

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Ketika seorang manusia telah mencapai umur yang sudah matang dan dewasa mereka akan memutuskan untuk menikah dan memulai sebuah keluarga. Pernikahan bisa dikatakan sebagai keputusan yang diambil oleh dua belah pihak untuk membangun komitmen keluarga. Di Indonesia jumlah pernikahan menurut Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa sebanyak 1,74 juta orang yang sudah menikah pada 2021. Menurut Undang-Undang No. 1 tahun 1974 menjelaskan bahwa pernikahan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dan wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk sebuah keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.

Marlina (2013) menjelaskan bahwa pernikahan adalah sebuah ikatan sakral antara laki-laki dan perempuan yang sudah menginjak usia dewasa. Matondang (2014) menambahkan bahwa perkawinan merupakan suatu ikatan lahir dan bathin yang dilakukan secara sah oleh sebuah pasangan untuk membentuk sebuah rumah tangga yang bahagia sesuai kepercayaan dan agama keduanya. Ardhanita dan Andayani (2005) menjelaskan bahwa menikah adalah saat yang penting dalam siklus kehidupan manusia. Manap, Kassim, Hoesni, Nen, Idris, & Ghazali (dalam Saidiyah dan Julianto, 2016) menambahkan bahwa menikah merupakan titik awal dari kehidupan berkeluarga dan tujuan yang ditetapkan dalam pernikahan akan berdampak pada kehidupan pernikahannya secara keseluruhan. Pujiwati dan Uyun

(2014) menjelaskan bahwa pernikahan merupakan proses bersatunya dua orang insan manusia yang saling berkomitmen dan mengikat.

Faktanya kehidupan sebuah pernikahan tidak hanya berujung kebahagiaan namun bisa saja menjadi sumber perpecahan dan pertikaian yang mengerikan puncaknya yaitu perceraian, hal sesuai dengan hasil wawancara dengan partisan TN yang menyatakan "*sebelum bercerai, saya tinggal bersama suami saya mas, saya cukup tersiksa disana mas*" (transkrip wawancara TN lampiran 2).

Lestari (2019) menjelaskan bahwa tidak semua keluarga dapat menjalankan tujuan bersama dengan lancar. Berbagai hambatan dalam keluarga dapat terjadi apabila tidak ada kesamaan tujuan yang akhirnya dapat menjadi penyebab perselisihan dan keretakan dalam keluarga, tidak adanya penyelesaian yang berarti mengenai permasalahan tersebut dapat menjadi alasan pasangan untuk berpisah atau bercerai. Dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 12 februari 2024 yang dilakukan di café didaerah monjali bersama prtisipan TN diidapatkan hasil wawancara yaitu "*saya bercerai karena masalah perekonomian mas, mantan suami saya sangat kasar mas, semenjak dia pengangguran jadi kasar dan sering nyiksa saya mas*" (transkrip wawancara TN lampiran 2)

Daryo dan Esa (2004) menjelaskan bahwa perceraian (*divorce*) merupakan suatu peristiwa perpisahan secara resmi antara pasangan suami-istri dan mereka berketetapan untuk tidak menjalankan tugas dan kewajiban sebagai suami-istri. Menurut data Pengadilan Tinggi Agama (dalam Julijanto, Masrukhin, & Hayatuddin, 2016) terdapat empat faktor penyebab perceraian di kalangan pasangan rumah tangga di Indonesia, yaitu moral, meninggalkan kewajiban

menyakiti jasmani/rohani, dan terus-menerus berselisih. Dagun (2013) menjelaskan perceraian dalam keluarga biasanya berawal dari suatu konflik antar anggota keluarga, bila konflik terjadi sampai titik kritis maka perceraian itu berada diambang pintu. Octaviani, Herawati dan Tyas (2018) menambahkan perceraian merupakan akhir penyesuaian perkawinan yang buruk dan terjadi bila antara suami dan istri sudah tidak mampu lagi mencari cara penyelesaian masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak.

Sebuah perceraian sangat berdampak besar terhadap kesejahteraan psikologis keluarga, tidak hanya anak-anak saja namun seorang ibu tunggal akibat perceraian sangat merasakan hal ini. Baron dan Byrne (2005) menjelaskan lebih dari separuh pernikahan gagal, dan seringkali masalah berkembang secara perlahan dari waktu ke waktu sebagai akibat dari kejadian yang mengubah hubungan. Berdasarkan hasil wawancara dengan partisipan menjelaskan sebuah perceraian membuatnya Lelah dan tidak berdaya dan merasa berat dalam menjalani hidup *“jujur saja mas saya lumayan berat menjalani hidup ini mas, saya harus berjuang mengasuh anak dan harus bekerja, saat baru-baru cerai dengan mantan suami saya, saya banyak menangis* (transkrip wawancara SR lampiran 2).

Menurut laporan Statistik Indonesia, jumlah kasus perceraian di Indonesia mencapai 516.334 kasus pada tahun 2022. Angka ini meningkat 15,31% dibandingkan tahun 2021 yang mencapai 447.743 kasus. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS), terdapat 463.654 kasus perceraian di Indonesia pada 2023. Jumlah tersebut menurun 10,2% dibandingkan pada tahun sebelumnya sebanyak

516.344 kasus. Di antara ibu tunggal yang tidak memiliki pekerjaan yaitu sebanyak 73,0%. Sedangkan ibu tunggal yang memiliki pekerjaan yaitu sebesar 79,7%.

Menurut Octaviani, Herawati & Tyas (2018) apabila orang tua tunggal tidak dapat mengelola stres dengan baik dan melakukan strategi yang optimal maka dimungkinkan kesejahteraan subjektif yang dirasakan kurang optimal. Dalam hal ini peran orang tua tunggal sangat berat dalam menjalankan kehidupannya, yang paling signifikan adalah pengaruh yang terjadi pada ibu tunggal. Aprilia (2013) menambahkan fenomena kehilangan menjadi suatu fenomena yang traumatik dan memberikan efek melemahkan diri bagi sebagian wanita namun bagi sebagian yang lain ini menjadi suatu proses kematangan diri untuk menjalani kehidupan tanpa pasangan dan sebagai orang tua tunggal.

Kenyataan yang ada dimasyarakat ibu tunggal yang paling banyak merasakan dampak dari perceraian seperti masalah ekonomi, sosial dan emosional. Perceraian setidaknya mempengaruhi mental dan psikis seorang ibu, hal ini akan lebih berat ketika seorang ibu memiliki anak. Dagun (2013) menambahkan kaum ibu lebih mengalami kesulitan konkret dalam menangani anak-anak. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara dengan partisipan SR yaitu *“pernah mas, saat itu saya hanya bisa menangis mas, kadang mau melakukan apa rasanya berat mas, saya harus bisa memberikan kasih sayang kepada anak saya mas, untungnya saya gak sampai gila ya mas* (transkrip wawancara SR lampiran 2).

Lestari (2019) menjelaskan perceraian memberi dampak bagi semua bagian dari keluarga, termasuk ibu, banyaknya stigma negatif pada masyarakat mengenai ibu tunggal yang bercerai. Ibu tunggal terkadang kurang memperhatikan kesehatan

mentalnya karena masih memikirkan anak yang diasuhnya sehingga banyak ibu tunggal yang merasa tidak berdaya dan berujung pada stres. Berikut faktor-faktor yang mempengaruhi stres ibu tunggal adalah rendahnya kepercayaan diri ibu dalam mengasuh anak, setidaknya satu anak penyandang disabilitas, rendahnya persepsi dukungan sosial, kemitraan baru, dan umur anak. Hal ini sejalan dengan hasil wawancara dengan partisipan TN yaitu *“iya mas ngurus anak itu nguras tenaga dan emosi mas, dulu waktu baru-baru cerai cukup melelahkan mas, saya sering menangis mas, mana anak saya dulu juga rewel dan nakal banget mas, kalau di ingat-ingat lagi rasanya pengen mati aja saat itu mas”* (transkrip wawancara TN lampiran 2)

Sebagai seorang ibu tunggal dituntut untuk bisa beradaptasi dan melanjutkan hidup tanpa seorang suami, mencari nafkah dan menyeimbangkan antara peran domestik dan publik. Masing- masing diantaranya memiliki cara dan strategi sendiri dalam menjalani hidup sebagai orangtua tunggal, karena keberhasilan seorang ibu tunggal dalam mendidik dan menafkahi anak tergantung pada bagaimana ia menerapkan cara untuk bisa menyeimbangkan waktu antara mencari nafkah dan mendidik anaknya serta tak kalah penting adalah menjalin hubungan dengan masyarakat, bagaimana seorang ibu tunggal harus bersikap dan bertindak agar tidak dicemooh dan dianggap tabu oleh masyarakat. Maka perlunya strategi dalam menyelesaikan sebuah masalah (*coping*). Handayani dan Erawan (2020) menjelaskan bahwa keluarga harus dapat melakukan coping stress untuk dapat mengatasi stres yang dihadapi. *Coping* menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia memiliki arti cara yang dilakukan untuk menyelesaikan masalah dan beradaptasi

dengan perubahan. Berkaitan dengan stress coping sangat diperlukan seseorang ketika mengalami banyak masalah, walaupun coping setiap orang berbeda-beda dalam memproses masalah namun tidak menutup kemungkinan masalah bisa berkurang atau terselesaikan. Lazarus dan Folkman (1984) mengatakan bahwa keadaan stres yang dialami seseorang akan menimbulkan efek yang kurang menguntungkan baik secara fisiologis maupun psikologis. Dengan demikian seseorang sangat membutuhkan mekanisme coping stress baik dalam kehidupannya baik secara fisik maupun psikis.

Reis, Surjaningrum dan Herdiana (2018) menambahkan coping merupakan sebuah respon dari perilaku dan pikiran terhadap penggunaan sumber yang dimiliki dari dalam diri maupun lingkungan sekitarnya, pelaksanaan *coping* dapat dilakukan secara sadar oleh individu. Sama halnya dengan tindakan dan evolusi manusia dalam bertindak, karena semakin manusia mencapai usia dewasa respon dan pandangannya dalam menerima sebuah stimulus akan menjadi sangat kompleks, maka harus memiliki strategi *coping* yang kompleks juga dalam menyelesaikan sebuah masalah.

Orang tua tunggal yang mengalami stress biasanya memiliki berbagai cara dalam menangani masalahnya dalam bentuk strategi yang dikuasainya. Lazarus dan Folkman (1984) menambahkan strategi coping memiliki dua penanganan stres, yaitu *problem-focused coping* dan *emotional-focused coping*. *Problem-focused coping* merupakan pendekatan yang bertujuan untuk menurunkan tuntutan dari situasi stres atau memperluas sumber daya untuk menghadapinya. Pendekatan *problem-focused* digunakan ketika mereka percaya bahwa sumber daya atau

tuntutan mereka dalam suatu situasi yang dapat berubah (Lazarus & Folkman, 1984). Penanganan stress yang berfokus pada *emotional-focused coping* yaitu pada emosi yang muncul akibat masalah yang dihadapi, baik itu rasa marah, cemas, maupun dukacita. Masalah yang seringkali muncul merupakan hal dalam merasakan emosi dan terkadang kewalahan dalam mengendalikan emosinya dengan demikian hal tersebut akan sering kali dilakukan secara terus-menerus sehingga adanya tindakan menerima, memahami, dan memutuskan sesuatu yang akan diambil. Beberapa penelitian telah dilakukan untuk menggali terkait dengan copying strategies pada ibu yang bercerai dan memiliki anak, berikut ini adalah beberapa penelitian tersebut.

Pada penelitian terdahulu metode kualitatif yang dilakukan oleh Ario Chandra Jonathan dan Ikke Herdiana (2020) dengan judul penelitian coping stress pascacerai: kualitatif pada ibu tunggal, dalam hasil penelitian menunjukkan bahwa, terdapat tiga dimensi gambaran stres pasca cerai pada ibu tunggal yang bekerja yakni gejala stres, sumber stres, dan respon terhadap stres. Dari gambaran stres yang berbeda-beda, terdapat satu kesamaan sumber stresor penyebab perceraian pada ketiga partisipan yaitu adanya orang ketiga dalam rumah tangga mereka. Untuk mengatasi stres pascacerai, ketiga partisipan menerapkan setiap macam strategi coping yang dikemukakan Folkman (1986), yakni *planful problem solving*, *confrontative*, *seeking social support*, *distance*, *escape/avoidance*, *positive reappraisal*, *self-control*, dan *acceptance responsibility*. Adapun saran dalam penelitian ialah menfokuskan pada dinamika coping stress pada *single mother*.

Penelitian selanjutnya pada metode kualitatif yang Raissa P. Putri, Ikhda I. Aqilah., Nastiti F., Bellanightyas K., Rr. Aliifah M.M.G. (2022) dengan judul *coping stress* orangtua tunggal dalam mengasuh anak retardasi mental, dalam hasil penelitiannya menunjukkan bahwa diketahui bahwa subjek merupakan seorang ibu tunggal atau *single mother* sejak 16 tahun lalu dan memiliki anak berkebutuhan khusus dengan disabilitas intelektual. Subjek menghadapi keadaan tersebut dengan menggunakan beberapa strategi coping, yakni *problem-focused coping* yang terdiri dari *seeking social support* dan *confrontive coping*. Selain itu subjek menggunakan *emotional-focused coping*, yakni *positive reappraisal* dan *self controlling*. Adapun saran dalam penelitian ialah informasi yang didapatkan dari subjek belum mendalam, jumlah subjek yang digunakan dalam penelitian ini juga menjadikan peneliti tidak menemukan keunikan yang beragam jika dibandingkan dengan adanya jumlah partisipan yang lebih banyak, maka harus ditambahkan subjek penelitian lebih dari 1 subjek.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka pada penelitian ini dimaksudkan untuk melihat dinamika psikologis oleh individu yaitu orang tua tunggal (*single*) khususnya ibu tunggal yang mengasuh anaknya akibat perceraian. Alasan peneliti memilih ibu tunggal sebagai partisipan adalah karena dalam kasus perceraian yang ada menunjukkan fakta bahwa ibu tunggal memiliki peran yang sangat besar dalam pengasuhan dibandingkan ayah (Ario Chandra Jonathan & Ikke Herdiana, 2020). Peneliti menggali aspek *coping stress* ibu tunggal dalam menjalani rumah tangganya yang mana harus dijalankan dengan dua peran ganda., yakni peran

sebagai kepala rumah tangga atau ayah dan peran sebagai ibu rumah tangga atau ibu.

Peneliti disini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan model pendekatannya adalah fenomenologi yang mana mengambil dua orang subjek utamanya yang terdiri dari satu orang partisipan dan satu orang informan. Mengenai identitas yang terkait dengan partisipan dan informan peneliti memastikan akan terjaga kerahasiaannya dan mengutamakan privasi yang ketat. Maka berdasarkan dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian ini yang berjudul *Dinamika Coping Stress* pada Ibu Tunggal dalam mengasuh anak Pasca Perceraian sangatlah penting untuk dilakukan, berdasarkan saran dari penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa perlunya melakukan penelitian serupa dengan metode penelitian kualitatif yang perlu memerhatikan penambahan subjek penelitian dan memfokuskan pada dinamika *coping stress* pada ibu tunggal.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memahami dinamika coping stress pada ibu tunggal dalam mengasuh anak pasca perceraian serta melihat bentuk coping yang digunakan seperti *emotion focused coping* ataupun *problem focused coping*.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Secara Teoritis

Memberikan pemahaman psikologis terkait dinamika coping stress pada ibu tunggal yang diakibatkan oleh perceraian.

2. Manfaat Secara Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan pengembangan penelitian yang baru dengan memanfaatkan panduan wawancara yang sudah ada.

b. Bagi Subjek

Melalui penelitian ini yang dilakukan pada subjek ibu tunggal, diharapkan dapat lebih bersemangat dalam menjalani hidupnya yang sekarang dan bisa memberikan intervensi kepada ibu tunggal lain yang mengalami hal yang sama.