

**PENGALAMAN REMAJA SEBAGAI *SINGLE MOTHER*  
(STUDI FENOMENOLOGI PADA REMAJA PEREMPUAN YANG  
MENGALAMI *MARRIED BY ACCIDENT*)**

**Arti Dwika Yulianingsih, Achmad Mujab Masykur**

*Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,  
Jl Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275*

[artidwikay@gmail.com](mailto:artidwikay@gmail.com).

**Abstrak**

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Remaja akan membentuk interaksi yang lebih akrab dengan teman-teman, bahkan menjalin hubungan romantis dengan lawan jenis. Aktivitas hubungan romantis yang negatif dapat menimbulkan salah satu dampak yang negatif yaitu kehamilan di luar nikah yang berdampak pula pada pernikahan dini dan perceraian. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengalaman menjadi *single mother* pada remaja perempuan yang mengalami *married by accident*, serta untuk mengetahui bagaimana subjek memaknai pengalamannya menuju gerbang usia dewasa awal. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kualitatif fenomenologis dengan metode analisis eksplikasi data. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan wawancara kepada subjek penelitian yaitu remaja *single mother* usia 18-21 tahun yang menjadi *single parent* akibat *married by accident*. Hasil penelitian ditemukan faktor utama yang menjadi penyebab remaja menjadi *single mother* adalah pernikahan dini, ketidaksiapan dalam rumah tangga, konflik, perceraian, dan tidak adanya dukungan dari keluarga. Kendala yang dihadapi remaja *single mother* adalah kondisi ekonomi dan pendidikan yang rendah, omongan negatif orang lain, dan penyesalan masa lalu. Faktor yang mendukung remaja *single mother* adalah dukungan dari lingkungan sosial, kehadiran anak, motivasi, dan harapan yang dimiliki menuju usia dewasa awal.

**Kata kunci** : remaja perempuan, pengalaman, *married by accident*, *single mother*.

**Abstract**

Adolescence is a period of transition from childhood to adulthood. Teenagers will form interactions that are more intimate with friends, even establish romantic relationships with the opposite sex. Negative romantic relations activities can cause one of the negative effects of pregnancy outside marriage which also affects early marriage and divorce. The purpose of this research was to find out the experience of being a single mother in adolescent girls who experienced married by accident, and to find out how the subject interpreted her experience towards the gates of early adulthood. The research method used is a phenomenological qualitative method with the data analysis method. Data collection is done by observation and interviews with the subjects were teenagers single mother aged 18-21 years who became single parents due to married by accident. The results of the research found that the main factors that caused adolescents to become single mothers were early marriage, unpreparedness in householding, conflict, divorce, and lack of support from the family. Constraints faced by adolescent single mother are low economic and educational conditions, negative comments from others, and past regrets. The factors that support adolescent single mother are support from the social environment, the presence of children, motivation, and expectations that are owned towards early adulthood.

**Keywords**: *teenage girls, experience, married by accident, single mother.*

## **PENDAHULUAN**

Monks (2001) menjelaskan bahwa perkembangan remaja terjadi pada usia 12-21 tahun. Remaja belum memiliki kemampuan untuk mengontrol fungsi fisik dan psikisnya. Perubahan fisik yang drastis termasuk bagian dari proses yang kompleks yang dimulai sebelum kelahiran dan menjadi dampak psikologis yang terus muncul sampai masa dewasa (Papalia, Olds & Feldman, 2009).

Terdapat beberapa tugas-tugas perkembangan di masa remaja yaitu membangun relasi baru yang lebih akrab dengan teman sebaya, bertanggung jawab serta mencapai perilaku sosial, memahami peran sosial pria dan wanita serta dapat menggunakan tubuh secara efektif dengan penerimaan keadaan fisik, mandiri secara emosional dari orang lain, meniti karir ekonomi, mendapatkan pedoman nilai untuk berperilaku sesuai norma masyarakat serta untuk mengembangkan ideologi, mempersiapkan pernikahan dan kehidupan berkeluarga (Havighurst dalam Qoniah & Karyono, 2016).

Hubungan romantis cenderung lebih intens dan mendalam di masa remaja. Remaja awal berpikir hubungan romantis berdampak pada status dalam kelompok sebaya. Pertengahan masa remaja, sebagian besar memiliki satu pasangan spesial untuk jangka waktu beberapa bulan hingga satu tahun. Pada usia 16 tahun remaja berpikir bahwa pasangan romantis mereka lebih daripada orang tua, teman, maupun saudara (Bouchey & Furman, dalam Papalia & Feldman, 2014).

Tahun 2014, hasil penelitian BKKBN menjelaskan bahwa 2,5 juta pernikahan setiap tahun yang terjadi di Indonesia diikuti oleh mempelai perempuan dengan usia 15-19 tahun. Data lain pada tahun 2008 mengungkapkan bahwa angka perkawinan sebelum usia 18 tahun mencapai 27,4% namun pada tahun 2015 mengalami penurunan menjadi 23%. Meskipun begitu, wilayah tertinggi perkawinan usia anak pada tahun 2015 terdapat di Provinsi Kalimantan Selatan dengan presentase 33,68% (Badan Pusat Statistik, 2017).

Fakta lain mengenai pernikahan dini berdasarkan hasil penelitian (Sari & Desiningrum, 2017) faktor utama yang mendorong terjadinya pernikahan dini adalah kehamilan di luar nikah yang disebabkan oleh taraf religiusitas remaja, kepribadian remaja, hingga pola pengasuhan yang diberikan orangtua. Remaja yang melakukan seks pranikah berisiko tinggi salah satunya adalah timbulnya kehamilan yang tidak diinginkan (KTD) atau kehamilan pranikah. Penelitian yang dilakukan oleh Dalilatunnisa Qoniah dan Karyono (2016) menjelaskan bahwa terdapat dampak negatif dari pernikahan remaja yaitu perceraian. Individu yang menjalani kehidupan baru sebagai janda di usia remaja mengalami hal yang sulit.

Seorang ibu yang berperan ganda yaitu menjadi ayah sebagai kepala keluarga sekaligus mencari nafkah, disisi lain harus menjalankan tugasnya untuk mengurus rumah tangga dan mengurus anak-anak disebut *single parent mother* (Perdana & Dewi, 2015). Orang tua yang sudah tidak memiliki pasangan karena bercerai, meninggal atau tidak menikah dan mengasuh anak seorang diri disebut orang tua tunggal. Konflik yang timbul pasca perceraian akan berpengaruh dalam pengasuhan anak (Dwiyani, 2009).

Surbakti (2012) menjelaskan berbagai aktivitas atau tindakan dua arah untuk mengasuh, melindungi, membimbing, merawat serta mendidik anak dan interaksi orang tua untuk menstimulasi pertumbuhan serta perkembangan anak-anak yang disebut *parenting*. Anak, orang tua, dan masyarakat, semuanya mempengaruhi proses parenting (Brooks, 2011).

Penelitian lain menjelaskan bahwa menjadi ibu di usia remaja merupakan hal yang lebih sulit. Menjadi ibu di usia remaja menyebabkan rasa kehilangan, terutama karena tidak mampu menyelesaikan pendidikan sekolah serta mendapatkan pekerjaan yang baik (Watts, Liamputtong & Mcmichael, 2015). Menjadi orang tua di usia remaja berbeda dengan menjadi orang tua dengan usia yang lebih matang. Terlebih lagi ketika harus menjalani peran sebagai orang tua tunggal.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui pengalaman menjadi *single mother* pada remaja yang mengalami *married by accident*.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan perspektif kualitatif fenomenologis yang bertujuan untuk dapat mendeskripsikan pemaknaan umum dari sejumlah individu terhadap berbagai pengalaman hidup mereka terkait dengan konsep atau fenomena (Creshwell, 2015). Dalam menganalisis data, penelitian ini menggunakan metode Deskripsi Fenomena Individual yang dilakukan dengan eksplikasi data. Penelitian ini difokuskan pada pengalaman menjadi *single mother* pada remaja yang mengalami *married by accident*.

Teknik yang digunakan untuk menentukan partisipan penelitian adalah dengan *purposive sampling*. Kriteria partisipan dalam penelitian ini adalah, (1) remaja perempuan berusia 18-21 tahun, (2) remaja yang mengalami *married by accident*, (3) menjadi *single mother* minimal selama satu tahun, (4) sedang mengasuh anak minimal usia satu tahun, (5) bersedia menjadi partisipan dibuktikan dengan *informed consent*. Berdasarkan hasil pencarian dengan kriteria subjek, ditemukan tiga orang yang seusia dan bersedia menjadi subjek penelitian yaitu NTO, YAZ, dan EAW. Subjek NTO dan YAZ berdomisili di Cilacap, sedangkan subjek EAW berdomisili di Batang.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan analisis data menggunakan teknik eksplikasi data, peneliti membagi pengalaman ketiga subjek menjadi tiga episode yaitu: episode sebelum menjadi *single mother*, episode fase awal menjadi *single mother*, dan episode menjalani menjadi *single mother*.

Episode sebelum menjadi *single mother* megungkap kondisi kehidupan subjek sebelum pernikahan, menjalani pernikahan yang disebabkan karena kehamilan, dan konflik yang terjadi dalam rumah tangga subjek. Terdapat empat tema pokok yang muncul pada episode ini, yaitu hubungan dengan keluarga, pengalaman *married by accident*, menjadi istri, konflik dalam pernikahan.

Episode fase awal menjadi *single mother* merupakan episode untuk mengungkapkan kehidupan rumah tangga subjek yang kemudian memutuskan untuk bercerai dan menjalani fase awal menjadi *single mother*. Terdapat lima tema pokok yang muncul pada episode ini, yaitu perceraian, pengambilan keputusan menjadi *single mother*, dukungan sosial, proses adaptasi, dan hubungan dengan mantan suami.

Episode menjalani menjadi *single mother* merupakan episode untuk mengungkapkan kehidupan subjek setelah mengalami fase awal menjadi *single mother*, pengasuhan anak yang dilakukan oleh subjek, dan dukungan sosial yang ada di dalamnya. Terdapat sembilan tema pokok yang muncul pada episode ini, yaitu pengasuhan anak, pemenuhan kebutuhan anak, dukungan sosial, coping stress, pandangan terhadap laki-laki, penyesalan masa lalu, peran mantan suami, harapan, dan bersyukur. Berikut tabel episode umum subjek dalam penelitian ini:

**Tabel 1. Episode Umum**

Episode	No.	Tema
Sebelum Menjadi <i>Single Mother</i>	1	Hubungan dengan keluarga
	2	Pengalaman <i>married by accident</i>
	3	Menjadi istri
	4	Konflik dalam pernikahan
Fase Awal Menjadi <i>Single Mother</i>	5	Perceraian
	6	Pengambilan keputusan menjadi <i>single mother</i>
	7	Dukungan Sosial
	8.	Proses adaptasi
	9.	Hubungan dengan mantan suami
Menjalani Menjadi <i>Single Mother</i>	10.	Pengasuhan anak
	11.	Pemenuhan kebutuhan anak
	12.	Dukungan Sosial
	13.	<i>Coping Stress</i>
	14.	Pandangan terhadap laki-laki

	15.	Penyesalan Masa Lalu
	16.	Peran Mantan Suami
	17.	Harapan
	18.	Bersyukur

Ketiga subjek dalam penelitian ini berasal dari latar belakang kehidupan dan keluarga yang berbeda, seperti status orang tua, pekerjaan kedua orang tua, dan jumlah saudara kandung yang dimiliki, akan tetapi sama-sama dilahirkan dalam keluarga dengan kurangnya peran ayah. Subjek

NTO memang masih memiliki keluarga yang utuh, bahkan masih adanya kehadiran ayah dalam memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga. Namun untuk karakteristik keluarga yang lebih jauh lagi tidak subjek dapatkan. Keadaan ayah yang jauh dari rumah tidak membuat subjek merasakan dukungan secara emosi dari seorang ayah. Sedangkan YAZ dan EAW memiliki latar belakang keluarga *broken home*, dimana kedua orang tua mereka bercerai ketika mereka kelas 1 SD. Pasca perceraian orang tua, YAZ dan EAW tidak bertemu dengan ayah yang membuat kehidupan mereka berjalan tanpa dukungan emosi dari ayah.

Berkaitan dengan peran ayah, penelitian Andayani (dalam Andayani dan Koentjoro, 2012) memberikan penjelasan bahwa ayah cenderung mengambil jarak dari anak-anaknya karena ayah lebih sibuk dengan dunia di luar keluarga dan sedikit ikut campur dalam kehidupan anak. Hal tersebut sesuai dengan yang NTO alami dimana perasaan kurang mendapat kasih sayang dikarenakan pekerjaan ayah sebagai pelayar yang hanya pulang 14 bulan sekali. NTO mengakui kurang terpenuhinya kebutuhan secara psikis dari sosok ayah. Menurut Lamb (Shehan, dalam Andayani & Koentjoro, 2012) mengklasifikasikan keterlibatan ayah dalam tiga kategori, salah satunya adalah *accessibility*. *Accessibility* merupakan bentuk keterlibatan yang rendah dimana orang tua yang berada di dekat anak justru enggan berinteraksi secara langsung dengan anak.

Keterlibatan ayah yang minimal akan menghasilkan sensitivitas yang rendah terhadap kebutuhan anak, salah satunya adalah kebutuhan afeksi. Kasih sayang dan perhatian afektif dari ayah sangat dibutuhkan karena anak perempuan butuh pendampingan dari ayah untuk mengembangkan hubungan yang sehat dengan laki-laki di masa dewasanya (Andayani dan Koentjoro, 2012).

Hal tersebut sejalan dengan peristiwa yang dialami ketiga subjek di masa remajanya. Akibat dari kurangnya kasih sayang dan kebutuhan afeksi yang tidak didapat dari figur ayah, ketiga subjek terjerumus dalam hubungan yang tidak sehat dengan lawan jenis. Masa remaja adalah masa dimana upaya pencarian jati diri dalam lingkungan sosial semakin meningkat. Remaja menjalin hubungan yang lebih akrab dengan teman, bahkan mulai menjalin hubungan romantis. Hubungan yang tidak sehat dengan lawan jenis menjerumuskan ketiga subjek untuk melakukan hubungan seksual pranikah. Akibatnya, kehamilan menjadi konsekuensi yang harus dipertanggung jawabkan di masa mudanya.

Terdapat sebagian perilaku seksual yang berdampak cukup serius, seperti perasaan bersalah, depresi, marah, misalnya pada gadis-gadis yang menggugurkan kandungannya (Simkins, dalam Sarwono, 2012). Akibat psikososial lainnya adalah ketegangan mental, dan kebingungan akan peran sosial yang berubah secara mendadak jika seorang gadis tiba-tiba hamil. Juga akan terjadi cemoohan dan penolakan dari masyarakat sekitarnya.

Pengalaman kehamilan yang dialami ketiga subjek menimbulkan penyesalan akan hubungan seksual yang dilakukan, bahkan EAW sempat berkeinginan untuk menggugurkan kandungan. NTO merasakan kebingungan dan stres akibat kehamilan yang dialami. Sama halnya dengan YAZ yang justru mendapatkan tuntutan dari pihak pacar dan keluarga untuk menggugurkan kandungan. Meskipun berusaha menutupi kehamilan, namun ketiga subjek tetap mendapatkan cibiran dari orang lain. Hal tersebut sempat membuat ketiga subjek tertekan dan memilih untuk menjauhi orang-orang di lingkungan sekitar.

Kehamilan di luar nikah membuat ketiga subjek harus berhenti sekolah dan melanjutkan kehidupan sebagai seorang istri dan ibu bagi anaknya. Ketiga subjek pun akhirnya menikah karena kehamilan. Berkaitan dengan pernikahan dini di usia remaja, penelitian yang dilakukan oleh Dalilatunnisa Qoniah & Karyono (2016) menjelaskan bahwa terdapat dampak negatif dari pernikahan remaja yaitu perceraian. Pernikahan yang terlalu dini, tingkat pendidikan yang rendah, penghasilan yang rendah, tidak berafiliasi pada agama tertentu, memiliki orang tua yang bercerai, dan memiliki bayi sebelum menikah adalah faktor-faktor yang terkait dengan meningkatnya kemungkinan perceraian (Santrock, 2011). Enam faktor perceraian tersebut dialami oleh salah satu subjek yaitu YAZ. Dimulai dari kondisi orang tua yang bercerai ketika subjek kelas empat SD, kehamilan diluar nikah, pernikahan dini, pendidikan yang rendah, tingkat ekonomi yang rendah, hingga ketidakkonsistenan dengan agama yang dianut menjadi penyebab perceraian. Sementara pada subjek lain, tidak semua faktor menjadi penyebab kegagalan rumah tangga. Memulai kehidupan baru sebagai janda di usia remaja adalah hal yang sulit.

Perceraian adalah serangkaian pengalaman yang berpotensi memberikan tekanan yang dimulai sebelum perpisahan fisik dan terus berlangsung setelah terjadinya perpisahan tersebut. Perceraian cenderung mengurangi kebahagiaan jangka panjang, terutama bagi pihak yang tidak memulai perceraian atau tidak menikah kembali. Alasannya antara lain gangguan hubungan orang tua anak, perselisihan dengan mantan pasangan, kesulitan ekonomi, kehilangan dukungan emosional, dan harus keluar dari rumah (Amato, dalam Papalia, 2008). Perceraian dapat membawa perasaan gagal, bersalah, permusuhan, dan mencaci diri sendiri, ditambah lagi tingkat depresi, sakit dan kematian yang tinggi (Kitson & Morgan, 2008).

Perceraian yang dialami ketiga subjek memberikan tekanan tersendiri dan membutuhkan proses penyesuaian untuk beradaptasi dengan status sebagai *single mother*. Berbagai konflik rumah tangga turut mempengaruhi ketidakharmonisan hubungan dengan mantan suami. NTO masih menyimpan perasaan benci kepada mantan suami, bahkan ingin membalas perilaku mantan suami

yang pernah mengabaikannya. Namun berbeda halnya dengan NTO, meskipun pernah diselingkuhi, namun YAZ dan EAW tetap ingin menjaga hubungan baik dengan mantan suami. Hal tersebut dilakukan karena anak. Pada subjek NTO, dampak psikis lain yang dialami setelah perceraian adalah perasaan menyalahkan diri sendiri, merasa malu, minder, dan menganggap perceraian sebagai beban. Proses penerimaan diri terhadap perceraian dan status baru sebagai *single mother* membutuhkan waktu yang lama. Hal sama juga dialami subjek YAZ yang merasa malu untuk mengakui statusnya sebagai *single mother* kepada rekan kantor. Bahkan YAZ membohongi rekan kantor dengan berkata bahwa dirinya belum pernah menikah. Awalnya EAW merasa kesepian karena tidak ada yang bisa dihubungi ketika *handphone* miliknya sudah dikembalikan oleh keluarga.

Santrock (2012) mengungkapkan bahwa *single parent 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. Pada subjek NTO dan YAZ upaya yang dilakukan sebagai *single mother* salah satunya adalah menggantikan peran ayah dengan menanamkan perilaku tegas kepada anak. Selain itu, kedua subjek berusaha untuk mencari uang untuk memenuhi kebutuhan anak meskipun belum seutuhnya. NTO berjualan jambu dan cumi-cumi secara online. Sedangkan YAZ memiliki pengalaman kerja sebagai admin di suatu perusahaan kecil di Cilacap. Namun pekerjaan haram juga pernah YAZ lakukan dengan menjual diri kepada EO tempatnya bekerja di club malam. berbeda dengan NTO dan YAZ yang sudah berorientasi pada karir, kehidupan EAW masih berfokus pada pendidikan. EAW masih mengandalkan keadaan ekonomi pada keluarga besarnya. EAW lebih berperan dominan dalam pengambilan keputusan dalam mengurus anak. Ketika anak sakit, EAW selalu belajar untuk mencari tahu obat dan cara menyembuhkannya melalui internet dan bertanya ke tetangga.

Kehidupan penuh tekanan yang dirasakan *single mother* memiliki dampak langsung pada pengasuhan dan perilaku anak. *Single mother* dengan tingkat stres yang tinggi kurang dapat mengasuh anak secara efektif (Brooks, 2011). Menjadi *single mother* di usia remaja membuat ketiga subjek harus banyak belajar untuk mengurus anak. Meskipun masih merasa kesulitan sampai sekarang, namun ketiga subjek selalu berusaha memberikan kasih sayang yang terbaik untuk anak.

NTO mengalami permasalahan dalam mengasuh anak, yakni sulit untuk mengatur pola makan sehat anak. Anak NTO sempat menderita bronkhitis akibat subjek yang kurang perhatian terhadap asupan anak, selain itu, kebiasaan ayah subjek yang suka merokok di rumah juga turut mempengaruhi. Pada subjek YAZ permasalahan yang dialami kedua anaknya cukup berat, yakni masalah pornografi dan kecemburuan antar anak. Hal ini disebabkan karena subjek yang kurang peduli terhadap perkembangan moral anak. Kedua anak subjek sering mengintip orang yang sedang ganti baju di kamar. Selain masalah pornografi, kedua anak subjek sering berkelahi di

rumah. Hal ini membuat YAZ merasa stres dan frustrasi. Pihak lain yang membantu menangani permasalahan tersebut adalah pihak sekolah anak subjek. Permasalahan dalam mengurus anak yang dialami EAW adalah ketika anak sakit. EAW terlahir dari keluarga besar yang mengandalkan pengasuh dalam mengurus anak. Oleh karena itu, ketika dihadapkan pada masalah perkembangan anak, subjek tidak bisa mengandalkan pihak keluarga untuk membantunya. Subjek EAW mencari bantuan dari lingkungan tempat tinggal atau mencari tahu sendiri di internet.

Surbakti (2012) menjelaskan berbagai aktivitas atau tindakan dua arah untuk mengasuh, melindungi, membimbing, merawat serta mendidik anak dan interaksi orang tua untuk menstimulasi pertumbuhan serta perkembangan anak-anak yang disebut *parenting*. Pengasuhan anak tergantung dari bagaimana orang tua menilai anak dalam hidupnya (Andayani dan Koentjoro, 2012). Ketiga subjek masih dalam tahap belajar dalam pengasuhan anak, bahkan masih memiliki keinginan untuk bisa bermain seperti teman seusia subjek. Namun peran sebagai

ibu menuntutnya untuk menjalani kewajiban sebagai ibu. Ketiga subjek mulai menanamkan nilai-nilai moral, agama, dan pendidikan kepada anak sejak dini. Penanaman nilai moral dimulai dari hal yang sederhana seperti mengajarkan sopan santun. Penanaman nilai agama juga mulai subjek tanamkan kepada anak dengan mengajarkan cara berdoa, sholat, dan mengenalkan dengan memutar lagu-lagu rohani. Kemauan ketiga subjek dalam mengasuh anak didasarkan pada makna kehadiran anak dalam kehidupan ketiga subjek. Ketiga subjek memaknai anak sebagai harta yang paling berharga.

Stres merupakan situasi yang biasa muncul dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam pengasuhan anak. Faktor lain yang mendorong timbulnya stres pengasuhan antara lain adalah masalah keuangan dan struktur keluarga. Aspek keuangan dapat berupa tingkat penghasilan keluarga yang rendah dan di hadapkan pada tuntutan kebutuhan yang tinggi. Aspek lain dalam faktor ini juga dapat disebabkan karena pengasuhan anak yang dilakukan sendiri tanpa keterlibatan pasangan atau menjadi *single parent* (Lestari, 2012).

Ketidakhadiran peran suami yang mungkin menjadi salah satu sumber stres terbesar bagi ketiga subjek. Karena dengan mengurus dan membesarkan anak seorang diri membuat subjek juga harus memikirkan cara untuk bertahan hidup. Pada subjek NTO tingkat pendidikan yang belum lulus SMA saat itu menjadi penghalang untuk mendapatkan pekerjaan, selain pendidikan, perasaan minder akan status sebagai seorang ibu juga membuat NTO minder untuk bersaing di dunia kerja. Jika dari segi ekonomi, keluarga NTO termasuk dalam keluarga yang berkecukupan. Pada subjek YAZ, tingkat pendidikan tidak membuatnya kehilangan kesempatan untuk bekerja, YAZ tetap memiliki keinginan untuk bekerja karena kondisi keuangan keluarga yang dirasa kurang bisa memenuhi kebutuhan sehari-hari jika subjek hanya menganggur. Berbeda dengan NTO dan YAZ yang mulai berorientasi pada pekerjaan untuk mencari uang, EAW masih memfokuskan diri untuk pendidikan dan mengandalkan keuangan kepada pakde dan tante.



Strategi untuk menghadapi stres dapat dibedakan menjadi dua yaitu strategi *coping* yang memfokuskan pada problem atau emosi (*problem and emotion focused coping*) dan strategi *coping* dengan cara mendekati atau menghindari stres (*approach vs avoidant coping*). *Emotion focused coping* dilakukan dengan mengubah pengalaman emosi terhadap stres dan bukan mengubah sumber stres. Sedangkan *problem focused coping* dilakukan dengan menghilangkan sumber stres atau mengubah dampak yang ditimbulkan.

Strategi *coping* yang dilakukan NTO dalam mengatasi tekanan adalah dengan *emotion focused coping* yaitu jalan-jalan, curhat kepada teman, karaoke, perawatan kecantikan, dan menangis. Cara lain yang dilakukan jika sudah benar-benar tidak bisa bercerita kepada orang lain adalah mendekati diri kepada Allah. Sama halnya dengan NTO, YAZ dan EAW pun melakukan strategi *coping* yang sama yaitu *emotion focused coping* dengan mendekati diri kepada Tuhan. Selain mendekati diri kepada Tuhan, YAZ melampiaskan kesedihan yang dirasakan dengan menulis buku harian. Ada satu kebiasaan lain yang biasa dilakukan YAZ ketika sedang stres yaitu mengonsumsi alkohol di pinggir laut.

Suatu perasaan senang, perhatian, penghargaan, maupun bantuan yang dirasakan seseorang dari orang lain disebut dukungan sosial (Sarafino, dan Smith, 2011). Efek dari dukungan sosial sangat bermanfaat bagi kehidupan manusia dan berperan aktif untuk mengurangi dampak negatif stres yang dirasakan individu. Remaja yang menjadi *single parent* memerlukan dukungan secara langsung, dukungan informasi, materi dan nasehat. Bahkan remaja *single parent* memerlukan pendidikan kesehatan mengenai cara merawat anak jika anak mereka sakit (Santy, 2011).

Meskipun merasakan kendala dalam proses beradaptasi sebagai *single mother*, namun ketiga subjek merasa bersyukur karena mendapatkan dukungan dari lingkungan sosial setiap kali merasa terpuruk. Ketiga subjek memiliki ibu yang merupakan sumber motivasi utama dalam hidup. Meskipun ibu EAW sudah meninggal, namun perjuangan ibu subjek sebagai *single mother* selalu menjadi contoh bagi EAW untuk menjalani kehidupannya saat ini. Pihak lain yang berperan dalam proses ketiga subjek adalah lingkungan tempat tinggal, keluarga besar, teman-teman hingga pacar.

Perubahan fisik dan psikologis juga dirasakan oleh remaja *single parent* diantaranya berat badan bertambah, payudara membesar dan kendor, perut membesar. Perubahan psikologisnya mencakup sering marah, menjadi lebih sensitive, dan mudah stres. Hambatan yang dirasakan saat mengurus bayi yaitu mereka merasa kesulitan, masih menggantungkan keuangan pada orangtua dan masih berperilaku seperti remaja secara umum (Santy, 2011). Hal yang sama dialami oleh ketiga subjek. Bahkan perubahan fisik yang dialami sempat membuat NTO merasa minder untuk mendapatkan pasangan baru. Namun perubahan psikis yang dirasakan menuntun ketiga subjek untuk menjadi pribadi yang lebih sabar dan lebih hati-hati dalam mengambil keputusan.

Kegagalan dalam berumah tangga membuat ketiga subjek merasa takut untuk menjalin hubungan serius ke arah pernikahan. Ketiga subjek membutuhkan waktu yang lama untuk kembali berumah

tangga. Namun, ketakutannya untuk menikah tidak membuat ketiga subjek memandang buruk laki-laki, ketiga subjek bahkan memiliki hubungan yang baru setelah perceraian. Keinginan ketiga subjek dalam memilih pasangan hidup dipertimbangkan berdasarkan kemauan paangannya untuk menerima masa lalu dan anak subjek. Hal ini subjek lakukan supaya tidak membuat anak menjadi kecewa. Selain menjadi seorang ibu, ketiga subjek secara tidak langsung menanamkan peran ayah dalam kehidupan anak. Kedua subjek dalam penelitian ini memiliki pengalaman mencari uang untuk memenuhi kebutuhan anak walaupun belum bisa sepenuhnya. Ketiga subjek masih bergantung kepada keluarga dalam memenuhi kebutuhan ekonomi.

Proses beradaptasi menjadi *single mother* dan dalam mengasuh anak dijalani ketiga subjek dengan membutuhkan waktu untuk dapat menerima keadaan. Dukungan sosial menjadi hal yang penting dalam proses tersebut, khususnya dukungan keluarga. Selain keluarga, dukungan dari pihak lain seperti teman dan tetangga pun menjadi hal yang sangat berarti dalam proses pengasuhan anak.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti kepada ketiga subjek, peneliti menyimpulkan bahwa faktor utama yang menjadi penyebab remaja menjadi *single mother* adalah pernikahan dini, ketidaksiapan dalam berumah tangga, konflik, perceraian, dan tidak adanya dukungan dari keluarga. Kendala yang dihadapi remaja *single mother* adalah kondisi ekonomi yang rendah, pendidikan yang rendah, omongan negatif orang lain, dan penyesalan masa lalu. Sedangkan faktor yang mendukung remaja dalam menjalani status menjadi *single mother* adalah dukungan dari lingkungan sosialnya, kehadiran anak, motivasi dan harapan yang dimiliki menuju usia dewasa awal.

## **SARAN**

Saran untuk subjek penelitian ini diharapkan agar lebih memperhatikan perkembangan anak dan dapat menerapkan pengasuhan yang baik untuk anak. Saran untuk peneliti selanjutnya yang meneliti dengan tema serupa, disarankan menggunakan metode studi kasus untuk memperkaya hasil penelitian. Peneliti selanjutnya dapat mencoba meneliti mengenai pengalaman pihak keluarga dari remaja *single mother*. Tujuannya adalah untuk memahami kondisi psikologis pihak keluarga yang terlibat secara langsung dalam kasus tersebut.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Andayani, B., & Koentjoro. (2012). *Psikologi keluarga: peran ayah menuju coparenting*. Sidoarjo: Laros.

- Badan Pusat Statistik. (2017). *BPS didukung oleh UNICEF menyusun buku "analisis data perkawinan usia anak di Indonesia*. Diunduh dari <https://www.bps.go.id/KegiatanLain/view/id/140> pada 27 September 2017.
- Brooks, J.B. (2011). *The process of parenting*. United States: McGraw-Hill Companies.
- Creswell, J.W. (2015). *Penelitian kualitatif & desain riset, memilih diantara lima pendekatan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dwiyani. (2009). *Jika aku harus mengasuh anakku seorang diri*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Lestari, S. (2012). *Psikologi keluarga: penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Monks, F.J., Knoers, A.M., & Haditono. (2001). *Psikologi perkembangan: pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Papalia, D.E., (2008). *Human development (psikologi perkembangan)*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Papalia, D.E., Olds, S.W., & Feldman, R.D. (2009). *Human development*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Papalia, D.E., & Feldman, R.D. (2014). *Menyelami perkembangan manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Perdana, D.P., & Dewi, K.S. (2015). Hidup terus berlanjut: pergulatan emosi pada wanita karir yang ditinggal mati suami. *Jurnal Empati*. 4(2), 1-7.
- Qoniah, D., & Karyono. (2016). Pengalaman menikah pada perempuan usia remaja (sebuah studi kualitatif fenomenologi). *Jurnal Empati*. 5(2), 287-290.
- Santrock, J.W. (2011). *Masa perkembangan anak, edisi 11*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Santrock, J.W. (2012). *Life-span development, edisi ketigabelas*. Jakarta: Erlangga.
- Santy, F.N. (2011). Pengalaman remaja perempuan single parent menjalani peran baru sebagai ibu di wilayah kerja puskesmas kecamatan panjang kota bandar lampung. Universitas Indonesia: *Tesis*.
- Sarafino, E.P., & Smith, T.W. (2011). *Health psychology biopsychosocial interactions seventh edition*. United States of America.
- Sari, P.P., & Desiningrum, D.R. (2017). Pengalaman berkeluarga pada wanita yang menjalani married by accident studi fenomenologis pernikahan karena kehamilan diluar nikah. *Jurnal*

*Empati*. 6 (1), 338-345.

Sarwono, S.W. (2012). *Psikologi remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Surbakti, E.B. (2012). *Parenting anak-anak*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.

Watts, M.C.N.C., Liamputtong, P., & Celia M. (2015). Early motherhood: a qualitative study exploring mothers in greater melbourne, australia. *BMC Public Health*, 15: 873. [https://DOI 10.1186/s12889-015-2215-2](https://DOI.10.1186/s12889-015-2215-2).