

STRATEGI *COPING* PADA IBU *SINGLE PARENT*



Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I
Pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi

Oleh:

Indri Prasetyawati

F100130024

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMADIYAH SURAKARTA
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN

STRATEGI *COPING* PADA IBU *SINGLE PARENT*

PUBLIKASI ILMIAH

Diajukan Oleh :

Indri Prasetyawati

F100130024

Telah disetujui untuk dipertahankan
di depan Dewan Penguji

Pembimbing Skripsi



Dra. Partini, M.Si

NIK/NIDN. 594/0614066501

HALAMAN PENGESAHAN

STRATEGI *COPING* PADA IBU *SINGLE PARENT*

UNIVERSITAS MUHAMADIYAH SURAKARTA

oleh:

Indri Prasetyawati

F100130024

Telah dipertahankan di depan Dewan penguji
Fakultas Psikologi
Pada Hari Senin, 26 Maret 2018
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji

1. Dra. Partini, M.Si

(Ketua Dewan Penguji)



2. Dr. Wiwien Dinar Pratisti, M.Si

(Anggota I Dewan Penguji)



3. Permata Ashfi Raihana, S.Psi, Ma

(Anggota II Dewan Penguji)



Dekan,




Moordiningsih, M.Si, Psi
NIK/NIDN. 876/0615127401

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diakui dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidak benaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggung jawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 26 Maret 2018

Penulis



Indri Prasetyawati

F100130003

STRATEGI *COPING* PADA IBU *SINGLE PARENT*

ABSTRAK

Ibu *single parent* adalah kondisi dimana seorang wanita memiliki dua peran bersamaan, yakni sebagai ibu yang merupakan posisi utamanya dan juga sebagai ayah hal itu bisa terjadi karena perpisahan atau meninggal dunianya pasangan lalu memutuskan untuk tidak menikah kembali kemudian membesarkan anak-anaknya seorang diri. Menjadi ibu *single parent* memiliki tanggung jawab semakin besar karena harus mengasuh anak seorang diri, bekerja untuk memenuhi kebutuhan ekonomi dan pendidikan anak-anaknya. Beratnya tanggung jawab dan kesulitan yang dihadapi dapat menjadikan ibu *single parent* tertekan terhadap masalah-masalah yang dihadapi maka untuk mengurangi atau menghilangkan tekanan tersebut, ibu *single parent* perlu melakukan strategi *coping*. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui dan mendeskripsikan strategi *coping* yang dilakukan oleh ibu *single parent*. Peneliti ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan subjek dalam penelitian ini berjumlah 6 orang dengan karakteristik, ibu berstatus *single parent* dan menjadi anggota PEPABRI. Pengumpulan data menggunakan wawancara semi terstruktur. Berdasarkan hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ibu *single parent* mengalami masalah setelah kepergian suami mereka yang berupa masalah sosial dimana mereka merasa kurang dihargai setelah kepergian suami, masalah ekonomi guna membiayai pendidikan anak dan kebutuhan rumah tangga, dan masalah psikologis adanya rasa kesepian setelah kepergian suami karena merasa tidak ada yang bisa diajak bersama-sama untuk bertukar pikiran. Para ibu *single parent* menghadapi masalah yang muncul dengan berbagai cara. Terdapat dua bentuk strategi *coping* yang berhasil terungkap pada penelitian ini, antara lain strategi *coping* berdasarkan masalah dengan cara mencari atau merencanakan pemecahan masalah untuk mengubah situasi menjadi lebih baik, dan strategi *coping* berdasarkan emosi.

Kata kunci : Ibu single parent, strategi coping

ABSTRACT

Single parent mother is a condition where a woman has two concurrent roles, namely as mother which is its main position and also as father it can happen because of separation or death of the couple's world then decided not to remarry then raise their children alone. Being a single parent mother has a greater responsibility for having to take care of a child alone, working to meet the economic and educational needs of her children. The severity of the responsibilities and difficulties encountered can make the single parent mother depressed to the problems faced hence to reduce or eliminate the pressure, single parent mother need to do coping strategy. The purpose of this research is to know and describe coping strategy done by single parent mother. This research uses qualitative approach with subject in this research amounted 6 person with characteristic, single parent status mother and become member of PEPABRI. File

collection using semi structured interviews. Based on the results of this study indicates that single parent mothers experience problems after the departure of their husbands in the form of social problems where they feel less appreciated after the departure of their husbands, economic problems to finance children's education and household needs, and psychological problems of loneliness after the departure of the husband felt that nothing could be shared together to exchange ideas. Single parent mothers face problems that arise in various ways. There are two forms of coping strategies that have been revealed in this research, among others, coping strategies based on problems by finding or planning problem solving to make the situation better, and coping strategies based on emotions.

Keyword : Single parent mothers, coping strategies

1. PENDAHULUAN

Menjadi orang tua sebagai ayah dan ibu yang mengasuh anak-anak dengan pasangan hidupnya tentu sangat menyenangkan, namun pada kenyataannya terdapat keluarga yang tidak memiliki ayah atau ibu, yang bisa terjadi karena perpisahan atau meninggal dunianya salah satu pasangan yang mengharuskan ibu atau ayah tunggal tersebut untuk mengasuh dan membesarkan anak-anaknya seorang diri tanpa adanya dukungan dari pasangan hidup. Tentunya hal ini dapat menjadi kegelisahan pada setiap pasangan yang ditinggalkan. Berdasarkan data dari Badan Peradilan Agama (Badilag) Mahkamah Agung (2016) menunjukkan bahwa hingga bulan Oktober 2016 tercatat 315.000 permohonan cerai diterima Pengadilan Agama di seluruh Indonesia, dari jumlah itu, 212.400 pasangan telah resmi diceraikan. Adapun sisanya masih diproses, ditolak, gugur atau belum diterima. Khusus untuk Oktober 2016, sebanyak 10.801 pasangan resmi bercerai. Berdasarkan data Pekka (Program Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga) terdapat 40 juta jiwa wanita di Indonesia berstatus janda, di Jawa Tengah sendiri terdapat 10.987 ribu janda, yang artinya kenaikan jumlah ibu *single parent* sepuluh kali lipat selama rentang 10 tahun.

Single parent memiliki peran ganda bagi keluarganya. Peran ganda tersebut antara lain memenuhi kebutuhan psikologis anak-anaknya yang meliputi memberikan rasa aman, pemberian kasih sayang serta perhatian dan juga memenuhi kebutuhan fisik anak meliputi kebutuhan sandang pangan, pendidikan, kesehatan serta kebutuhan lainnya yang berkaitan dengan materi, yang artinya

seorang ibu *single parent* harus mampu untuk membagi waktu antara pekerjaan rumah dan luar rumah agar anak-anak dapat merasakan kasih sayang dari orang tuanya dan terpenuhinya kebutuhan hidup bagi anak. Namun terkadang adanya konflik dari dalam yang dapat terjadi saat ibu *single parent* harus membagi waktu antara ibu sekaligus sebagai ayah bagi anak-anaknya. Hal ini dapat terjadi karena ibu yang mengurus seluruh keperluan rumah tangga dan di sisi lain juga harus bekerja untuk menafkahi anak-anaknya (Akmalia, 2013).

Keluarga dengan ibu *single parent* rentan terhadap kondisi keuangan yang lemah yang di karena kehilangan suami yang dulu sebagai tulang punggung keluarga, dan juga berdampak pada pencapaian pendidikan yang rendah bagi anak-anaknya. Ibu *single parent* memiliki potensi lebih tinggi untuk mengalami depresi episodik dan kronis, kecemasan, penyalahgunaan zat, hal ini diakibatkan oleh peristiwa kehidupan yang penuh tekanan, kurang percaya diri, isolasi sosial, dan kurangnya dukungan (Daryanani, Hamilton dan Alloy, 2016). Peran dan tanggung jawab yang harus dirasakan oleh *single parent* kepada dirinya dan anak-anaknya tentu bukanlah hal yang mudah hal ini dapat menyebabkan ibu *single parent* tertekan dengan tanggung jawab barunya. Tekanan yang dirasakan dari berbagai hal tersebut bisa menjadi sumber stres. Single parent yang sangat berpikir keras mengenai siapa yang akan bertanggung jawab atas kesehatan dan kesejahteraan dirinya, anak-anak dan anggota keluarga lainnya (Hashim, Azmawati, Endut, 2015).

Menjadi ibu *single parent* bukan hal mudah, menjalani hidup tanpa adanya kehadiran dan dukungan dari pasangan hal ini membuat ibu *single parent* merasa kesepian dan sendiri. Bagi seorang ibu *single parent*, kesendirian merupakan hal yang sangat berat, namun terkadang ibu *single parent* tidak mau mengakui hal tersebut dalam dirinya. Di saat ibu *single parent* seharusnya bisa saling berbagi pemikiran dan beban dengan pasangannya tapi kenyataan harus menghadapinya seorang diri sendiri (Ahsyari, 2015). Umumnya ibu *single parent* akan merasa cemas terhadap masa depannya dan anak-anak dimana tidak ada lagi dukungan dari pasangan hingga merasakan kesepian dan mulai merasakan kehilangan harapan terhadap sesuatu yang sudah direncanakan bersama pasangan. Beberapa hal yang

dihadapi seorang ibu *single parent* diantaranya merasa kesepian, mengenai perumahan, keuangan untuk masa depannya dan anak-anak dan juga ibu *single parent* tidak memiliki pasangan untuk menanggung beban bersama serta untuk mengambil keputusan bersama dan juga tanggung jawab atas anak-anak, kecemasan ibu *single parent* tidak berhenti disitu saja melainkan juga mengenai reaksi orang lain terhadap dirinya, dari teman-teman serta kerabat mengenai bagaimana cara seorang *single parent* menjalani hidup sendiri tanpa adanya kehadiran seorang pasangan. (Mitchell,1996).

Ketika ibu *single parent* merasa tertekan terhadap permasalahan-permasalahan yang dihadapi maka akan terjadi beban kerja dan beban hidup yang semakin berat hal ini mengakibatkan permasalahan pada keluarga dan kurangnya kasih sayang pada anak. Agar tidak terjadi seperti itu dan agar ibu *single parent* mampu menjalankan tugasnya sebagai *single parent* maka sebagai ibu *single parent* perlu melakukan suatu tindakan atau usaha untuk menghadapi permasalahan yang dihadapinya, usaha yang dimaksud biasa disebut dengan *coping*. Menurut Lazarus & Folkman (1948), *coping* adalah usaha-usaha dan tindakan intrafisik untuk mengatur tuntutan-tuntutan lingkungan atau internal serta konflik-konflik yang dinilai dapat membebani atau melampaui potensi yang dimiliki individu.

Adapun tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan strategi *coping* yang dilakukan oleh ibu *single parent*. Manfaat dari penelitian ini diharapkan akan menjadi masukan bagi ibu *single parent* sebagai pengetahuan pentingnya strategi *coping* dalam menyelesaikan masalah. Sedangkan Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah referensi dan bahan acuan untuk penelitian selanjutnya.

2. METODE

Penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan jenis penelitian kualitatif dimana pendekatannya adalah pendekatan fenomenologis. Informan dalam penelitian ini berjumlah 6 (enam) orang ibu *single parent* dengan ciri-ciri sebagai berikut:

No	Informan	Usia	Lama ditinggalkan	Anak	Pekerjaan
1	SH	71 tahun	22 tahun	3	IRT
2	M	67 tahun	12 tahun	4	IRT
3	SR	51 tahun	5 tahun	2	Konfeksi
4	R	50 tahun	10 tahun	2	IRT
5	HS	72 tahun	10 tahun	5	IRT
6	S	54 tahun	7 tahun	3	Pedagang

Pemilihan informan dipilih secara *purposive sampling*, yang teknik pemilihannya menggunakan kriteria atau ciri-ciri yang telah ditentukan yakni ibu *single parent*, anggota PEPABRI, dan bersedia menjadi informan. Metode pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode wawancara secara mendalam semi terstruktur yang menggunakan alat perekam. Cara menguji validitas dan reliabilitas pada penelitian ini adalah dengan mencatat hal-hal penting serinci mungkin, mendokumentasikan secara lengkap dan rapi data yang terkumpul, memanfaatkan langkah-langkah dan proses yang diambil peneliti-peneliti sebelumnya sebagai masukan dan menjamin pengumpulan data yang berkualitas untuk penelitian ini, melakukan pengecekan kembali data. Untuk memudahkan dalam analisis data berupa hasil wawancara, maka tahap-tahap yang harus dilakukan adalah sebagai berikut: Organisasi data, melakukan pengkodean (coding) data, kategori dan mendeskripsikan data, interpretasi data.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut Turner (1990) bahwa masalah-masalah umum yang dihadapi ibu *single-parent* adalah stres dan gangguan kesehatan mental, *role overload*, menurunnya penghasilan, standar kehidupan yang menurun, kesendirian dan isolasi, pandangan negatif masyarakat, perasaan terjebak. Pandangan masyarakat terhadap perubahan status sebagai ibu *single parent*, tidak lepas dari pencitraan negatif, gosip-gosip masyarakat, dan adanya sebagian masyarakat yang menganggap status *single parent* adalah hal yang kurang baik sehingga tidak menghargai status seorang ibu *single parent* (Akmalia, 2003).

Pada masalah sosial yakni pandangan masyarakat terhadap perubahan status ibu *single parent*. Ibu *single parent* SH yang mengaku memilih

meninggalkan jabatannya sebagai ketua organisasi dilingkungannya karena dianggap tidak memiliki keahlian yang cukup.

“Ya itu saya sebagai ketua PKK tapi ada yang kurang senang, Jadi saya letakan saja ketua PKK nya saya serahkan sama warga (A:oh iya) jadi terus diganti yaudah gitu.” (W.SH/121-137)

Hal yang sama juga dirasakan oleh ibu *single parent* HS yang merasa sudah tidak dihargai lagi setelah kepergian suaminya. Merasa diperlakukan berbeda dengan ketika suaminya masih hidup.

“Kemarin itu saya malah kelara lara sendiri saya mau kumpulan ini dibersihkan, sudah saya mintakan bersihkan sudah saya siapkan makan nasi, minum, ayam lah kok sudah tak kasih uang malah pulang, depan itu nggak dibersihkan malah kelara lara, kalau saya kerjakan sendiri satu jam saja. Ya saya berpikir minta tolong orang lain, rasanya apa kalau jadi janda itu cuma dibohongi, kalau janda itu minta tolong itu beda nggak seperti dulu nggak seperti dulu ada bapaknya.” (W.HS/256-260)

Dua ibu *single parent* lain merasa hambatan terbesar ada pada masalah ekonomi. Hal ini sejalan dengan pernyataan Kimmel (1980) masalah khusus yang timbul pada keluarga ibu *single parent* adalah kesulitan mendapatkan pendapatan yang cukup, kesulitan mendapat pekerjaan yang layak, kesulitan membayar biaya untuk anak, dan kesulitan menutupi kebutuhan lainnya.

“Hambatannya satu masalah perekonomian kan berbeda (A: iya) kalau masih ada suami ada gotong royongnya ada (A: iya) setelah ditinggal suami ya kan berkurang (A: ehm) masih menghidupi biaya anak kuliah dua.” (W.SR/87-92)

Permasalahan ekonomi yang dihadapi oleh *single parent* adalah menghidupi kebutuhan keluarga dan anak-anaknya, kebanyakan wanita di Indonesian menggantungkan kebutuhan rumah tangganya pada suami, namun hal ini akan menjadi berbeda ketika seorang istri menjadi seorang *single parent* dimana ibu *single parent* tersebut harus berjuang untuk menghidupi kebutuhan rumah tangganya seorang diri (Faradina, 2012.) Hal ini juga dirasakan oleh keenam ibu *single parent* salah satunya ibu *single parent* R yang merasakan perbedaan setelah kepergiaan suaminya.

“Oh keadaan ekonomi saya setelah jadi single parent ya mestinya berubah mbak (A: iya) dulu bapaknya masih ada sekarang nggak ada (A: iya) dulu gajinya penuh sekarang tidak (A: ehm) ya tapi saya mensyukuri apa yang telah diberikan (A: iya) secukupnya bagaimana caranya ,cukup untuk

sekolah (A: iya) untuk makan (A: iya), untuk bermasyarakat dan untuk keperluan lainnya..” (W.R/237-244)

Hal tersebut sesuai pendapat Glasser&Navarne (1999) Bagi seorang *single parent* kesulitan ekonomi merupakan permasalahan utama yang mereka hadapi setelah kehilangan suami mereka dalam pendapatan dan keuangan yang terbatas karena tidak hadirnya suami sebagai kepala keluarga dan pencari nafkah bagi keluarga.

Selain masalah sosial dan ekonomi keenam ibu *single parent* juga merasakan masalah psikologis yakni rasa terkejut, ketidak percayaaan atas kehilangan suami mereka, sedih dan bingung harus berbuat apa. Seperti yang dialami oleh ibu *single parent SH*.

“Ya kaget, ya terkejut, yaa bingung, ya susah (A: ehm) jadi satu (A: ehm) ya itu saya ya juga terlalu terkejut yaa cuma empat hari dirumah sakit terus meninggal (A: ehm) ndak disangka sangaka.” (W.SH/209-214)

Respon ibu *single parent SH* saat mengetahui kepergian suaminya adalah merasa terkejut, ketidak percayaaan atas kehilangan suami mereka, sedih dan bingung harus berbuat apa. Hal ini sesuai dengan pendapat Chairani & Nurachmi (2003) umumnya individu menjadi *single mother* terlebih dahulu melewati masa-masa yang penuh tekanan, ketakutan dan rasa bersalah dari kejadian-kejadian traumatis yang dilaminya, baru kemudian menyesuaikan diri dengan kehidupan yang baru serta tanggung jawab yang lebih besar terhadap keluarganya.

Selain rasa terkejut, ketidak percayaaan atas kehilangan suami mereka, sedih dan bingung harus berbuat apa keenam ibu *single parent* ini juga merasakan kesepian setelah kehilangan suami mereka, seperti yang dialami oleh ibu *single parent SR* merasa kesepian setelah kepergian suaminya dikarenakan sudah tidak ada lagi yang bisa diminta untuk bertukar pikiran dan berdiskusi mengenai masalah rumah tangga dan keluarga.

“Ya pernah, ya namanya ditinggal suami kan ya merasa kesepian ya makasudnya dalam arti ya untuk diajak bincang bincang ngak ada untuk ini itu masalah ekonomi (A: Ehm) misalnya diajak bicara (A: iya) nggak ada itu nanti ya cuma saya endem biasa (A: Ehm) terkadang ya dibicarakan sama anak anak.” (W.SR/316-322)

Hal yang sama juga dirasakan oleh ibu *single parent* SH yang merasakan kesepian saat mengingat kenangan-kenangan yang sudah dilalui bersama suami bersenda gurau dan bercanda bersama-sama anak-anak dan suami.

“Ya jelas, kesepian itu ada (A: ehm), kalau ingat waktu bersama kita bergurau (A: iya) bercanda ria (A: iya) bersama sama anak sama suami.”(W.SH/278-285)

Rasa kesepian yang dirasakan oleh keenam ibu *single parent* disebabkan karena, tidak ada lagi yang bisa untuk bersama-sama bertukar pikiran atau berdiskusi mengenai rumah tangga dan anak-anak, mengingat kenangan-kenangan yang sudah dilewati bersama suami, kondisi rumah yang sedang sepi tanpa adanya anak-anak. Menurut Kephart & Jedlicka (1991) pada ibu *single parent* terdapat goncangan emosi yang mendalam serta perasaan kehilangan, dan yang pasti, ada perasaan kesepian dan suatu keharusan untuk mengatur kembali kehidupan, termasuk juga membangun suatu kehidupan sosial yang baru.

Masalah lain yang harus dihadapi ibu *single parent* setelah kepergian suami mereka adalah harus bertanggung jawab penuh pada rumah tangganya, memikul beban, dan mengambil keputusan sendiri (Mitchell, 1996). Keempat ibu *single parent* merasa harus melakukan segala sesuatu seorang diri mengurus rumah tangga dan anak-anak tanpa ada bantuan dari suami dan juga tempat untuk bertukar pikiran.

“Oh hambatanya (A: Iya) hambatanya perasaan saya itu ya banyak namanya kita seorang single parent gak punya suami (A: Iya) ndak punya seorang anak laki laki, semua anak perempuan semua (A: Iya) banyak sekali hambatanya mestinya kalau terkadang kita tidak bisa mengerjakan suatu pekerjaan yang kira kira di kerjakan seorang laki laki (A: Iya ibu) terpaksa ya minta tolong sama keluarga (A: Iya) yang ponakan yang punya suami minta tolong masangkan lampu, minta tolong perbaiki keran air, keran yang rusak (A: Ehm) apa ada pintu apa jendela kira kira itu, saya minta tolong kepada ponakan saya (A: ehm) yang saya minta tolongin.” (W.R/189-203)

Untuk mengatasi masalah-masalah tersebut diperlukanya usaha/cara yang bisa dipilih seseorang untuk mengatasi masalah yang dialami yang dikenal sebagai strategi *coping*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa cara ibu *single parent* dalam menanggapi masalah ada yang sama namun ada yang berbeda. Ibu *single parent* yang merasa tertekan terhadap masalah masalah yang secara terus

menerus dihadapi dapat menyebabkan ketidaknyamanan bagi ibu *single parent*. Oleh karena itu ibu *single parent* perlu melakukan suatu usaha yang bertujuan untuk meminimalkan atau menghilangkan masalah yang menekan tersebut. Tindakan yang dilakukan disebut dengan istilah strategi *coping* (Sarafino, 1994).

Masalah sosial yang dihadapi oleh keenam ibu *single parent* seperti merasa kurang dihargai setelah kepergian suami, tidak lagi dipercaya untuk melakukan suatu kegiatan di lingkungan masyarakat atau organisasi, dan adanya perubahan perilaku yang berbeda ketika suami masih hidup dan setelah meninggal. Cara mengatasi masalah sosial tersebut yang bisa terjadi dengan teman, tetangga dan masyarakat, tiga ibu *single parent* memilih untuk menghadapi masalah secara langsung dengan bertanya untuk meminta kejelasan dimana kesalahannya dan jika salah segera meminta maaf. Seperti yang dilakukan ibu *single parent* R.

“.... kalau ada masalah mestinya kita harus selesaikan hari itu juga supaya kita ini tidak ada menggajal dihati satu sama lainnya (A: iya) ehm harus mbak, harus diselesaikan hari itu juga dan harus supaya dihati tidak ada yang menganjal dihati kita masing masing biar enak kalau kita ketemu orangnya. Iya secara langsung siapa yang salah dan siapa yang benar.”(W.R/509-526)

Cara mengatasi masalah sosial yang dilakukan tiga subjek dengan memilih menyelesaikan masalah secara langsung dengan bertanya untuk meminta kejelasan dimana kesalahannya. Hal tersebut sesuai dengan teori Taylor (dalam Smet, 1994) individu dalam merencanakan pemecahan masalah adanya tindakan yang dapat dilakukan secara langsung baik untuk mengubah situasi menjadi lebih baik, pada hal ini yang dilakukan ketiga ibu *single parent* dalam mengatasi masalah sosialnya adalah dengan bertanya untuk meminta kejelasan dimana kesalahannya.

Tiga subjek lainnya memilih untuk menyelesaikan dengan cara musyawarah, dibicarakan dengan keluarga, teman atau dengan orang yang lebih tua, hal ini seperti yang dilakukan ibu *single parent* SR.

“Kalau punya permasalahan itu tadi dibicarakan bersama dulu pada orang teman yang dipercaya, kalau itu belum nyampai iya dibicarakan pada yang lebih tua yang dipercaya ya cuma itu saja pada orang yang dipercaya.” (W.SR/415-423)

Tiga subjek lainnya memilih untuk menyelesaikan dengan cara musyawarah, dibicarakan dengan keluarga, teman atau dengan orang yang lebih tua. Hal ini sesuai teori Taylor (dalam Smet, 1994) yakni mencari dukungan sosial adalah usaha untuk mengatur emosi agar nyaman dan dapat mencari informasi dari orang lain untuk pemecahan masalah.

Selain masalah sosial ibu *single parent* juga menghadapi masalah ekonomi, cara mengatasi masalah ekonomi yang dirasakan dua ibu *single parent* memilih untuk mengatasinya dengan cara bekerja, seperti yang dilakukan oleh ibu *single parent* S.

“Ya mbak saya jualan ya pakaian, makanan, ketempat tempat ibu kumpulan itu loh ya bawa rengginang, bawa kacang bawa baju sembarang dibawa mbak.”(W.S/502-504)

Berbeda dengan yang dilakukan kedua ibu *single parent* yang mengatasi masalah ekonominya dengan bekerja, empat ibu *single parent* lainnya memilih untuk mengatasi dengan cara menghemat pemasukan, dengan cara tidak membeli barang yang tidak dibutuhkan, tidak hidup berfoya-foya dan mengatur pengeluaran sesuai dengan kebutuhan. seperti yang dilakukan ibu *single parent* SH.

“... Ya mengatur keungan ya harus berhemat yang ndak perlu dibeli ya ndak usah dibeli (A: ehm) jadi mana yang kita butuhkan aja yang kita beli.” (W.SH/328-336)

Cara mengatasi masalah ekonomi yang dilakuakn oleh keenam ibu *single parent* dengan cara berusaha bekerja dan berusaha untuk menghemat pemasukan dengan cara tidak membeli barang yang tidak dibutuhkan, tidak hidup berfoya-foya dan mengatur pengeluaran sesuai dengan kebutuhan. Hal ini sesuai dengan teori Taylor (dalam Smet, 1994) yakni dilakukanya konfrontasi yakni usaha-usaha yang agresif guna mengubah situasi, dalam hal ini usaha yang dilakukan ibu *single parent* adalah bekerja dan menghemat pemasukan untuk dikelola lebih baik lagi.

Selain mengatasi masalah sosial dan masalah ekonomi, ibu *single parent* juga harus mengatasi masalah psikologis yang dihadapi setelah kepergian suami mereka. Dalam mengatasi masalah psikologis yang dihadapi seperti rasa sedih, ketidak berdayaa, dan rasa kesepian keenam ibu *single parent* memilih mengatasi

masalahnya dengan cara mengendalikan perasaan dengan berserah diri atau pasrah dan lebih mendekat diri kepada Allah. Seperti yang dilakukan ibu *single parent* HS.

“Ya seperti itu meskipun kaget ya dikembalikan pada Allah. Pasrah karena kita masih sehat begini nanti mau diambil ya nggak tahu nanti, berserah diri pasrah semua itu kekuasaan Allah, semua itu dilandasi karena agama, berpasrah diri.” (W.HS/230-234)

Cara mengatasi masalah psikologis yang dirasakan oleh keenam ibu *single parent* yaitu dengan cara mengendalikan perasaan dengan berserah diri atau pasrah dan lebih mendekat diri kepada Allah. Sesuai dengan Carver, Scheier & Weintraub (1989) bahwa individu dapat menenangkan dan menyelesaikan masalah secara keagamaan dengan beribadah atau berdoa untuk mencapai sesuatu seperti memperoleh kenyamanan, keamanan.

Cara menjalankan peran sebagai *single parent* setelah kepergian suami, tentunya setelah kepergian suami cara enam subjek dalam menjalankan peran setelah kepergian suami adalah memberikan nasehat terhadap anak-anak mereka untuk tetap berbuat baik seperti sebelum ayah mereka meninggal, memberikan contoh perilaku yang baik, menjaga hubungan baik dengan saudara dan keluarga lainnya, memberikan dukungan dan semangat kepada anak-anak dalam meraih cita-cita. Langkah yang dilakukan ibu *single parent* ini menurut Taylor (dalam Smet, 1994) adalah strategi coping yang terpusat pada emosi yakni menerima tanggung jawab, yaitu usaha individu untuk mengambil pengetahuan mengenai peranannya pada suatu masalah, pada hal ini ibu *single parent* berperan sebagai ayah dan ibu yang berusaha untuk membimbing anak-anaknya untuk tetap melakukan kebaikan seperti halnya dulu sebelum ayahnya meninggal.

Faktor yang mempengaruhi strategi coping menurut Mashudi (2013) adalah dukungan dan perhatian yang diberikan oleh keluarga dan lingkungannya akan berpengaruh bagi perilaku strategi coping seseorang. Dukungan sosial dapat diartikan sebagai pemberian bantuan atau pertolongan terhadap seseorang yang mengalami masalah dari orang lain yang memiliki hubungan dekat. Bantuan yang diberikan antara lain pemberian curahan kasih sayang, perhatian dan kepedulian, nasihat dan diskusi tentang bagaimana mengatasi atau memecahkan masalah serta

bantuan material. Pada penelitian ini, ketika ibu *single parent* memiliki masalah, maka ibu *single parent* akan menceritakan masalahnya kepada keluarga dan kerabat, baik anak kandung, adik, ataupun orang yang dipercaya.

Maksimal atau tidaknya strategi coping yang dilakukan oleh para ibu *single parent* dapat dipengaruhi oleh faktor yang berasal dari kondisi individu yang mencakup umur, tahap kehidupan, jenis kelamin, tempramen, faktor genetik, intelegensi, pendidikan, suku, kebudayaan, status ekonomi, dan kondisi fisik (Smet, 1994). Pada penelitian ini faktor yang berhasil terungkap antara lain usia, dan status ekonomi. Berdasarkan usia juga mempengaruhi cara berpikir ibu *single parent* dalam menyelesaikan masalahnya. Ibu *single parent* R dan S lebih yang berusia 50 tahun dan 54 tahun memilih untuk mengutarakan langsung pendapatnya dengan bertanya langsung dimana letak kesalahannya jika memiliki permasalahan dalam lingkungan sosial. Sedangkan ibu *single parent* M dan HS yang berusia 62 tahun dan 72 tahun dalam menghadapi permasalahan sosial yang dihadapi lebih memilih untuk menyelesaikan masalahnya secara musyawarah dan kekeluargaan.

Selain faktor usia, status ekonomi juga mempengaruhi cara berpikir ibu *single parent* dalam menyelesaikan masalah ekonomi. Ibu *single parent* SR dan S yang bekerja setelah kepergian suaminya bisa mendapatkan tambahan pendapatan dari pekerjaan mereka yang bisa digunakan untuk kehidupan sehari-hari, biaya pendidikan anak, dan pengeluaran yang tidak terduga, hal ini tentu dapat meringankan tuntutan ekonomi sehari-hari. Sedangkan pada ibu *single parent* SH, M, R, dan HS yang tidak bekerja dan hanya bergantung dari pendapatan uang pensiun suami mereka harus bisa lebih bijaksana dalam mengelola keuangan untuk kehidupan sehari-hari, biaya pendidikan anak, dan pengeluaran yang tidak terduga.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa kesimpulan yang dapat diambil oleh peneliti yaitu adanya berbagai masalah yang dialami oleh ibu *single parent* dalam menjalani kehidupan tanpa adanya kehadiran suami antara lain masalah sosial seperti adanya sebageian orang yang

merendahkan status ibu sebagai *single parent*, adanya perbedaan perilaku pada saat suami masih hidup dan ketika suami sudah meninggal. Masalah ekonomi yang mengalami penurunan setelah kepergian suami, biaya pendidikan anak, dan masalah psikologis sedih, rasa kesepian atau kesendirian setelah kepergian suami. Proses menghadapi masalah oleh masing-masing ibu *single parent* menghasilkan *coping* yang sama, namun ada pula *coping* yang berbeda antara satu sama lain. Strategi *coping* yang dipilih ibu *single parent* dalam menyelesaikan masalah sosial adalah memilih memecahkan masalah secara langsung dengan bertanya letak kesalahannya jika terjadi permasalahan dengan masyarakat dilingkungannya, dan memilih mencari dukungan sosial dengan cara musyawarah dibicarakan dengan keluarga, teman atau dengan orang yang lebih tua. Strategi *coping* yang dipilih ibu *single parent* dalam menyelesaikan masalah ekonomi adalah dengan berkerja dan menghemat pemasukan, dengan hidup sederhana dan tidak berfoya-foya, dan jika memiliki masalah ekonomi ibu *single parent* lebih memilih untuk mengambil uang tabungan atau meminjam uang di bank. Strategi *coping* yang dipilih ibu *single parent* dalam mengatasi masalah psikologis seperti sedih, ketidak berdayaan, kesepian saat kehilangan suami adalah kontrol diri dengan cara mengendalikan perasaan dengan berpasrah dan lebih mendekat diri kepada Allah SWT dengan cara melakukan sholat, berdoa, berzikir, kegiatan-kegiatan agama lainnya.

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang diajukan oleh peneliti antara lain yang pertama bagi Ibu *single parent* diharapkan bisa berbagi cerita atau bertukar pikiran dengan anak, keluarga atau dengan orang yang dipercaya sehingga tidak merasa kesepian dan kesendirian yang terlalu lama, diharapkan pula tidak sungkan dalam meminta bantuan kepada orang lain untuk menyelesaikan masalah, yang terakhir adalah bagi peneliti lain, yang diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat dan dijadikan referensi sebagai tambahan informasi bagi peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Ahsyari, E. R. (2015). Kelelahan Emosional Dan Strategi Coping. *Ejournal Psikologi*, 3 (1): 422-432.

- Akmalia. (2013). Pengelolaan Stres Pada Ibu Single Parent. *Empathy Jurnal Fakultas Psikologi*, Vol 2 No 1.
- Carver, Charles S., Scheier, Michael F & Weintraub, Jagdish Kumari. 1989. Assesing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol.56, No.2.
- Chairani, N. dan Nurachmi, W. 2003. *Biarkan Anak Bicara*. Jakarta : Republika.
- Daryanani,. Hamilton , Alloy . (2016). Single Mother Parenting and Adolescent Psychopathology. *Journal of Abnormal Child Psychology*, DOI: 10.1007/s10802-016-0128-x.
- Faradina. Juni 2012 Konflik Pekerjaan-Keluarga dan Coping padaSingle *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*Vol. 1 No. 02.
- Glasser, P. & Navarne, E. (1999). *Structural Problem of the Single Parent Family*. USA: Minesota Burgess Publishing Company.
- Hashim, Azmawati , Endut. (2015). Stress, Roles And Responsibilities Of Single Mothers In Malaysia. *Owned by the authors, published by EDP Sciences*, DOI: 10.1051/shsconf/20151803003.
- Kephart & Jedlicka. (1991). *The family, Society, and the Individual 7th Ed*. USA: Harper & Row Publishing.
- Kimmel, D. C. 1980. *Adulthood and Aging*. New York : John Wiley & Sons Inc.
- Lazarus, R.S & Folkman , S . 1984. *Stress Appraisal and Coping*. Newyork : Springer Publishing Company. Inc.
- Mashudi, Farid. 2012. *Psikologi Konseling*. Yogyakarta : IRCiSoD
- Mitchell, A. (1996). *Dilema perceraian* . Alih bahasa : Budinah Joesoef. Jakarta: Arcan.
- Sarafino, E.P. (1994). *Health Psychology*.2nd edition. New York : John Wiley & Sons, Inc.
- Sarafino, E.P. (2002) *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction*. Third Edition. United States of American: John Wiley & Sonc, Inc.
- Smet, Bart. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Taylor, Shelley E. 2012. *Health Psychology*.8th edition. New York : McGraw Hill International.

Taylor, Z. E. (2017). Promoting Strengths and Resilience in Single-Mother Families. *Developmental Research and Translational*, Volume 00, Number 0, Pages 1–9.

Usman, Cangara. 2012. Kehidupan Orang Tua Tunggal Studi Kasus sebagai Kepala Keluarga. *Jurnal Sosiologi*, Vol 3, No 5.

Tuner, Long. 1990. *Civics: Citizens in Action* . Columbus, Ohio: Merrill Publishing Company.