersebut relevan dengan konsep *psychological well-being* yang memandang kesejahteraan sebagai kondisi positif yang berkaitan dengan kemampuan individu berfungsi secara optimal, menemukan makna, membangun hubungan positif, dan mengembangkan dirinya. Ryff (2024) menegaskan bahwa kesejahteraan tidak semata-mata ditentukan oleh ketiadaan masalah psikologis, tetapi juga berkaitan dengan kualitas keberfungsian dan pengalaman hidup yang bermakna. Dalam konteks perempuan yang menjalankan berbagai peran, Yosita et al. (2022) menunjukkan bahwa dukungan suami dan tekanan psikologis berkaitan dengan kesejahteraan psikologis ibu yang memiliki peran ganda. Sulaeman dan Kustimah (2024) juga menemukan hubungan positif antara *perceived social support* dan *psychological well-being* pada ibu bekerja. Sementara itu, Zakariyya et al. (2022) menunjukkan bahwa pengalaman perempuan yang menjalankan banyak peran perlu dipahami bersama dengan kondisi stres dan dinamika kehidupan keluarga. Sintesis penelitian tersebut menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis perempuan terbentuk melalui interaksi antara tuntutan peran, kualitas hubungan sosial, dukungan yang diterima, serta kemampuan individu dalam mengelola lingkungan kehidupannya.

Selain faktor sosial dan peran, *psychological well-being* perlu dipahami dalam konteks budaya tempat individu menjalankan kehidupannya. Miyamoto dan Ryff (2022) menjelaskan bahwa budaya memiliki peran penting dalam membentuk cara individu memahami kesehatan, kesejahteraan, hubungan sosial, serta pengalaman kehidupan yang dianggap bermakna. Hal ini menjadi penting dalam masyarakat Karo karena tuntutan untuk menjalankan peran adat tidak berdiri sendiri, melainkan berkaitan dengan nilai penghormatan, kewajiban kekerabatan, solidaritas, dan posisi individu dalam *Rakut Sitelu* (Noviani & Susanti, 2025; Surbakti et al., 2025). Dengan demikian, pengalaman *anak beru* perempuan dalam menjalankan tanggung jawab adat dapat menghasilkan pengalaman psikologis yang kompleks: di satu sisi dapat memberikan makna, rasa memiliki, hubungan positif, dan kesempatan untuk berkembang, tetapi di sisi lain dapat menghadirkan kelelahan, konflik, kecemasan, atau kesulitan mengelola tuntutan kehidupan. Perspektif ini sejalan dengan pandangan Ryff (2024) bahwa kesejahteraan perlu dilihat sebagai pengalaman multidimensional yang berkaitan dengan kemampuan individu menjalani kehidupan secara bermakna dalam kondisi sosial yang nyata.

Fenomena tersebut terlihat dalam wawancara pendahuluan dengan *anak beru* perempuan di Dusun IV Belimbingan, Desa Sampecita, Kecamatan Kutalimbaru, Kabupaten Deli Serdang. Salah satu informan yang telah menjalankan peran sebagai *anak beru* selama kurang lebih 20 tahun mengungkapkan bahwa keterlibatannya dalam kegiatan adat beberapa



kali menimbulkan pertengkaran dengan suami karena sebagian besar waktunya digunakan untuk memenuhi tanggung jawab kepada *kalimbubu*. Meskipun mengalami kelelahan, informan tetap merasa perlu hadir karena memandang tanggung jawab tersebut sebagai kewajiban adat. Informan lain yang relatif lebih baru menjalankan peran sebagai *anak beru* juga mengungkapkan perasaan tertekan, takut melakukan kesalahan, serta kecemasan ketika menghadapi kegiatan adat karena pernah mengalami konflik dengan suami dan sesama *anak beru*. Fenomena tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara nilai ideal peran *anak beru* sebagai bentuk penghormatan, tanggung jawab, dan solidaritas kekerabatan dengan pengalaman psikologis perempuan yang menjalankannya. Meskipun penelitian terdahulu telah membahas sistem *Rakut Sitelu*, hubungan *anak beru* dan *kalimbubu*, serta kesejahteraan psikologis perempuan dengan peran ganda, penelitian yang secara khusus menggambarkan *psychological well-being anak beru* perempuan dalam menjalankan tanggung jawab adat pernikahan Karo masih terbatas. Kebaruan penelitian ini terletak pada upaya memahami pengalaman psikologis *anak beru* perempuan secara kontekstual berdasarkan keseluruhan tuntutan peran adat pernikahan, bukan hanya melihat *anak beru* sebagai pelaksana tradisi, tetapi sebagai individu yang harus mengelola hubungan sosial, tuntutan keluarga, kewajiban budaya, serta kebutuhan psikologis secara bersamaan. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan gambaran kesejahteraan psikologis *anak beru* perempuan dalam menjalankan peran adat pernikahan pada suku Karo.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk menggambarkan kesejahteraan psikologis *anak beru* perempuan dalam menjalankan peran adat pernikahan suku Karo berdasarkan enam dimensi *Psychological Well-Being* (PWB) menurut Ryff (1989), yaitu *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Unit analisis penelitian adalah *anak beru* perempuan yang terlibat langsung dalam adat pernikahan Karo. Subjek dipilih secara *purposive* dengan kriteria perempuan berstatus *anak beru*, aktif dalam prosesi adat pernikahan Karo, menikah dan memiliki anak, berusia di atas 45 tahun, memiliki minimal empat saudara laki-laki yang telah menikah dan dua keponakan laki-laki yang telah menikah, serta bersedia memberikan informasi secara mendalam. Kriteria tersebut dipilih untuk memastikan subjek memiliki pengalaman yang memadai dalam menjalankan tanggung jawab adat sekaligus peran dalam keluarga inti. Penelitian melibatkan dua subjek dan dua informan. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi partisipan, dan dokumentasi. Pedoman wawancara mencakup indikator penerimaan diri, hubungan positif, kemandirian, pengelolaan tuntutan lingkungan, tujuan hidup, dan perkembangan diri. Wawancara dilakukan secara langsung melalui pertanyaan utama dan pendalaman mengenai pengalaman subjek sebelum, selama, dan setelah menjalankan kegiatan adat, sedangkan observasi dilakukan dengan mengamati keterlibatan, interaksi, koordinasi, dan penyelesaian tugas subjek selama kegiatan adat. Dokumentasi berupa foto dan video digunakan sebagai data pendukung.

Untuk meningkatkan kredibilitas data, penelitian menggunakan triangulasi sumber, teknik, dan waktu. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi dari subjek dan informan, triangulasi teknik dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, sedangkan triangulasi waktu dilakukan melalui pengumpulan data pada waktu berbeda untuk memeriksa konsistensi informasi. Analisis data menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña (2014) yang meliputi kondensasi data, penyajian data, serta

penarikan dan verifikasi kesimpulan. Data wawancara ditranskripsikan, diseleksi, dan dikodekan berdasarkan enam dimensi PWB, kemudian dibandingkan dengan hasil observasi, dokumentasi, dan informasi informan. Data selanjutnya disajikan secara tematik untuk mengidentifikasi pola, persamaan, dan perbedaan pengalaman psikologis subjek. Kesimpulan ditarik dan diverifikasi berdasarkan keterkaitan serta konsistensi antarsumber data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik subjek dan informan perlu disajikan terlebih dahulu untuk memberikan konteks mengenai sumber data penelitian. Informasi tersebut membantu menunjukkan bahwa data diperoleh dari individu yang memiliki pengalaman langsung dan relevan dengan peran Anak Beru. Penyajian karakteristik juga menjadi dasar untuk memahami temuan psikologis yang diperoleh dari proses wawancara dan observasi. Rincian karakteristik subjek dan informan disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Subjek dan Informan

Keterangan	Subjek 1	Subjek 2	Informan 1	Informan 2
Status	Anak Beru perempuan	Anak Beru perempuan	Anggota keluarga	Anggota keluarga
Pengalaman sebagai Anak Beru	>10 tahun	>10 tahun	Mengetahui pengalaman Subjek 1	Mengetahui pengalaman Subjek 2
Keterlibatan adat	Pernikahan, kemalangan, memasuki rumah baru, dan kegiatan keluarga	Pernikahan, kemalangan, memasuki rumah baru, dan kegiatan keluarga	Mengamati keterlibatan Subjek 1	Mengamati keterlibatan Subjek 2
Karakteristik utama	Bertanggung jawab, rajin, ringan tangan, mudah bekerja sama	Bertanggung jawab, rajin, mudah bekerja sama, berpengalaman	Menguatkan karakteristik Subjek 1	Menguatkan karakteristik Subjek 2
Tantangan utama	Keterbatasan ekonomi, transportasi, banyak pekerjaan, dan kurangnya kerja sama	Kelelahan fisik dan emosional serta konflik keluarga	Memberikan informasi pendukung	Memberikan informasi pendukung

Berdasarkan Tabel 1, kedua subjek memiliki pengalaman yang relevan dalam menjalankan peran sebagai Anak Beru. Pengalaman tersebut memberikan dasar yang memadai untuk menggali bagaimana subjek memahami, menjalankan, dan memaknai tanggung jawab adat yang diembannya. Keberadaan informan juga membantu memberikan perspektif pendukung terhadap pengalaman yang disampaikan oleh masing-masing subjek. Selanjutnya, temuan penelitian dianalisis berdasarkan enam dimensi *Psychological Well-Being* untuk memperoleh gambaran kondisi psikologis kedua subjek.

Hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa pengalaman kedua subjek tidak hanya berkaitan dengan pelaksanaan tugas adat, tetapi juga dengan cara mereka menghadapi berbagai tuntutan selama menjalankan peran tersebut. Pengalaman tersebut kemudian dipetakan berdasarkan dimensi PWB untuk melihat pola keberfungsian psikologis yang muncul pada masing-masing subjek. Perbandingan antara pengalaman subjek dan informasi dari

informan digunakan untuk memperkuat interpretasi temuan. Ringkasan hasil berdasarkan enam dimensi PWB disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Gambaran Kesejahteraan Psikologis Anak Beru Perempuan Berdasarkan Enam Dimensi PWB

Dimensi PWB	Subjek 1	Subjek 2	Informan	Interpretasi
Self-Acceptance	Menerima peran sebagai kewajiban adat meskipun mengalami kelelahan, keterbatasan ekonomi, dan kesulitan dalam menjalankan tugas	Menerima kelelahan dan pengalaman kurang menyenangkan sebagai bagian dari kehidupan dan tanggung jawab sebagai Anak Beru	Menguatkan bahwa kedua subjek tetap menjalankan tanggung jawab meskipun menghadapi kesulitan	Kedua subjek mampu menerima diri, kondisi, dan tuntutan peran tanpa meninggalkan tanggung jawab adat
Positive Relations with Others	Menjalin hubungan baik dengan keluarga dan sesama Anak Beru, bersedia membantu, serta menjaga tutur kata kepada Kalimbubu	Mampu bekerja sama, menerima perbedaan pendapat, membantu anggota lain, dan terbuka terhadap arahan keluarga	Kedua subjek dinilai mudah bekerja sama, ringan tangan, dan memiliki hubungan baik dengan keluarga	Kedua subjek mampu membangun dan mempertahankan hubungan positif melalui kerja sama, bantuan, komunikasi, dan penghormatan
Autonomy	Mampu mengenali dan mengambil tugas secara mandiri berdasarkan pengalaman tanpa selalu menunggu arahan	Berani menyampaikan pendapat secara tetap menghormati Kalimbubu serta dipercaya menentukan kebutuhan kegiatan	Informan menyatakan Subjek 1 memahami tugas tanpa harus diarahkan; Subjek 2 dipercaya mengatur kebutuhan adat	Kemandirian terlihat melalui kemampuan mengambil inisiatif dan keputusan dengan tetap mempertimbangkan kepentingan bersama
Environmental Mastery	Mampu mengatasi keterbatasan ekonomi, transportasi, dan kurangnya bantuan dengan tetap menyelesaikan tugas	Mampu membagi pekerjaan, memasak, berbelanja, mengoordinasikan anggota, dan mencari alternatif ketika muncul hambatan	Informan menguatkan kemampuan subjek dalam memahami pekerjaan dan mengoordinasikan kegiatan	Kedua subjek mampu mengelola tuntutan lingkungan dan menyesuaikan diri terhadap situasi yang berubah
Purpose in Life	Memaknai peran sebagai kewajiban untuk membantu Kalimbubu dan mempertahankan tanggung jawab adat	Memperoleh rasa bangga, puas, dan dihargai ketika mampu menyelesaikan tugas; memiliki komitmen melestarikan adat	Pengalaman dan kepercayaan keluarga memperkuat komitmen kedua subjek terhadap peran adat	Peran Anak Beru memberikan makna, tujuan, dan dorongan untuk berkontribusi terhadap keluarga serta keberlanjutan adat

Dimensi PWB	Subjek 1	Subjek 2	Informan	Interpretasi
Personal Growth	Pengalaman sejak usia muda meningkatkan pengetahuan, kemandirian, dan kemampuan menjalankan tugas adat	Berkembang dari pelaksana tugas sederhana menjadi pihak yang dipercaya mengatur dan mengoordinasikan pekerjaan	Informan melihat adanya peningkatan kemampuan dan kemandirian melalui pengalaman	Keterlibatan dalam adat menjadi proses belajar yang meningkatkan pengetahuan, keterampilan, pengalaman, dan kepercayaan diri

Tabel 2 menunjukkan bahwa pengalaman kedua subjek mencerminkan keberadaan keenam dimensi PWB dalam menjalankan peran sebagai Anak Beru. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa kesejahteraan psikologis tidak berdiri sendiri, tetapi terbentuk melalui interaksi antara pengalaman pribadi, hubungan sosial, tuntutan adat, dan proses perkembangan diri. Meskipun terdapat pengalaman kelelahan dan tekanan, kedua subjek tetap menunjukkan keberfungsian psikologis dalam menjalankan tanggung jawabnya. Sintesis temuan tersebut selanjutnya digunakan untuk menggambarkan pola kesejahteraan psikologis kedua subjek secara keseluruhan.

Temuan pada setiap dimensi menunjukkan adanya keterkaitan antara kemampuan psikologis dan pengalaman subjek dalam menjalankan tanggung jawab adat. Keenam dimensi tersebut tidak muncul secara terpisah, melainkan saling berkaitan dalam membentuk pengalaman kesejahteraan psikologis subjek. Oleh karena itu, diperlukan sintesis untuk melihat gambaran umum PWB berdasarkan keseluruhan hasil penelitian. Sintesis tersebut disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Sintesis Temuan Psychological Well-Being

Aspek	Temuan Utama Kedua Subjek	Kondisi yang Menyertai
Penerimaan diri	Menerima peran Anak Beru sebagai bagian dari tanggung jawab adat	Kelelahan dan keterbatasan tidak membuat subjek meninggalkan peran
Hubungan positif	Mampu bekerja sama dan mempertahankan hubungan dengan Kalimbubu, Anak Beru, dan keluarga	Terdapat perbedaan pendapat, tetapi dapat dikelola melalui komunikasi dan kerja sama
Kemandirian	Mampu mengambil inisiatif dan keputusan dalam pelaksanaan tugas	Keputusan tetap mempertimbangkan norma adat dan kepentingan bersama
Penguasaan lingkungan	Mampu mengatur pekerjaan dan menghadapi keterbatasan maupun perubahan situasi	Beban pekerjaan dan keterbatasan sumber daya menjadi tantangan
Tujuan hidup	Peran dimaknai sebagai kewajiban, bentuk kontribusi, dan upaya mempertahankan adat	Muncul rasa bangga, puas, dan dihargai ketika tanggung jawab berhasil dilaksanakan
Pertumbuhan pribadi	Pengalaman adat meningkatkan keterampilan, pengetahuan, kemandirian, dan kepercayaan diri	Pengalaman jangka panjang meningkatkan kepercayaan keluarga terhadap subjek
Gambaran umum PWB	Keenam dimensi PWB ditemukan pada kedua subjek	Kesejahteraan psikologis berjalan berdampingan dengan kelelahan fisik, tekanan emosional, dan konflik keluarga



Berdasarkan Tabel 3, kesejahteraan psikologis kedua subjek terlihat melalui kemampuan mempertahankan keberfungsian diri dalam menghadapi tuntutan peran adat. Temuan juga menunjukkan adanya keseimbangan antara pengalaman positif berupa makna, kepuasan, hubungan sosial, dan perkembangan diri dengan pengalaman kurang menyenangkan seperti kelelahan dan tekanan emosional. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa menjalankan peran sebagai Anak Beru dapat menjadi pengalaman yang menuntut sekaligus memberikan makna bagi kehidupan subjek. Dengan demikian, gambaran PWB kedua subjek perlu dipahami sebagai pengalaman psikologis yang dinamis dalam konteks tanggung jawab adat dan kehidupan keluarga.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis kedua subjek tidak dapat dipahami hanya berdasarkan ada atau tidaknya pengalaman positif maupun negatif, tetapi melalui kemampuan mempertahankan keberfungsian psikologis ketika menjalankan tuntutan adat dan kehidupan keluarga. Keenam dimensi PWB, yaitu *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*, muncul dalam pengalaman kedua subjek dengan karakteristik yang dipengaruhi oleh konteks sosial dan budaya Karo. Temuan ini memperlihatkan bahwa kesejahteraan psikologis bersifat eudaimonik karena kedua subjek tetap menemukan makna, menjalankan nilai yang dianggap penting, dan mengembangkan kapasitas diri meskipun menghadapi kelelahan serta tekanan. Joshanloo et al. (2021) menjelaskan bahwa kesejahteraan eudaimonik berkaitan dengan orientasi jangka panjang dan kemampuan individu mengarahkan perilakunya pada tujuan yang bermakna, sehingga pengalaman kedua subjek lebih tepat dipahami sebagai proses keberfungsian positif daripada sekadar kondisi emosional yang menyenangkan.

Konteks budaya menjadi unsur penting dalam memahami kesejahteraan psikologis kedua subjek karena peran Anak Beru tidak berdiri sebagai tanggung jawab individual, melainkan berada dalam jaringan kekerabatan yang menekankan kewajiban, hubungan, dan keberlangsungan adat. Dalam konteks tersebut, kesejahteraan psikologis tidak selalu diwujudkan melalui pelepasan dari tuntutan sosial, tetapi dapat muncul ketika individu mampu menjalankan peran yang dianggap bernilai sambil mempertahankan fungsi dirinya. Hal ini menjelaskan mengapa pengalaman kelelahan dan tekanan yang dialami kedua subjek tidak secara otomatis menunjukkan rendahnya kesejahteraan psikologis. Temuan tersebut sejalan dengan Aidoo dan Kwakye (2022) yang menunjukkan bahwa perempuan dengan berbagai tuntutan peran dapat mempertahankan kesejahteraan psikologis melalui dukungan sosial dan kemampuan menjalankan peran secara adaptif. Dengan demikian, peran Anak Beru dapat dipahami sebagai ruang sosial tempat tanggung jawab budaya sekaligus sumber makna dan keterhubungan dengan keluarga berlangsung secara bersamaan.

Pada dimensi *self-acceptance*, kedua subjek menunjukkan kemampuan menerima pengalaman hidup dan posisi dirinya sebagai Anak Beru, termasuk ketika menghadapi kelelahan, konflik, keterbatasan, dan pengalaman kehidupan yang tidak sesuai harapan. Penerimaan tersebut tidak menunjukkan ketiadaan masalah, tetapi menunjukkan kemampuan untuk mengakui pengalaman yang sulit tanpa menjadikannya alasan untuk kehilangan arah dalam menjalani kehidupan. Temuan ini memperlihatkan bahwa penerimaan diri dalam konteks penelitian berkaitan dengan kemampuan memandang keseluruhan pengalaman hidup sebagai bagian dari proses pembentukan diri. Febrianti dan Ginanjar (2024) menunjukkan pentingnya



persepsi terhadap diri autentik dalam kaitannya dengan makna kehidupan, sedangkan Agustin et al. (2024) menunjukkan keterkaitan *self-forgiveness*, *meaning in life*, dan *psychological well-being*. Dengan demikian, penerimaan diri kedua subjek dapat dimaknai sebagai proses menerima pengalaman sekaligus mempertahankan keberlanjutan fungsi diri dalam kehidupan keluarga dan adat.

Pada dimensi *positive relations with others*, kesejahteraan psikologis kedua subjek tampak melalui kemampuan mempertahankan hubungan dengan Kalimbubu, sesama Anak Beru, dan anggota keluarga. Hubungan tersebut tidak hanya berfungsi sebagai sumber dukungan emosional, tetapi juga menjadi bagian dari struktur sosial yang memungkinkan tanggung jawab adat dapat dijalankan secara kolektif. Temuan ini menunjukkan bahwa kualitas hubungan interpersonal memiliki posisi penting dalam pengalaman psikologis kedua subjek karena keberhasilan menjalankan peran adat sangat bergantung pada komunikasi, kerja sama, dan kemampuan menjaga keharmonisan hubungan. Ramadhani et al. (2023) menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan dalam kesejahteraan psikologis perempuan bekerja, sedangkan Aidoo dan Kwakye (2022) menunjukkan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu sumber penting dalam menghadapi tuntutan berbagai peran. Dalam budaya Karo, fungsi tersebut memperoleh makna yang lebih luas karena hubungan sosial sekaligus menjadi bagian dari keberlangsungan sistem kekerabatan dan pelaksanaan kewajiban adat.

Dimensi *autonomy* dan *environmental mastery* menunjukkan bahwa kemandirian kedua subjek tidak berbentuk kebebasan individual yang terlepas dari kelompok, melainkan kemampuan mengambil inisiatif dan mengelola situasi dengan tetap mempertimbangkan kepentingan keluarga serta norma adat. Kedua subjek mampu menentukan tindakan, mengatur pekerjaan, menyesuaikan diri terhadap perubahan, dan memanfaatkan sumber daya yang tersedia berdasarkan pengalaman yang telah diperoleh. Temuan ini penting karena menunjukkan bahwa keberadaan norma kolektif tidak menghilangkan kapasitas individu untuk mengambil keputusan, tetapi justru membentuk cara kemandirian tersebut diekspresikan. Garcia et al. (2023) menegaskan bahwa *autonomy* dan *environmental mastery* merupakan bagian penting dari konstruk PWB Ryff, sedangkan pengalaman kedua subjek menunjukkan bahwa kedua dimensi tersebut dapat berfungsi secara kontekstual dalam kehidupan yang berorientasi pada hubungan sosial. Dengan demikian, penguasaan lingkungan pada kedua subjek tidak hanya berkaitan dengan kemampuan menyelesaikan pekerjaan, tetapi juga dengan kemampuan membaca situasi sosial dan menyesuaikan tindakan dengan kebutuhan adat.

Pada dimensi *purpose in life*, keterlibatan dalam adat memiliki makna yang melampaui penyelesaian pekerjaan karena dipandang sebagai bentuk tanggung jawab terhadap keluarga dan keberlanjutan nilai budaya. Makna tersebut membantu menjelaskan mengapa kedua subjek tetap mempertahankan keterlibatan meskipun menjalankan peran membutuhkan waktu, tenaga, dan pengorbanan. Ku et al. (2023) menunjukkan bahwa *meaning in life* berkaitan dengan perubahan dan pemeliharaan kesejahteraan individu, sedangkan Afrashteh et al. (2024) menemukan hubungan antara makna hidup, PWB, dan sumber daya sosial. Temuan Rahma (2024) juga menunjukkan bahwa *personal growth* berhubungan dengan PWB melalui peran makna kehidupan. Dalam penelitian ini, makna hidup dibentuk melalui nilai kekerabatan dan tanggung jawab budaya, sehingga tujuan yang mendorong kedua subjek bukan hanya bersifat personal, tetapi juga berakar pada kebermaknaan hubungan dengan keluarga dan adat.

Dimensi *personal growth* menunjukkan bahwa keterlibatan yang berlangsung dalam jangka panjang memberikan ruang bagi kedua subjek untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, kepercayaan diri, dan kemampuan menghadapi situasi yang semakin kompleks.



Pengalaman adat dengan demikian tidak hanya menghasilkan kemampuan teknis, tetapi juga menjadi proses pembelajaran sosial yang memperkuat kapasitas psikologis individu. Rahma (2024) menunjukkan hubungan antara inisiatif pertumbuhan pribadi, makna kehidupan, dan kesejahteraan psikologis, sementara pengalaman kedua subjek memperlihatkan bahwa pertumbuhan tersebut dapat berlangsung melalui pengalaman kehidupan sehari-hari dalam lingkungan budaya. Widyastuti dan Hartini (2024) juga menunjukkan keterkaitan antara *meaning in life* dan PWB, yang memperkuat pemahaman bahwa pengalaman yang dipandang bermakna dapat mendukung keberfungsian psikologis. Pertumbuhan diri dalam penelitian ini karena itu tidak dapat dipisahkan dari pengalaman menjalankan peran, memperoleh kepercayaan, dan belajar menghadapi tuntutan sosial dalam kehidupan adat Karo.

Secara substantif, kontribusi utama penelitian ini terletak pada pemahaman bahwa kesejahteraan psikologis Anak Beru perempuan terbentuk melalui pertemuan antara keberfungsian psikologis individual dan nilai-nilai kolektif dalam sistem kekerabatan Karo. Keenam dimensi PWB tidak muncul sebagai aspek yang berdiri sendiri, tetapi saling berkaitan melalui proses penerimaan pengalaman, pemeliharaan hubungan, pengambilan keputusan, pengelolaan tuntutan, pemaknaan peran, dan perkembangan diri. Temuan ini memperluas pemahaman mengenai PWB dengan menunjukkan bahwa peran budaya yang penuh tuntutan tidak selalu identik dengan rendahnya kesejahteraan; ketika peran tersebut dimaknai sebagai bagian penting dari identitas, hubungan, dan tanggung jawab, peran tersebut sekaligus dapat menjadi sumber makna dan pertumbuhan pribadi. Mahendra et al. (2025) menunjukkan bahwa stres dan dukungan sosial berkaitan dengan PWB perempuan, sementara temuan penelitian ini menambahkan bahwa makna budaya dan keterikatan pada sistem kekerabatan juga perlu diperhatikan ketika memahami kesejahteraan psikologis perempuan dalam konteks masyarakat adat. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi kontekstual dengan menempatkan pengalaman Anak Beru perempuan bukan sekadar sebagai pelaksana adat, tetapi sebagai individu yang membangun dan mempertahankan kesejahteraan psikologis melalui pengalaman budaya, relasi sosial, dan pemaknaan terhadap tanggung jawabnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan tujuan penelitian, kesejahteraan psikologis *Anak Beru* perempuan dalam menjalankan peran adat pernikahan pada suku Karo tergambarkan melalui enam dimensi *psychological well-being* Ryff, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Kedua subjek menunjukkan kemampuan menerima kondisi dirinya, mempertahankan hubungan sosial, menjalankan keputusan secara bertanggung jawab, mengelola tuntutan peran adat, menemukan makna dalam tanggung jawab yang dijalankan, serta memperoleh perkembangan diri melalui pengalaman adat. Kesejahteraan psikologis dalam konteks ini tidak ditentukan oleh ada atau tidaknya kelelahan, tekanan, maupun konflik, tetapi oleh kemampuan perempuan memaknai dan mengelola pengalaman tersebut dalam kerangka nilai kekerabatan Karo. Dengan demikian, peran *Anak Beru* dapat menjadi pengalaman yang mendukung kesejahteraan psikologis ketika tanggung jawab adat dipahami sebagai bagian bermakna dari hubungan sosial, keluarga, dan identitas budaya.

Secara praktis, temuan penelitian mengimplikasikan bahwa pemahaman terhadap kesejahteraan psikologis *Anak Beru* perempuan perlu mempertimbangkan konteks budaya dan tuntutan peran yang dijalankan, sehingga dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan adat dapat diarahkan untuk membantu perempuan mengelola tanggung jawab tanpa mengabaikan



kebutuhan pribadinya. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan subjek yang lebih beragam berdasarkan usia, lama menjalankan peran *Anak Beru*, wilayah tempat tinggal, serta intensitas keterlibatan dalam kegiatan adat agar diperoleh gambaran yang lebih luas mengenai variasi kesejahteraan psikologis. Penelitian berikutnya juga dapat mengkaji secara lebih mendalam peran dukungan sosial, konflik peran, dan tuntutan adat dalam membentuk kesejahteraan psikologis perempuan. Pendekatan komparatif atau metode campuran dapat digunakan untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara nilai budaya, pengalaman menjalankan peran adat, dan kesejahteraan psikologis *Anak Beru* perempuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrashteh, M. Y., Majzoobi, M. R., Janjani, P., & Forstmeier, S. (2024). The relationship between the meaning of life, psychological well-being, self-care, and social capital, with depression and death anxiety in the elderly living in nursing homes: The mediating role of loneliness. *Heliyon*, 10(9). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e30124>
- Agustin, V. A., Meiyuntariningsih, T., & Aristawati, A. R. (2024). Hubungan Antara Self Forgiveness Dan Meaning In Life Dengan Psychological Well Being Pada Pecandu Narkoba. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(1), 1404–1411. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp/article/view/24657>
- Aidoo, E., & Kwakye, I. N. (2022). IN Patterns of Social Support and Multiple Roles on the Psychological Wellbeing of Working-Class Women. *Journal of Education, Society and Behavioural Science*. *JESBS*, 35(3), 8–18. <https://doi.org/10.9734/jesbs/2022/v35i330409>
- Barus, N. N., & Sitepu, Y. S. (2023). Gaya Komunikasi Mehamat Man Kalimbubu dalam Adat Istiadat Suku Karo di Kabupaten Deli Serdang. *JURNAL SIMBOLIKA Research and Learning in Communication Study*, 9(2), 80–90. <https://doi.org/10.31289/simbolika.v9i2.10139>
- Febrianti, R., & Ginanjar, A. S. (2024). Does Perceiving the Authentic Self Affect the Meaning of Life?. *Indonesian Journal of Psychology/Jurnal Psikologi*, 51(2), 214. <https://doi.org/10.22146/jpsi.92292>
- Garcia, D., Kazemitabar, M., & Asgarabad, M. H. (2023). The 18-item Swedish version of Ryff's psychological wellbeing scale: psychometric properties based on classical test theory and item response theory. *Frontiers in psychology*, 14, 1208300. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1208300>
- Ginting, D., Purwanti, P., Dona, Y., Fimanda, A. Y., Daslan, M., & Oyan, O. (2024). Implementasi Tari Karo Dalam Liturgi Inkulturasi Berdasarkan Ideologi Mehamat Man Kalimbubu. *Borneo Review*, 3(2), 98–106. <https://ejournal.stakatsnpontianak.ac.id/index.php/borneo-review/article/view/382>
- Joshanloo, M., Jovanović, V., & Park, J. (2021). Differential relationships of hedonic and Eudaimonic well-being with self-control and long-term orientation 1. *Japanese Psychological Research*, 63(1), 47–57. <https://doi.org/10.1111/jpr.12276>
- Ku, X., Lee, S. H., & Choi, I. (2023). Did covid-19 really change our well-being? It's up to meaning in life: Evidence from two longitudinal studies. *Social and Personality Psychology Compass*, 17(9), e12799. <https://doi.org/10.1111/spc3.12799>
- Mahendra, H. H., Hartini, N., & Bimantoro, D. (2025). The Impact of Work Stress and Social Support on the Psychological Well-Being of Women Human Rights Defenders. *Jurnal*



- Sains Psikologi, 14(2). Retrieved from <https://journal-fppsi.um.ac.id/index.php/jsp/article/view/153>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). Sage Publications.
- Miyamoto, Y., & Ryff, C. D. (2022). Culture and health: Recent developments and future directions 1. *Japanese Psychological Research*, 64(2), 90-108. <https://doi.org/10.1111/jpr.12378>
- Noviani, N., & Susanti, E. (2025). Perception of the younger generation of karo about rakut sitelu. *Jurnal PIPSI (Jurnal Pendidikan IPS Indonesia)*, 10(1), 30-44. <http://dx.doi.org/10.26737/jpipi.v10i1.6574>
- Purba, R., Apuлина, T. W., & Sinulingga, J. (2023). Analisis Semiotika pada Busana Wanita dalam Pernikahan Adat Karo. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 29521–29525. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/11747>
- Rabbani, D., & Yuniardi, M. S. (2024). The role of work-family conflict in mediating the influence of social support on the psychological well-being of career women. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 12(2), 114–120. <https://doi.org/10.22219/jipt.v12i2.33759>
- Rahma, U. Inisiatif Pertumbuhan Pribadi dan Kesejahteraan Psikologi: Peran Mediasi dalam Makna Kehidupan Mahasiswa Penyandang Disabilitas Personal Growth Initiative and Psychological Well-Being: The Role of Mediation Meaning in Life Students with Disabilities. *WACANA*, 16(1), 40-55. <https://doi.org/10.20961/wacana.v16i1.78582>
- Ramadhani, W. R., Noviekayati, I. G. G. A., & Ananta, A. (2023). Psychological well-being para perempuan bekerja: Bagaimana peran dukungan sosial?. *INNER: Journal of psychological research*, 2(4), 558-566. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/658>
- 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. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (2024). The privilege of well-being in an increasingly unequal society. *Current directions in psychological science*, 33(5), 300-307. <https://doi.org/10.1177/09637214241266818>
- Sulaeman, M. R., & Kustimah, K. (2024). Hubungan perceived social support dengan psychological well-being pada ibu bekerja. *Jurnal Psikologi Sains & Profesi (Journal of Psychological Science & Profession)*, 8(1), 52-65. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v8i1.53033>
- Surbakti, B. J., Yuli, G., & Lauterboom, M. (2025). Solidaritas dalam rakut sitelu sebagai instrumen pendampingan kebudayaan bagi masyarakat suku karo. *Jurnal Basataka (JBT)*, 8(1), 1–12. <https://doi.org/10.36277/basataka.v8i1.572>
- Widyastuti, C., & Hartini, N. Psychological well-being treatment terhadap meaning in life remaja yang berpotensi juvenile delinquent. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 21(1), 56-82. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2024.211-04>
- Yani, R., & Pratama, M. (2023). Hubungan Konflik Peran Ganda dengan Psychological Well-Being pada Polisi Wanita di Polda Sumbar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 4985-4992. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/6969>
- Yosita, T. L., Wismanto, Y. B., & Yudiati, E. A. (2022). Kesejahteraan psikologis pada ibu yang berperan ganda ditinjau dari dukungan suami dan tekanan psikologis. *Gadjah*



- Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 8(1), 82–98.
<https://doi.org/10.22146/gamajop.68548>
- Zakariyya, F., Wyandini, D. Z., & Wulandari, A. (2022). Psychological well-being women workers multiple role in Bandung: Analysis of stress and aggression of children. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 8(1), 99–111.
<https://doi.org/10.22146/gamajop.68807>