

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keluarga merupakan kelompok sosial terkecil di dalam masyarakat. Keluarga yakni sekumpulan orang yang hidup bersama dalam tempat tinggal bersama dan masing-masing anggota merasakan adanya pertautan batin sehingga terjadi saling mempengaruhi, saling memperhatikan, dan saling menyerahkan diri. Keluarga terdiri dari laki-laki dan perempuan yang disatukan melalui ikatan perkawinan, laki-laki dan perempuan memutuskan untuk menikah dan membentuk keluarga dengan berbagai pertimbangan yang sudah dipersiapkan mereka berdua secara matang. Keluarga yang terdiri dari ayah, ibu dan anak merupakan gambaran yang biasanya ada pada masyarakat. Pada dasarnya orang tua yang lengkap memang memiliki keuntungan dibanding orang tua tunggal, yaitu bisa berbagi dan menyediakan kondisi yang harmonis bagi perkembangan anak mereka, namun kondisi dan situasi yang terjadi dalam kehidupan tidak selalu berjalan sesuai dengan harapan manusia (Kurniawati, 2021). Menurut Hurlock, (dalam Sari dkk, 2019) kehilangan pasangan hidup dalam hubungan perkawinan merupakan kondisi yang tidak dapat dicegah. Kematian merupakan salah satu realitas kehidupan manusia yang sering tidak terelakkan. Orang tua tunggal yang ditinggal oleh pasangan hidup memiliki peran ganda dalam mengasuh dan menafkahi rumah tangga atau anggota keluarganya. Hal tersebut merupakan penyebab seseorang terpaksa harus

menjalani kehidupan sebagai seorang *single mother*.

Menurut Santrock (dalam Hutasoit & Brahmana, 2021) *single mother* merupakan perempuan yang menjadi ibu tunggal yang berarti sebagai orang tua tunggal yang juga menjalani peran seorang ayah dalam keluarganya, seperti dengan menjadi pemimpin keluarga, pencari nafkah, mengerjakan pekerjaan rumah tangga sendiri, dan memenuhi kebutuhan hidup keluarga. Seorang perempuan dianggap sebagai *single mother* adalah apabila meninggalnya pasangan hidup yaitu suami dan terjadi juga karena perceraian yang mendapat hak untuk mengurus anak dan tidak dinafkahi oleh sang suami.

Menurut Octaviani, (dalam Bimantara dkk, 2022) sebagai *single mother* dalam mencari nafkah keluarga diharapkan bisa mengelola stres dan mampu mengelola keharmonisan keluarga. Tentu saja banyak tantangan yang dihadapi menjadi *single mother*. Kesedihan yang berlarut, fisik dipaksa untuk menjaga keluarga dan tanggapan dari lingkungan yang memiliki prasangka negatif membuat seorang *single mother* harus bangkit dari keterpurukan.

Werner & Smith (dalam Sari dkk, 2019) menyatakan banyaknya permasalahan yang dialami oleh *single mother* membuat mereka membutuhkan kemampuan resiliensi untuk menghadapi segala persoalan. Untuk dapat berkembang secara positif dari situasi stres, trauma dan penuh risiko, manusia membutuhkan kemampuan resiliensi.

Menurut Reivich & Shatte (dalam Tazkiyah, 2019) resiliensi merupakan kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi ketika keadaan menjadi serba salah. Hal ini berarti individu yang resilien akan mampu menyesuaikan diri saat berada dalam situasi yang tidak menyenangkan

dalam hidupnya. Individu akan mampu beradaptasi terhadap kondisi yang terjadi di hidupnya dan mampu untuk bertahan dalam kondisi yang kurang menyenangkan.

Fletcher & Sarkar (dalam Dulin dkk, 2019) menyatakan resiliensi sebagai sumber daya ketahanan sebagai adaptasi psikologis, perilaku dan sosial yang positif dalam menghadapi pemicu stres dan kesulitan. *The American Psychological Association* (dalam Rahayu, 2019) mendefinisikan resiliensi adalah proses adaptasi dalam menghadapi kemalangan, trauma, tragedi, ancaman, atau hal yang dapat menyebabkan stres seperti masalah keluarga dan hubungan, masalah kesehatan yang serius, atau masalah pekerjaan dan keuangan.

Zautra (dalam Fumaz, 2016) mendefinisikan resiliensi merupakan kemampuan individu untuk berinteraksi dengan lingkungan dan terdiri dari proses yang meningkatkan kesejahteraan atau melindungi terhadap pengaruh faktor risiko yang sangat besar. Vos dkk, (2019) berpendapat bahwa resiliensi mungkin sangat penting dalam mengatasi cedera traumatis atau kondisi kesehatan kondisi kronis secara umum, dikaitkan dengan kualitas hidup yang lebih baik, peningkatan kepuasan terhadap peran sosial, peningkatan fungsi fisik dan kesehatan psikologis yang lebih baik.

Siebert (dalam Pangestu & Falah, 2018) menyatakan dalam bukunya *The Resilience Advantage* memaparkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan untuk mengatasi dengan baik perubahan hidup pada level yang tinggi, menjaga kesehatan jasmani maupun psikologis dengan baik setelah adanya perubahan atau kondisi yang penuh dengan tekanan, bangkit dari ketepurukan, mengatasi kemalangan, merubah cara hidup yang sesuai dengan kondisi yang ada dan menghadapi masalah tanpa melalui kekerasan.

Berdasarkan kasus yang peneliti temukan, peneliti mengambil subjek *single mother* yang masuk dalam usia madya dini yaitu berusia 45 dan 48 tahun.

Berdasarkan hasil dari wawancara, kondisi dari 2 subjek yaitu di antaranya, subjek yang pertama berinisial (E) yang berusia 45 tahun. Sebelum ditinggal sang suami ibu E menjadi ibu rumah tangga mengasuh anak-anaknya di rumah, ibu E memiliki 4 anak, yang pertama sudah mendapatkan pekerjaan, anak yang kedua ikut membantu ibunya bekerja, anak ke tiga kelas 2 SMA dan anak ke empat kelas 4 SD. Suami ibu E meninggal pada tahun 2021 pada saat usia 51, meninggal dikarenakan sakit diabetes dan jantung, pekerjaan suami sebelum meninggal adalah menjadi tukang parkir. Pekerjaan ibu E sebelum suaminya meninggal yaitu menjadi ibu rumah tangga. Pendapatan ibu E sebelum dan sesudah ditinggal sang suami sangat berkurang karena semenjak ditinggal sang suami ibu E tidak ada lagi yang menafkahi keluarganya, sehingga ibu E harus mencari kerja untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dan anak-anaknya. Saat ini ibu E bekerja sebagai tukang parkir di pasar meneruskan pekerjaan suaminya. Ibu E mulai bekerja dari pukul 02.00–07.30 WIB. Pendapatannya tidak menentu terkadang hanya mendapatkan 30 sampai 40 ribu dalam sehari. Ibu E hanya dapat meneruskan pekerjaan suaminya karena dengan pekerjaan ini ia memiliki waktu lebih untuk bersama anaknya. Ibu E tidak mendapat dukungan dari lingkungan keluarga maupun lingkungan sosial tetangganya semenjak ditinggal meninggal oleh suaminya. Berikut kutipan wawancara yang peneliti lakukan :

“Umur tante 45 tahun. Waktu
 belum ditinggal suami kerjo
 tante jadi ibuk rumah tanggo
 ngasoh anak-anak be di rumah.
 Anak tante semuanya ado 4.
 Anak pertama kerjo, terus anak
 kedua ikut bantu kerjo jadi
 tukang parkir gantiin tante kalo
 tante udah balek ke rumah, anak
 ketiga udah kelas 2 SMA dekat
 sini, nah anak yang terakhir
 masih kelas 4 SD. Kerjoan tante
 sekarang nerusin kerjoan suami
 jadi tukang parkir di pasar, tante
 mulai tu dari jam 2 pagi sampe
 jam setengah delapan pagi. Kalo
 pendapatan tu jelas berkurang
 dari yang dinafkahi suami
 sekarang harus cari dewek,
 sehari paling dapat 30 sampe
 40rb lah dalam sehari. Suami
 tante ninggal tu tahun 2021 baru
 3 tahun lalu ditinggal. Umrnyo
 waktu ninggal tu masih 51.
 Awalnya dak tau sakit apo, pas
 dibawak ke rumah sakit ruponyo
 ado sakit diabetes samo jantung.
 Tetanggo tu sampe 40 hari
 masih lah pado peduli datang
 untuk doain, nguatn tapi abis tu
 udah lah dak ado yang tegur
 sapa lagi karena mungkin suami

*dak ado lagi jadi pandangan
orang tu ke tante ni laen.”*

Subjek yang kedua berisinal (R) berusia 48 dan memiliki 7 anak. Anak yang pertama hanya berdiam diri di rumah, anak kedua sedang merantau untuk bekerja, anak ke tiga kuliah semester 5, anak ke empat kelas 3 SMK, anak ke lima kelas 2 SMA, anak ke enam kelas 1 SMP dan anak ke tujuh kelas 4 SD. Suami ibu R meninggal pada tahun 2016 pada saat usia 56. Pekerjaan ibu R sebelum suaminya meninggal ialah membantu suaminya yang membuka usaha grosiran dan saat ini setelah ditinggal meninggal oleh sang suami ibu E mencoba untuk membuka usaha kecil-kecilan, yaitu berjualan di pasar atau jika ada acara di daerah dekat rumahnya (jajanan anak-anak seperti sosis, bakso, nugget). Pendapatan ibu R tidak menentu sehari ia bisa mendapatkan uang 100 hingga 150 ribu. Ibu E membuka usaha tersebut karena usaha grosiran yang dulu sudah habis terjual dan mulai sedikit minat pembeli semenjak suaminya meninggal. Di dalam ruang lingkup sosial, ibu R tidak terlalu memperdulikan sikap tetangganya mengenai statusnya yang saat ini, ibu R hanya fokus untuk menafkahi dan merawat ke tujuh anaknya, ibu R juga jarang untuk ikut berkumpul berbincang bersama tetangganya paling tidak hanya sesekali untuk ikut acara pengajian. Berikut kutipan wawancara yang peneliti lakukan :

*“Ibuk umurnyo 48 tahun. Total anak tu ibuk ado
7. Pertama diam be di rumah,
anak ke duo lagi ngerantau
untuk kerjo, anak ke tigo lagi
kuliah semester 5, anak ke empat
kelas 3 SMK, anak ke limo kelas
2 SMA, anak ke enam masih 1
SMP, ha yang terakhir ni tu tadi
yang lewat barusan, dio masih
kelas 4 SD, waktu ditinggal
bapaknyo masih bayi. Suami*

waktu tu meninggal umur 56 pas tahun 2016. Pekerjaan ibuk sekarang jual makanan anak-anak kayak jajanan sosis, otak-otak, bakso, nugget. Tempat jualannyo baseng lah, kadang di pasar kadang kalo ado acara kayak MTQ atau lari pagi tu kan, nah ibu ke sano, mano yang rame lah. Pendapatan ibuk kadang sehari tu dapat lah alhamdulillah 100 sampe 150rb. Kalo dibanding pas suami masih ado yo enak pas suami masih ado, beda jauh pendapatannyo, terus jugo nyari duit samo-samo di grosiran jadi dak dewekan kayak gini nyari duet. Tapi semenjak suami dak ado makin sepi be grosiran ni jadi pas isi toko lah tejual ganti usaha lah lagi. Para tetanggo kayaknyo selamo ni dak ado yang ibuk tau ngomongin ibuk yo, dak tau lah kalo di belakang, dak terlalu mikirin itu, ketemu tetanggo jugo dak pula sering paling kalo ado yasinan pengajian, soalnya fokus ibuk ke anak tu lah.”

Sebelumnya Resiliensi juga pernah diteliti oleh Iin Tata Maranatha br Hutasoit dan Karina Mereim Beru Brahmana (2021) dengan judul “*Single Mother Role In The Family*”, hasil penelitian “Berdasarkan pembahasan *literature review*, maka dapat disimpulkan bahwa *single mother* merupakan seorang perempuan yang menjadi orang tua tunggal ditengah keluarganya sehingga mereka dituntut untuk dapat berperan ganda. *Single mother*

melakukan segala sesuatu sendiri tanpa bantuan orang lain karena itu menjadi *single mother* itu tidak mudah, banyak masalah yang terjadi dalam kehidupan mereka baik secara internal maupun eksternal. *Single mother* yang status perpisahannya karena perceraian banyak masyarakat memojokkan mereka sehingga hal tersebut sangat mempengaruhi aktivitas kehidupan mereka. Para *single mother* kerap sekali mengalami masalah dalam memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari seperti masalah ekonomi, sosial, dan psikologis. Dari banyaknya masalah yang dihadapi oleh *single mother* faktor utama permasalahan *single mother* adalah bidang ekonomi karena perekonomian sangat penting untuk menjamin kelangsungan hidup keluarga.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Vera Sissilia Pangestu dan Falasifatul Falah (2018) dengan judul “Resiliensi *Single Mother* Pasca Kematian”, hasil penelitian “Peran keluarga terutama orang tua dan anak menjadi faktor paling penting yang membuat para subjek mampu bangkit dari permasalahan yang dialami dimana para subjek mampu menjadi individu yang lebih baik lagi serta membuat semua masalah yang dialami menjadi suatu pelajaran dan suatu proses keikhlasan serta kedewasaan.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Gede Bayu Bimantara, Diah Widiawati Retnoningtias, Ni Nyoman Ari Indra Dewi (2022) dengan judul “Gambaran Resiliensi Pada *Single Mother* Pasca Kematian Pasangan”, hasil penelitian “Dalam penelitian ini, peneliti mendapatkan bahwa dampak setelah ditinggal pasangan bagi ketiga subjek yaitu tertekan pada emosi

seperti kesedihan yang membuat subjek belum ikhlas dengan apa yang dihadapinya. Penelitian ini yang lebih muncul bagaimana dalam manajemen waktu para subjek.

Penelitian ini juga dilakukan oleh Indah Permata Sari, Ifdil dan Frischa Meivilona Yendi (2019) dengan judul “Resiliensi Pada *Single Mother* Setelah Kematian Pasangan Hidup” hasil penelitian, “Kondisi dan situasi yang terjadi dalam kehidupan tidak selalu berjalan sesuai dengan harapan manusia. Kematian pasangan hidup merupakan salah satu realitas kehidupan manusia yang sering tidak terelakkan dan dapat memberikan dampak psikologis bagi seseorang yang mengalaminya. Dampak psikologis tersebut antara lain perasaan sedih, tidak siap menjalankan status baru sebagai *single mother*, dsb. Oleh itu, resiliensi pada *single mother* setelah kematian pasangan hidup sangat penting untuk ditingkatkan dan dikembangkan.

Penelitian mengenai resiliensi juga dilakukan oleh Ria Novianti (2018) dengan judul “Resiliensi Pada *Single Mother* Setelah Kematian Pasangan Hidup Di Dusun Gondang Desa Sekoto” hasil penelitian, “Resiliensi merupakan kemampuan anak untuk bertahan dan bangkit kembali saat menghadapi permasalahan yang ia temui sehari-hari. Resiliensi perlu dikembangkan sejak usia dini melalui pengasuhan yang tepat dan positif.

Berdasarkan uraian fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Resiliensi Pada *Single Mother* Setelah

Kematian Pasangan Hidup”.

B. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, maka pertanyaan penelitian ini adalah bagaimana resiliensi pada *single mother* setelah kematian pasangan hidup?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui resiliensi pada *single mother* setelah kematian pasangan hidup.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi perkembangan ilmu Psikologi, khususnya di bidang Psikologi Sosial dan Psikologi Positif mengenai resiliensi pada *single mother* setelah kematian pasangan hidup.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi *single mother* yang ditinggal kematian oleh pasangan hidup

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi mengenai gambaran resiliensi pada *single mother* setelah kematian pasangan hidup.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan acuan dalam mengembangkan penelitian mengenai resiliensi pada *single mother* setelah kematian pasangan hidup.

E. Tinjauan Pustaka

A. RESILIENSI

1. Pengertian Resiliensi

Reivich & Shatte (dalam Hendriani, 2018) menyatakan bahwa resiliensi menggambarkan kemampuan individu untuk merespons *adversity* atau trauma yang dihadapi dengan cara-cara sehat dan produktif.

Mc. Cubbin (dalam Widodo, 2020) merupakan konstruk psikologi yang diajukan oleh para ahli behaviorial dalam rangka usaha untuk mengetahui, mendefinisikan dan mengukur kapasitas individu untuk tetap bertahan dan berkembang pada kondisi yang menekan (*adverse conditions*) dan untuk mengetahui kemampuan individu pulih kembali (*recovery*) dari kondisi tertekan.

Menurut Grothberg (dalam Oktaviana, Sylvi, 2023) resiliensi yaitu kemampuan bertahan dengan cara beradaptasi sesuai kemampuan seseorang dalam menghadapi dan mencari jalan keluar pada masalah yang dialaminya.

Menurut Richardson (dalam Ladiba & Utami, 2020) resiliensi adalah paradigma individu yang berawal dari melihat faktor – faktor risiko yang berujung pada masalah psikososial menjadi mengidentifikasi kekuatan diri.

Bennert & Noyes (dalam Mir'atannisa, 2019)

mendefinisikan mengenai resiliensi yaitu proses dinamis dimana individu menampilkan kemampuan adaptif yang positif meskipun mengalami trauma ataupun kesulitan yang signifikan.

Menurut Van Brada (dalam Pratiwi & Yuliandri, 2022) resiliensi sebagai kemampuan seseorang untuk bangkit kembali dari situasi yang menekan, trauma atau kejadian yang membuat *shock* dengan memanfaatkan sumber daya yang tersedia menuju ke arah pengembangan yang positif.

Berdasarkan definisi yang dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk mampu bertahan di setiap kondisi yang menekan. Pada saat seseorang mampu untuk bertahan dalam kondisi yang sulit, maka seseorang tersebut dapat dikatakan resilien terhadap kondisi yang dihadapinya. Namun sebaliknya, ketika seseorang itu tidak mampu bertahan dalam kondisi yang sulit, maka seseorang tersebut dapat dikatakan tidak resilien terhadap kondisi yang dihadapinya.

2. Aspek Resiliensi

Reivich & Shatte (dalam Hendriani, 2018) mengemukakan adanya tujuh faktor dari resiliensi, yaitu:

1. *Emotion Regulation* (Regulasi Emosi)

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu yang kurang mampu mengatur emosi akan

mengalami kesulitan dalam membangun dan menjaga hubungan dengan orang lain. Sebaliknya, kemampuan yang baik dalam meregulasi akan berkontribusi terhadap kemudahan dalam mengelola respons saat berinteraksi dengan orang lain maupun berbagai kondisi lingkungan.

2. *Impulse Control (Pengendalian Impuls)*

Pengendalian impuls adalah kemampuan untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan serta tekanan yang muncul dari dalam diri. Individu yang mempunyai kemampuan pengendalian impuls yang rendah akan cepat mengalami perubahan emosi ketika berhadapan dengan berbagai stimulasi dari lingkungan. Individu akan cenderung reaktif, menampilkan perilaku mudah marah, kehilangan kesabaran, impulsif dan berlaku agresif. Tentunya perilaku yang ditampakkan ini akan membuat orang di sekitarnya merasa kurang nyaman sehingga berakibat pada buruknya hubungan sosial individu dengan orang lain.

Individu dapat mengendalikan impulsivitasnya dengan mencegah terjadinya kesalahan pemikiran, sehingga dapat memberikan respons yang tepat pada permasalahan yang ada. Individu dapat melakukan pertanyaan reflektif yang bersifat rasional, ditujukan pada dirinya sendiri, seperti “Apakah penyimpulan terhadap masalah yang dihadapi saat ini memang berdasarkan fakta atau hanya menebak?”; “Apakah sudah melihat

permasalahan secara keseluruhan sebelum menyimpulkan?"; dan sebagainya. Kemampuan individu untuk mengendalikan impuls sangat terkait dengan kemampuan regulasi emosi yang dimiliki.

3. Optimism (Optimisme)

Individu yang resilien merupakan individu yang optimis. Optimisme yang dimiliki oleh seseorang individu menandakan bahwa ia percaya bahwa dirinya mempunyai kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang mungkin terjadi di masa depan. Hal ini juga merefleksikan efikasi diri yang dimiliki, yakni kepercayaan bahwa ia mampu menyelesaikan permasalahan yang ada dan mengendalikan hidupnya.

Optimisme akan menjadi hal yang sangat bermanfaat untuk individu bila diiringi dengan efikasi diri. Optimisme yang dimaksud adalah optimism yang realistis (*realistic optimism*), yaitu sebuah kepercayaan akan terwujudnyamasa depan yang lebih baik dengan diiringi segala usaha untuk mewujudkan hal tersebut. Berbeda dengan *unrealistic optimism* di mana kepercayaan akan masa depan yang cerah tidak dibarengi dengan usaha yang signifikan untuk mewujudkannya. Perpaduan antara optimism yang realistis dan efikasi diri adalah salah satu kunci realistis dan kesuksesan.

4. Casual Analysis (Analisis Kausal)

Faktor keempat ini merujuk pada kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang

sedang dihadapi. Individu yang tidak mampu mengidentifikasi penyebab dari permasalahan secara tepat, akan terus-menerus berbuat kesalahan yang sama.

Gaya berpikir eksplanatorik memegang peranan penting dalam konsep resiliensi. Dalam hal ini individu yang resilien adalah individu yang mempunyai fleksibilitas kognitif. Individu mampu mengidentifikasi segala yang menyebabkan kemalangan. Individu yang resilien tidak akan menyalahkan orang lain atas kesalahan yang telah dibuat demi menjaga harga diri atau membebaskan diri dari rasa bersalah. Individu akan berfokus dan memegang kendali penuh pada pemecahan masalah, sehingga perlahan ia akan mulai mengatasi permasalahan yang ada, mengarahkan energi yang dimiliki untuk bangkit dan meraih kesuksesan.

5. *Empathy* (Empati)

Empati sangat erat kaitannya dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain. Beberapa individu mempunyai kemampuan yang cukup mahir dalam menginterpretasikan bahasa- bahasa nonverbal yang ditunjukkan oleh orang lain seperti ekspresi wajah, intonasi suara, bahasa tubuh, serta mampu menangkap apa yang dipikirkan dan dirasakan orang lain. Oleh karena itu, seseorang yang mempunyai kemampuan berempati cenderung mempunyai hubungan sosial yang positif.

Sebaliknya, ketidakmampuan berempati berpotensi menimbulkan kesulitan dalam hubungan sosial. Individu-individu yang tidak membangun kemampuan untuk peka terhadap tanda-tanda nonverbal tersebut tidak akan mampu untuk menempatkan dirinya pada posisi orang lain, merasakan apa yang dirasakan orang lain dan memperkirakan maksud orang lain. Ketidakmampuan individu untuk membaca tanda-tanda nonverbal orang lain dapat sangat merugikan, baik dalam konteks hubungan kerja maupun hubungan personal, hal ini disebabkan kebutuhan dasar manusia untuk dipahami dan dihargai. Individu dengan empati yang rendah cenderung mengulang pola yang dilakukan oleh individu yang tidak resilien yaitu menyamaratakan semua keinginan dan emosi orang lain.

6. *Self Efficacy* (Efikasi Diri)

Efikasi diri mempresentasikan sebuah keyakinan bahwa individu mampu memecahkan masalah yang dialami dan mencapai kesuksesan. Seperti telah disebutkan, efikasi diri merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi. Efikasi diri merupakan salah satu faktor kognitif kognitif yang menentukan sikap dan perilaku seseorang dalam sebuah permasalahan. Dengan keyakinan dan kemampuan dalam menyelesaikan permasalahan. Individu akan mampu mencari penyelesaian yang tepat dari permasalahan yang ada dan tidak

mudah menyerah terhadap berbagai kesulitan.

7. *Reaching Out*

Resiliensi lebih dari sekadar bagaimana seorang individu memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan, namun juga merupakan kemampuan individu untuk meraih aspek positif dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa. Banyak individu yang tidak mampu melakukan *reaching out*, hal ini dikarenakan adanya kecenderungan sejak kecil untuk lebih banyak menghindari kegagalan dan situasi yang memalukan dibandingkan berlatih untuk menghadapinya.

Tidak sedikit individu di masyarakat yang lebih memilih mempunyai kehidupan standar dibandingkan meraih kesempatan untuk sukses namun harus berhadapan dengan resiko yang begitu besar. Dengan kata lain, lebih memilih memperoleh capaian yang biasa saja namun minim risiko daripada capaian tinggi, namun perlu usaha keras untuk mengupayakannya. Hal ini dikarenakan individu yang tidak memiliki faktor *reaching out* terlalu banyak dan berlebihan dalam memikirkan kemungkinan buruk yang dapat terjadi di masa mendatang. Akibatnya, individu tersebut banyak menunjukkan rasa takut dan justru jauh dari karakter resilien.

3. Fungsi Resiliensi

Fungsi resiliensi menurut Reivich & Shatte (dalam Novianti, 2018) yaitu sebagai berikut :

a. *Overcoming*

Hal ini dapat dilakukan dengan cara menganalisis dan mengubah cara pandang menjadi lebih positif dan meningkatkan kemampuan untuk mengontrol kehidupan kita sendiri. Sehingga, kita dapat tetap merasa termotivasi, produktif, terlibat, dan bahagia meskipun dihadapkan pada berbagai tekanan di dalam kehidupan.

b. *Steering Through*

Orang yang resilien dapat memandu serta mengendalikan dirinya dalam menghadapi masalah sepanjang perjalanan hidupnya. *Steering through* dalam stress yang bersifat kronis adalah *self-efficacy* yaitu keyakinan terhadap diri sendiri bahwa kita dapat menguasai lingkungan secara efektif dapat memecahkan berbagai masalah yang muncul.

c. *Bouncing Back*

Orang yang resilien biasanya menghadapi trauma dengan tiga karakteristik untuk menyembuhkan diri. Mereka menunjukkan *taskoriented coping style* dimana mereka melakukan tindakan yang bertujuan untuk mengatasi kemandirian tersebut, mereka mempunyai keyakinan kuat bahwa mereka dapat mengontrol hasil dari kehidupan mereka, dan orang yang mampu kembali ke kehidupan normal lebih cepat dari trauma mengetahui bagaimana berhubungan dengan orang lain sebagai cara untuk

mengatasi pengalaman yang mereka rasakan.

d. *Reaching Out*

Orang yang berkarakteristik seperti ini melakukan tiga hal dengan baik yaitu, tepat dalam memperkirakan risiko yang terjadi, mengetahui dengan baik diri mereka sendiri, dan menemukan makna dan tujuan dalam kehidupan mereka.

4. Faktor – Faktor Resiliensi

Faktor – faktor yang mempengaruhi resiliensi menurut Holaday (dalam Novianti, 2018) yaitu :

a. *Social Support*

Yaitu berupa *community support, personal support, familial support* serta budaya dan komunitas dimana individu tinggal.

b. *Cognitive skill*

Diantaranya intelegensi, cara pemecahan masalah, kemampuan dalam menghindar dan menyalahkan diri sendiri, kontrol pribadi dan spiritualitas.

c. *Psychological resources*

Yaitu *locus of control internal*, empati dan rasa ingin tahu, cenderung mencari hikmah dari setiap pengalaman serta selalu fleksibel dalam setiap situasi.

B. SINGLE MOTHER

1. Definisi *Single Mother*

Kartono (dalam Pangestu & Falah, 2018) menyatakan single mother adalah gambaran seorang perempuan tangguh. Segala hal berkenaan rumah tangga ditanggung sendiri. Mulai membereskan rumah, mencari nafkah keluarga dilakoni sendiri. Seorang wanita dalam posisi ini, diharuskan untuk bisa berperan ganda, menjadi ibu sekaligus ayah bagi anak-anaknya. Tugas pun semakin besar, yang mengasuh, membesarkan, dan mendidik anak-anak, juga ia harus menjadi tulang punggung keluarga dalam mencari nafkah. Semua ini bukanlah hal yang mudah.. Terlebih ketika sebelumnya ia sama sekali tidak terbiasa menjalani kehidupan berat, karena selama ini sudah terpenuhi suaminya ketika masih bersama.

Menurut Hermia (dalam Musthofiah, 2022) single mother adalah ibu yang berperan sebagai orang tua tunggal yang menggantikan peran seorang ayah dalam berbagai aspek, seperti menjadi kepala keluarga, mencari nafkah, mengurus rumah tangga dan anak-anak serta memenuhi kebutuhan keluarga yang lainnya. Seorang wanita dianggap ibu tunggal apabila kematian suami dan terpaksa meneruskan tugas membesarkan anak.

Santrock (dalam Yulianingsih & Masykur, 2019) mengungkapkan bahwa *single mother* merupakan seorang ibu yang harus menggantikan peran ayah sebagai kepala keluarga, pengambilan keputusan, pencari nafkah disamping perannya mengurus rumah tangga, membesarkan, membimbing, dan memenuhi kebutuhan anak secara psikologis.

Menurut Idris (dalam Hutasoit & Brahmana, 2021) *single mother* merupakan perempuan yang menjadi ibu tunggal yang berarti sebagai orang tua tunggal yang juga menjalankan peran seorang ayah dalam keluarganya seperti dengan menjadi pemimpin keluarga, pencari nafkah, mengerjakan pekerjaan rumah tangga sendiri, dan memenuhi kebutuhan hidup keluarga. Seorang perempuan dianggap sebagai *single mother* adalah apabila meninggalnya pasangan hidup yaitu suami dan terjadi juga karena perceraian yang mendapat hak untuk mengurus anak dan tidak dinafkahi oleh sang suami.

Amri (2019) berpendapat bahwa *single mother* adalah wanita yang ditinggalkan suami atau pasangan hidupnya baik karena terpisah, bercerai, atau meninggal dunia untuk kemudian memutuskan melanjutkan kehidupan dengan jerih payah sendiri.

2. Faktor – Faktor Penyebab Menjadi *Single Mother*

Faktor-faktor penyebab menjadi *single mother* menurut Cohen (dalam Masrikah, 2022) adalah sebagai berikut:

a. Perceraian

Menurut Cohen penyebab perceraian tidak bisa dibatasi karena pernikahan yang melibatkan dua individu dengan sikap dan kepribadiannya masing-masing dan latar belakang yang berbeda yang berusaha untuk hidup bersama. Yang bisa saja dijadikan penyebab perceraian yaitu adanya harapan-harapan yang tidak sesuai ekspektasi yang saling diharapkan dari pasangan sebelum

memasuki jenjang pernikahan.

b. Kematian

Single mother menjadi status seorang perempuan yang telah ditinggalkan suami karena kematian. Dimana kematian ini disebabkan karena kecelakaan, penyakit dan penyebab lainnya.

3. Peran Ibu *Single Mother*

Menurut Lestari (dalam Masrikah, 2022) peran ibu sebagai *single mother* ada 3 macam, yaitu sebagai berikut:

a. Peran ibu dalam keluarga

Seorang ibu kedudukannya dianggap sebagai tokoh sentral dan sangat penting untuk menjalankan kehidupan. Pentingnya peran seorang ibu sejak kelahiran anaknya, ibu diharuskan memberinya susu agar anak mampu menjalankan dan meneruskan kehidupannya. Baru setelahnya ibu juga harus memenuhi kebutuhan-kebutuhan lainnya, kebutuhan sosial, kebutuhan psikis yang bila tidak terpenuhi dapat membuat suasana keluarga menjadi tidak optimal. Sebagai dasar suasana keluarga, ibu perlu adanya kesadaran perannya memenuhi kebutuhan anak.

Tugas ibu dalam merawat serta mengurus anak dan keluarga dengan sabar, mesra dan konsisten, ibu mempertahankan hubungan – hubungan dalam keluarga. Ibu menciptakan suasana yang mendukung kelangsungan hidup perkembangan anak dan segala kelangsungan perkembangan anak dan segala kelangsungan keberadaan unsur keluarga lainnya. Seorang ibu membesarkan anaknya serta merawat keluarga tidak

diharuskan dipengaruhi oleh emosi atau keadaan yang berubah-ubah.

b. Peran ayah dalam keluarga

Pada konsep perkawinan yang tradisional berlaku pembagian tugas dan peran suami istri. Konsep ini lebih mudah diterapkan karena segala urusan rumah tangga dan pengasuhan menjadi tanggung jawab istri, sedangkan suami bertugas mencari nafkah. Berbeda jika istri dan suami sudah tidak bersama, istri dipaksa harus mencari nafkah itu sendiri untuk menghidupi anak-anaknya.

c. Peran ganda ibu *single mother*

Status sebagai *single mother* maka secara otomatis seorang Perempuan mengambil peran ganda di dalam keluarga. Peran yang seharusnya dipegang oleh suami yakni sebagai seorang ayah kemudian beralih kepada perempuan *single mother*. Salah satu peran ibu *single mother* adalah mengenai pekerjaan atau memberi nafkah bagi anak-anak yang ditanggungnya.

4. Problem – Problem Yang Dihadapi *Single Mother*

Masalah umum yang dihadapi orang tua tunggal menurut Harlock (dalam Mariskah, 2022) yaitu sebagai berikut:

a. Masalah Ekonomi

Ketika menjadi *single mother*, maka akan mengalami perubahan *income* atau sumber penghasilan sehingga kurangnya pemasukan. Hal ini berdampak pada pemenuhan kebutuhan sehingga pemenuhannya terminimalisir.

b. Masalah Praktis

Menjadi *single mother* dalam kehidupannya sehari-hari dengan sendiri setelah terbiasa hidup dalam bantuan pasangan. Akan tetapi, perceraian atau kematian membuat pekerjaan tunggal dengan pendapat yang sedikit. Pada sebagian wanita yang memiliki ketergantungan selama berumah tangga, baik secara fisik maupun psikis. Sehingga masih membutuhkan seorang untuk tempat bergantung baik ibu, nenek, ataupun mertua. Disamping itu terjadinya ketidakmatangan fisik dan psikis membuatnya membutuhkan anak.

c. Masalah sosial

Kehidupan sosial di antara orang berusia madya hampir sama halnya dengan kehidupan orang dewasa muda, yaitu berorientasi pada pasangan. Seorang *single mother* akan mengalami masalah kesulitan untuk berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan sosial karena tidak adanya pasangan.

d. Masalah seksual

Adanya keinginan seksual yang tidak terpenuhi setelah sebelumnya secara intens dilakukan selama bertahun-tahun, kemudian semenjak ditinggal pasangan membuat *single mother* mengalami frustrasi karena merasa tidak terpakai lagi.

e. Masalah keluarga

Jika *single mother* memiliki anak yang masih satu rumah, seorang ibu harus memerankan dua peran ganda yakni sebagai ayah dan ibu,

selain itu harus menghadapi berbagai permasalahan yang ada yang berhubungan dengan anggota keluarganya yakni dengan orang tua *single mother*.

f. Masalah Tempat Tinggal

Single mother yang dirinya bergantung pada pasangan akan dihadapkan dengan dua permasalahan. Pertama, status ekonomi, dan kedua masalah tempat tinggal (bukan lingkungan) tetapi lebih kepada infrastruktur fisik bangunan rumah). Sehingga *single mother* mengalami sebuah konflik atau permasalahan penerimaan dalam keluarga atau orang yang bersedia menampung atau tinggal bersama dengannya dikarenakan keadaan ekonomi yang sulit.