

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Penelitian**

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. Kondisi ini dapat disebabkan karena adanya perceraian atau kematian pasangan. Orang tua tunggal bertanggung jawab penuh atas kehidupan mereka termasuk kehidupan anak-anaknya baik pemenuhan kebutuhan fisik, emosi, dan finansial. Hidup sebagai orang tua tunggal bisa menjadi tantangan karena harus mengatur banyak hal sekaligus, seperti bekerja, mengurus rumah, dan merawat anak-anak.

Salah satu faktor penyebab individu menjadi orang tua tunggal adalah karena kematian pasangan. Kehilangan orang yang dicintai karena kematian, terutama jika orang tersebut adalah pasangan hidup seringkali menimbulkan rasa sedih yang mendalam. Papalia (Nurfitri & Waringah, 2019) menjelaskan bahwa kehilangan seseorang yang dicintai dapat menyebabkan kesedihan yang mendalam, frustrasi, dan membutuhkan waktu yang cukup lama untuk pulih kembali. Hurlock (Sari, Ifdil & Yendi, 2019) juga menyatakan bahwa kehilangan pasangan hidup dalam pernikahan adalah suatu kenyataan yang tidak bisa dihindari.

Faktor lain yang menyebabkan individu menjadi orang tua tunggal juga ialah perceraian. Menurut Hayati dan Damaryanti (2020) perceraian adalah

peristiwa dimana pasangan suami istri secara resmi berpisah dan memutuskan untuk tidak lagi menjalankan peran serta tanggung jawab sebagai suami istri. Penelitian ini juga menjelaskan beberapa faktor yang menyebabkan perceraian diantaranya yaitu, sering mengabaikan kewajiban, tidak adanya kedekatan emosional dengan pasangan dan anak, masalah finansial, kekerasan fisik, perselingkuhan, ketidakcocokan dalam hubungan, adanya keterlibatan campur tangan dari pihak kerabat, kurangnya waktu bersama dan perhatian, serta tuntutan yang dirasa terlalu berat. .

Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan bahwa pada tahun 2021, 10,25% perempuan berstatus cerai mati, sementara laki-laki hanya 2,66%, menunjukkan bahwa persentase perempuan yang cerai mati lebih tinggi. Pada tahun 2022, BPS mencatat bahwa 12,72% kepala rumah tangga di Indonesia adalah perempuan, turun 1,66% dari 14,38% di tahun sebelumnya. Laporan tersebut juga menyebutkan bahwa kasus perceraian di Indonesia mencapai 516.334 pada tahun 2022, meningkat 15,31% dibandingkan dengan 447.743 kasus di tahun 2021.

Veronika, Azhar dan Sugma (2022) menyatakan bahwa perceraian dapat memberikan berbagai dampak pada perkembangan anak. Bagi sebagian anak perceraian orang tua bisa menjadi pengalaman yang penuh luka emosional karena merasa kehilangan kasih sayang dan perhatian dari kedua orang tuanya. Penelitian ini juga mengatakan terdapat juga anak yang mampu berkembang dengan baik secara sosial dan emosional setelah perceraian karena anak tetap mendapatkan perhatian, perlindungan dan kasih sayang dari kedua orang

tuanya. Meskipun begitu, anak tetap menjadi pihak yang paling merasakan dampak emosional ketika orang tua memutuskan untuk bercerai.

Peneliti melakukan wawancara terhadap FT pada tanggal 11 Desember 2024 melalui via telepon. FT merupakan seorang single father selama 8 tahun. FT berpisah dengan pasangan dengan status cerai hidup dan kini ia hidup bersama satu orang anaknya. FT bercerita bahwa ia harus memperjuangkan, merawat dan membesarkan anaknya dan suatu ketika timbul sebuah pertanyaan dalam dirinya apakah ia akan mampu merawat anaknya. FT pernah berpikir untuk mengakhiri hidupnya dan ketika ia berupaya untuk melakukan bunuh diri, ia tersadar ketika membaca satu kisah tokoh yang mengutarakan bahwa seorang single father juga harus mampu menghidupi anak-anaknya dan membuat anak-anaknya berhasil. Hal tersebutlah yang menyadarkan FT bahwa Tuhan itu baik dan tidak pernah meninggalkan anaknya. FT juga mengatakan pernah meninggalkan pekerjaannya demi menjaga anaknya. FT mendapatkan support dari orang tua, adik serta anaknya yang menjadi lebih bahagia, lebih kuat dan semangat dalam menjalani hidup sebagai single father.

Peneliti juga melakukan wawancara terhadap IS pada 11 Desember 2024 melalui via telepon, ia merupakan single mother kurang lebih 10 bulan dengan status cerai mati. IS hidup bersama dengan 4 orang anaknya dan ketika melahirkan anak ke-4 IS harus kehilangan suaminya yang meninggal dunia karena sakit. Selama ditinggal suami, IS merasa kesepian dan histeris karena tidak ada yang menemani sampai merasa putus asa dan ingin mengakhiri hidupnya. Awal menjalani hidup sebagai single mother IS berkata banyak

kesulitan yang dialami, namun lama kelamaan kemudahan akan datang bermunculan seperti ketika IS harus menjaga anak bayi nya namun di sisi lain ia juga harus mencari nafkah. IS merasa sedih dan pasrah akan hal tersebut dan hanya bisa berdoa berserah pada Tuhan. Sampai suatu ketika tetangga IS menawarkan diri untuk mengasuh, merawat anak bayi nya dengan sukarela dan hal itu sangat membantu IS dalam melakukan pekerjaannya. Selama menjalani hidup sebagai single mother, IS mendapatkan dukungan baik psikis maupun finansial dari keluarga, tetangga, teman hingga orang lain yang tidak dikenal sebelumnya sampai kini menjadi sahabat IS dan hal itu membuat IS menjadi lebih kuat dan ada rasa kebahagiaan tersendiri ketika ia mendapatkan perhatian lebih dari orang sekitar nya.

Berdasarkan hasil wawancara dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis orang tua tunggal sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial dari orang sekitar. Dukungan ini memberikan rasa aman, nyaman dan kebahagiaan bagi meeka. Penelitian yang dilakukan Woda & Pontoan (2024) juga mendukung hal ini, mereka menjelaskan bahwa dukungan sosial dari keluarga, teman, tetangga, serta lembaga sosial berperan penting dalam membantu single parent menghadapi berbagai tantangan. Responden dalam penelitian tersebut mengungkapkan bahwa betapa pentingnya keberadaan orang-orang disekitar yang dapat memberikan dukungan emosional, praktis dan moral dalam menghadapi situasi yang sulit. Hal tersebut akan mempengaruhi emosi atau kebahagiaan single parent ketika mendapat dukungan, perhatian dan kasih sayang dari orang terdekat.

Berdasarkan hasil wawancara di atas juga bahwa kesejahteraan psikologis di pengaruhi adanya religiusitas dimana orang tua tunggal selalu melibatkan dan berserah kepada Tuhan dalam kehidupan dan permasalahan yang mereka alami. Penelitian Syarafina dan Satriadi (2023) mendukung hal ini dengan menyatakan bahwa salah satu faktor kesejahteraan psikologis yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang adalah faktor religiusitas. Penelitian Stavrova, Fetchenhauer, dan Schlosser (Syarafina & Satriadi, 2023) menunjukkan bahwa individu yang religius cenderung merasa lebih bahagia dan puas dengan hidupnya dibandingkan dengan individu yang tidak religius. Menurut Dister (Rini, 2022) religiusitas adalah sikap batin individu dalam hubungannya dengan Tuhan yang berhubungan dengan totalitas pribadi manusia.

Penelitian Cahyani (2016) mengatakan orang yang memiliki keluarga lengkap tentu nya memiliki masalah dan kebutuhannya tersendiri, mereka bisa berbagi beban dengan pasangan, saling membantu dan menghadapi masalah bersama-sama sehingga akan terasa lebih ringan. Berbeda dengan orang tua tunggal, mereka harus harus menghadapi dan menyelesaikan masalah serta kebutuhan keluarga sendiri tanpa adanya dukungan dari pasangan. Penelitian literatur Amethysa dan Nur Eva (2021) menyatakan beberapa faktor yang bisa menjadi hambatan bagi orang tua tunggal antara lain perilaku anak yang sulit dikendalikan, masalah ekonomi, dan stigma sosial terhadap status janda atau duda. Kesejahteraan orang tua tunggal dilihat dari tercapainya kebutuhan keluarga, mulai dari kebutuhan ekonomi hingga kesejahteraan anak.

Penelitian Amethysa dan Nur Eva (2021) juga menyatakan bahwa orang tua tunggal, khususnya yang dialami oleh seorang ibu sering disebut sebagai ibu tunggal atau single mother. Selain kesejahteraan, ibu tunggal sering menghadapi berbagai kesulitan dan mengatasi masalah tersebut, ibu tunggal perlu memiliki kondisi psikologis yang baik, karena kesehatan mental yang baik akan mempengaruhi perilaku, pandangan hidup, dan emosi mereka dan penting untuk memahami kesejahteraan ibu tunggal secara menyeluruh. Menurut Amethysa dan Nur Eva (2021), ibu tunggal merasa sejahtera secara psikologis jika mereka bisa menerima diri apa adanya, menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, bersikap mandiri, mampu mengendalikan lingkungan sekitar, tahu tujuan hidupnya, dan mengembangkan potensi diri. Penelitian ini juga menyebutkan faktor-faktor seperti status sosial ekonomi dan dukungan sosial yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis ibu tunggal. Selain itu, ibu tunggal yang kehilangan pasangan karena kematian cenderung mengalami stres lebih berat dibandingkan yang bercerai.

Penelitian (Nurfitri & Waringah, 2019) menjelaskan bahwa perempuan yang menjadi ibu tunggal menghadapi banyak tantangan baru dalam hidup mereka karena mereka harus mengurus segalanya seorang diri. Maka dari itu, ibu tunggal atau single mother seringkali mengalami stress psikologis, emosional fisik serta kebutuhan untuk diri sendiri, menurut Kisworowat (Sari dkk., 2019). Salah satu masalah yang sering muncul adalah masalah finansial. Masalah finansial ini dapat mempengaruhi kebahagiaan dan kesejahteraan individu. Menurut Olson, Defrain, dan Skogrand (Nurfitri & Waringah, 2019)

orang tua tunggal yang menghadapi permasalahan finansial cenderung lebih rentan mengalami depresi dan kurang percaya diri. Salah satu penyebabnya adalah karena penghasilan perempuan yang bekerja umumnya lebih rendah dibandingkan penghasilan laki-laki.

Seperti yang sudah dijelaskan Badan Pusat Statistik (BPS) di atas bahwa jumlah ayah tunggal jauh lebih sedikit dibandingkan dengan jumlah ibu tunggal. Memiliki peran sebagai pengasuh anak cukup sulit bagi seorang ayah dikarenakan ayah tidak banyak menghabiskan waktu dengan anak-anaknya dibandingkan dengan ibu. Putri dan Lestari (Lestari & Amaliana, 2020) menjelaskan bahwa di lingkungan masyarakat yang masih memegang teguh budaya patriarki, peran keluarga biasanya terbagi yakni ayah bertanggung jawab mencari nafkah, sedangkan ibu mengurus anak-anak dan tugas-tugas rumah lainnya. Maka dari itu, seringkali ayah dianggap kurang terlibat dalam merawat anak-anak atau menangani tugas rumah tangga. Brooks (Lestari & Amaliana, 2020) menyatakan bahwa ayah yang mendapat hak asuh sering mengalami banyak kesulitan saat merawat anak. Biasanya, stress muncul karena ayah harus menanggung semua tanggung jawab dalam mengasuh, apalagi jika mereka belum terbiasa memahami perasaan dan kebutuhan emosional anak terutama ketika mereka masih kecil.

Kesejahteraan psikologis biasa juga dikenal dengan *psychological well-being*. Gracia dan Alandate (Rahama & Izzati, 2021) menyatakan bahwa *psychological well-being* adalah ketika individu merasa hidupnya bermakna dengan menerima diri sendiri, penguasaan lingkungan, hubungan interpersonal

yang baik, berkembang secara pribadi dan otonomi atau kemandirian. Menurut penelitian Sukmana dan Hanami (2023) menyatakan bahwa kehilangan seseorang yang berharga merupakan salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya *psychological well-being* sehingga sulit bagi individu untuk berkembang secara maksimal. Penelitian ini juga menjelaskan bahwa orang dewasa yang janda karena perceraian atau kematian pasangan, cenderung memiliki *psychological well-being* lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang berstatus menikah.

Kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal mengacu pada kondisi mental dan emosional mereka. Menurut Pickhardt Octaviani, Herawati & Tyas (2018) keputusan menjadi orang tua tunggal bisa menyebabkan stres karena mereka harus menyesuaikan diri dengan perubahan, perasaan kehilangan, dan kesulitan menghadapi masalah. Hal ini mencakup bagaimana orang tua tunggal menangani stres, kecemasan, dan tekanan saat merawat anak-anak tanpa bantuan pasangan. Suprihatin Pangestu dan Tohari (2024) menjelaskan bahwa stres pada orang tua tunggal adalah tekanan yang mereka alami akibat situasi sulit seperti perceraian atau kematian pasangan. Menurut Furnham (Primada & Fadhillah, 2016) kebahagiaan adalah bagian dari kesejahteraan, mencakup kepuasan hidup, dan bebas dari tekanan psikologis. Kebahagiaan memiliki pengaruh besar dan berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis menurut Demirbatir (Atikasari, 2021). Semakin tinggi kebahagiaan seseorang, semakin baik pula kesejahteraan psikologisnya. Begitu pun sebaliknya, semakin

rendah tingkat kebahagiaan seseorang, maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologisnya.

Menurut Argyle (Prabowo & Laksmiwati, 2020) kebahagiaan adalah hal terpenting dalam kehidupan manusia dan ingin dirasakan semua orang dari berbagai umur. Seligman (Rienneke & Setianingrum, 2018) mengungkapkan bahwa kebahagiaan adalah tentang emosi positif dan aktivitas positif yang dirasakan tanpa adanya perasaan negatif. Taufik (Anggraheni, 2016) menyatakan terdapat penelitian yang mengungkap bahwa pernikahan memiliki peranan penting dalam meningkatkan kebahagiaan seseorang.

Pada penelitian (Anggraheni, 2016) mengatakan bahwa dalam kenyataannya, pernikahan tidak selalu membuat seseorang bahagia. Yang membuat bahagia ialah pernikahan yang sehat. Namun, pernikahan yang tidak sehat bisa menimbulkan dampak negatif dan mempengaruhi kesehatan secara fisik dan mental dan dapat berujung pada kegagalan pernikahan atau perceraian. Menurut Pollman-Schult (Azizah, Puspitawati & Herawati., 2022) ketidakbahagiaan keluarga tunggal seringkali disebabkan oleh masalah kehidupan pekerjaan, terlalu banyak tekanan sehingga memiliki tingkat stress yang tinggi, dan kurangnya waktu yang dihabiskan bersama antara orang tua dan anak.

Selain menghadapi kesulitan dalam hal ekonomi, keluarga tunggal juga sering mengalami masalah sosial seperti stigma negatif oleh masyarakat yang membuat keluarga tunggal merasa tidak bahagia, tidak puas, serta kesulitan menerima keadaan hidup mereka menurut Widyastuti & Fajarwati (Azizah

dkk., 2022). Orang tua tunggal mungkin mengalami tantangan yang unik dalam menjalani peran ganda sebagai orang tua dan pengasuh. Meskipun mungkin ada tekanan dan stress yang terkait dengan tanggung jawab tersebut, kebahagiaan dapat tetap tercapai melalui rasa bangga dan kasih sayang terhadap anak-anak mereka, pencapaian pribadi, dan dukungan dari keluarga dan orang sekitar. Widyastuti & Fajarwati (Azizah dkk., 2022) meningkatkan kebahagiaan orang tua tunggal dapat melibatkan Upaya untuk memperkuat jaringan dukungan, mengelola stress dengan efektif, merawat kesehatan fisik dan mental, serta menemukan keseimbangan antara tanggung jawab keluarga dan kebutuhan pribadi.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti ingin lebih memahami dan mengkaji lebih dalam tentang kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal. Peneliti tertarik untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kebahagiaan dengan psychological well-being pada orang tua tunggal.

## **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **a. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam bidang psikologi klinis dan psikologi positif, terutama tentang hubungan antara kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal.

**b. Manfaat Teoritis****1) Manfaat Bagi Peneliti**

Dengan dilakukannya penelitian ini dapat mengembangkan keterampilan penelitian pada peneliti dan menerapkan ilmu yang sudah diterima selama di perkuliahan. Serta melatih kemampuan berpikir kritis dalam mengidentifikasi permasalahan terkait hubungan kebahagiaan terhadap kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal.

**2) Manfaat Bagi Orang Tua Tunggal**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan dan informasi kepada orang tua tunggal terkait hubungan kebahagiaan dengan kesejahteraan psikologis pada orang tua tunggal.

**3) Manfaat Bagi Penelitian Selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan mampu menyumbangkan informasi tambahan bagi penelitian berikutnya yang memiliki ketertarikan pada variabel kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis.

**D. Keaslian Penelitian**

Penelitian ini digunakan guna sebagai pembeda dari penelitian terdahulu. Penelitian ini memiliki karakteristik yang hampir sama dalam segi topik penelitian, namun memiliki kriteria penelitian yang berbeda, seperti subjek, variabel penelitian dan metode yang digunakan. Berikut ini penelitian terkait dengan kebahagiaan dan psychological well-being pada orang tua tunggal.

Penelitian yang dilakukan oleh Pradana dan Kustanti (2017) menguji hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Subjek dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak autisme. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial suami dan kesejahteraan psikologis ibu dengan anak autisme. Populasi yang diteliti adalah 117 ibu dari siswa SLB yang memiliki gangguan autisme. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah cluster random sampling. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial suami dan kesejahteraan psikologis ibu.

Penelitian yang dilakukan oleh Hamida dan Izzati (2022) menguji hubungan antara kepribadian hardiness dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kedua hal tersebut pada karyawan di instansi X. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan teknik pengambilan sampel jenuh yang melibatkan 60 karyawan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara kepribadian hardiness dan kesejahteraan psikologis pada karyawan di instansi X.

Penelitian Kawuryan dan Pramono (2021) menguji hubungan antara optimisme dan keterlibatan mahasiswa (*student engagement*). Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat kebahagiaan berdasarkan optimisme dan keterlibatan mahasiswa. Alat yang digunakan untuk mengukur dalam penelitian ini adalah skala kebahagiaan, skala optimisme, dan skala keterlibatan mahasiswa. Subjek penelitian ini adalah 147 mahasiswa di Provinsi Jawa Tengah. Hasil penelitian

menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara optimisme dan keterlibatan mahasiswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Lengkang dan Saerang (2019) menguji hubungan antara kebahagiaan di tempat kerja dan kinerja karyawan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kebahagiaan di tempat kerja mempengaruhi kinerja karyawan KFC di Manado. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian ini terdiri dari 45 karyawan KFC. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara kebahagiaan di tempat kerja dan kinerja karyawan KFC di Manado.

Penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan dan Ambarwati (2023) menguji hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pada wanita single parent. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Subjek penelitian berjumlah 40 orang yang dipilih dengan teknik cluster sampling dan insidental sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis..

### **1. Keaslian Topik**

Penelitian oleh Pradana dan Kustanti (2017) tentang dukungan sosial suami dan kesejahteraan psikologis pada ibu dengan anak autisme, Hamida dan Izzati (2022) tentang hubungan kepribadian hardiness dengan kesejahteraan psikologis pada karyawan, Kawuryan dan Pramono (2021)

tentang kebahagiaan mahasiswa dari optimisme dan keterlibatan, Lengkong dan Saerang (2019) tentang kebahagiaan di tempat kerja dan kinerja karyawan KFC di Manado, serta Kurniawan dan Ambarwati (2023) tentang religiusitas dan kesejahteraan psikologis pada wanita single parent di Kecamatan Juwana, menunjukkan bahwa penelitian ini berbeda karena fokusnya adalah "Hubungan antara Kebahagiaan dengan Kesejahteraan Psikologis pada Orang Tua Tunggal".

## **2. Keaslian Teori**

Penelitian oleh Hamida dan Izzati (2022) mengacu pada teori Ryff dan Keyes (1995), sementara penelitian oleh Kawuryan dan Pramono (2021) mengacu pada teori Argyle (2001). Peneliti dalam studi ini menggunakan teori Ryff (1989) untuk variabel kesejahteraan psikologis dan teori Martin Seligman (2002) untuk variabel kebahagiaan.

## **3. Keaslian Alat Ukur**

Penelitian ini memanfaatkan alat ukur skala *psychological well being* yang dibuat oleh Razanah dan Savira (2023) dan akan dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan teori Ryff (1989). Sedangkan skala kebahagiaan peneliti menggunakan alat ukur yang dibuat oleh Sabila dan Rosellawati, (2023) dan akan dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan teori Martin Seligman (2002).

#### 4. Keaslian Subjek Penelitian

Karakteristik responden pada penelitian sebelumnya yaitu, remaja, mahasiswa, karyawan dan wanita *single parent*. Sedangkan penulis menggunakan subjek orang tua tunggal.

Berdasarkan pemaparan di atas, penelitian yang akan dilakukan merupakan penelitian yang sudah pernah dikaji terkait salah satu variabel yang serupa, sehingga terdapat perbedaan yaitu subjek penelitian yaitu orang tua tunggal, kemudian belum ada judul yang sama persis dengan peneliti terkait hubungan kebahagiaan dengan kesejahteraan psikologis orang tua tunggal. Penelitian ini juga merupakan penelitian yang asli dan murni dilakukan dengan harapan mampu memberikan manfaat pada berbagai pihak khususnya bagi orang tua tunggal.