Subjective Well Being pada Wanita *Single Parent* di Banyumas

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh:

Atikah Rahmamaulida

18107010036

Dosen Pembimbing:

Lisnawati, S.Psi., M.Psi

NIP. 19750810 201101 2 001

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2022

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PENGESAHAN

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-915/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2022

Tugas Akhir dengan judul : Subjective Well Being pada Wanita Single Parent di Banyumas

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : ATIKAH RAHMAMAULIDA
Nomor Induk Mahasiswa : 18107010036
Telah diujikan pada : Rabu, 24 Agustus 2022
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang

Lisnawati, S.Psi., M.Psi
SIGNED

Valid ID: 630889f72bda7

Penguji I

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 6308881d691b5

Penguji II

Syaiful Fakhri, S.Psi., M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 63088539c8c5c

Yogyakarta, 24 Agustus 2022
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 63088b5612041

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di baah ini:

Nama : Atikah Rahmamaulida

NIM : 18107010036

Prodi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di perguruan tinggi manapun. Skripsi ini merupakan penelitian yang dilakukan oleh saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.

Apabila dikemudian hari dalam skripsi saya ditemukan bentuk plagiasi karya orang lain, maka saya bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Yogyakarta, 18 Agustus 2022

Yang menyatakan,

Atikah Rahmamaulida

NIM. 18107010036

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Hal : Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudari:

Nama : Atikah Rahmamaulida
NIM : 18107010036
Judul Skripsi : *Subjective Well Being* pada Wanita *Single Parent* di Banyumas

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 18 Agustus 2022
Pembimbing

Lisnawati, S.Psi., M.Psi
NIP. 19750810 201101 2 001

MOTTO

"*Coba saja dulu*"

"*Temukan sesuatu untuk disyukuri, bagaimanapun yang terjadi*"

"*Berbicara memang tak mudah, namun mendengarkan juga* sulit"

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian yang teramat sederhana ini, saya persembahkan kepada: Allah SWT, Yang Maha Kuasa, penyelamat dari segala penyelamat.

Ibu, Bapak tercinta, serta saudara-saudara

Almamater, Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Segenap manusia-manusia hebat nan baik hati yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb.

Alhamdulillah, segala puji dan syukur senantiasa peneliti panjatkan kehadirat Allah Subhanahu wata'ala yang telah melimpahkan rahmat, karunia, dan ridha-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan pada waktunya. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah bagi idola sepanjang zaman, Baginda Nabi Muhammad Shalallahu 'Alaihi Wasallam yang telah membawa kita pada zaman terang benderang saat ini. Penelitian ini tidak akan selesai dan terlaksana tanpa ada dorongan, dukungan, bimbingan, serta do'a dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan banyak-banyak terimakasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung dalam mewujudkan penyelesaian tugas akhir ini. Beribu terimakasih peneliti ucapkan kepada:

1. Bapak Dr. Moch. Sodik, S.Sos., M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta,
2. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, selaku Dosen Pembimbing Akademik, serta selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah mencurahkan perhatiannya dalam membimbing dan mengarahkan peneliti selama penyusunan tugas akhir ini dari awal hingga akhir.
3. Ibu Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi selaku Dosen penguji I yang telah meluangkan waktu untuk menguji, memberikan kritik dan masukan untuk perbaikan tugas akhir ini.
4. Bapak Syaiful Fakhri, S.Psi., M.Psi. selaku Dosen Penguji II yang telah meluangkan waktu untuk menguji, memberikan

kritik dan memberikan masukan untuk perbaikan tugas akhir ini.

5. Segenap Dosen Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang sudah banyak memberikan ilmu dan pengalaman berharga kepada peneliti,
6. Seluruh jajaran karyawan Tata Usaha Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta atas bantuannya selama perkuliahan hingga penyusunan tugas akhir ini.
7. Seluruh partisipan yang telah bersedia meluangkan waktu dan berbagi pengalaman kepada peneliti,
8. Ibu dan bapak yang sudah sangat banyak berjuang untuk kehidupan peneliti, selalu mendukung baik secara finansial maupun mendoakan yang terbaik bagi peneliti hingga saat ini,
9. Manusia-manusia baik: Amanda, Zannuba, Chantyka, Mba Nunik, Afna, Mega, Lika, Mba Intan,
10. Sab'ah, Bintang, Ima, Ika, terimakasih!
11. Teman- teman Psikologi Angkatan 2018, terkhusus kepada keluarga Kelas B yang ada bersama peneliti dari semester pertama perkuliahan,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Serta semua pihak yang belum bisa peneliti sebutkan satu persatu yang sudah memberi dukungan dan doa yang terus mengalir. Peneliti berharap semoga ada setitik manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini. Peneliti juga menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, kritik dan saran sangat diharapkan untuk meningkatkan kualitas dari skripsi ini. Demikian, peneliti mengucapkan terima kasih dan semoga Allah membalas kebaikan kalian semua.

Wassalamualaikum Wr.Wb

Yogyakarta, 25 Agustus 2022

Peneliti

Atikah Rahmamaulida

18107010036

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

"*Subjective Well Being* pada Wanita *Single Parent* di Banyumas"

Atikah Rahmamaulida

18107010036

INTISARI

Adanya status sebagai wanita *single parent*, hal tersebut memberikan tantangan yang kemudian dapat menekan kondisi psikologis dan kesehatan fisik sehingga berpengaruh pada *subjective well being*-nya. *Subjective well being* merupakan pandangan, pengalaman internal, dan evaluasi seseorang terhadap berbagai pengalaman hidupnya, baik secara kognitif maupun afektif sehingga dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Penelitian ini bertujuan untuk dapat mengetahui proses dan faktor-faktor *subjective well being* pada wanita *single parent* yang ada di Banyumas. Penelitian ini melibatkan partisipan yakni wanita *single parent* yang masih memiliki tanggungan anak. Metode yang digunakan yaitu penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengumpulan data dari penelitian ini menggunakan teknik wawancara semi terstruktur. Hasil dari penelitian ini adalah: 1. Adanya status *single parent* yang disandang oleh wanita, pada awalnya menimbulkan perasaa shock, sedih dan kehilangan, namun kemudian wanita *single parent* dapat menerima takdir, bersyukur, mampu berpikir positif, dan merasakan kepuasan hidup. 2. *Subjective well being* pada wanita *single parent* dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu kekhawatiran tentang masa depan anak, kondisi ekonomi, kondisi psikologis, dan dukungan sosial.

Kata Kunci: *Single Parent, Subjective Well Being*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

***"Subjective Well Being of Single Parent Women in* Banyumas"**

Atikah Rahmamaulida

18107010036

ABSTRACT

The existence of a status as a single parent woman, this provides challenges that can suppress psychological condition and physical health so that it affects her subjective well being. Subjective well being is a person's views, internal experiences, and evaluations of various life experiences, both cognitively and affectively so that they can adjust to their environment. This study aims to be able to find out how the process and factors of subjective well being in single parent women in Banyumas. This study involved participants, namely single parent women who still have dependent children. The method used is qualitative research with a phenomenological approach. Data collection from this study used semi-structured interview techniques. The results of this study are: 1. The existence of a single parent status held by women, at first causes feelings of shock, sadness and loss, but then single parent women can accept fate, be grateful, be able to think positively, and feel life satisfaction. 2. Subjective well being in single parent women is influenced by several factors, namely concerns about the future of the child,economic conditions, psychological conditions, and social support.

Keywords: Single Parent, Subjective Well Being

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN i

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN iii

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI iv

MOTTO v

HALAMAN PERSEMBAHAN vi

KATA PENGANTAR vii

INTISARI x

ABSTRACT xi

DAFTAR ISI xii

BAB I 1

PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan Masalah 10

C. Tujuan Penelitian 10

D. Manfaat Penelitian 10

BAB II 12

KAJIAN PUSTAKA 12

A. *Literature Review* 12

B. Kajian Teori 21

1. *Subjective Well Being* 21

2. Wanita *Single Parent* 29

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

C. Kerangka Teoritik 37
D. Pertanyaan Penelitian 40
BAB III 41
METODE PENELITIAN 41
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian 41
B. Fokus Penelitian 41
C. Sumber Data 42
D. Partisipan dan Setting Penelitian 42
E. Metode atau Teknik Pengumpulan Data 42
F. Teknik Analisis dan Interpretasi Data 43
G. Keabsahan Data Penelitian 44
BAB IV 45
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 45
A. Orientasi Kancah dan Persiapan Penelitian 45
B. Pelaksanaan Penelitian 47
C. Hasil Penelitian 48
D. Pembahasan 75
BAB V 83
KESIMPULAN DAN SARAN 83
A. Kesimpulan 83
B. Saran 84
DAFTAR PUSTAKA 85
LAMPIRAN-LAMPIRAN 89

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Identitas Partisipan 45

Tabel 2. Pengumpulan Data Partisipan K 47

Tabel 3. Pengumpulan Data Partisipan M 47

Tabel 4. Pengumpulan Data Partisipan R 48

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Teoritik 39

Bagan 2. Partisipan K 56

Bagan 3. Partisipan M 63

Bagan 4. Partisipan R 69

Bagan 5. Ketiga partisipan 74

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Adanya perceraian yang terjadi dalam suatu keluarga, pada akhirnya akan menyebabkan adanya status orang tua tunggal baik ibu (*single mother*) maupun ayah (*single father*). Karena hal tersebut, adanya ketidakhadiran salah satu insan dalam dalam kehidupan keluarga merupakan peristiwa yang dapat berdampak kurang baik untuk kehidupan emosional, mengubah individu dengan lingkungan sosialnya, dan juga menimbulkan permasalahan-permasalahan baru setelah ditinggalkan pasangan (Pitasari & Cahyono, 2014). Selain itu, hal tersebut juga memberikan dampak pada pola asuh anak yang berubah serta interaksi yang dihadapi oleh pasangan yang masih hidup, baik dengan diri sendiri ataupun orang lain.

Seorang individu yang dalam keadaan ketidakhadiran atau kehilangan pasangan tersebut biasanya disebut dengan *single parent* (orang tua tunggal). *Single parent* merupakan keluarga yang beranggotakan baik ayah atau ibu sebagai akibat dari peristiwa perceraian atau kematian (Putra & Aulia, 2019). Selain itu, status s*ingle parent* juga dapat disebabkan karena lahirnya seorang anak tanpa adanya ikatan pernikahan secara sah yang kemudian pemeliharaannya menjadi tanggung jawab salah satu orang tua tersebut. Jadi, dapat dikatakan bahwa s*ingle parent* merupakan orang tua yang secara sendiri dalam merawat, menjaga, dan membesarkan anaknya tanpa kehadiran ataupun dukungan dari pasangannya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

S*ingle parent* yang lebih sering ditemui dalam kehidupan masyarakat, yaitu terjadi pada wanita (ibu) dan memiliki tanggungan sejumlah anak. Hal tersebut dapat disebabkan karena peristiwa suami yang meninggal dunia, perceraian, ataupun ibu yang tidak terikat pernikahan secara sah dan hamil (Aprilia, 2013). Bagi seorang wanita s*ingle parent*, kehilangan suami baik karena kematian ataupun perceraian merupakan tantangan yang tak mudah untuk dilewati. Karena adanya peristiwa tersebut, wanita *single parent* dapat merasakan berbagai macam dampak baik secara fisik maupun psikologis. Selain itu, tak jarang seorang wanita *single parent* juga memiliki kesibukan dengan pekerjaan kantor dan mengurus anak, sehingga kekurangan waktu untuk dirinya beristirahat (Negeri, 2013). Ketika tugas sebagai orang tua dijalankan secara mandiri, wanita *single parent* pasti akan mengalami penyusutan sumber daya untuk menjalankan fungsi pengasuhan. Hal tersebut dapat terlihat dari tidak adanya dukungan psikologis dan ekonomi (pasangan), kemudian terjadi perubahan status, peran, krisis identitas, munculnya gangguan emosi, merasa kesepian, tak berdaya, kehilangan rasa percaya diri, dan putus asa (Kotwal & Prabhakar, 2009).

Peran *single parent* terutama saat menghadapi beberapa kesulitan dan permasalahan tentu bukanlah hal yang mudah, namun diketahui bahwa status *single parent* pada wanita akan lebih sulit dan lebih mengalami tekanan daripada *single parent* pada laki-laki (Fitriasari & Hadjam, 2018). Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Putra & Aulia (2019), diketahui bahwa beban yang dirasakan wanita *single parent* memunculkan perasaan frustasi dan menimbulkan ekspresi emosi negatif yang berlebihan. Selain itu, diketahui juga bahwa saat wanita *single parent* memiliki masalah pribadi, terkadang berpengaruh terhadap hal lainnya, misalnya yaitu pekerjaan yang tidak selesai, anak yang memberontak (kurang diperhatikan), atau bahkan anak yang menjadi pelampiasan ledakan emosi ibunya.

Ketika wanita *single parent* lebih memilih menikmati kesendiriannya, maka fokus hidupnya akan lebih terarah pada perannya dalam keluarga, yakni pemenuhan kebutuhan anak yang memang merupakan suatu tantangan besar jika dibandingkan dengan keluarga yang utuh, karena membutuhkan daya adaptasi yang lebih dengan peran barunya **(Putra & Aulia, 2019).** Adanya perubahan peran sebagai ibu *single parent* menuntut para wanita memiliki tanggungjawab sebagai pencari nafkah keluarga serta mengatur waktu agar dapat memperhatikan anak dengan baik dalam hal kebutuhan psikologis.

Tak jarang dengan adanya status *single parent* membuat seseorang menjadi lebih rentan terhadap masalah dalam hal mendidik dan mengasuh anak, terlebih bagi wanita *single parent* (Baxter, 2015). Hal tersebut dapat terjadi mengingat wanita *single parent* menjalankan peran sebagai kepala keluarga yang berkewajiban untuk memenuhi kebutuhan baik untuk diri sendiri maupun untuk anaknya. Selain itu, wanita *single parent* juga berperan sebagai ibu yang merawat dan mendidik anak disamping melakukan pekerjaan rumah tangga.

Tekanan lain yang terjadi pada wanita *single parent* diantaranya yaitu karena faktor lingkungan. Adanya stigma status janda yang disandang, tak jarang menyebabkan orang tua atau bahkan keluarga besar menjadi bahan pergunjingan sehari-hari orang-orang sekitar. Pada wanita yang berstatus sebagai *single parent*, tak jarang muncul perasaan iri, sedih, dan tertekan. Perasaan tersebut dapat terjadi misalnya ketika melihat keluarga lain yang utuh, namun mereka juga masih khawatir untuk memiliki keluarga kembali (Lestari, 2019). Selain itu, Lestari (2019) juga menyatakan bahwa pada masa awal berperan dengan status orang tua tunggal, para wanita sering merasa tidak yakin dengan diri sendiri dan kemampuannya untuk dapat membesarkan anak.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Wanita *single parent* ketika menjalankan tugasnya, dihadapkan dengan bermacam-macam permasalahan baru dalam hidupnya, mengingat tanggung jawabnya yang juga lebih besar dan akan dihadapinya seorang diri. Diantara permasalahan yang muncul pada wanita *single parent*, yakni terkait kondisi finansial yang ternyata dapat membuat pelakunya kehilangan kepercayaan diri hingga mengalami depresi (Olson, De Frain, & Skogrand, 2010). Hal tersebut bisa saja terjadi karena sebagian besar wanita yang bekerja, biasanya tidak memperoleh penghasilan sebanyak laki-laki yang bekerja. Oleh karena itu, wanita yang ditinggal oleh pasangannya, harus dapat beradaptasi dan mencari jalan keluar sehingga mampu bangkit mempertahankan kehidupan ekonomi dalam keluarga, terutama bagi wanita yang pada saat masih memiliki suami tidak ikut serta dalam mencari nafkah keluarga.

Permasalahan lain yang muncul pada wanita *single parent* adalah adanya keharusan untuk dapat berperan ganda, yakni sebagai ayah dan ibu dalam hal mengurus serta membesarkan anak (Aprilia, 2013). Idealnya, anak dalam sebuah keluarga akan mendapatkan panutan dari kedua orang tuanya. Namun dalam kondisi tersebut, para wanita *single parent* juga akan menggantikan peran ayah, terutama bagi anak laki-laki yang pada dasarnya membutuhkan *role model* agar dapat mengembangkan diri sesuai peran gendernya. Kemudian dari segi sosial, wanita *single parent* tak jarang memperoleh pandangan yang kurang baik dari masyarakat terhadap statusnya sebagai seorang janda (Damayanti, 2015). Dengan adanya status tersebut, dapat membuat seorang wanita lebih sulit untuk berbaur di masyarakat hingga memiliki perasaan takut ditolak saat berinteraksi dengan mereka . Padahal, yang dibutuhkan oleh para wanita tersebut adalah adanya dukungan dari orang-orang sekitar untuk segera bangkit, keluar dari permasalahannya. Sayangnya, tidak semua lingkungan masyarakat dapat memaklumi status janda tersebut **(Lestari, 2019)**.

Berdasarkan data dalam beberapa tahun terakhir, dinyatakan bahwa dengan status janda, wanita lebih berpotensi merasakan kecemasan daripada duda (Nurfitri & Waringah, 2018). Di sisi lain, laki-laki juga dianggap lebih beruntung daripada wanita dalam hal kesempatan untuk membangun suatu hubungan baru dan menikah lagi. Selain itu, ketika terdapat hubungan antara laki-laki (lebih tua) dengan perempuan (lebih muda) juga tidak dipermasalahkan oleh lingkungan sosial. Selain itu, dapat dikatakan bahwa wanita *single parent* lebih sedikit yang memusatkan perhatian untuk membangun suatu hubungan baru apabila dibandingkan dengan para duda. Hal tersebut dapat terjadi seperti halnya narasumber pada penelitian Putra & Prima (2019) yang menyatakan bahwa dirinya sebagai *single parent* akan tetap bertahan dalam kesendiriannya, karena merasa lebih nyaman dengan keadaannya saat ini daripada dulu dan tidak yakin bisa merasa lebih bahagia apabila menikah lagi. Data tersebut sesuai dengan pernyataan Hurlock (1994), yakni bahwa kesempatan perempuan dengan status janda untuk menikah lagi akan semakin kecil karena kondisi usia yang semakin bertambah tua.

Namun demikian, ditemukan juga fenomena wanita *single parent* yang terlihat memiliki rasa kepuasan hidup yang lebih baik, rasa menyesal yang rendah, serta lebih memiliki sikap optimis dalam memandang masa depan dibandingkan dengan wanita yang bersuami (Putra & Aulia, 2019). Lestari (2019) menyatakan bahwa salah satu bentuk kepuasan wanita *single parent* tentang hidupnya saat ini yaitu walaupun hidup sendiri (tanpa pasangan) dan hanya bersama dengan anaknya, wanita *single parent* tetap dapat mencukupi kebutuhan hidup sehari-hari.

Berdasarkan hasil wawancara pada penelitian oleh Lestari (2019), partisipan mengatakan bahwa “Walaupun saya sekarang jadi ibu tunggal, saya merasa senang dan bahagia, bangga karena bisa membesarkan anak dengan baik”. Partisipan tersebut juga menyatakan rasa senangnya dalam kalimat “bersyukur juga karena anak saya bisa berprestasi di sekolah, saya jadi lebih

semangat dalam menjalani kehidupan karena ada anak". Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa wanita *single parent* memiliki kepuasan hidup dan semangat yang baik dalam menjalani hidup, dengan anak sebagai alasan utamanya hingga mampu memunculkan emosi positif yakni adanya perasaan bangga dan bahagia.

Kemudian, terdapat juga hal positif pada wanita *single parent* yakni sikap bersyukur dengan kondisinya saat ini yang telah melewati berbagai tantangan yang tidak mudah, sehingga dapat merasa bangga telah mencapai hasil positif dari usaha keras yang dilakukannya. Dengan rasa bersyukur dan bangga tersebut, dapat menunjukkan adanya emosi positif dalam diri wanita *single parent*. Munculnya perasaan-perasaan positif dan kepuasan terhadap hidup pada wanita *single parent* merupakan aspek yang dapat mengukur *subjective well being* wanita *single parent.* Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Diener (2009) yakni bahwa pernikahan berkorelasi positif dan merupakan salah satu faktor berpengaruh terhadap kondisi *subjective well being*.

Menurut Diener (2008) *subjective well being* merupakan bentuk kesatuan dari beberapa komponen yang memberikan pengaruh positif (tanpa adanya pengaruh negatif) karena individu dapat merasakan kepuasan hidup, serta melibatkan evaluasi subjektif dari statusnya saat ini di dunia. *Subjective well being* terdiri atas afek positif, afek negatif, dan kepuasan hidup yang dirasakan oleh individu. Artinya, walaupun individu merasakan emosi negatif akibat mengalami perubahan status dan mendapat tambahan peran dalam kehidupan, ia tetap dapat bisa mengambil nilai positifnya. Ada hal yang perlu ditekankan dalam *subjective well being*, yakni bahwa emosi negatif adalah hal yang wajar dirasakan oleh setiap individu, namun pada akhirnya emosi positif akan lebih tinggi nilainya sehingga dapat mencapai kepuasan hidup. Oleh karena itu, *subjective well being* dapat digunakan sebagai indikator dalam kepuasan dan menggambarkan kualitas hidup seseorang disamping indikator kesejahteraan

lainnya (kemakmuran material, kesehatan fisik, sosial dan instituti, kualitas lingkungan, serta kesetaraan) (Tentama, Situmorang, & Fitrianur, 2021).

Ketika individu telah mencapai *subjective well being* yang baik, maka ia akan memiliki kemampuan yang baik untuk mengontrol emosi dan menghadapi berbagai peristiwa yang menimbulkan tekanan. Demikian sebaliknya, ketika orang memiliki *subjective well being* yang rendah, maka ia akan cenderung memiliki pandangan hidup yang tidak bahagia. Hal tersebut dapat ditandai dengan pikiran dan perasaan negatif yang menyebabkan munculnya rasa kecemasan, kemarahan, dan depresi (Tentama, Situmorang, & Fitrianur, 2021).

Pada studi pendahuluan yang telah dilakukan sebelumnya *melalui* wawancara, seorang wanita *single parent* mengatakan bahwa *"Aku walaupun jadi orangtua tunggal, hidupku yo ngga perlu dikasihani. Aku alhamdulillah masih bisa biayain anakku sekolah, bisa makan ngga kekurangan. Walaupun ngga jarang ngepas kalo urusan uang, trus juga kadang sedih karena jarang bareng sama anak soalnya kan cari uang dari pagi buta. Tapi ya tetep bersyukur masih dikasih kesempatan bareng anak-anak. Toh kebahagiaan ngga selalu dengan uang kan…anak nurut, ngga banyak minta ini-itu, ibadahnya jalan, aku juga udah bersyukur ahamdulillah mba*." Data tersebut sesuai dengan apa yang disampaikan oleh Anggraheni (2016) yakni bahwa pada hakikatnya *subjective well being* pada wanita *single parent* adalah pada saat ia mampu memberikan pendidikan dan membesarkan anak, serta mencukupi kebutuhannya baik dalam hal ekonomi, hubungan sosial, kasih sayang dan rasa nyaman.

Idealnya wanita *single parent* dapat merasa senang dengan keadaannya sebagai ibu tunggal, bahagia, dan bangga ketika mampu membesarkan anak mereka dengan baik, bersyukur karena anaknya dapat berprestasi, sehingga terus bersemangat untuk beraktivitas demi anaknya (Lestari, 2019). Adanya

studi pendahuluan yang telah disampaikan diatas, membenarkan pernyataan yang disampaikan Lestari (2019), dimana rasa kepuasan hidup wanita *single parent* tersebut dapat terlihat dari mereka yang menerima keadaan sebagai ibu tunggal dan masa lalu yang terjadi sehingga tidak menaruh perasaan sakit dalam waktu yang berlarut-larut, bersyukur atas apa yang terjadi, dan memiliki rencana untuk kehidupan di masa depan sehingga kemandirian meningkat, hidup menjadi lebih baik dari masa-masa sebelumnya, dan tidak banyak memikirkan perkataan orang yang bisa mengganggu kesehatan dirinya.

Data penelitian yang dilakukan oleh Moniex & Wilani (2020), menyatakan bahwa permasalahan *subjective well being* terjadi pada perempuan yang mengalami *grieving*, mengingat adanya perubahan pada kehidupan perempuan tersebut. Perubahan yang dimaksud yakni adanya peristiwa kehilangan pasangan hidup, sehingga menimbulkan terjadinya penurunan *subjective well being* dalam hal kebahagiaan dan penyesuaian diri. Menurunnya *subjective well being* pada perempuan dapat ditandai dengan hilangnya hubungan sosial yang positif dengan orang dan lingkungan di sekitarnya. Kemudian, adanya kondisi tersebut akan berpengaruh kurang baik pada harga diri positif, bagaimana sikap optimis, sikap kontrol diri, ekstraversi, serta arti ataupun tujuan hidup pada diri seorang perempuan.

Adanya perubahan status yang kemudian menimbulkan penambahan peran dan tanggung jawab merupakan keadaan yang akan mempengaruhi kehidupan para wanita *single parent*, khususnya apabila ia tidak memiliki daya adaptasi yang baik. Kurangnya kemampuan wanita *single parent* dalam hal berdaptasi, dapat berpotensi meningkatkan *stress*, kecemasan, bahkan hingga menurunkan kualitas hidup individu akibat rendahnya s*ubjective well being* (Moniex & Wilani, 2020). Menurut Hasanah & Retnowati (2017) agar dapat melaksanakan berbagai peran dan mencapai kondisi *subjective well being*

yang tinggi, wanita *single parent* harus mampu untuk menggunakan sumber daya yang dimiliki, baik yang bersifat internal (penerimaan, ketahanan, dan adaptasi positif) maupun eksternal (dukungan & kondisi sosial ekonomi). Untuk sumber daya internal, dapat diperoleh dari sistem keluarga yang meliputi kemampuan ketahanan keluarga. Sementara untuk sumber daya eksternal, dapat diperoleh dalam bentuk dukungan dari keluarga, kerabat, teman, ataupun komunitas yang diikuti (Hasanah & Retnowati, 2017). Dalam melaksanakan berbagai peran pada wanita *single parent*, dibutuhkan kemampuan beradaptasi yang baik agar dapat mencari jalan penyelesaian terhadap sumber *stress*, dapat mengontrol perasaan dan dikelilingi oleh berbagai emosi positif, sehingga mampu mencapai *subjective well being* yang baik terutama ketika sedang menghadapi tekanan dalam hidup.

Berdasarkan pemaparan-pemaparan diatas, saya sebagai peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian yakni tentang S*ubjective Well Being* pada Wanita S*ingle Parent* di Banyumas. Topik tersebut dipilih karena perjalanan menjadi *single parent* (orang tua tunggal) merupakan hal yang tidak mudah untuk dilalui, dengan berbagai perubahan dan peran serta tugas dalam keluarga yang sepenuhnya menjadi tanggung jawab sendiri. Terlebih lagi dengan adanya peran serta lingkungan dan adanya stigma di masyarakat yang tentunya turut mempengaruhi kondisi psikologis dan kesejahteraan pada wanita *single parent.* Selain itu, adanya pemilihan lokasi di Banyumas yaitu karena didasarkan data terakhir terkait jumlah penduduk di Kecamatan Banyumas dan merupakan salahsatu wilayah yang terletak di Kabupaten Banyumas. Wilayah tersebut memiliki banyak penduduk dengan status *single parent* yakni sekitar 9% dari jumlah pasangan yang menikah sebanyak 436 (https://banyumaskab.bps.go.id).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana proses dan apa saja faktor *subjective well being* pada wanita *single parent* dalam menjalankan berbagai peran di keluarganya.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari adanya penelitian ini adalah untuk dapat mengetahui bagaimana proses dan apa saja faktor *subjective well being* pada wanita *single parent* yang ada di Banyumas.

D. Manfaat Penelitian

1) Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah khazanah keilmuan serta pengembangan kajian di bidang psikologi, khususnya yang berhubungan dengan bidang Psikologi Perkembangan. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan referensi kepustakaan bagi peneliti selanjutnya terutama yang berkaitan dengan *subjective well being* pada wanita *single parent.*

2) Manfaat Praktis

a. Manfaat untuk wanita *single parent*

Menjadi informasi baru terkait *subjective well being* sehingga wanita *single parent* dapat meningkatkan kesejahteraannya.

b. Manfaat untuk masyarakat

Memberikan informasi terkait proses dan faktor *subjective well being* pada wanita *single parent*, meliputi berbagai peran dalam keluarga, kendala yang dirasakan, serta upaya yang dilakukan dalam menghadapi kendala tersebut.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

c. Manfaat untuk peneliti selanjutnya

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan peneliti selanjutnya dapat memperoleh gambaran rencana untuk melakukan penelitian lanjutan dengan ide yang baru.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan uraian pada bab sebelumnya tentang *subjective well being* pada wanita *single parent*, dapat disimpulkan bahwa adanya status *single parent* yang disandang oleh ketiga partisipan, baik K, M, dan R, memberikan perubahan dan tantangan tersendiri untuk ketiga partisipan. Pada awalnya, adanya perubahan status tersebut membuat ketiga partisipan merasa shock, sedih dan kehilangan sosok suami yang pernah mendampinginya. Namun seiring waktu berjalan, ketiga partisipan dapat berpikir positif, menerima takdir, bersyukur, dan merasakan kepuasan untuk melanjutkan hidup bersama anak mereka. Kemudian, diketahui juga bahwa ketiga partisipan mampu mencapai kondisi *subjective well being* yang lebih baik karena dapat menerima ketetapan hidup sebagai *single parent* dengan berbagai peran dan tanggungjawab dalam keluarga.

Sebagai seorang *single parent*, terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi ketiga partisipan dalam melanjutkan kehidupannya. Diantara faktor tersebut, pertama yaitu kekhawatiran masa depan anak dimana saat ini semua hal terkait pendidik, mengasuh dan menjaga anak adalah sepenuhnya tanggungjawab mereka sebagai orangtua tunggal. Kedua yaitu kondisi ekonomi, terutama untuk partisipan M yang merasakan dampak paling besar daripada partisipan M dan R, yang juga merasa berpengaruh namun tidak menjadi fokusnya saat ini. Ketiga yaitu kondisi psikologis ketiga partisipan sebagai *single parent*, diantaranya yaitu merasa lebih dapat berpikir positif, bersyukur, sabar, kuat, dan merasakan kepuasan atas berbagai hal yang terjadi di hidupnya, walaupun terkadang merasa butuh sosok suami sebagai teman

cerita. Terakhir yaitu dukungan sosial, dimana keluarga adalah faktor penting yang dapat memberikan dukungan serta semangat untuk partisipan dapat melanjutkan kehidupan dengan lebih baik.

B. Saran

Peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu sebagai tindak lanjut maka peneliti ingin menyampaikan beberapa saran kepada beberapa pihak sebagai berikut:

1. Bagi partisipan penelitian

   Diharapkan kepada seluruh partisipan untuk dapat mempertahankan nilai-nilai positif yang muncul pada periode status *single parent*-nya, diantaranya yaitu terus mencoba berpikir positif, lebih bersyukur, menerima takdir Tuhan, lebih sabar dan mandiri, walaupun mengadapi berbagai tantangan dalam proses pembelajaran kehidupan sebagai *single parent*.

2. Bagi peneliti selanjutnya

   Peneliti selanjutnya diharapkan bisa mengeksplorasi lebih dalam terkait froses dan faktor *subjective well being* pada wanita *single parent* di daerah lainnya, atau bisa juga dengan menambah jumlah partisipan agar data yang diperoleh lebih bervariasi. Hal tersebut dikarenakan agar dapat dijadikan sebagai pembanding terkait *subjective well being* pada wanita *single parent*. Selain itu, bagi penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat melakukan penelitian dengan tema atau variabel yang sama namun menggunakan metode kuantitatif, sehingga hasil penelitian dapat digeneralisir.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

Aprilia, W. (2013). Resiliensi dan Dukungan Sosial pada Orang Tua Tunggal (Studi Kasus pada Ibu Tunggal di Samarinda. *eJournal Psikologi, I*(3), 268-279.

Aw, E. C.-X., & Sabri, M. F. (2020). Single mothers' subjective well-being: Empirical evidence from Malaysia. *Health Care for Women International*.

Bani, S., Bali, E. N., & Koten, A. N. (2021). Peran Ibu Single Parent dalam Pengasuhan Anak. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini, 3*(2), 68-77.

Creswell, J. W. (2017). *Qualitative Inquiry and Researh Desifn Choosing Among Five Approaches*. California: Sage Publication Inc.

Compton, W. C., & Hoffman, E. (2013). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Flourishing, Second edition.* In *Wadsworth, Cengage Learning* (second edi). Wadsworth, Cengage Learning.

Diener, E. (1984). Subjective Well Being. *Psychological Bulletin, 95*(3), 542-575.

Diener, E. (2009). The science of well being the collected works of ed diener. USA: Springer. Hawkins, D. N. Dan Booth, A. (2005). Unhappily ever after: effects of long-term, low-quality marriages on well being. *Oxford Journal, 84*(1), 451-471.

Djamal. (2015). *Paradigma Penelitian Kualitatif.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Fitriasari, A., & Hadjam, M. R. (2018). Subjective Well-Being Ditinjau dari Forgiveness dan Proactive Coping pada Ibu Tunggal karena Perceraian yang Bekerja sebagai PNS. *Jurnal Spirits, 09*(1), 24-39.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Hartanto, E. W., & Kurniawa, J. E. (2015). Hubungan Antara Iklim Organisasi dengan Subjective Well-Being pada Karyawan di Perusahaan X. *Jurnal Psikologi Teori & Terapan, 5*(2), 70-80.

Hasanah, T. D., & Widuri, E. L. (2014). Regulasi Emosi pada Ibu Single Parent. *Jjurnal Psikologi Integratif, 2*(1), 86-92.

Hasanah, U., & Retnowati, S. (2017). Dinamika Resiliensi Ibu Single parent dengan Anak Tuna Ganda. *Gadjah Mada Journal of Psychology, 3*(3), 151-161.

Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan.* Jakarta: Erlangga.

Intani, Z. F., & Indati, A. (2017). Peranan Wisdom terhadap Subjective Well-Being pada Dewasa Awal. *Gadjah Mada Journal of Psychology, 3*(3), 141-150.

Irianti, S. (2020). Gambaran Optimisme Dan Kesejahteraan Subjektif Pada Ibu Tunggal di Usia Dewasa Madya. *Psikoborneo, 8*(1), 107-116.

Jumlah Nikah Talak Cerai dan Rujuk 2016-2018. (2020). Retriefed March 25 , 2022, from https://banyumaskab.bps.go.id/indicator/27/128/1/jumlah-nikah-talak-cerai-dan-rujuk.html

Kaneez, S. (2015). Perception of subjective well-being among divorced women:a comparative study of hindus and muslims. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology,13*(2), 67-71.

Kotwal, N., & Prabhakar, B. (2009). Problems faced by single mothers. *Journal Social Science, XXI*(3), 197-204.

Lestari, D. W. (2019). Subjective Well-Being pada Ibu Tunggal Dewasa Awal yang Bercerai. *Acta Psychologia, 1*(1), 15-22.

Maddux, J. E. (2018). *Subjective well-being And Life Satisfaction*. Routledge Taylor & Francis Group.

Moniex, N. D., & Wilani, N. A. (2020). Strategi Coping untuk Meningkatkan Subjective Well-Being Single Mother di Bali. *Widya Cakra: Journal of Psychology and Humanities, 1*(1), 22-28.

Muarifah, A., Sari, E. Y., & Febrianita, Y. (2020). Subjective Well-Being in Single Mothers: viewed from Optimism and Social Support. *International Journal of Innovation, Creativity and Change, 11*(8), 414-435.

Muarifah, A., Widyastuti, D. A., & Fajarwati, I. (2019). The Effect of Social Support on Single Mothers' Subjective Well-Being and Its Implication for Counseling. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, 4*(4), 143–149.

Novoa, C., Bustos, C., Bühring, V., Oliva, K., Páez, D., Vergara-Barra, P., & Cova, F. (2021). Subjective Well-Being and Parenthood in Chile. *International Journal of Environmental Research and Public Health,* 1-14.

Nurfitri , D., & Waringah, S. (2018). Ketangguhan Pribadi Orang tua Tunggal : Studi Kasus pada Perempuan Pasca Kematian Suami. *Gadjah Mada Journal of Psychology, 4*(1), 11-24.

Nurpuspita, D., & Indriana, Y. (2018). Hardiness pada Single Mother (Interpretative Phenomenological Analysis pada Buruh Pabrik Bulu Mata Palsu di Kabupaten Purbalingga). *Jurnal Empati, 7*(3), 230-235.

Parila, A., Sari, E. P., & Roudhotina, W. (2018). Daily Spiritual Experience dan Kesejahteraan Psikologis pada Istri yang Kehilangan Pasangan karena Meninggal Dunia. *PSIKOLOGIKA: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, 23*(1), 1-15.

Putra, A. Y., & Aulia, P. (2019). Subjective Well-Being dan Kecerdasan Emosi Wanita Single Parent Minangkabau. *Jurnal Riset Psikologi*(3), 1-11.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Qaimi, A. (2003). *Single parent: peran ganda ibu dalam mendidik anak.* Bogor: Cahaya.

Tentama, F., Situmorang, N. Z., & Fitrianur. (2021). Subjective well-being among street mothers community. 270-379.

Utami, N. P., & Hanani, S. (2018). Kebertahanan Perempuan Simalanggang menjadi

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA