

HUBUNGAN ANTARA KEBAHAGIAAN DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA ORANG TUA TUNGGAL

RINGKASAN

Vivi Seftianindi¹, Egy Prawita²

Orang tua tunggal merupakan suami atau istri yang menjalani tanggung jawab sebagai orang tua seorang diri, mengasuh dan membesarkan anaknya tanpa adanya bantuan atau dukungan pasangan hidup. Orang tua tunggal akan menghadapi berbagai macam kesulitan, maka dari itu untuk mengatasi masalah tersebut perlu memiliki kondisi psikologis yang baik dan memahami pentingnya kesejahteraan psikologis orang tua tunggal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kebahagiaan dengan kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal. Penelitian menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan alat pengumpulan data berupa skala kesejahteraan psikologis yang dimodifikasi yang didasarkan pada teori Seligman 2002, sedangkan skala kebahagiaan dimodifikasi yang didasarkan pada teori Ryff 1998. Partisipan dalam penelitian ini yaitu orang tua tunggal berjumlah 84 partisipan. Hasil analisis data dengan teknik korelasi *spearman rank* dengan nilai sebesar 0,000 pada kebahagiaan dengan kesejahteraan psikologis, 0,069 pada kebahagiaan dengan dimensi penerimaan diri, 0,000 pada kebahagiaan dengan dimensi hubungan positif dengan orang lain, 0,000 pada kebahagiaan dengan dimensi penguasaan terhadap lingkungan, 0,798 pada kebahagiaan dengan dimensi otonomi, 0,000 pada kebahagiaan dengan dimensi tujuan hidup, dan pada kebahagiaan dengan dimensi pertumbuhan pribadi mendapatkan nilai sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa kebahagiaan dengan penerimaan diri, otonomi tidak terdapat hubungan dan terdapat hubungan kebahagiaan dengan kesejahteraan psikologis dan pada dimensi kesejahteraan psikologis yaitu hubungan positif dengan orang lain, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi.

Kata kunci : Orang Tua Tunggal, Kebahagiaan, Kesejahteraan Psikologis

¹ Mahasiswa Program Studi Psikologi (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Program Studi Psikologi (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

THE RELATIONSHIP BETWEEN HAPPINESS AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN SINGLE PARENTS

ABSTRACT

Vivi Seftianindi¹, Egy Prawita²

Single parents are husbands or wives who take on the responsibility of parenting alone, raising and caring for their children without the help or support of a spouse. Single parents face various difficulties, so to overcome these problems, they need to be in good psychological condition and understand the importance of psychological well-being for single parents. This study aims to determine whether there is a relationship between happiness and psychological well-being in single parents. The study uses a quantitative correlational method with data collection tools in the form of a modified psychological well-being scale based on Seligman's 2002 theory, while the happiness scale is modified based on Ryff's 1998 theory. The participants in this study were 84 single parents. The results of the data analysis using the Spearman rank correlation technique showed a value of 0.000 for happiness with psychological well-being, 0.069 for happiness with the dimension of self-acceptance, 0.000 for happiness with the dimension of positive relationships with others, 0.000 for happiness with the dimension of mastery over the environment, 0.798 for happiness with the dimension of autonomy, 0.000 for happiness with the dimension of life purpose, and 0.000 for happiness with the dimension of personal growth. This shows that happiness with self-acceptance and autonomy are not related, but there is a relationship between happiness and psychological well-being, specifically in the dimensions of psychological well-being, namely positive relationships with others, control over the environment, life goals, and personal growth.

Keywords: Single Parents, Happiness, Psychological Well-being

¹ Student Of Psychology Study Program (S-1) Jenderal Achmad Yani Yogyakarta University

² Lecturer Of Psychology Study Program (S-1) Jenderal Achmad Yani Yogyakarta University