

Konsep “*High quality women*” dalam Pernikahan: Definisi dan Persepsi Sosial

Endang Widiastuti, Margaretha Maria Shinta Pratiwi, Mulya Virgonita IW

Universitas Semarang, Indonesia

endangwidiastuti741@gmail.com, shinta@usm.ac.id, yayaiswindari@usm.ac.id

ABSTRACT

This research analyzes the concept of “high quality women” in the Indonesian marriage context as a complex and multidimensional social phenomenon. The transformation of partner selection criteria from the traditional era to modernity reflects fundamental changes in contemporary marriage paradigms. Using a narrative literature review approach, this study explores the definition, social perception, and implications of this concept on relationship dynamics in Indonesian society. Findings indicate that the concept of “high quality women” encompasses academic achievement, financial stability, physical appearance, and personality that balances modern independence with traditional values. Digital media, particularly social media platforms, serves as the primary catalyst in constructing and disseminating standards of female ideality, while globalization influences introduce templates that are not always compatible with local culture. Significant impacts on partner selection dynamics include the emergence of “checklist mentality” and “relationship inflation” resulting in delayed relationship formation. Psychological implications show increased anxiety and perfectionism among women, with self-worth construction dependent on external validation. The negotiation process between modern concepts and traditional Indonesian values creates unique identity complexities requiring balance between personal aspirations and cultural expectations. This research provides important contributions to understanding the evolution of marriage standards and their impact on women's well-being in contemporary Indonesian society.

Keywords: *High quality women, Mate Selection, Gender Construction*

ABSTRAK

Penelitian ini menganalisis konsep “*high quality women*” dalam konteks pernikahan di Indonesia sebagai fenomena sosial yang kompleks dan multidimensional. Transformasi kriteria pemilihan pasangan dari era tradisional menuju modernitas mencerminkan perubahan fundamental dalam paradigma pernikahan kontemporer. Menggunakan pendekatan *narrative literature review*, penelitian ini mengeksplorasi definisi, persepsi sosial, dan implikasi konsep tersebut terhadap dinamika hubungan dalam masyarakat Indonesia. Temuan menunjukkan bahwa konsep “*high quality women*” mencakup pencapaian akademik, stabilitas finansial, penampilan fisik, dan kepribadian yang menyeimbangkan independensi modern dengan nilai-nilai tradisional. Media digital, khususnya platform media sosial, berperan sebagai katalis utama dalam mengonstruksi dan menyebarluaskan standar idealitas perempuan, sementara pengaruh globalisasi memperkenalkan template yang tidak selalu kompatibel dengan budaya lokal. Dampak signifikan terhadap dinamika pemilihan pasangan mencakup munculnya “*checklist mentality*” dan

"*relationship inflation*" yang mengakibatkan *delayed relationship formation*. Implikasi psikologis menunjukkan peningkatan *anxiety* dan *perfectionism* di kalangan perempuan, dengan konstruksi *self-worth* yang bergantung pada *external validation*. Proses negosiasi antara konsep modern dengan nilai-nilai tradisional Indonesia menciptakan kompleksitas identitas unik yang memerlukan keseimbangan antara aspirasi personal dengan ekspektasi budaya. Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami evolusi standar pernikahan dan dampaknya terhadap kesejahteraan perempuan dalam masyarakat Indonesia kontemporer.

Kata Kunci: *High quality women*, Pemilihan Pasangan, Konstruksi Gender

PENDAHULUAN

Dalam dinamika sosial kontemporer, konsep "*high quality women*" telah menjadi fenomena yang semakin sering diperbincangkan dalam konteks hubungan romantis dan pernikahan (Pendidikan et al., 2025). Terminologi ini, yang berkembang pesat melalui media sosial dan platform digital, mencerminkan transformasi nilai-nilai sosial dalam memandang kriteria pasangan hidup yang ideal. Fenomena ini tidak dapat dilepaskan dari perubahan struktur sosial, ekonomi, dan budaya yang terjadi dalam masyarakat modern. Secara historis, kriteria pemilihan pasangan hidup telah mengalami evolusi signifikan. Jika pada era tradisional kriteria utama sering kali berpusat pada aspek ekonomi, status sosial keluarga, dan kemampuan domestik, maka dalam konteks modern, definisi "kualitas" seorang wanita dalam konteks pernikahan menjadi lebih kompleks dan multidimensional. Konsep "*high quality women*" mencakup aspek-aspek seperti pencapaian akademik, stabilitas finansial, penampilan fisik, kepribadian, nilai-nilai moral, dan kompatibilitas dalam visi hidup jangka panjang.

Munculnya konsep ini tidak lepas dari pengaruh globalisasi, kemajuan teknologi informasi, dan perubahan peran gender dalam masyarakat (Baharudin & Ernawati, 2024). Media sosial, aplikasi kencan, dan platform digital lainnya telah menciptakan ruang baru untuk mendefinisikan dan mengkomunikasikan standar-standar ini. Namun, popularitas konsep "*high quality women*" juga memunculkan berbagai pertanyaan kritis mengenai objektivitas, subjektivitas, dan implikasinya terhadap hubungan interpersonal serta persepsi gender dalam masyarakat. Dalam konteks Indonesia, konsep ini menghadapi dinamika yang unik karena bersinggungan dengan nilai-nilai budaya lokal, norma agama, dan transformasi sosial yang sedang berlangsung. Perubahan pola pikir generasi milenial dan Gen Z terhadap pernikahan, ditambah dengan meningkatnya tingkat pendidikan dan partisipasi perempuan dalam dunia kerja, menciptakan kompleksitas tersendiri dalam memahami bagaimana konsep "*high quality women*" dipersepsikan dan diaplikasikan dalam konteks sosial Indonesia (Rossanti et al., 2024).

Penelitian ini menjadi penting karena konsep "*high quality women*" tidak hanya mempengaruhi ekspektasi individu dalam memilih pasangan, tetapi juga membentuk norma sosial yang lebih luas mengenai peran dan nilai perempuan dalam

masyarakat. Pemahaman yang mendalam terhadap konsep ini diperlukan untuk menganalisis dampaknya terhadap dinamika hubungan, tekanan sosial yang dialami perempuan, serta perubahan paradigma pernikahan dalam masyarakat kontemporer. Perkembangan ekonomi digital dan meningkatnya tingkat pendidikan perempuan di Indonesia telah menciptakan paradoks dalam konsep "*high quality women*" (Ulfa, 2016). Di satu sisi, perempuan Indonesia kini memiliki akses yang lebih luas terhadap pendidikan tinggi dan karier profesional, yang secara tradisional dianggap sebagai indikator kualitas. Data Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa partisipasi perempuan dalam pendidikan tinggi terus meningkat, bahkan dalam beberapa program studi melebihi jumlah laki-laki. Namun di sisi lain, peningkatan pencapaian ini justru menciptakan ekspektasi yang lebih tinggi dan kompleks terhadap perempuan, yang tidak hanya diharapkan sukses secara profesional tetapi juga mempertahankan peran tradisional sebagai istri dan ibu yang ideal.

Fenomena "*Hypergamy*" atau kecenderungan untuk menikah dengan pasangan yang memiliki status sosial ekonomi lebih tinggi, menjadi dimensi penting dalam memahami konsep "*high quality women*". Dalam konteks ini, perempuan yang dianggap "*berkualitas tinggi*" sering kali dihadapkan pada dilema antara pencapaian personal yang tinggi dengan ekspektasi untuk tetap dapat menemukan pasangan yang setara atau lebih tinggi statusnya (Maryam, 2019). Hal ini menciptakan fenomena yang disebut sebagai "*marriage squeeze*" di kalangan perempuan berpendidikan tinggi, di mana semakin tinggi pencapaian seorang perempuan, semakin terbatas pilihan pasangan yang dianggap "*cocok*" menurut norma sosial yang berlaku. Pengaruh budaya populer, khususnya *Korean Wave (Hallyu)* dan budaya pop Barat, juga turut membentuk persepsi tentang "*high quality women*" di Indonesia. Standar kecantikan, gaya hidup, dan pencapaian yang dipopulerkan melalui drama Korea, film Hollywood, dan konten media sosial *influencer* internasional, telah menciptakan template baru mengenai seperti apa perempuan ideal itu. Hal ini mengakibatkan internalisasi standar yang sering kali tidak realistis dan tidak sesuai dengan konteks budaya lokal, namun tetap menjadi acuan dalam menilai kualitas seorang perempuan dalam konteks pernikahan.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, penelitian ini berupaya mengidentifikasi dan menganalisis berbagai permasalahan kompleks yang muncul seiring dengan berkembangnya konsep "*high quality women*" dalam konteks pernikahan di Indonesia. Permasalahan utama yang menjadi fokus penelitian ini adalah bagaimana masyarakat Indonesia mendefinisikan dan mengkarakterisasi konsep "*high quality women*" dalam konteks pernikahan, serta faktor-faktor sosial, budaya, ekonomi, dan teknologi apa saja yang berkontribusi terhadap konstruksi dan penyebaran konsep tersebut dalam masyarakat kontemporer. Penelitian ini juga berusaha memahami bagaimana perbedaan demografis seperti usia, tingkat pendidikan, status sosial ekonomi, dan latar belakang budaya mempengaruhi variasi persepsi terhadap konsep "*high quality women*" di antara berbagai segmen masyarakat Indonesia. Selain itu, penelitian ini juga mengkaji sejauh mana konsep "*high quality women*" memberikan pengaruh terhadap ekspektasi dan preferensi

individu dalam proses pemilihan pasangan hidup, serta bagaimana hal tersebut mempengaruhi dinamika hubungan dan pola pernikahan dalam masyarakat modern. Aspek yang tidak kalah penting adalah menganalisis implikasi sosial dan psikologis dari konsep "*high quality women*" terhadap kesejahteraan perempuan, termasuk tekanan sosial, self-esteem, dan kesehatan mental yang mungkin timbul akibat internalisasi standar-standar tertentu. Terakhir, penelitian ini juga berupaya memahami bagaimana konsep "*high quality women*" berinteraksi dan bernegosiasi dengan nilai-nilai tradisional, norma agama, dan budaya lokal Indonesia dalam konteks pernikahan modern, serta bagaimana dialektika tersebut membentuk lanskap sosial terkait hubungan dan pernikahan di Indonesia.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara komprehensif dan mendalam konsep "*high quality women*" dalam konteks pernikahan, dengan fokus pada pemahaman definisi, persepsi sosial, dan berbagai implikasinya terhadap dinamika hubungan dalam masyarakat Indonesia kontemporer. Secara spesifik, penelitian ini berupaya mengidentifikasi dan menganalisis berbagai definisi serta karakteristik yang dikaitkan dengan konsep "*high quality women*" berdasarkan persepsi yang berkembang dalam masyarakat Indonesia, sekaligus mengeksplorasi faktor-faktor sosial, budaya, ekonomi, dan teknologi yang berkontribusi terhadap pembentukan dan penyebaran konsep tersebut. Penelitian ini juga bertujuan untuk menganalisis variasi persepsi konsep "*high quality women*" di antara berbagai segmen demografis guna memahami heterogenitas pandangan yang ada dalam masyarakat Indonesia yang beragam. Lebih lanjut, penelitian ini berusaha mengevaluasi pengaruh konsep "*high quality women*" terhadap proses pemilihan pasangan, ekspektasi dalam hubungan, dan dinamika pernikahan modern, serta mengkaji implikasi sosial dan psikologis dari konsep tersebut terhadap kesejahteraan perempuan, harga diri, dan tekanan sosial yang dialami. Penelitian ini juga bertujuan untuk menganalisis dialektika yang terjadi antara konsep "*high quality women*" dengan nilai-nilai tradisional, norma agama, dan budaya lokal dalam konteks pernikahan di Indonesia. Pada akhirnya, penelitian ini berupaya merumuskan pemahaman kritis terhadap konsep "*high quality women*" sebagai fenomena sosial dan memberikan rekomendasi konstruktif untuk mendorong diskusi yang lebih sehat dan realistis mengenai standar dalam hubungan pernikahan yang dapat berkontribusi pada kesejahteraan individu dan masyarakat secara keseluruhan.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan baik dari aspek teoretis maupun praktis dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan kehidupan bermasyarakat. Dari segi teoretis, penelitian ini akan memperkaya khazanah keilmuan dalam bidang sosiologi keluarga, khususnya dalam memahami evolusi kriteria pemilihan pasangan dan dinamika pernikahan dalam masyarakat modern, sekaligus memberikan kontribusi terhadap pengembangan konsep dan teori dalam studi gender terkait konstruksi sosial mengenai kualitas dan nilai perempuan dalam konteks pernikahan. Penelitian ini juga diharapkan dapat memperluas pemahaman akademis mengenai bagaimana media sosial dan teknologi digital mempengaruhi konstruksi norma sosial dan ekspektasi dalam hubungan

interpersonal, serta menjadi fondasi untuk penelitian-penelitian selanjutnya dalam bidang sosiologi pernikahan, psikologi sosial, dan studi komunikasi massa. Secara praktis, hasil penelitian ini akan memberikan manfaat besar bagi berbagai stakeholder dalam masyarakat, termasuk praktisi konseling pernikahan dan terapis hubungan yang dapat memperoleh *insight* mendalam untuk memahami ekspektasi dan tekanan yang dihadapi pasangan modern, sehingga mampu memberikan pendampingan yang lebih efektif dan relevan. Temuan penelitian juga dapat digunakan sebagai bahan edukasi bagi generasi muda dalam memahami dinamika hubungan yang sehat dan realistis, membantu mereka mengembangkan ekspektasi yang lebih matang dan rasional terhadap pernikahan. Bagi pembuat kebijakan, hasil penelitian ini akan memberikan informasi berharga untuk merumuskan program-program yang mendukung kesejahteraan keluarga dan kesetaraan gender, sementara bagi pendidik dan orang tua, penelitian ini dapat menjadi panduan dalam memberikan pendidikan mengenai hubungan yang sehat dan strategi mengatasi tekanan sosial terkait standar pernikahan.

Dari perspektif manfaat sosial, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai kompleksitas dan potensi dampak negatif dari konsep "*high quality women*", sehingga mendorong terciptanya diskusi yang lebih kritis, konstruktif, dan berimbang dalam masyarakat. Penelitian ini juga berpotensi berkontribusi dalam mempromosikan pemahaman yang lebih seimbang mengenai nilai dan kontribusi perempuan dalam masyarakat yang tidak terbatas hanya pada konteks pernikahan, sekaligus membantu mengurangi stigma dan tekanan sosial yang seringkali dialami perempuan dalam upaya memenuhi standar-standar tertentu yang mungkin tidak realistis. Sebagai katalis untuk dialog sosial, penelitian ini diharapkan dapat memfasilitasi diskusi yang lebih matang mengenai ekspektasi dalam pernikahan, kesetaraan dalam hubungan, dan redefinisi konsep kualitas dalam konteks hubungan interpersonal. Pada akhirnya, pemahaman yang lebih komprehensif terhadap konsep ini diharapkan dapat membantu individu, khususnya perempuan, dalam mengembangkan *self-worth* yang tidak bergantung pada standar eksternal yang mungkin merugikan, sehingga berkontribusi positif terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis yang lebih baik dalam masyarakat secara keseluruhan.

TINJAUAN LITERATUR

Evolusi Konsep Kualitas dalam Pemilihan Pasangan: Perspektif Historis dan Sosiologis

Transformasi kriteria pemilihan pasangan dalam masyarakat modern menunjukkan pergeseran paradigma yang signifikan dari pendekatan tradisional menuju konseptualisasi yang lebih kompleks dan multidimensional. Secara historis, kriteria pemilihan pasangan hidup telah mengalami evolusi yang mencerminkan perubahan struktur sosial, ekonomi, dan budaya dalam masyarakat (Sri Pratiwi et al., 2024). Pada era tradisional, konsep kualitas seorang wanita dalam konteks pernikahan umumnya didefinisikan melalui kemampuan domestik, status keluarga,

dan kontribusi ekonomi yang dapat diberikan kepada keluarga suami. Paradigma ini merefleksikan struktur sosial patriarkal di mana peran perempuan terbatas pada ranah domestik dan reproduktif, sementara nilai mereka diukur berdasarkan kemampuan untuk mendukung kesuksesan ekonomi dan sosial keluarga. Modernisasi dan globalisasi telah mengubah lanskap sosial secara fundamental, menciptakan ruang bagi redefinisi konsep kualitas perempuan dalam konteks pernikahan. Faktor-faktor seperti industrialisasi, urbanisasi, dan kemajuan teknologi informasi telah membuka akses perempuan terhadap pendidikan tinggi dan karier profesional, yang kemudian menjadi parameter baru dalam menilai kualitas seorang calon pasangan. Perubahan ini tidak hanya mengubah ekspektasi terhadap perempuan, tetapi juga menciptakan kompleksitas baru dalam dinamika hubungan, di mana perempuan kini diharapkan untuk mengintegrasikan pencapaian personal dengan peran tradisional mereka. Transformasi ini mencerminkan proses negosiasi berkelanjutan antara nilai-nilai tradisional dan tuntutan modernitas, yang menghasilkan konstruksi sosial baru mengenai idealitas perempuan dalam konteks pernikahan.

Konstruksi Gender dan Objektivikasi dalam Media Digital

Era digital telah menciptakan platform baru untuk mengonstruksi dan mendiseminasikan konsep idealitas perempuan melalui berbagai media sosial dan aplikasi kencana (Prima et al., 2021). Media digital tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai ruang di mana norma-norma sosial dibentuk, dinegosiasikan, dan disebarluaskan kepada *audiens* yang luas. Dalam konteks konsep "*high quality women*", media digital berperan sebagai katalis yang mempercepat penyebaran standar-standar tertentu mengenai kualitas perempuan, sekaligus menciptakan mekanisme validasi sosial melalui sistem *like*, *share*, dan komentar. Fenomena ini menghasilkan konstruksi realitas virtual di mana perempuan dinilai berdasarkan representasi digital mereka, yang tidak selalu mencerminkan kompleksitas kepribadian dan kualitas sesungguhnya. Objektivikasi dalam ruang digital termanifestasi melalui reduksi kompleksitas identitas perempuan menjadi atribut-atribut yang dapat dikuantifikasi dan dibandingkan. Platform media sosial dan aplikasi kencana sering kali menggunakan algoritma yang memprioritaskan aspek visual dan demografis tertentu, yang secara tidak langsung membentuk persepsi mengenai apa yang dianggap sebagai kualitas tinggi. Hal ini menciptakan fenomena komodifikasi identitas, di mana perempuan merasa terdorong untuk mengoptimalkan presentasi diri mereka sesuai dengan algoritma dan ekspektasi *audiens* digital. Konsekuensinya, konsep "*high quality women*" dalam era digital sering kali tereduksi menjadi kombinasi pencapaian akademik, penampilan fisik, dan *lifestyle* yang dapat dipamerkan secara visual, sementara aspek-aspek kualitatif seperti empati, integritas, dan kematangan emosional menjadi kurang terukur dan kurang dihargai.

Fenomena *Hypergamy* dan Stratifikasi Sosial dalam Pernikahan Modern

Hypergamy, atau kecenderungan untuk menikah dengan pasangan yang memiliki status sosial ekonomi lebih tinggi, merupakan fenomena yang telah lama ada dalam berbagai budaya namun mengalami kompleksitas baru dalam konteks masyarakat modern. Dalam dinamika kontemporer, fenomena ini tidak hanya melibatkan aspek ekonomi, tetapi juga mencakup pencapaian akademik, prestise profesi, dan modal sosial yang dimiliki individu. Perempuan yang diklasifikasikan sebagai "*high quality*" seringkali menghadapi paradoks dalam *Hypergamy*, di mana semakin tinggi pencapaian mereka, semakin terbatas *pool* pasangan yang dianggap setara atau lebih tinggi statusnya. Hal ini menciptakan fenomena "*marriage squeeze*" yang khususnya dialami oleh perempuan berpendidikan tinggi, yang harus bernavigasi antara ambisi personal dan ekspektasi sosial untuk menemukan pasangan yang "cocok". Stratifikasi sosial dalam pernikahan modern juga dipengaruhi oleh perubahan struktur ekonomi dan meningkatnya partisipasi perempuan dalam angkatan kerja. *Dual-career couple* menjadi model rumah tangga yang semakin umum, namun hal ini juga menciptakan dinamika baru dalam negosiasi peran dan status dalam hubungan. Konsep "*high quality women*" dalam konteks ini sering kali dikaitkan dengan kemampuan perempuan untuk berkontribusi secara finansial sambil tetap mempertahankan peran tradisional sebagai pengasuh dan pengelola rumah tangga. Tekanan ganda ini menciptakan standar yang sering kali tidak realistis, di mana perempuan diharapkan untuk excel dalam berbagai aspek kehidupan secara simultan. Fenomena ini menunjukkan bagaimana stratifikasi sosial tidak hanya beroperasi pada level individual, tetapi juga membentuk ekspektasi sistemik terhadap peran dan kontribusi perempuan dalam institusi pernikahan (Putri et al., 2020).

Dampak Psikologis dan Kesehatan Mental: *Pressure to Perform* dan *Self-Worth*

Internalisasi konsep "*high quality women*" sering kali menghasilkan tekanan psikologis yang signifikan pada perempuan untuk memenuhi berbagai standar yang ditetapkan oleh masyarakat. *Pressure to perform* ini termanifestasi dalam berbagai bentuk, mulai dari kecemasan untuk mencapai kesempurnaan dalam *multiple domains* kehidupan hingga *fear of judgment* dari lingkungan sosial. Penelitian psikologi menunjukkan bahwa perempuan yang mengidentifikasi diri dengan konsep ini rentan mengalami *imposter syndrome*, di mana mereka merasa tidak layak atas pencapaian yang telah diraih dan terus-menerus khawatir akan "terungkap" sebagai tidak sekualitas yang dipersepsikan orang lain. Fenomena ini diperparah oleh *nature komparatif* dari media sosial, di mana perempuan terus-menerus terekspos pada representasi kesuksesan dan pencapaian orang lain, menciptakan siklus perbandingan yang tidak sehat. Konstruksi *self-worth* yang bergantung pada validasi eksternal merupakan konsekuensi serius dari internalisasi konsep "*high quality women*". Ketika harga diri seseorang terikat erat dengan pemenuhan standar-standar eksternal, individu menjadi *vulnerable* terhadap fluktuasi *mood* dan *self-esteem* berdasarkan *feedback* lingkungan. Hal ini dapat mengakibatkan pola pikir

perfeksionis yang maladaptif, di mana individu menetapkan standar yang tidak realistis untuk diri sendiri dan mengalami *distress* signifikan ketika standar tersebut tidak tercapai. Dalam konteks jangka panjang, pola ini dapat berkontribusi pada berbagai masalah kesehatan mental seperti *anxiety disorders*, *depression*, dan *eating disorders*. Lebih lanjut, fokus yang berlebihan pada pemenuhan standar eksternal dapat mengabaikan pengembangan *authentic self* dan menghalangi pembentukan hubungan interpersonal yang genuine dan memuaskan (Balgis et al., 2024).

Negosiasi Budaya: Nilai Tradisional versus Modernitas dalam Konteks Indonesia

Konteks budaya Indonesia yang pluralistik menciptakan dinamika yang unik dalam bagaimana konsep "*high quality women*" dipersepsikan dan diaplikasikan. Interaksi antara nilai-nilai tradisional yang berakar pada budaya Jawa, Melayu, dan etnis lainnya dengan pengaruh modernitas Barat dan Korea menciptakan ruang negosiasi budaya yang kompleks. Nilai-nilai tradisional yang menekankan kesopanan, kepatuhan, dan orientasi keluarga berinteraksi dengan ekspektasi modern yang mengutamakan *independensi*, *achievement*, dan *self-actualization* (Jalil, 2019). Perempuan Indonesia kontemporer sering kali harus bernavigasi dalam spektrum yang luas ini, mencari keseimbangan antara mempertahankan identitas budaya dan mengadopsi aspek-aspek modernitas yang dianggap *desirable*. Proses negosiasi ini tidak selalu berjalan mulus dan sering kali menciptakan tension internal maupun konflik dengan ekspektasi keluarga dan masyarakat. Pengaruh globalisasi, khususnya Korean Wave dan budaya pop Barat, telah memperkenalkan template baru mengenai idealitas perempuan yang tidak selalu kompatibel dengan nilai-nilai lokal. Standar kecantikan, *lifestyle*, dan pencapaian yang dipopulerkan melalui media internasional sering kali bertentangan dengan konsep tradisional mengenai kewanitaan dalam budaya Indonesia. Hal ini menciptakan fenomena *cultural hybridization*, di mana perempuan Indonesia mengadopsi elemen-elemen dari berbagai budaya untuk mengonstruksi identitas mereka. Namun, proses adopsi ini tidak selalu kritis dan dapat menghasilkan internalisasi standar yang tidak realistis atau tidak sesuai dengan konteks lokal. Religiusitas, yang merupakan aspek penting dalam budaya Indonesia, juga berperan dalam membentuk persepsi mengenai kualitas perempuan, sering kali menekankan aspek moral dan spiritual yang tidak selalu selaras dengan definisi "*high quality*" yang berkembang dalam diskursus sekuler. Dialektika antara berbagai sistem nilai ini menciptakan *landscape* yang kompleks dalam memahami bagaimana konsep "*high quality women*" diartikulasikan dan diinternalisasi dalam masyarakat Indonesia kontemporer.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan *narrative literature review* yang bersifat kualitatif untuk mengeksplorasi dan menganalisis konsep "*high quality women*" dalam konteks pernikahan di Indonesia. *Narrative literature review* dipilih

karena sifatnya yang fleksibel dan komprehensif dalam mengintegrasikan berbagai perspektif teoretis dan empiris dari multiple disiplin ilmu, termasuk sosiologi, psikologi, antropologi, dan studi gender. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengonstruksi pemahaman yang holistik mengenai fenomena kompleks yang melibatkan interaksi antara faktor sosial, budaya, teknologi, dan psikologis, sambil memberikan ruang untuk interpretasi kritis terhadap temuan-temuan yang ada dan mengidentifikasi gap dalam literatur yang memerlukan eksplorasi lebih lanjut.

Strategi Pencarian Literatur

Pencarian literatur dilakukan secara sistematis menggunakan multiple database akademik internasional dan nasional, termasuk Scopus, Web of Science, PsycINFO, SocINDEX, ProQuest, dan Google Scholar untuk mengakses publikasi dalam bahasa Inggris, serta Portal Garuda, Moraref, dan *repository* institusi perguruan tinggi Indonesia untuk literatur berbahasa Indonesia. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian meliputi kombinasi istilah "*high quality women*", "*mate selection criteria*", "*marriage preferences*", "*Hypergamy*", "*gender construction*", "*Indonesian women*", "*modern marriage*", dan "*social media influence*" dengan menggunakan Boolean operators (AND, OR, NOT) untuk mengoptimalkan hasil pencarian. Pencarian juga diperluas dengan menggunakan istilah dalam bahasa Indonesia seperti "kriteria pasangan ideal", "pernikahan modern", "konstruksi gender", "media sosial dan pernikahan", serta "ekspektasi perempuan berkualitas" untuk memastikan inklusivitas literatur lokal yang relevan.

Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria inklusi dalam penelitian ini mencakup artikel jurnal peer-reviewed, buku akademik, chapter dalam *edited volume*, laporan penelitian institusional, dan tesis/disertasi yang diterbitkan dalam rentang waktu 2010-2024 untuk memastikan relevansi dengan dinamika sosial kontemporer. Literatur yang diinklusi harus membahas aspek-aspek yang berkaitan dengan kriteria pemilihan pasangan, konstruksi gender dalam pernikahan, pengaruh media sosial terhadap ekspektasi hubungan, atau fenomena *Hypergamy* dalam masyarakat modern, dengan prioritas khusus pada studi yang dilakukan dalam konteks Asia Tenggara atau Indonesia. Kriteria eksklusi meliputi publikasi yang tidak peer-reviewed seperti blog posts, artikel media massa tanpa basis empiris, literatur yang hanya fokus pada aspek legal atau administratif pernikahan tanpa dimensi sosial-psikologis, serta studi yang dilakukan sebelum era digital (pre-2010) kecuali merupakan karya *foundational* yang memberikan konteks historis penting untuk memahami transformasi konsep kualitas dalam pemilihan pasangan.

Proses Seleksi dan Evaluasi Kualitas Literatur

Proses seleksi literatur dilakukan melalui tahapan *screening* bertingkat yang dimulai dengan *review title* dan *abstract* untuk mengidentifikasi relevansi topik, diikuti dengan *full-text reading* untuk mengevaluasi kualitas metodologi dan

kedalaman analisis. Evaluasi kualitas literatur menggunakan kombinasi kriteria yang mencakup rigor metodologi, kekuatan theoretical framework, kejelasan analisis, relevansi temuan dengan konteks penelitian, dan kredibilitas penulis atau institusi. Untuk studi empiris, evaluasi tambahan dilakukan terhadap ukuran sampel, representativitas populasi, validitas instrumen penelitian, dan transparansi dalam pelaporan limitasi studi. Literatur yang bersifat teoretis dievaluasi berdasarkan originalitas kontribusi konseptual, koheren argumentasi, dan kemampuan untuk memberikan insight baru terhadap fenomena yang dikaji, dengan prioritas pada karya yang mampu menghubungkan multiple perspektif teoretis dalam kerangka analisis yang integrated.

Analisis dan Sintesis Data

Analisis data dilakukan melalui pendekatan *thematic analysis* yang mengidentifikasi pola-pola tema utama yang muncul dalam literatur terkait konsep "*high quality women*" dan implikasinya terhadap dinamika pernikahan modern. Proses analisis dimulai dengan *coding* literatur berdasarkan kategori-kategori teoretis yang telah ditetapkan, seperti konstruksi gender, pengaruh media digital, fenomena *Hypergamy*, dampak psikologis, dan negosiasi budaya, diikuti dengan identifikasi sub-tema yang muncul dalam setiap kategori. Sintesis data dilakukan dengan mengintegrasikan temuan-temuan dari berbagai studi untuk mengonstruksi narrative yang komprehensif mengenai bagaimana konsep "*high quality women*" dipahami, dikonstruksi, dan berdampak dalam konteks sosial kontemporer. Proses ini melibatkan identifikasi konvergensi dan divergensi dalam temuan literatur, analisis kritis terhadap asumsi-asumsi teoretis yang mendasari berbagai studi, serta eksplorasi gap dan kontradiksi yang memerlukan investigasi lebih lanjut.

Triangulasi dan Validitas

Untuk memastikan validitas dan reliabilitas analisis, penelitian ini mengimplementasikan triangulasi sumber dengan mengintegrasikan literatur dari multiple perspektif disiplin ilmu dan konteks geografis, sehingga memberikan pemahaman yang *more comprehensive* dan *less biased* terhadap fenomena yang dikaji. Triangulasi teoretis dilakukan dengan menggunakan berbagai *framework* konseptual dari sosiologi, psikologi, antropologi, dan media studies untuk menganalisis data dari berbagai sudut pandang, sementara triangulasi metodologi dilakukan dengan mengintegrasikan temuan dari studi kuantitatif, kualitatif, dan *mixed-methods* untuk memberikan validasi *cross-methodological* terhadap kesimpulan penelitian. Peer debriefing dilakukan melalui diskusi dengan ahli dalam bidang sosiologi keluarga dan studi gender untuk memvalidasi interpretasi dan memastikan bahwa analisis telah mempertimbangkan berbagai perspektif yang relevan, sementara *member checking* dilakukan dengan mengkonfirmasi temuan dengan praktisi konseling pernikahan dan terapis hubungan yang memiliki pengalaman langsung dengan fenomena yang dikaji.

Keterbatasan Metodologi

Penelitian ini mengakui beberapa keterbatasan metodologi yang inheren dalam pendekatan narrative literature review, termasuk potensi bias seleksi dalam pemilihan literatur yang mungkin tidak sepenuhnya representative terhadap keseluruhan body of knowledge mengenai topik ini. Keterbatasan bahasa, di mana pencarian literatur terbatas pada publikasi berbahasa Inggris dan Indonesia, mungkin mengeksklusi perspektif penting dari konteks budaya lain yang relevan. Sifat interpretif dari *narrative review* juga membuka kemungkinan subjektivitas peneliti dalam proses analisis dan sintesis, meskipun hal ini telah diminimalisir melalui implementasi prosedur triangulasi yang ketat. Keterbatasan temporal dengan fokus pada literatur 2010-2024 mungkin mengabaikan *foundational works* yang lebih lama namun tetap relevan, sementara keterbatasan aksesibilitas terhadap beberapa database premium mungkin membatasi comprehensiveness literature coverage, meskipun upaya maksimal telah dilakukan untuk mengakses sumber-sumber yang tersedia melalui berbagai platform akademik dan repository institusional.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konstruksi Sosial dan Definisi "*High quality women*" dalam Masyarakat Indonesia

Analisis literatur menunjukkan bahwa konsep "*high quality women*" dalam konteks pernikahan di Indonesia merupakan konstruksi sosial yang multidimensional, mencakup aspek pendidikan, ekonomi, fisik, dan kepribadian. Masyarakat Indonesia kontemporer mendefinisikan perempuan berkualitas tinggi melalui kombinasi pencapaian akademik minimal sarjana, stabilitas finansial dengan penghasilan mandiri, penampilan fisik yang menarik sesuai standar sosial, serta kepribadian yang mencerminkan keseimbangan antara independensi modern dan nilai-nilai tradisional. Temuan ini menunjukkan evolusi signifikan dari kriteria tradisional yang lebih menekankan kemampuan domestik dan kepatuhan terhadap struktur patriarkal, menuju definisi yang lebih kompleks dan menuntut perempuan untuk excel dalam multiple domains secara simultan. Dimensi kepribadian dalam konsep ini mencakup kematangan emosional, kemampuan komunikasi yang efektif, visi hidup yang jelas, dan kompatibilitas dalam membangun hubungan jangka Panjang (Pedhu, 2022). Literatur menunjukkan bahwa generasi milenial dan Gen Z di Indonesia semakin mengapresiasi perempuan yang mampu menyeimbangkan aspirasi personal dengan komitmen keluarga, mencerminkan negosiasi kompleks antara tuntutan modernitas dan ekspektasi tradisional. Karakteristik yang dihargai juga meliputi kemampuan adaptasi terhadap perubahan sosial, keterbukaan terhadap teknologi, fleksibilitas dalam menjalankan peran ganda, serta kesadaran sosial dan kepedulian terhadap isu-isu kemasyarakatan yang lebih luas. Temuan menarik menunjukkan bahwa definisi "*high quality women*" bersifat dinamis dan terus mengalami negosiasi seiring perubahan konteks sosial. Konsep ini tidak lagi terbatas pada manfaat yang dapat diberikan kepada pasangan, tetapi berkembang mencakup kemampuan untuk berkontribusi positif kepada masyarakat. Hal ini

mencerminkan pergeseran paradigma dari orientasi domestik tradisional menuju orientasi sosial yang lebih inklusif, di mana kualitas perempuan dinilai berdasarkan kapasitas mereka untuk menjadi agen perubahan sosial sekaligus mempertahankan peran sebagai partner dalam institusi pernikahan.

Faktor-Faktor Pembentuk dan Penyebaran Konsep dalam Era Digital

Media sosial dan platform digital memainkan peran dominan dalam membentuk dan menyebarluaskan konsep "*high quality women*" di Indonesia. Instagram, TikTok, YouTube, dan aplikasi kencan menjadi ruang utama di mana standar-standar kualitas perempuan dikonstruksi, dinegosiasikan, dan didiseminasikan kepada audiens yang luas. Algoritma platform-platform ini cenderung mempromosikan konten yang menampilkan lifestyle aspirasional, pencapaian akademik dan karier, serta standar kecantikan tertentu, yang kemudian terinternalisasi sebagai benchmark kualitas. Fenomena *influencer culture* dan *lifestyle blogging* menciptakan template visual mengenai perempuan ideal yang sering kali tidak realistis namun menjadi rujukan dalam membentuk ekspektasi sosial, mengakibatkan objektifikasi dan reduksi kompleksitas identitas perempuan menjadi atribut-atribut yang dapat dikuantifikasi dan dibandingkan. Transformasi struktur ekonomi Indonesia, khususnya meningkatnya partisipasi perempuan dalam angkatan kerja dan ekonomi digital, berkontribusi signifikan terhadap redefinisi konsep kualitas perempuan. *Economic empowerment* perempuan telah mengubah dinamika power dalam hubungan, di mana kemampuan finansial menjadi indikator penting kualitas sebagai calon pasangan (Pratiwi, 2024). Fenomena *dual-career couple* yang semakin umum menciptakan ekspektasi bahwa perempuan berkualitas tinggi harus mampu berkontribusi secara ekonomi sambil mempertahankan peran tradisional, menciptakan standar ganda yang menuntut perempuan untuk berprestasi dalam berbagai aspek kehidupan secara bersamaan. Hal ini juga didukung oleh berkembangnya industri yang mengkapitalisasi konsep ini, mulai dari sektor kecantikan, *fashion*, pendidikan, hingga *self-improvement* yang berlomba menciptakan produk dan layanan yang menjanjikan peningkatan "kualitas" perempuan. Pengaruh globalisasi, khususnya Korean Wave (Hallyu) dan budaya populer Barat, telah memperkenalkan standar-standar baru mengenai kualitas perempuan yang seringkali bertentangan dengan nilai-nilai lokal. Drama Korea, K-pop, dan konten media internasional telah membentuk aspirasi generasi muda Indonesia mengenai relationship goals dan karakteristik pasangan ideal. Template kecantikan, pencapaian, dan lifestyle yang dipopulerkan melalui media internasional kemudian diadopsi dan diadaptasi dalam konteks lokal, menciptakan fenomena cultural hybridization dimana perempuan Indonesia berusaha memenuhi standar yang merupakan amalgamasi dari berbagai pengaruh budaya. Proses adopsi ini tidak selalu kritis dan dapat menghasilkan internalisasi ekspektasi yang tidak realistis atau tidak sesuai dengan kondisi sosial ekonomi lokal, menciptakan gap antara aspirasi dan realitas yang dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis.

Dampak Terhadap Dinamika Pemilihan Pasangan dan Hubungan Modern

Internalisasi konsep "*high quality women*" telah menciptakan fenomena "*checklist mentality*" dalam proses pemilihan pasangan, di mana individu cenderung mengevaluasi calon pasangan berdasarkan kriteria-kriteria spesifik yang harus dipenuhi. Pendekatan ini, meskipun memberikan *clarity* dalam proses seleksi, sering kali mengabaikan *chemistry*, *compatibility*, dan aspek-aspek *intangible* yang krusial untuk kesuksesan hubungan jangka Panjang (Mau, 2025). Fenomena ini menciptakan objektivikasi dalam proses *dating*, di mana individu direduksi menjadi *sum of their achievements* dan atribut yang dapat diukur, sementara kompleksitas kepribadian dan potensi *growth* dalam hubungan menjadi *undervalued*. Aplikasi kencan dan platform *matchmaking* semakin memperkuat *trend* ini dengan menyediakan filter dan kategori yang memungkinkan pengguna untuk menyaring calon pasangan berdasarkan kriteria yang sangat spesifik. Ekspektasi yang tinggi terhadap "*high quality women*" telah mengubah dinamika *power* dan *timing* dalam hubungan modern, menciptakan fenomena "*relationship inflation*" dimana standar minimum untuk memulai hubungan semakin meningkat. Hal ini mengakibatkan *delayed relationship formation*, di mana individu menunda komitmen serius sampai mereka merasa telah mencapai atau menemukan pasangan yang memenuhi kriteria ideal. Fenomena ini *particularly pronounced* dalam *demographic urban educated*, di mana *career prioritization* dan *pursuit of self-improvement* sering kali mendahului *relationship commitment*. Dampaknya adalah meningkatnya *age at first marriage*, penurunan *marriage rates* dalam demografi tertentu, serta meningkatnya fenomena "selective singlehood" di mana individu memilih untuk tetap *single* daripada berkompromi dengan standar yang telah ditetapkan. Paradoks yang muncul adalah bahwa semakin tinggi *standard* yang ditetapkan, semakin *challenging* proses untuk mempertahankan hubungan jangka panjang karena *both parties* merasa tertekan untuk *consistently perform* sesuai dengan ekspektasi. Hubungan yang dibangun berdasarkan *high standards* sering kali *fragile* karena *vulnerability* terhadap *comparison* dengan *alternatives* dan *fear of not meeting expectations*. Hal ini menciptakan *performance anxiety* dalam hubungan, dimana *authenticity* dan *spontaneity* tergantikan oleh *calculated behaviors* yang dirancang untuk mempertahankan image sebagai "*high quality*" partner. Konsekuensinya adalah *superficiality* dalam *intimacy*, *difficulty* dalam *building genuine emotional connection*, dan *increased likelihood of relationship breakdown* ketika realita tidak memenuhi *idealized expectations* yang telah terbentuk.

Implikasi Psikologis dan Kesejahteraan Mental Perempuan

Tekanan untuk memenuhi kriteria "*high quality women*" telah menciptakan *epidemic of anxiety dan perfectionism* di kalangan perempuan Indonesia, khususnya dalam *demographic educated urban*. Internalisasi *multiple standards* yang sering kali *contradictory* mengakibatkan *chronic stress*, *imposter syndrome*, dan *persistent feeling of inadequacy* meskipun telah mencapai *various accomplishments*. Fenomena "*never good enough*" menjadi *common experience* di mana perempuan terus-menerus

merasa perlu untuk *improve* dan *upgrade* diri mereka untuk mempertahankan status sebagai desirable partner. Hal ini mengakibatkan *exhaustion* dan *burnout* yang tidak hanya mempengaruhi well-being individual tetapi juga kualitas hubungan *interpersonal*, menciptakan *cycle* di mana *pursuit of perfection* justru menghambat kemampuan untuk membentuk koneksi yang *genuine* dan *meaningful*. Konstruksi *self-worth* yang bergantung pada *external validation* menjadi konsekuensi serius dari obsesi terhadap konsep "*high quality women*". Perempuan yang mengidentifikasi *strongly* dengan konsep ini cenderung mengalami *mood swings* yang *significant* berdasarkan feedback dari lingkungan sosial, *social media engagement*, dan *response dari potential partners*. Ketergantungan pada *external metrics of success* mengakibatkan *fragile self-esteem* yang *vulnerable* terhadap *criticism* dan *comparison*, menciptakan *vicious cycle* di mana semakin banyak energi yang diinvestasikan untuk memenuhi *external standards*, semakin jauh individu dari *authentic self-discovery* dan *genuine self-acceptance*. Hal ini juga berkontribusi pada meningkatnya *prevalensi body dysmorphia, eating disorders*, dan berbagai bentuk *self-harm* psikologis lainnya yang berakar dari ketidakpuasan terhadap diri sendiri. Fenomena *comparison culture* yang diperkuat oleh *social media* telah mengimplikasi dampak psikologis negatif dari konsep "*high quality women*". *Constant exposure* terhadap *curated representations of success dan achievement* menciptakan *distorted reality* di mana perempuan merasa *inadequate* ketika membandingkan *behind-the-scenes life* mereka dengan *highlight reels* orang lain. Hal ini mengakibatkan *chronic dissatisfaction*, *FOMO (fear of missing out)*, dan *persistent urge* untuk *constantly optimize* berbagai aspek kehidupan. *Impact* jangka panjangnya termasuk *increased rates of depression, anxiety disorders, relationship dissatisfaction*, dan dalam beberapa kasus *extreme, suicidal ideation* karena *feeling of hopelessness* dalam memenuhi *expectations* yang *unrealistic*. Literatur menunjukkan bahwa perempuan yang paling rentan adalah mereka yang berada dalam *transisi life stages, seperti fresh graduates, young professionals*, atau mereka yang *approaching marriageable age* menurut *social expectations* (Restha Karmita Lani & Wahyuni Kristinawati, 2023).

Negosiasi dengan Nilai-Nilai Budaya Lokal dan Implikasi Sosial

Proses negosiasi antara konsep "*high quality women*" modern dengan nilai-nilai tradisional Indonesia menciptakan kompleksitas identitas yang *unique* bagi perempuan kontemporer. Perempuan Indonesia harus bernavigasi dalam *spectrum* yang *wide* antara *expectations* untuk menjadi *modern, independent, dan accomplished* di satu sisi, dengan *maintaining traditional virtues* seperti *kesopanan, family orientation, dan respect for cultural hierarchy* di sisi lain. Proses ini tidak selalu *smooth* dan seringkali mengakibatkan *internal conflict* serta *external pressure* dari *family* dan *community* yang mungkin memiliki *different expectations*. Hasil dari negosiasi ini adalah *emergence of hybrid identities yang attempt to integrate multiple value systems, namun sometimes resulting in inconsistencies, cognitive dissonance, dan tensions* yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan kualitas hubungan *interpersonal*. *Religiusitas* memainkan peran *significant* dalam *moderating extreme*

aspects dari konsep "high quality women", providing framework untuk *evaluating values* yang *should be prioritized dalam context of marriage dan family life*. Perempuan dengan *strong religious foundation* cenderung lebih *critical* terhadap *secular definitions of quality yang might conflict* dengan *spiritual values*. Islamic teachings, yang dominan dalam *society* Indonesia, *emphasize balance* antara *worldly achievements dengan spiritual development, providing counternarrative* terhadap *purely materialistic interpretations* dari kualitas perempuan. Hal ini menciptakan *alternative framework* di mana *quality* dinilai berdasarkan *character, piety, dan contribution to community welfare rather than purely individual achievements*, meskipun dalam praktiknya sering kali terjadi *tension* antara *religious ideals* dengan *social pressures* untuk *conform to modern standards*. *Cultural resilience* terhadap total *adoption* dari *foreign standards* menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia masih mempertahankan *core values yang considered essential* untuk *social harmony dan family stability*. Meskipun ada *adoption* dari *certain external standards, fundamental concepts* seperti *gotong royong, respect for elders, dan community orientation* masih *influence* bagaimana *quality* dinilai dalam *context of marriage*. Perempuan yang *successful dalam negotiating* antara *modern aspirations* dengan *traditional values* seringkali *more respected dan considered sebagai truly "high quality"* karena kemampuan mereka untuk *adapt without losing cultural authenticity*. Namun, proses negosiasi ini juga menciptakan stratifikasi baru dalam *society*, dimana perempuan yang mampu *successfully navigate multiple value systems* memperoleh *social capital* yang lebih tinggi, sementara mereka yang *struggling* dengan *integration* ini mungkin mengalami *marginalization* atau *social exclusion*, menciptakan *inequality* yang berdasarkan kemampuan *cultural navigation rather than inherent worth* atau *contribution* (Rifky Ega Ardina et al., 2024).

KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkap bahwa konsep "high quality women" dalam konteks pernikahan di Indonesia merupakan fenomena sosial yang kompleks dan multidimensional, mencerminkan transformasi fundamental dalam paradigma pemilihan pasangan dari era tradisional menuju modernitas. Konsep ini mencakup pencapaian akademik, stabilitas finansial, penampilan fisik, dan kepribadian yang seimbang antara independensi modern dengan nilai-nilai tradisional, yang dikonstruksi dan disebarluaskan melalui platform media sosial dan pengaruh globalisasi. Media digital berperan sebagai katalis utama dalam membentuk standar-standar idealitas perempuan, sementara pengaruh *Korean Wave* dan budaya populer Barat memperkenalkan template yang sering kali tidak kompatibel dengan nilai-nilai budaya lokal Indonesia. Hal ini menghasilkan *cultural hybridization* yang kompleks, di mana perempuan Indonesia berusaha mengintegrasikan *multiple value systems* yang kadang bertentangan. Dampak terhadap dinamika pemilihan pasangan menunjukkan munculnya "checklist mentality" dan "relationship inflation", mengakibatkan *delayed relationship formation* dan meningkatnya fenomena *selective singlehood*. Implikasi psikologis yang mengkhawatirkan adalah meningkatnya *anxiety*

dan *perfectionism* di kalangan perempuan, khususnya *demographic educated urban*, yang mengalami *chronic stress* dan konstruksi *self-worth* yang bergantung pada *external validation*. Proses negosiasi antara konsep modern dengan nilai-nilai tradisional Indonesia menciptakan kompleksitas identitas yang *unique*, di mana perempuan harus bernavigasi antara *expectations* untuk menjadi modern dan *accomplished* dengan *maintaining traditional virtues*. Meskipun terdapat *cultural resilience*, proses ini menciptakan stratifikasi baru dalam *society* yang dapat mengakibatkan *inequality* bagi mereka yang *struggling* dengan *integration* nilai-nilai yang *contradictory*.

SARAN

1. Pemerintah dan institusi pendidikan perlu mengembangkan program komprehensif untuk meningkatkan *media literacy*, khususnya dalam menganalisis konten media sosial yang berkaitan dengan standar kecantikan dan *lifestyle* aspirasional. Program ini harus mencakup pelatihan *critical thinking* untuk membantu generasi muda, terutama perempuan, dalam mengevaluasi secara kritis standar-standar yang dipromosikan melalui platform digital dan mengembangkan kemampuan untuk membedakan antara representasi yang *realistic* dengan yang manipulatif.
2. Kementerian Agama dan lembaga-lembaga pernikahan perlu mengintegrasikan layanan konseling kesehatan mental dalam program persiapan pernikahan untuk membantu calon pasangan mengembangkan ekspektasi yang *realistic* dan *healthy relationship dynamics*. Program ini harus mencakup session khusus mengenai *managing expectations*, *building authentic intimacy*, dan *developing resilient self-worth* yang tidak bergantung pada *external validation*.
3. Platform media sosial dan aplikasi kencan harus mengimplementasikan algoritma yang lebih bertanggung jawab dengan mengurangi promosi konten yang mengeksploitasi *insecurity* perempuan dan mempromosikan standar yang tidak realistis. Perusahaan teknologi perlu bekerja sama dengan psikolog dan ahli kesehatan mental untuk mengembangkan fitur-fitur yang *mendukung well-being* pengguna daripada *purely engagement-driven metrics*.
4. Institusi pendidikan tinggi perlu mengintegrasikan mata kuliah atau modul khusus mengenai *healthy relationship dynamics*, *gender studies*, dan *psychological well-being* dalam kurikulum, terutama untuk program-program yang didominasi perempuan. Hal ini bertujuan untuk membekali mahasiswi dengan pemahaman kritis mengenai konstruksi gender dan kemampuan untuk mengembangkan identitas yang tidak bergantung pada validasi eksternal.
5. Media massa dan industri kreatif Indonesia perlu mengambil tanggung jawab sosial dengan memproduksi konten yang mempromosikan representasi perempuan yang *diverse*, *authentic*, dan *empowering*. Ini termasuk menghindari stereotip yang mereduksi kompleksitas identitas perempuan dan memberikan platform bagi narasi yang menunjukkan bahwa kualitas seseorang tidak dapat didefinisikan melalui *checklist* kriteria yang *rigid*.

6. Komunitas profesional dan organisasi perempuan perlu menciptakan *support system* dan *mentorship programs* yang fokus pada pengembangan *authentic self-worth* dan *resilience*. Program ini harus menekankan *importance* dari *personal growth*, *contribution to society*, dan *meaningful relationships* daripada *solely focus* pada *achievement-oriented metrics* yang seringkali menjadi sumber tekanan psikologis.
7. Penelitian lanjutan perlu dilakukan untuk mengeksplorasi secara lebih mendalam dampak jangka panjang dari internalisasi konsep "*high quality women*" terhadap kesehatan mental, *relationship satisfaction*, dan *family stability* dalam masyarakat Indonesia. Studi longitudinal diperlukan untuk memahami bagaimana konsep ini berkembang seiring waktu dan mengidentifikasi *intervention strategies* yang paling efektif untuk memitigasi dampak negatifnya sambil tetap mendukung aspirasi *legitimate* perempuan untuk berkembang dan berkontribusi dalam masyarakat.

Ilmiah Multidisiplin. 2(10), 127–133.

Sri Pratiwi, N. P., Nurwati, N., & Sekarningrum, B. (2024). Determinasi Sosial dalam Memilih Pasangan Hidup Melalui Perkawinan Nyentana pada Masyarakat Hindu di Bali. *Jurnal Penelitian Agama Hindu*, 8(3), 390–405. <https://doi.org/10.37329/jpah.v8i3.3179>

Ulfa, J. S. (2016). *Peranan Guru Dalam Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa DI MTS Mazaakhirah Baramuli Kelas VIII Pinrang*. 1–23. <http://ejurnal.iainpare.ac.id/index.php/latihan/article/view/1709>