

STUDI FENOMENOLOGIS TENTANG PENGALAMAN SINGLE PARENT MOTHER PADA USIA DEWASA MADYA

Jihan Syarifa Amanta Fajri¹, Endang Sri Indrawati¹

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,
Jl. Prof. Mr. Sunario, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

jihansyarifaamantaf@students.undip.ac.id

Abstrak

Kematian pasangan hidup menyisakan kesedihan psikologis bagi orang yang ditinggalkan. *Single parent mother* harus menjalankan peran ganda yakni membesarkan anak-anak dan mencukupi kebutuhan keluarga seorang diri. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman *single parent mother* pada usia dewasa madya yang berkaitan dengan proses partisipan melewati guncangan emosi akibat kematian suami, dampak dari kematian suami, tuntutan dalam menjalankan peran sebagai *single parent mother* serta penemuan makna hidup melalui peristiwa tersebut. Pemilihan partisipan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria: (1) janda berusia 40-60 tahun; (2) cerai karena kematian suami; (3) minimal pendidikan D3; (4) memiliki anak dari perkawinan sebelumnya. Penggalan data dilakukan dengan melaksanakan wawancara secara semi-terstruktur. Kemudian hasil wawancara dianalisis menggunakan teknik *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Penelitian ini menghasilkan tiga tema induk diantaranya adalah dampak kematian suami, dinamika menjadi *single parent mother* dan proses menemukan makna hidup sebagai *single parent mother*. Pengambilan keputusan dalam bertahan menjadi *single parent mother* sangat dipengaruhi oleh dukungan dari keluarga maupun lingkungan. Upaya dalam mendidik anak yang dilakukan oleh partisipan penelitian ini ialah dengan memberikan perhatian dan pendampingan penuh kepada anak-anak mereka agar tidak merasa berkecil hati karena tidak memiliki sosok ayah. Makna yang ditemukan partisipan dalam menjalankan peran *single parent mother* adalah kesabaran dan keikhlasan yang mereka lakukan berbalas kebaikan.

Kata kunci: *single parent mother*; kematian pasangan; dewasa madya; *interpretative phenomenological analysis*

Abstract

The death of a spouse leaves psychological sadness for the person left behind. Single parent mothers have to carry out dual roles such as raising their children and being the backbone of the family. This research aims to understand the experiences of single parent mothers in middle adulthood which are related to the participants' process of going through the emotional shock of their husband's death, the impact of their husband's death, the demands of carrying out their role as a single parent mother and discovering the meaning of life through these events. The selection of participants in this study used a purposive sampling technique with the following criteria: (1) Widows aged 40-60 years; (2) Divorce due to husband's death; (3) Minimum D3 education; (4) Having children from a previous marriage. Data mining was carried out by conducting semi-structured interviews. Then the interview results were analyzed using the Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) technique. This research produced three main themes, including the impact of a husband's death, the dynamics of being a single parent mother and the process of finding the meaning of life as a single parent mother. Decision making in remaining a single parent is greatly influenced by support from family and the environment. The efforts to educate children by the participants in this research are to provide full attention to their children so that they do not feel discouraged because they do not have a father figure. The meaning that participants found in carrying out the role of single parent mother was that their patience and sincerity were reciprocated with kindness.

Keywords: *single parent mother*; death of spouse; middle adulthood; *interpretative phenomenological analysis*

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit terkecil di masyarakat yang sangat penting dan paling berperan dalam kehidupan. Menurut Setiadi (dalam Rahayu, 2014) keluarga meliputi ayah, ibu, dan anak yang memiliki peran berbeda. Setiap peran tersebut saling melengkapi kebutuhan satu sama lain. Dilihat dari kondisi suatu keluarga menurut Gerungan (2004), bisa dikatakan utuh jika anggota keluarga masih terdiri dari keluarga inti yakni ayah, ibu dan anak, namun di sisi lain ada pula kondisi dimana suatu keluarga bisa dikatakan tidak utuh, jika hanya terdapat satu orang tua yang sering disebut dengan *single parent*. Menurut Sager, dkk. (dalam Bolang, 2012) yang dimaksud dengan *single parent* atau orang tua tunggal adalah orang tua yang secara sendirian membesarkan anak-anaknya tanpa kehadiran, dukungan atau tanggung jawab pasangannya.

Memiliki keluarga yang utuh sampai akhir hayat merupakan impian bagi setiap orang. Namun terkadang kondisi dan situasi yang terjadi tidak sesuai dengan yang manusia rencanakan. Perpisahan yang paling banyak terjadi dalam rumah tangga diakibatkan oleh kematian dan perceraian. Kematian merupakan hal yang pasti dalam kehidupan, menerima fakta tersebut merupakan realitas yang tidak dapat dihindarkan. Kematian pada pasangan hidup menyisakan kesedihan psikologis bagi orang-orang yang ditinggalkan seperti merasa kesepian, putus asa maupun ketakutan (Gading, 2019). Menurut Holmes dan Rahe dalam surveynya yang disebut *The Social Readjustment Rating Scale*, peristiwa hidup yang paling mengguncang keseimbangan mental individu adalah kematian pasangan hidup (Anjarwati dkk., 2022). Ketika pasangan hidup meninggal tentu individu yang ditinggalkan mengalami banyak perubahan, seperti perubahan gaya hidup, rutinitas sehari-hari, dan pengaturan hidup yang mungkin berubah. Menurut Spurgeon dkk. (2001) terdapat sepuluh peristiwa paling penting dalam hidup yang dapat memicu terjadinya stress salah satunya adalah kematian pasangan. Maka dari itu individu yang ditinggalkan oleh pasangan membutuhkan perhatian serta dukungan dari orang-orang disekitarnya.

Di Indonesia fenomena janda atau *single parent mother* semakin meningkat. Hal ini dibuktikan melalui data dari Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa sejak tahun 1985 terlihat konsistensi kenaikan rumah tangga dengan *single parent mother* rata-rata meningkat 0,1% setiap tahunnya yaitu sebesar 7.54% pada tahun 1985 dan menjadi lebih dari dua kali lipat yaitu sebesar 15,17% pada tahun 2017 (PEKKA, 2020). Menurut Survey Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) pada tahun 2020 jumlah rumah tangga yang dikepalai perempuan mencapai 11,44 juta rumah tangga (PEKKA, 2020). Rata-rata usia janda di Indonesia berada pada usia dewasa madya (Katakini.com, Juni 2023). Hal ini disebabkan pada usia dewasa madya kematian lebih banyak terjadi pada pria daripada wanita. Oleh karena itu, hidup menjanda merupakan masalah utama bagi wanita khususnya usia dewasa madya (Fernandez & Soedagijono, 2018).

Menurut Hurlock (2006) terdapat beberapa tugas perkembangan dewasa madya salah satunya yaitu tugas yang berkaitan dengan kehidupan keluarga. Tugas ini meliputi hal-hal yang berkaitan dengan peran individu sebagai orangtua maupun pemenuhan peran dari pasangan. Namun pada wanita dewasa madya yang kehilangan suami akibat kematian membuat keluarganya mengalami kekosongan peran ayah. Sebuah keluarga akan sempurna apabila struktur yang dimiliki lengkap, ada seorang suami atau ayah, seorang istri atau ibu, dan anak-anak yang semakin melengkapi sistem keluarga tersebut. Ketidakeengkapan keluarga, dimana seorang janda harus hidup sendiri dengan anak tanpa seorang suami sehingga terkadang dapat memaksanya untuk melakukan segala

sesuatu demi memenuhi kebutuhan keluarga sampai-sampai apapun yang dilakukannya seringkali dipandang negatif oleh masyarakat (Karvistina, 2011).

Menurut Sari & Yendi (2019) *single parent mother* merupakan individu yang harus berperan menjadi kepala keluarga, mengurus kehidupan rumah tangga, mencari nafkah, hingga membimbing dan memenuhi kebutuhan anak-anaknya. Dalam masyarakat, beberapa *single parent mother* merasa terbebani dengan keadaan yang dialaminya. Diungkapkan oleh Wahyuni (2010) bahwa salah satu permasalahan yang terjadi pada keluarga dengan *single parent mother* adalah ketidakmampuannya dalam membagi waktu antara bekerja dengan tugas rumah tangga. Apabila hal tersebut tidak dapat dikendalikan maka akan menimbulkan stres dan menimbulkan dampak negatif. Dampak negatif yang dapat timbul antara lain sedih, cemas, marah, frustrasi, gangguan kesehatan seperti pusing, letih, susah tidur, stamina menurun (Zuhdi, 2019). Selain itu, bertambahnya usia yang menurunkan kualitas fisik maupun psikologis juga akan menjadi tantangan bagi para *single parent mother* dalam melaksanakan kewajiban dan tanggung jawabnya.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Pratama (2017) tentang *single parent mother* sebagai kepala keluarga menemukan bahwa *single parent mother* memiliki kemampuan resiliensi untuk bangkit dari kondisi kesulitan dan keterpurukan. Kemampuan resiliensi tersebut juga didukung oleh spiritualitas *single parent mother* seperti sikap sabar, bersyukur dan tawakkal dalam menjalankan kehidupannya (Pratama, 2017). Partisipan dalam penelitian tersebut merupakan *single parent mother* yang bertingkat pendidikan rendah dan memiliki penghasilan yang tidak tetap. Perbedaan pada penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan adalah partisipan penelitian ini yaitu *single parent mother* usia dewasa madya yang menempuh tingkat pendidikan tinggi dan memiliki pekerjaan tetap yakni sebagai PNS. Melalui penelitian ini, peneliti berusaha mengaitkan pengalaman *single parent mother* dengan aspek psikologis yang meliputi dampak dari kematian pasangan, tuntutan menjalankan peran *single parent mother*, serta cara mengatasi masalah oleh *single parent mother*.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi dengan metode *interpretative phenomenological analysis* (IPA). Metode IPA menekankan pada keunikan masing-masing partisipan dalam memaknai pengalamannya dan bagaimana pengalaman tersebut dapat terhubung (La Kahija, 2017). Fokus dalam penelitian ini adalah untuk memahami dinamika psikologis menjadi seorang *single parent mother* pada usia dewasa madya yang bekerja sebagai PNS. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara semi-terstruktur. Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dalam menentukan partisipan penelitian. Adapun kriteria partisipan dalam penelitian ini, antara lain: (1) janda berusia 40-60 tahun; (2) cerai karena kematian suami; (3) minimal pendidikan D3; (4) memiliki anak dari perkawinan sebelumnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data, terdapat tiga tema induk yang tersusun atas tema-tema superordinat yang akan dijelaskan dalam Tabel 1.

Tabel 1.

Tema Induk dan Tema Superordinat

Tema Induk	Tema Superordinat
Dampak Kematian Suami	<ul style="list-style-type: none">• Reaksi menghadapi kematian suami• Penyesuaian setelah kematian suami
Dinamika menjadi <i>Single Parent Mother</i>	<ul style="list-style-type: none">• Kendala menjadi <i>single parent mother</i>• Upaya mendidik anak• Komitmen menjadi <i>single parent mother</i>• Harapan
Proses menemukan makna hidup sebagai <i>Single Parent Mother</i>	<ul style="list-style-type: none">• Kebersyukuran• Strategi <i>Coping Stress</i>• Dukungan dari lingkungan• Penguat bertahan sebagai <i>Single Parent Mother</i>

Dampak Kematian Suami

Saat kematian pasangan hidup, ketiga partisipan dalam penelitian ini yakni partisipan D, W dan A merasakan berbagai gejalak emosi dalam menghadapi peristiwa tersebut. Mereka mengalami berbagai emosi negatif dan cenderung tidak memiliki persiapan untuk menjadi janda pada awalnya. Ketiga partisipan merasakan *shock*, kesedihan, penyangkalan, serta kehilangan yang mendalam terhadap kematian suami. Menurut Marris (Bonanno, 2004) perasaan yang pertama kali muncul pada individu yang ditinggalkan dapat berupa ketidakpercayaan, keputusasaan, marah, perasaan bersalah, perasaan tidak tenang, dan perasaan kehilangan merupakan hal yang paling sering dan paling lama terjadi ketika kematian datang dengan tiba-tiba. Pada partisipan D mengaku sangat kehilangan karena baginya almarhum suaminya adalah sosok yang sangat baik, secara sikap maupun tanggung jawabnya terhadap keluarga. Hal ini diperjelas oleh Bonanno dkk. (dalam Fernandez & Soedagijono, 2018) yang menyatakan bahwa reaksi *shock* dan tekanan yang dirasakan merupakan dampak dari hubungan pernikahan yang harmonis serta tingginya kelekatan dalam hubungan suami istri.

Menurut Averill (dalam Santrock, 1995) terdapat tiga fase duka cita yakni terkejut, putus asa dan pulih kembali. Fase pertama, terkejut, orang yang ditinggalkan akan merasa terkejut, tidak percaya, dan lumpuh emosi, serta menolak sehingga akan membuatnya sering menangis, atau bahkan mudah marah dan tersinggung. Fase ini biasanya terjadi 1-3 hari setelah kematian orang yang disayangi. Fase kedua, putus asa, ditandai dengan perasaan sakit dan sedih yang berkepanjangan, kegelisahan, susah tidur, dan mudah tersinggung. Fase putus asa ini dapat terjadi beberapa minggu hingga beberapa tahun setelah kematian. Fase ketiga, pulih kembali, fase ini diiringi dengan penerimaan dan meningkatnya aktivitas kembali sehingga semakin waktu berjalan diharapkan seseorang yang kehilangan pasangan dapat menyesuaikan diri kembali. Fase duka ini juga dialami oleh partisipan D, W dan A. Emosi-emosi negatif karena kedukaan memberikan berbagai dampak berbeda pada ketiga partisipan.

Seperti yang dialami oleh partisipan D, ia menjadi kesulitan untuk mengontrol diri dalam menyikapi kematian suami. Partisipan D juga mengatakan bahwa ia menjadi mudah tersinggung dan marah dengan perkataan orang lain yang mengganggu dirinya. Sedangkan pada partisipan A mengaku bahwa perasaan sedih akibat kematian suami membuat dirinya tidak berselera makan sehingga mengalami penurunan berat badan drastis dalam waktu yang singkat. Begitupun dengan partisipan W, menganggap kesedihan akibat kematian suami tidak pernah ada habisnya.

Dari pedihnya perasaan duka yang dialami oleh partisipan D, W dan A akhirnya mereka mulai sadar dan menerima kondisi karena teringat dengan anak-anak mereka. Ketiga partisipan menyadari bahwa anak-anak mereka masih membutuhkan sosok ibu yang harus memberikan perhatiannya. Seperti yang dikatakan oleh Perdana dan Dewi (2015) bahwa komunikasi yang terjalin antara ibu dan anak membuat ibu semakin menghargai kehadiran anak, sehingga ibu mampu bangkit dari perasaan duka dan mulai berfokus pada masa depan anak-anaknya.

Saat bangkit dari perasaan duka, mereka mulai menyadari terdapat perubahan-perubahan yang terjadi dalam keluarga. *Single parent mother* harus dapat beradaptasi dengan kondisi baru dimana terdapat penambahan peran dan serangkaian tugas-tugas yang harus dilakukan. *Single parent mother* harus menjalankan peran dan tanggung jawab secara total baik sebagai seorang ibu sekaligus seorang ayah (Nisa & Lestari, 2016). Peran ayah yang digantikan oleh *single parent mother* antara lain seperti menjadi kepala keluarga, mencari nafkah, serta memenuhi kebutuhan keluarga lainnya (Dewi, 2017).

Menyesuaikan diri dengan kondisi baru tentu bukan hal mudah, terlebih jika individu yang melakukan penyesuaian masih memiliki perasaan duka mendalam. Menurut Adelia dan Eliana (dalam Perdana & Dewi, 2015) penyesuaian diri adalah suatu proses psikologis yang dilakukan oleh individu dalam mengatur dan mengatasi tantangan dalam kehidupannya. Jadi penyesuaian diri terhadap kematian pasangan merupakan suatu proses penerimaan secara utuh individu terhadap kondisi lingkungan, baik secara fisik, psikis maupun sosial. Partisipan dalam penelitian ini sama-sama melakukan penyesuaian yang berkaitan dengan anak. Partisipan D, W dan A berusaha membangun komunikasi dan pendekatan dengan anak menggunakan cara masing-masing. Upaya yang dilakukan oleh ketiga partisipan antara lain dengan melaksanakan *quality time* bersama anak-anak, terbuka dengan anak dan menggap anak seperti teman serta menjadi teman bercerita anak untuk membangun kedekatan tersebut.

Dinamika Menjadi Single Parent Mother

Ketiga partisipan yakni D, W dan A menceritakan bahwa masing-masing dari mereka memiliki kendala dalam berperan sebagai *single parent mother*. Kendala utama yang dihadapi oleh ketiga partisipan yakni berkaitan dengan kondisi ekonomi yang mengalami penurunan. Sehingga mereka harus melakukan penyesuaian ekonomi untuk bisa bertahan. Selain itu partisipan D, W dan A juga merasakan penurunan kondisi fisik mengingat usia ketiga partisipan berada di masa dewasa madya. Hal ini menjadi kendala besar yang membuat ketiga partisipan merasa berat dalam menjalankan peran *single parent mother*.

Adanya reaksi sosial negatif juga menjadi kendala yang dirasakan oleh ketiga partisipan. Pandangan-pandangan negatif dari masyarakat mengenai status janda membuat Partisipan D, W dan A merasa tidak nyaman. Namun pandangan-pandangan negatif tersebut tidak membuat ketiga

partisipan menjadi lemah. Partisipan W bersikap cuek terhadap gosip-gosip yang beredar mengenai dirinya karena ia menganggap bahwa apa yang beredar diluar sana merupakan hal yang tidak benar, dan ia meyakini bahwa waktu akan membuktikan kebenarannya. Begitupun dengan partisipan D dan A, meskipun tidak nyaman dengan gosip-gosip yang beredar, mereka memilih untuk fokus mengurus anak.

Sosok anak yang masih menjadi tanggung jawab orang tua menyebabkan munculnya beberapa kendala dalam pengasuhan. Sebagai orang tua tentu berperan penting dalam pengasuhan dan pembinaan perilaku anak. Menurut Rochaniningsih (2014) orang tua berperan sebagai pemenuh kebutuhan anak, mendampingi tumbuh kembang anak, teladan bagi anak, dan pembentuk konsep diri dalam keluarga. Ketika di asuh oleh orang tua tunggal maka tidak menutup kemungkinan, sebagian anak akan melakukan perilaku menyimpang, seperti suka membantah dan melawan orang tua, sering menggunakan kata-kata kurang sopan, dan memakai obat-obatan terlarang (Nur, 2019). Perilaku menyimpang yang di lakukan oleh anak karena kurangnya perhatian dari salah satu orang tua.

Seperti yang dialami oleh partisipan A, setelah kematian suami salah satu anaknya berperilaku menyimpang seperti membolos sekolah dan melakukan balapan motor liar. Hal tersebut membuat partisipan A merasa sedih dan kesulitan mendidik anak seorang diri. Namun seiring berjalannya waktu anak dari partisipan A kembali menuruti perkataan partisipan untuk tidak melanjutkan kegiatan balapan tersebut. Menurut partisipan A, sang anak mau berhenti karena merasa kasihan dengan dirinya yang selalu menangis dan khawatir jika sang anak melakukan balapan motor liar. Sejalan dengan yang dikatakan Fernandez dan Soedagijono (2018) pengasuhan anak yang dijalankan seorang diri, membuat wanita cenderung mengalami kelemahan dalam menoleransi stres yang diakibatkan oleh kenakalan anak, sehingga wanita cenderung merespon kenakalan anak secara emosional.

Faktor lain yang mempengaruhi kondisi psikologis *single parent mother* salah satunya adalah faktor budaya. Ketiga partisipan dalam penelitian ini merupakan orang Jawa asli sehingga dalam kehidupan sehari-hari mereka menerapkan beberapa nilai-nilai kebudayaan Jawa. Budaya Jawa sering disebut-sebut sebagai budaya yang sangat patriarkis, seperti diuraikan dalam sejarah Jawa bahwa gambaran tentang eksistensi wanita Jawa abad 18 dalam tradisi dan pemerintahan yakni mereka yang tidak lebih dari sekedar *kanca wingking* (Uyun, 2002). Makna dari *kanca wingking* yakni bahwa perempuan hanya boleh berada di belakang atau di dapur dalam arti lain bahwa perempuan hanya mengurus urusan domestik. Ungkapan-ungkapan seperti *kanca wingking*, wanita hanya mengurus dapur, wanita hanya bergantung pada suami, menegaskan bahwa wanita Jawa tampak menduduki struktur bawah.

Nilai kebudayaan tersebut nyatanya tertanam dalam keyakinan partisipan penelitian ini. Ketiga partisipan meraskan ketidaksiapan dalam menghadapi kematian suami, khususnya partisipan A. Partisipan A mengungkapkan bahwa ia benar-benar merasa tidak siap dengan kematian suami karena sebelumnya ia sangat menggantungkan diri kepada suami dalam melakukan berbagai hal, baik secara ekonomi maupun psikologis. Partisipan A menjadi kesulitan melakukan berbagai kegiatannya setelah ditinggal oleh suami. Partisipan D dan W yang juga merasakan kendala ekonomi maupun psikologis setelah kematian suami. Namun dengan adanya kejadian tersebut

membuat ketiga partisipan sadar bahwa mereka tidak dapat menggantungkan kebahagiaan diri kepada orang lain.

Keputusan untuk tidak menikah lagi pada ketiga partisipan dalam penelitian ini dikarenakan mereka memikirkan anak. Partisipan D, W dan A memfokuskan perhatian mereka hanya untuk anak-anaknya. Ketiga partisipan dalam penelitian ini mengungkapkan bahwasanya mereka sangat menjaga anak-anaknya. Tidak adanya orang lain yang mendampingi *single parent mother* selain anak-anaknya menjadikan *single parent mother* lebih protektif terhadap anak-anak mereka (Nurmala, 2019). Menurut Nurmala (2019) ketakutan terbesar yang menonjol dalam diri *single parent mother* adalah kecemasan akan kehilangan sesuatu di usia tua, yang dalam hal ini adalah anak. Pengalaman kehilangan yang dialami sebelumnya, yaitu pasangan hidup, membuat mereka tidak ingin mengalami kehilangan hal lainnya yang sangat berharga dalam hidupnya. Partisipan D, W dan A mengatakan bahwa mereka tidak ingin menghadirkan sosok lain atau calon suami dalam keluarga karena takut membuat anak merasa sakit hati, protes dengan keadaan, dan melakukan penyimpangan. Bagi ketiga partisipan anak adalah sumber penguat dan kebahagiaan mereka.

Proses Menemukan Makna Hidup sebagai Single Parent Mother

Peristiwa yang dilalui oleh ketiga *single parent mother* dalam penelitian ini tentunya memberikan pengalaman yang berbeda bagi tiap individu. Pengalaman tersebut membuat mereka memasuki proses menemukan makna hidup sebagai *single parent mother*. Menurut Bastaman (2007) tahap bermakna merupakan tahap dimana individu merasa bahwa aktivitas yang dilakukannya memberikan dampak dan arti sehingga dirinya pun dapat merasakan bahagia. Faktor yang mempengaruhi individu untuk menemukan makna tersebut diantaranya adalah faktor internal yang menekankan pada rasa syukur dan faktor eksternal berupa pengalaman (Frankl, 2008).

Kebersyukuran yang dirasakan oleh partisipan D, W dan A adalah berkaitan dengan kebutuhan hidup keluarga yang masih dapat tercukupi. Ketiga partisipan merasa bersyukur bahwa mereka masih dapat membiayai kebutuhan-kebutuhan rumah tangga melalui gaji yang diperoleh dari pekerjaan mereka sehingga tidak merasa kekurangan. Ketiga partisipan mengaku bahwa mereka percaya pada kehendak Tuhan dan meyakini bahwa yang meraka alami memberikan perubahan positif kedalam hidup mereka. Wiranti dan Sudagijono (2017) menyatakan bahwa bentuk kepuasan *single parent mother* akan hidupnya saat ini adalah meski hidup sendiri bersama dengan anaknya, namun mereka merasa mampu untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. *Single parent mother* juga merasa bersyukur dengan kondisinya saat ini serta merasa bangga dengan hasil kerja keras yang telah dicapainya. Perasaan bersyukur dan bangga menunjukkan adanya emosi positif dalam diri partisipan.

Selain itu rasa syukur berkaitan dengan anak juga dirasakan oleh partisipan. Partisipan D merasa bersyukur karena memiliki anak yang berprestasi. Ia merasa puas dan bangga karena upayanya memaksimalkan potensi anak dianggap berhasil dibuktikan dengan sang anak sering memenangkan juara olimpiade Internasional. Hal yang sama juga dirasakan partisipan A, partisipan merasa bersyukur karena memiliki anak yang berbakti kepada orang tua dan juga pengertian. Hal tersebut sejalan dengan yang diungkapkan Lestari (2019) *single parent mother* merasa bangga karena merasa dapat membesarkan anaknya dengan baik. Rasa bangganya diikuti

perasaan bersyukur karena anaknya dapat berprestasi. Hal tersebut membuat ibu tunggal menjadi lebih bersemangat dalam menjalani kehidupan demi anaknya.

Hasil dari penelitian ini juga ditemukan bahwa ketiga partisipan mengungkapkan mereka merasa kuat karena anak. Anak menjadi alasan mereka untuk lebih semangat dalam menjalani keadaan sebagai *single parent mother* seperti yang diutarakan oleh Wiranti dan Sudagijono (2017) bahwa bagi *single parent mother* anak adalah segalanya dan merupakan alasan terkuat bagi *single parent mother* tetap bersemangat menjalani hidup. Compton dan Hoffman (2013) menyebutkan bahwa relasi sosial yang positif berupa dukungan sosial dan kedekatan emosional menjadi faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis *single parent mother*. Adanya dukungan sosial dapat membuat *single parent mother* mampu mengembangkan harga diri, meminimalkan masalah psikologis, kemampuan memecahkan masalah, serta menjadikan *single parent mother* sehat secara fisik. Selain dengan adanya dukungan, partisipan juga memiliki strategi koping dalam menghadapi permasalahan-permasalahan mereka dengan berpikir positif, berdoa, ataupun menyibukkan diri.

KESIMPULAN

Pengambilan keputusan *single parent mother* sangat dipengaruhi oleh dukungan keluarga dan lingkungan. Dukungan keluarga dan lingkungan menjadi salah satu faktor *single parent mother* mampu bertahan menjalankan perannya. *Single parent mother* pada usia dewasa madya tidak lagi memikirkan kebutuhan mencari pasangan atau menikah. Mereka menjadikan anak sebagai prioritas utama. Tidak adanya orang lain yang mendampingi *single parent mother* selain anak-anaknya menjadikan *single parent mother* lebih protektif terhadap anak-anaknya. Upaya dalam mendidik anak yang dilakukan *single parent mother* ialah untuk menjadikan anak sosok yang mandiri.

Meskipun dalam menjalankan perannya menemui banyak kendala, komitmen yang dimiliki *single parent mother* membuat mereka mampu bertahan menjalani hidup dengan sabar dan ikhlas. Bagi *single parent mother*, anak merupakan sumber kebahagiaan mereka. Strategi koping yang dilakukan oleh *single parent mother* dalam penelitian ini antara lain berpikir positif, berdoa, meningkatkan ibadah serta menyibukkan diri. *Single parent mother* dalam penelitian ini dapat menemukan makna hidup dari pengalaman yang dialami bahwasanya mereka percaya terdapat kekuatan yang maha kuasa dimana kesabaran dan keikhlasan yang mereka lakukan berbuah kebaikan. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti penelitian serupa agar mengungkap lebih dalam faktor budaya yang mempengaruhi kondisi psikologis *single parent mother*, seperti bagaimana faktor budaya mempengaruhi cara menyikapi kematian, faktor budaya yang menyebabkan *single parent mother* kuat menjalani perannya ataupun dalam pengasuhan anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Anjarwati, N., Murdiana, S., & Zainuddin, K. (2022). Resiliensi istri pasca kehilangan suami akibat kematian mendadak. *Jurnal Sipakalebbe*, 6(2), 79–91. <https://doi.org/https://doi.org/10.24252/sipakalebbe.v6i2.31733>
- Bastaman, H. (2007). *Logoterapi : Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Raja Grafindo Persada.

- Bolang, A. D. (2012). *Perbedaan psychological well-being orangtua tunggal laki-laki dan orangtua tunggal perempuan yang bercerai*. Universitas Esa Unggul.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20–28. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2013). *Positive psychology: The science of happiness and flourishing*. Wadsworth.
- Dewi, L. (2017). Kehidupan keluarga single mother. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 2(3), 44. <https://doi.org/10.23916/08422011>
- Fernandez, I. M., & Soedagijono, J. (2018). Resiliensi pada wanita dewasa madya setelah kematian pasangan hidup. *Jurnal Experientia*, 6(1), 27–38.
- Frankl, V. E. (2008). *Optimisme di tengah tragedi: Analisis logoterapi*. Nuansa.
- Gading, L. (2019). The roles of single parent. *European Journal of Special Education Research*, 4(4), 143–161. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3379059>
- Gerungan. (2004). *Psikologi sosial*. PT Rafika Aditama.
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Balai Pustaka.
- Karvistina, L. (2011). *Persepsi masyarakat terhadap status janda (Studi kasus di Kampung Iromejan, Kelurahan Klitren, Kecamatan Gondokusuma, Kota Yogyakarta)*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- La Kahija, Y. . (2017). *Penelitian fenomenologis jalan memahami pengalaman hidup*. Kanisius.
- Lestari, D. W. P. (2019). Subjective well-being pada ibu tunggal dewasa awal yang bercerai. *Acta Psychologia*, 1(1), 15–22. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i1.43304>
- Nisa, K., & Lestari, S. (2016). Dinamika psikologis hardiness pada ibu sebagai orang tua tunggal karena perceraian. *The 4th University Research Colloquium*, 78–86.
- Nur, R. (2019). *Pola asuh orang tua tunggal (single parent) dalam menanamkan nilai-nilai sosial anak di Desa Bongki Lengkes Kecamatan Sinjai Timur Kabupaten Sinjai*. Universitas Negeri Makassar.
- Nurmala, S. (2019). Fear of aging: What happens to middle-age single parents mother? *Interaktif: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*, 11(1), 1–20.
- PEKKA. (2020). *Pemberdayaan perempuan kepala keluarga*. <https://pekka.or.id/>
- Perdana, P. D., & Dewi, K. S. (2015). Pergulatan emosi pada wanita karir yang ditinggal mati suami. *Jurnal Empati*, 4, 1–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2015.14883>
- Pratama, A. D. (2017). *Resiliensi perempuan single parent sebagai kepala keluarga (Sudi di Dukuh Bonyokan, Bonyokan, Jatinom, Klaten)*. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Rahayu, N. S. (2014). *Hubungan antara karakteristik, pengetahuan, peran dan fungsi keluarga dengan pemberian stimulasi pada anak usia toddler (1-3 tahun) di Posyandu Desa Kroya Kecamatan Kroya Kabupaten Cilacap*. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Rochaningsih, N. S. (2014). Dampak pergeseran peran dan fungsi keluarga pada perilaku menyimpang remaja. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi Dan Aplikasi*, 2(1), 59–71. <https://doi.org/10.21831/jppfa.v2i1.2618>
- Santrock, J. W. (1995). *Life-span development* (5th ed.). Erlangga.
- Sari, I. P., & Yendi, F. M. (2019). Resiliensi pada single mother setelah kematian pasangan hidup. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 4(3), 76–82. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.23916/08411011>

- Spurgeon, A., Jackson, C., & Beach, J. (2001). The life events inventory: re-scaling based on an occupational sample. *Occupational Medicine*, 51(4), 287–293. <https://doi.org/https://doi.org/10.1093/occmed/51.4.287>
- Uyun, Q. (2002). Peran gender dalam budaya jawa. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 7(13). <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol7.iss13.art3>
- Wahyuni, S. D. (2010). *Konflik dalam keluarga single parent (Studi deskriptif kualitatif tentang konflik dalam keluarga single parent di Desa Pabelan Kecamatan Kartasura Sukoharjo)*. Universitas Sebelas Maret.
- Wiranti, & Sudagijono, J. S. (2017). Gambaran subjective well-being pada single mother. *Jurnal Experientia*, 5(1), 69–80. <https://doi.org/https://doi.org/10.33508/exp.v5i1.1553>
- Zuhdi, M. S. (2019). Resiliensi pada ibu single parent (studi kasus pada ibu single parent di dusun karang tengah, desa pikatan, kecamatan wonodadi, kabupaten blitar). *Martabat: Jurnal Perempuan dan Anak*, 3(1), 141–160. <https://doi.org/10.21274/martabat.2019.3.1.141-160>