

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada 2 partisipan Orang Tua Tunggal Tak Menikah diperoleh kesimpulan kedua partisipan memiliki kemampuan dalam menyelesaikan masalah atau strategi coping saat berada dalam kesulitan ketika menjadi orang tua tunggal unmarrige. Kemampuan coping yang diterapkan oleh kedua partisipan untuk menghadapi situasi dan kondisi sulit tidak jauh berbeda karena beberapa permasalahan yang dihadapi hampir sama, seperti halnya masalah ekonomi yang terjadi kepada kedua partisipan.

Dilihat dari hasil wawancara kedua partisipan mempunyai regulasi emosi yang baik. Kedua partisipan menghadapi masalah yang membuat partisipan memilih untuk sendiri dan merawat anaknya seorang diri tanpa sosok laki – laki, oleh karena itu kedua partisipan menjadi lebih kuat dan mandiri untuk menghadapi berbagai permasalahan yang di hadapinya.

Dalam menghadapi penolakan masyarakat setempat kedua partisipan memilih untuk tidak merespon dan mengabaikan pendapat orang lain, karena bagi partisipan tidak ada gunanya merespon masyarakat. Kedua partisipan memiliki keyakinan bahwa kehidupan mendatang akan lebih baik dari kehidupan saat ini, karena mereka berfikir tidak akan menjadi orang tua tunggal seumur hidupnya.

Kedua partisipan menyadari atas resiko dari keputusan yang di ambil, yaitu memilih untuk menjalani kehidupan sebagai Orang Tua Tunggal Tak Menikah yang akan merawat dan menjaga anaknya seorang diri. Strategi coping

yang di ambil oleh kedua partisipan mendapat dukungan dari teman dan orang – orang sekitar, karena menurut mereka keputusan tersebut sangat baik dan bijak dibanding mereka harus meng-aborsi janinnya.

Dampak yang dialami ketika hamil diluar nikah juga menimbulkan berbagai masalah dan situasi sulit. Kedua partisipan mengembangkan strategi coping yang positif yang membuat mereka bisa menerima semua yang terjadi dengan ikhlas. Kedua partisipan meyakinkan diri bahwa mereka sanggup melewati semua situasi sulit ini. Kedua partisipan percaya dan yakin bahwa dengan berdoa tulus kepada Yang Kuasa mereka akan memiliki hidup yang lebih baik setelah menjadi orang tua tunggal. Dalam kehidupan menjadi orang tua tunggal kedua partisipan tidak menyalahkan diri sendiri maupun orang lain atas semua kejadian yang terjadi. Dalam menghadapi situasi sulit saat hamil di luar nikah kedua partisipan mengembangkan coping yang mereka miliki dengan selalu meyakinkan diri sendiri mereka bisa melewati semua situasi ini dan memilih untuk tidak mendengar omongan orang sekitar karena keadaan mereka. kedua partisipan mencoba memulai kehidupan baru setelah melewati semua kejadian, situasi dan kondisi sulit yang dialami. Dalam kehidupan partisipan saat ini sudah jauh berbeda dengan kehidupan saat masih mengandung. Partisipan saat ini sudah diterima dengan baik dilingkungan, bahkan beberapa kerabat dekat sudah mulai mendukung dan selalu mensupport partisipan. Partisipan pun bisa mengasuh anak sendiri dengan baik, menjadi lebih mandiri dan lebih bahagia lagi.

Ada beberapa bentuk startegi coping yang dimiliki kedua partisipan dalam mengembangkan strategi coping untuk menjadi individu yang lebih baik. Kondisi

saat hamil tidak terlepas dari berbagai masalah, situasi dan kondisi sulit, untuk itu kedua partisipan melakukan pengendalian emosi saat orang lain berbicara yang tidak tentang kondisi mereka saat hamil dengan mengabaikan omongan orang tersebut. Upaya yang dilakukan membuat kedua partisipan merasa lebih baik. Akan tetapi partisipan VS kadang bisa dan kadang tidak untuk mengabaikan omongan orang tentang statusnya sebagai orang tua tunggal.

Bentuk strategi lain yang digunakan kedua partisipan dalam menghadapi masalah yang lain adalah Problem focused coping mencari dukungan sosial; individu yang berusaha untuk mendapatkan bantuan dari orangtua. Kedua partisipan mencari dukungan sosial baik dari teman-teman terdekat maupun keluarga. Partisipan VS yang awalnya menyembunyikan kehamilan dari orangtuanya akhirnya memberanikan diri memberitahu dan meminta bantuan kedua orangtuanya. Begitupun partisipan SS mendapat dukungan sosial dari orangtua maupun teman dekatnya.

Strategi lain yang digunakan kedua partisipan dalam menghadapi masalah yang lain adalah Emotional Focused Coping yang terdiri dari 4 macam antara lain : control diri, membuat jarak, penilaian kembali secara positif , dan menerima tanggung jawab. Partisipan VS memilih untuk mengontrol diri agar tidak emosional saat orang lain membicarakan keadaanya sehingga tidak mudah marah yang nanti akan mengakibatkan partisipan menjadi stress dan membahayakan kesehatan dirinya dan juga anaknya. Partisipan VS memilih untuk menghindari atau membuat jarak dengan orang-orang yang bisa menyebabkan ia menjadi emosional. Partisipan VS pun menerima semua yang terjadi pada dirinya karena

menurutnya ini merupakan tanggung jawab yang harus ia terima karena kesalahan yang ia perbuat. Tidak jauh berbeda dengan partisipan VS begitupun partisipan SS ia selalu mencoba menjauhi hal-hal yang bisa menyebabkan ia menjadi stress dan akan membahayakan kondisinya dan juga anaknya. Partisipan SS pun memilih untuk mengontrol keadaannya saat emosional dan partisipan SS pun menerima semua yang terjadi padanya sebagai tanggung jawab karena kesalahan yang dibuatnya.

Self efficacy yang dimiliki kedua partisipan juga membantu mereka untuk bisa menangani semua masalah yang mereka hadapi. Self efficacy merupakan harapan terhadap kemampuan diri dalam mengatasi tantangan yang dihadapi, harapan terhadap kemampuan diri untuk menghasilkan perubahan hidup yang positif. Kedua partisipan memiliki kemampuan untuk melewati semua masalah yang terjadi dalam hidup mereka karena harapan mereka untuk perubahan hidup yang lebih positif. Kedua partisipan selalu memandang semua masalah yang ada akan mengubah hidup mereka menjadi lebih baik lagi. Kedua partisipan juga memiliki religisitas yang baik sehingga mereka selalu bersyukur terhadap semua yang terjadi dalam diri mereka.

## **B . Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat diberikan adalah :

1. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan penambah khazanah keilmuan psikologi, khususnya teori tentang Orang Tua Tunggal Tak Menikah issues and strategi coping, serta faktor – faktor yang mempengaruhi.

2. Bagi peneliti selanjutnya yang memiliki kesamaan tema, obyek, atau variable, semoga dapat lebih membantu mengembangkan penelitian selanjutnya menjadi semakin baik, dan dapat melakukan penelitian selanjutnya dengan tehnik yang berbeda sehingga dapat menghasilkan data yang lebih luas dan baik.
3. Bagi pembaca di harapkan untuk jauh lebih menghargai status sosial seseorang sebagai Orang Tua Tunggal Tak Menikah, dan mengubah pandangan negative terhadap Orang Tua Tunggal Tak Menikah.
4. Bagi pembaca peneliti ini di harapkan dapat menambah wawasan pengetahuan terkait Permasalahan dan Strategi Coping Orang Tua Tunggal Tak Menikah agar dapat menjadikan motivasi saat mengalami permasalahan atau keterpurukan.
5. Dapat bermanfaat bagi Lembaga – Lembaga yang membutuhkan hasil penelitian dan dapat di terapkan di kemudian hari .