

## Original Article

### Strategi Janda Muda dalam Bertahan Hidup dan Dampak Status Janda Muda Bagi Perempuan

**Octamaya Tenry Awaru<sup>1</sup>, Rahmawati. K<sup>2</sup>✉**

<sup>1,2</sup>Program Pascasarjana Universitas Negeri Makassar

Korespondensi Email: rahmapolman6@gmail.com✉

#### Abstrak:

Penelitian ini membahas strategi bertahan hidup dan dampak sosial yang dialami janda muda di Kecamatan Polewali, Kabupaten Polewali Mandar. Latar belakang penelitian menunjukkan bahwa tingginya angka perceraian di Polewali Mandar, yaitu 667 kasus pada tahun 2024, memunculkan fenomena janda muda sebagai permasalahan sosial yang kompleks. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, di mana informan dipilih secara purposive sampling dengan kriteria perempuan berstatus janda muda berusia 18–30 tahun, memiliki durasi pernikahan 0–5 tahun, dan tercatat sebagai cerai gugat di Pengadilan Agama Polewali Mandar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa janda muda menerapkan tiga strategi utama dalam memenuhi kebutuhan hidup pasca perceraian, yaitu strategi aktif (bekerja, membuka usaha, dan memanfaatkan teknologi digital), strategi pasif (berhemat dan bergantung pada dukungan keluarga), serta strategi jaringan (menggunakan hubungan sosial, keluarga, dan komunitas untuk memperoleh dukungan finansial maupun emosional). Temuan ini menunjukkan bahwa para janda muda bersifat adaptif dan rasional dalam menghadapi kondisi baru.

Dari sisi sosial, status janda muda membawa dampak signifikan berupa stigma negatif, pengucilan, gosip, dan keterbatasan dalam pergaulan. Stigma tersebut menyebabkan tekanan psikologis dan penurunan rasa percaya diri, meskipun beberapa janda muda tetap mendapat dukungan keluarga dan komunitas. Dalam perspektif teori pilihan rasional Coleman, keputusan muda janda untuk mengadopsi strategi tertentu dan mengurangi interaksi sosial dipandang sebagai bentuk kalkulasi logistik guna mencapai stabilitas hidup dan melindungi kesejahteraan anak.

**Kata Kunci:** jandamuda, bertahan hidup, Perempuan.

Submitted	: 20 October 2025
Revised	: 19 November 2025
Acceptance	: 26 December 2025
Publish Online	: 24 January 2026

## Pendahuluan

Menurut Alniyanti dalam ([Mazid et al., 2023](#)) keluarga terjadi dari individu-individu yang disatukan oleh ikatan suami istri, yang berbagi tugas mengasuh menanamkan akhlak, dan memberikan pendidikan.

Rumah tangga yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak-anak mereka umumnya dikenal sebagai keluarga utuh. Namun, banyak keluarga yang tidak memiliki salah satu orang tua, baik karena perceraian, perpisahan, maupun kematian. Keluarga yang hanya dipimpin oleh seorang ibu, tanpa bantuan suami, biasanya disebut keluarga orang tua tunggal, yang sering kali merujuk secara khusus kepada para janda.

Ketidakmampuan suami untuk mengurus keuangan dan keluarga memperburuk masalah ini. Selain itu, masalah etika seperti perselingkuhan dan tindakan destruktif lainnya sering kali menjadi alasan perceraian. Pernikahan yang terjadi terlalu dini tanpa kesiapan mental dan emosional yang memadai juga berperan besar dalam meningkatnya angka perceraian. Lebih lanjut, kekerasan dalam rumah tangga dan kecemburuan yang berlebihan sering kali mendorong perempuan untuk bercerai karena mereka menginginkan kehidupan yang lebih terhormat dan lebih baik. ([K. et al., 2025](#)).

Janda adalah perempuan yang telah berpisah dengan suaminya, baik karena perceraian maupun ditinggal wafat. Secara status, pria maupun perempuan yang telah menikah dan kemudian berpisah karena perceraian atau kematian pasangan sebenarnya berada dalam posisi yang sama. Namun, konstruksi budaya yang patriarkis lebih sering menyoroti dan memberi label kepada perempuan sebagai 'janda', karena adanya relasi kuasa yang menempatkan laki-laki di posisi yang lebih dominan daripada perempuan ([Karvistina, 2011](#)).

Keberadaan janda muda merupakan situasi yang masih umum dalam budaya Indonesia. Biasanya, status ini berlaku bagi perempuan yang telah bercerai atau kehilangan suami saat masih dalam usia produktif. Keadaan ini menempatkan perempuan-perempuan ini dalam posisi yang menantang, karena mereka tidak hanya harus menghadapi perubahan status sosial tetapi juga memikul tanggung jawab untuk mencari nafkah dan memberikan perawatan. Dalam masyarakat yang masih sangat dipengaruhi oleh nilai-nilai patriarki, menjadi janda muda sering kali dipandang negatif dan dianggap sebagai penyimpangan dari harapan keluarga tradisional ([Fakih, 2008](#)).

Berdasarkan observasi awal penelitian di Polewali Mandar tercatat jumlah perceraian tertinggi di Sulawesi barat pada tahun 2024 sebanyak 667 kasus yang tercatat di Pusat Badan statistik, di susul oleh kabupaten mamuju 295 kasus dan pasang kayu sebanyak 180 kasus. Keberadaan janda muda merupakan masalah sosial yang seringkali menjadi sorotan berbagai organisasi masyarakat, seperti di Kabupaten Polewali Mandar. Perempuan yang menjadi janda muda biasanya menghadapi berbagai kesulitan, yang dapat mencakup tantangan finansial, sosial, dan mental.

Sebagaimana dinyatakan oleh Rahman, penelitiannya mengungkapkan bahwa Kabupaten Polewali Mandar menunjukkan angka pernikahan dini yang relatif tinggi. Meningkatnya angka pernikahan usia muda di daerah ini berperan dalam meningkatnya angka perceraian. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara menikah muda dan kelanggengan pernikahan, karena individu yang menikah muda sering menghadapi berbagai kesulitan yang dapat menyebabkan perpisahan ([Rachman et al., 2023](#)).

Kabupaten Polewali Mandar memiliki angka perceraian tertinggi di antara kabupaten-kabupaten lain, dengan total 618 kasus. Dari jumlah tersebut, 480 kasus diajukan melalui proses perceraian, dan 138 kasus disebut sebagai perceraian. Berdasarkan informasi yang dikumpulkan oleh calon peneliti dari Pengadilan Agama Polewali Mandar, terdapat 302 kasus perceraian pada tahun 2023 yang melibatkan individu berusia 18 hingga 30 tahun. Dalam kelompok demografis muda ini, 275 kasus diajukan melalui proses perceraian, yang jauh lebih besar daripada 37 kasus yang

disebut sebagai perceraian.

Setelah mengalami perceraian, para janda menghadapi tantangan besar dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari mereka dan anak-anak mereka. Dalam situasi ini, memiliki rencana sangatlah penting, karena mereka perlu menemukan cara untuk menghasilkan pendapatan, mencapai kemandirian, dan bertahan di tengah penilaian sosial. Cara-cara tersebut dapat berupa mencari peluang kerja, memulai usaha kecil, memanfaatkan koneksi sosial, atau bergantung pada bantuan dari anggota keluarga ([Mazid et al., 2023](#)). Banyak yang mencari pekerjaan baik di lingkungan kerja resmi maupun tidak resmi, mencari bantuan dari kerabat dan komunitas mereka, serta membangun koneksi sosial yang menawarkan bantuan finansial dan emosional. Tanggung jawab tambahan sebagai pencari nafkah sekaligus pengasuh memperparah kesulitan yang dihadapi para janda muda. Masalah yang dihadapi perempuan yang telah kehilangan pasangan sangat kompleks, karena mereka ditugaskan untuk mengasuh anak sendirian sambil juga menghadapi kesulitan keuangan ([Hakim, 2023](#)).

Strategi yang digunakan para janda muda untuk memenuhi kebutuhan hidup mereka sangat beragam, dipengaruhi oleh latar belakang sosial, tingkat pendidikan, dan ketersediaan sumber daya. Beberapa memilih untuk berpartisipasi dalam ekonomi informal, terlibat dalam kegiatan seperti perdagangan kecil, pekerjaan kasar, atau memulai usaha dari rumah. Pendekatan ini dianggap lebih mudah beradaptasi karena memungkinkan perempuan untuk melanjutkan tanggung jawab rumah tangga mereka, terutama dalam merawat anak-anak ([Himawati & Taftazani, n.d.](#)). Selain itu, lingkungan sosial seperti kerabat dekat, warga sekitar, dan kelompok keagamaan merupakan sumber bantuan penting bagi para janda muda dalam mempertahankan penghidupan mereka.

Di sisi lain, menjadi janda muda seringkali menimbulkan dampak sosial yang cukup besar. Masyarakat seringkali berpandangan negatif terhadap para perempuan ini, memandang mereka sebagai risiko potensial bagi keluarga lain atau sebagai individu yang tidak berhasil dalam pernikahan mereka. Realitas ini membatasi interaksi sosial mereka dan mengurangi kesempatan para janda muda untuk terlibat secara menyeluruh dalam masyarakat. Dampak sosial ini tidak hanya memengaruhi hubungan mereka tetapi juga kesehatan mental mereka.

Menjadi janda muda dapat sangat memengaruhi kesehatan mental seorang wanita. Tekanan finansial, tugas membesarkan anak sendirian, dan penilaian masyarakat dapat menyebabkan stres, kekhawatiran, dan rasa rentan. Meskipun demikian, banyak wanita menunjukkan kekuatan yang luar biasa dalam situasi ini. Para janda muda bekerja keras tidak hanya untuk mengatasi kesulitan tetapi juga untuk membangun otonomi dan membentuk kembali identitas mereka sebagai individu yang mandiri ([Kabeer, 2016](#)). Ini menunjukkan bahwa perempuan memiliki kekuatan untuk membentuk jalan hidup mereka sendiri, bahkan ketika menghadapi kesulitan.

Dari sudut pandang gender, kehidupan para janda muda menunjukkan kesenjangan sistematis antara laki-laki dan perempuan. Kerangka sosial yang menempatkan laki-laki sebagai pencari nafkah utama membuat perempuan lebih berisiko ketika kehilangan pasangan. Oleh karena itu, situasi para janda muda tidak boleh hanya dilihat sebagai masalah pribadi, tetapi sebagai isu yang lebih luas yang terkait dengan dinamika kekuasaan, aksesibilitas sumber daya, dan pembentukan peran gender dalam masyarakat ([Musdah, 2006](#)). Mempelajari pendekatan para janda muda penting untuk mengungkap bagaimana perempuan menavigasi sistem ini dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Masyarakat seringkali memandang perceraian sebagai sesuatu yang memalukan atau tidak pantas, sehingga orang yang mengalaminya merasakan isolasi atau penilaian negatif. Selain menghadapi perubahan besar dalam kehidupan pribadi mereka, mereka juga menghadapi prasangka dan opini yang tidak menguntungkan dari orang lain di lingkungan mereka ([Harjianto & Arie Ramadhani, 2024](#)).

Selain berdampak pada individu, janda muda juga memengaruhi peran

perempuan dalam keluarga dan masyarakat luas. Para janda muda sering kali menghadapi tuntutan dari kerabat jauh mereka mengenai pilihan hidup yang penting, seperti peluang kerja dan potensi untuk menikah lagi. Dalam skenario ini, perempuan merasa terpecah antara memenuhi tanggung jawab keuangan dan mempertahankan status sosial mereka ([Suryakusuma, 2016](#)). Keadaan ini menunjukkan bahwa janda muda membawa konsekuensi yang luas, tidak hanya memengaruhi faktor ekonomi tetapi juga dimensi sosial dan budaya.

Perceraian dapat membawa implikasi negatif, terutama bagi perempuan. Pernikahan yang gagal dan berakhir dengan perceraian dapat berdampak buruk pada perempuan, mengubah statusnya menjadi janda. Perempuan yang menjadi janda di usia muda, terutama ketika perpisahan mereka bukan disebabkan oleh kematian pasangan, seringkali dipandang memiliki karakter yang tidak diinginkan. Perceraian semacam itu biasanya menyebabkan penilaian yang tidak baik di dalam masyarakat ([Rusdi et al., 2020](#)).

Berdasarkan uraian ini, jelas bahwa pendekatan yang digunakan oleh janda muda untuk memenuhi kebutuhan hidup mereka dan dampak situasi mereka terhadap perempuan sangat rumit dan berlapis-lapis. Penelitian ini penting untuk mendapatkan wawasan yang lebih baik tentang realitas yang dihadapi oleh janda muda, sekaligus bertujuan untuk mengubah kesalahpahaman umum di masyarakat. Dengan mengeksplorasi metode dan kesulitan yang dihadapi oleh janda muda, diharapkan studi ini dapat membantu dalam menciptakan kebijakan sosial yang lebih peka gender yang mendorong kesejahteraan perempuan ([Saptiawan, 2010](#)). janda muda mengelola kebutuhan mereka untuk bertahan hidup dan dampak menjadi janda terhadap perempuan, dengan mempertimbangkan sudut pandang ekonomi, sosial, dan psikologis ([Afini.R 2018](#)).

## Metode

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Studi kualitatif berfokus pada pemahaman isu-isu sosial dengan mengamati keadaan atau lingkungan nyata yang kompleks, komprehensif, dan bernuansa ([Eko Murdiyanto, 2020](#)).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode studi kasus untuk mengkaji kehidupan janda muda di Kecamatan Polewali, Kabupaten Polewali Mandar. Pendekatan studi kasus memungkinkan peneliti untuk memahami secara mendalam bagaimana strategi janda muda dalam memenuhi kebutuhan hidup serta Dampak sosial yang dihadapi oleh janda muda di tengah masyarakat.

Karakteristik informan dalam penelitian ini adalah janda muda yang berusia 18 sampai 30 tahun dengan rentang waktu pernikahan 0 sampai 5 tahun dan kasus perceraian tercatat sebagai cerai gugat di pengadilan agama polewali mandar subjek informan dipilih menggunakan teknik porpositive sampling.

## Hasil

Durasi pernikahan di antara kelompok yang diteliti relatif singkat, berkisar antara 0 hingga 5 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa banyak pasangan muda berjuang untuk mempertahankan hubungan mereka, bahkan untuk waktu yang terbatas. Salah satu hasil utama dari tren ini adalah meningkatnya jumlah perempuan muda yang berakhir menjadi janda. Ada beberapa faktor yang berkontribusi terhadap pernikahan dini yang dilaporkan oleh para peserta, termasuk kehamilan yang tidak direncanakan yang mengarah pada pernikahan, di mana menikah sering dipandang sebagai cara untuk mencegah aib keluarga. Dalam kasus seperti itu, pasangan tersebut mungkin tidak siap secara psikologis atau emosional untuk hidup bersama. Selain itu, ada pernikahan yang diatur oleh orang tua dan pasangan yang terburu-buru memutuskan untuk menikah hanya untuk hidup bersama, mengabaikan persiapan penting yang diperlukan untuk membangun rumah tangga.

Perceraian merupakan keretakan dalam keluarga ketika kedua belah pihak

memutuskan untuk berpisah. Meskipun laki-laki biasanya memiliki keputusan akhir dalam proses perceraian, tidak banyak perempuan yang memilih untuk mengajukan perceraian sendiri. Para peneliti mengamati bahwa antara tahun 2023 dan 2024, terdapat 477 kasus perceraian yang diajukan oleh perempuan di Pengadilan Agama Kabupaten Polewali Mandar, yang menunjukkan adanya preferensi di antara mereka untuk tetap melajang. Berbagai alasan menjadi alasan mengapa perempuan memilih untuk menjanda di usia muda.

### **Strategi janda muda dalam memenuhi kebutuhan hidup**

Setelah bercerai janda muda berusaha memenuhi kebutuhan hidup, strategi yang di terapkan oleh janda muda di Kecamatan Polewali dalam memenuhi kebutuhan hidupnya pasca perceraian menunjukkan sikap adaptif dan tangguh dalam menghadapi perubahan kehidupan. Mereka tidak hanya berdiam diri di masa-masa sulit, tetapi justru bekerja keras menemukan berbagai cara untuk bertahan dan terus maju, terutama demi anak-anak mereka. Tiga pendekatan utama digunakan: strategi proaktif, strategi reaktif, dan strategi komunitas.

**Strategi aktif** Para janda muda aktif mengejar kemandirian finansial melalui berbagai jenis pekerjaan. Mereka terlibat dalam pekerjaan informal maupun pekerjaan resmi, termasuk peran seperti pekerja di toko pakaian, petugas di kios ponsel, instruktur di pusat kebugaran, guru honor, atau bahkan mengembangkan usaha sendiri yaitu menjual produk kecantikan, bibit tanaman, dan camilan. Beberapa dari mereka bahkan mempromosikan dan menjual produk mereka secara daring. Strategi ini mencerminkan keberanian, kemandirian, dan rasionalitas dalam mengambil keputusan ekonomi untuk mencukupi kebutuhan hidup sehari-hari serta biaya pendidikan anak-anak.

**Strategi pasif** Ini adalah metode penanganan yang melibatkan pengurangan biaya dan bergantung pada bantuan dari orang tua atau kerabat terdekat. Banyak janda muda memilih untuk kembali ke rumah keluarga mereka untuk menghindari tekanan membayar sewa dan memenuhi kebutuhan dasar lainnya. Mereka juga menghemat pengeluaran sehari-hari dengan mengatur kebiasaan belanja dan menghindari pembelian yang tidak perlu. Pendekatan ini sering digunakan ketika mereka tidak memiliki penghasilan tetap atau sedang menjalani perubahan pasca perceraian.

**strategi jaringan** Jejaring sosial memainkan peran penting dalam kehidupan para janda muda. Mereka memanfaatkan ikatan sosial yang mereka miliki saat ini, yang dapat mencakup bantuan dari teman, mantan atasan, anggota keluarga, tetangga, serta sumber daya dari organisasi masyarakat atau pemerintah daerah. Bantuan ini dapat berupa informasi lowongan pekerjaan, dukungan finansial untuk bisnis, dorongan emosional, hingga bantuan untuk memenuhi kebutuhan dasar. Bagi para janda muda, jejaring sosial sangat penting dalam mereka membangun kehidupan yang aman dan terhormat.

### **Dampak sosial janda muda bagi Perempuan**

Menjadi janda muda di Kabupaten Polewali membawa berbagai tantangan sosial yang rumit bagi para perempuan yang menghadapi situasi ini. Dalam budaya yang masih menghargai peran tradisional perempuan dalam keluarga, menjadi janda seringkali dipandang negatif. Banyak janda muda mengalami perasaan dijauhi, dicurigai, dan menjadi sasaran gosip di lingkungan mereka. Hal ini menyebabkan tekanan emosional dan penurunan harga diri, sebagaimana dicatat oleh Serly dan Nadiah, yang menyebutkan bahwa mereka sering mendengar komentar-komentar yang mengejek dan cerita-cerita yang tidak menyenangkan tentang diri mereka sendiri. Karena stigma sosial ini, beberapa janda muda merasa direndahkan dan membatasi interaksi sosial mereka, merasa tidak nyaman dengan komentar atau pertanyaan yang menyoroti status mereka sebagai janda cerai. Akibatnya, skenario ini semakin membatasi kemampuan mereka untuk bergerak bebas dan bahkan menyebabkan

penurunan dalam lingkaran sosial yang pernah mereka nikmati sebelum perceraian mereka.

Namun, konsekuensi sosial yang dihadapi para janda muda tidaklah seragam. Beberapa di antaranya mendapatkan bantuan dari keluarga dan komunitas, terutama ketika perpisahan mereka disebabkan oleh alasan yang jelas seperti kekerasan dalam rumah tangga. Dukungan emosional ini penting untuk menjaga kesehatan mental dan emosional mereka. Seperti yang dialami Nurjannah dan Mega, memiliki keluarga dan tetangga yang supportif membantu mereka merasa tidak terlalu terisolasi dalam menghadapi tantangan hidup. Namun demikian, tetap ada kendala, terutama jika pekerjaan mereka dipandang negatif oleh masyarakat. Dalam situasi seperti itu, para janda muda perlu menghadapi ekspektasi sosial sambil tetap berusaha menghidupi diri sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa, bahkan dalam menghadapi prasangka sosial yang berkelanjutan, kekuatan dan dukungan dari komunitas sangat penting bagi para janda muda pascaperceraan. Oleh karena itu, masyarakat perlu memberikan kebebasan kepada perempuan untuk menapaki jalan mereka sendiri tanpa beban penilaian masyarakat.

Dampak janda muda terhadap perempuan di Kecamatan Polewali, Kabupaten Polewali Mandar. Setelah kehilangan pasangan, banyak perempuan menghadapi perubahan dalam cara mereka diperlakukan secara sosial, menghadapi persepsi negatif, hinaan, dan rumor yang merajalela di lingkungan mereka. Stigma sosial ini terutama berasal dari masa muda mereka dan keterlibatan mereka dalam pekerjaan atau aktivitas di luar rumah tangga yang bertentangan dengan ekspektasi budaya. Penilaian semacam itu dapat menimbulkan perasaan tidak mampu, mendorong para perempuan ini untuk mengisolasi diri dari lingkungan sosial dan membatasi interaksi mereka. Dalam kerangka teori pilihan rasional Coleman, perilaku ini merupakan penyesuaian logis yang bertujuan untuk mengurangi ketegangan sosial. Mereka lebih memilih untuk menghindari situasi sosial yang mungkin memicu ketegangan atau kegelisahan dan sebaliknya berkonsentrasi pada pekerjaan atau pengasuhan anak-anak mereka. Keputusan ini dipengaruhi oleh analisis biaya-manfaat di mana mencapai kedamaian pribadi dan memastikan kelangsungan hidup lebih diutamakan daripada mendapatkan persetujuan sosial yang dangkal.

Selain menghadapi stigma, banyak janda muda juga menghadapi berkurangnya jaringan sosial, yang berdampak signifikan pada kehidupan mereka. Sekembalinya ke komunitas mereka sebagai individu lajang, mereka sering merasakan perubahan dalam cara mereka diperlakukan dibandingkan saat menikah. Pengawasan dan persepsi negatif dari orang lain umumnya menyebabkan mereka menarik diri dari pergaulan sosial. Namun demikian, ada beberapa kasus di mana janda muda yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga menemukan belas kasih dan dukungan dari keluarga dan komunitas mereka. Bantuan ini merupakan semacam "modal sosial" yang penting dari perspektif teori pilihan rasional, karena mendukung pengambilan keputusan dan pilihan hidup strategis setelah perceraian. Mereka yang menerima lebih banyak dukungan biasanya menunjukkan kesejahteraan mental yang lebih baik dan dapat beradaptasi dengan keadaan baru mereka dengan keyakinan yang lebih besar. Meskipun ekspektasi masyarakat seringkali membatasi peran dan tindakan perempuan pasca perceraian, para janda muda di Kabupaten Polewali tetap menunjukkan pendekatan logis terhadap situasi mereka. Mereka menilai risiko sosial dalam kaitannya dengan keuntungan pribadi mereka, seperti ketenangan mental, perlindungan dari bahaya, dan kesejahteraan anak-anak mereka. Berdasarkan prinsip teori pilihan rasional, pilihan mereka untuk menoleransi stigma sosial atau mengabaikan penilaian publik berasal dari evaluasi yang matang terhadap nilai-nilai, sumber daya, dan aspirasi jangka panjang mereka. Mereka tidak hanya bergantung pada situasi mereka, tetapi secara sadar memilih opsi yang mereka yakini paling menguntungkan mengingat batasan dan tantangan yang mereka hadapi.

## Kesimpulan

1. Strategi janda muda dalam memenuhi kebutuhan hidup

Para janda muda di Kecamatan Polewali menunjukkan kekuatan dan kemampuan mereka untuk melanjutkan hidup pasca-perceraian dengan menggunakan beberapa pendekatan praktis. Untuk memenuhi kebutuhan finansial, mereka mengambil strategi aktif dengan bekerja, membuka usaha, atau mencari nafkah sendiri. Sebaliknya, beberapa memilih cara strategi pasif dengan tinggal bersama orang tua atau kerabat untuk menghemat pengeluaran sambil mempertimbangkan rencana masa depan. Selain itu, mereka memanfaatkan strategi jaringan dengan memanfaatkan lingkaran sosial mereka, termasuk teman, keluarga, atau organisasi masyarakat, untuk mendapatkan dukungan emosional, nasihat, dan akses ke peluang finansial. Ketiga metode ini menyoroti kemandirian dan kegigihan para janda muda dalam menghadapi tantangan hidup dan menegaskan bahwa mereka dapat mengendalikan dan membentuk kehidupan mereka sendiri.

2. Dampak sosial janda muda bagi Perempuan

Menjadi janda muda dapat sangat memengaruhi kehidupan sosial seorang perempuan, terutama dalam budaya yang masih menjunjung tinggi adat istiadat tradisional. Banyak janda muda menghadapi stereotip yang merugikan, termasuk ejekan, gosip, dan bahkan perilaku yang berbeda dari orang-orang di sekitarnya. Akibatnya, mereka seringkali mengalami tekanan mental, penurunan harga diri, dan lingkungan sosial yang terbatas. Untuk menghindari komentar atau pertanyaan negatif, mereka seringkali mengisolasi diri dari kegiatan sosial. Meskipun demikian, beberapa janda muda berhasil bertahan berkat dukungan anggota keluarga dan komunitas yang berempati terhadap tantangan mereka. Dukungan ini memainkan peran penting dalam membantu mereka menjaga kesejahteraan emosional dan membangun kembali kehidupan mereka setelah kehilangan. Hal ini menyoroti bahwa, bahkan dalam menghadapi stigma yang berkelanjutan, para janda muda menunjukkan ketahanan dan kapasitas untuk hidup mandiri.

## Saran

Penelitian ini merekomendasikan agar studi selanjutnya memperluas cakupan wilayah dan menggunakan teori lain, seperti *resilience* atau modal sosial, untuk memperkaya analisis tentang janda muda. Pendekatan kuantitatif juga dapat dipadukan dengan kualitatif guna memperoleh gambaran yang lebih komprehensif. Secara praktis, pemerintah daerah diharapkan menyediakan program pemberdayaan ekonomi, akses modal usaha, serta layanan konseling bagi janda muda. Masyarakat juga perlu meningkatkan penerimaan sosial sehingga status janda muda tidak lagi dibebani stigma, melainkan dipandang sebagai bagian dari realitas sosial yang patut didukung.

## Daftar Pustaka

- Fakih, M. (2008). Analisis gender dan transformasi sosial. (*No Title*).
- Hakim, M. A. (2023). Status Janda Akibat Perceraian Dan Implikasinya Terhadap Keluarga: Studi Teori Fungsionalisme Struktural di Desa Gedangsewu Kecamatan Pare Kabupaten Kediri. *Al Fuadiyah: Journal of Islamic Family Law*, 5(2), 51–70.
- Harjianto, H., & Arie Ramadhani, A. (2024). Studi Identifikasi Dampak Perceraian Terhadap Sosial Ekonomi Keluarga Di Desa Parijatah Kulon Kabupaten Banyuwangi. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 11(12), 5171–5179.
- Himawati, Y., & Taftazani, B. M. (n.d.). Strategi Bertahan Hidup Perempuan Kepala Keluarga. In *Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial (Rehsos)* (Vol. 4, Issue 2).

- K., R., Ridha, R., & Awaru, A. O. T. (2025). Lebih Baik Menjanda (Alasan Perempuan Memilih menjadi Janda pada Usia Muda di Kecamatan Polewali Kabupaten Polewali Mandar). *Riwayat: Educational Journal of History and Humanities*, 8(3), 2882–2889. <https://doi.org/10.24815/jr.v8i3.47622>
- Kabeer, N. (2016). Gender equality, economic growth, and women's agency: The "endless variety" and "monotonous similarity" of patriarchal constraints. *Feminist Economics*, 22(1), 295–321.
- Karvistina, L. (2011). Persepsi Masyarakat Terhadap Status Janda (Studi Kasus Di Kampung Iromejan, Kelurahan Klitren, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta). *Skripsi, Fakultas Ilmu Sosial*.
- Mazid, S., Wulansari, A., & Hastanti, A. D. (2023). Strategi Janda Cerai Dalam Pemenuhan Kebutuhan Ekonomi Keluarga di Kota Magelang. *Resolusi: Jurnal Sosial Politik*, 6(1), 16–26.
- Musdah, M. S. (2006). *Islam & Inspirasi Kesetaraan Gender*. Yogyakarta: Kibar Press.
- Rachman, A. W., Fadlillah, A. R., & Cholifah, N. (2023). Persepsi masyarakat terhadap perempuan berstatus janda. *Cross-Border*, 6(1), 371–382.
- Rusdi, M., Sangaji, A. I., & Rezkiamaliah, F. (2020). Persepsi Masyarakat Terhadap Status Janda di Kecamatan Tamalate Kota Makassar:(Community Perception Towards Janda in Tamalate District, Makassar). *Uniqbu Journal of Social Sciences*, 1(3), 154–163.
- Saptiawan, I. H. (2010). *Sugihastuti. Gender dan Inferioritas Perempuan, Praktik Kritik Sastra Feminis*. Yokyakarta: Pustaka belajar.
- Suryakusuma, J. (2016). From both sides now: Shariah morality, pornography and women in Indonesia. *Legitimacy, Legal Development, and Change: Law and Modernization Reconsidered*, 193–212.
- Terhadap, S., Muda, J., Kasus, S., Perempuan, L., Perceraian, K., Muda, U., Kadubungbang, D., Cimanuk, K., Banten, P., Aprilandini Siregar, Y., & Afifi, R. N. (n.d.). SeNSosio Unram. 474 | Seminar Nasional Sosiologi |, 4, 2023.