

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa dewasa sering dianggap sebagai masa yang tepat untuk menikah dan mencari pasangan. Perkawinan atau pernikahan adalah penyatuan secara lahir maupun batin antara seorang laki-laki dan seorang perempuan sebagai suami istri bertujuan untuk membangun rumah tangga yang bahagia dan kekal berdasarkan keimanan kepada Tuhan Yang Maha Esa (Manjorang 2015). Hal itu juga diperkuat dengan adanya Undang-Undang No 1 (1) tahun 1974 yang berbunyi “Perkawinan ialah ikatan bathin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami isteri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.”

Tetapi dalam kenyataan hidup tidak semua pernikahan berjalan mulus, terdapat tantangan seperti kematian pasangan, perceraian, dan masalah lainnya yang dapat menyebabkan seseorang menyandang status sebagai orang tua tunggal. Orang tua tunggal (*Single parent*) adalah individu yang menjadi janda atau duda dan memikul tanggung jawab membesarkan anak tanpa kehadiran pasangan yang disebabkan karena kematian pasangan, perceraian, atau kehadiran anak diluar nikah (Hurlock dalam Justitia et al. 2021)

Selain itu, klasifikasi orang tua tunggal juga dapat ditinjau dari aspek dewasa yang memengaruhi tantangan yang mereka hadapi. Welly and Sari (2017) menyatakan bahwa orang tua tunggal dapat diklasifikasikan berdasarkan usia,

seperti orang tua tunggal muda yang berusia antara 18 hingga 40 tahun, orang tua tunggal dewasa madya yang berusia antara 40-60 tahun, dan orang tua tunggal lanjut usia yang berusia di atas 60 sampai 70 tahun. Sejalan dengan pendapat Nugrahani and Fitri (2023) menyatakan seseorang yang menjadi orang tua tunggal karena kematian atau perceraian umumnya akan menghadapi berbagai kesulitan dalam hidupnya terutama dalam hal keterampilan mengasuh anak.

Menurut Hurlock (2012) pada fase dewasa awal hingga dewasa madya individu telah melalui tugas perkembangan yang kompleks seperti membangun dan memelihara kehidupan rumah tangga, mengasuh anak, dan memantapkan identitas peran dalam keluarga. Akan tetapi pada fase tersebut mulai lebih sering dihadapkan pada perpisahan seperti kematian khususnya kematian orang tua atau pasangan terutama setelah pernikahan yang telah berlangsung lama sehingga dapat memicu krisis identitas diri setelah mengalami perpisahan sebab individu merasa kehilangan arah karena identitas yang dibangun bersama pasangan hilang. Terutama saat usia pernikahan lebih dari lima tahun pertama pernikahan yang telah melewati tahap adaptasi awal dan masuk dalam fase dimana pasangan telah membentuk pola interaksi, rutinitas dan tujuan bersama (Hoonaard 2010).

Selain itu perempuan dengan status sebagai orang tua tunggal pada rentan usia tersebut sering memikul beban ganda seperti peran ganda, tanggung jawab mengasuh anak sekaligus mencari nafkah, ditambah lagi ketiadaan dukungan sosial dari pasangan menjadi tantangan yang mempengaruhi proses pencarian kebermaknaan hidup (Fajri and Indrawati 2024).

Kesulitan tersebut akan semakin kompleks ketika peran orang tua tunggal dijalani oleh perempuan yang tidak hanya harus mengasuh anak tetapi juga mengambil peran sebagai pencari nafkah dan menjadi pemimpin dalam keluarga. Sehingga hal ini menyebabkan seorang ibu tunggal terkadang merasa terbebani dengan keadaan yang dialaminya. dampak yang dapat dirasakan secara psikologis seperti perasaan bersalah terus menerus, menyesal, merasa kesepian dan tidak berdaya, harga diri yang rendah, merasa malu dan mengalami kecemasan. namun demikian terdapat pula dampak positif seperti aktualisasi diri meningkat, tingkat religiusitas, kemampuan untuk hidup mandiri, memiliki pemikiran yang positif dan akan merasa bahagia dalam hidupnya (Sari dan Yendi 2019).

Frankl (2003) menyatakan bahwa penderitaan yang dialami akibat tekanan hidup merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia termasuk bagi individu yang menjalani peran sebagai orang tua tunggal meski kesulitan individu tetap memiliki peluang untuk menjalani proses pencarian makna hidup. Makna hidup (*the meaning of life*) dipahami sebagai suatu kondisi yang mencerminkan sejauh mana seseorang mampu menghayati dan memahami arti keberadaan dirinya dari sudut pandang personal sehingga dalam setiap situasi termasuk saat mengalami penderitaan sekalipun kehidupan akan tetap memiliki makna. Hal ini sejalan dengan pandangan Bastaman (2007) yang mengungkapkan bahwa motivasi utama dalam diri setiap individu adalah untuk menjalani kehidupan yang bermakna.

Menurut Frankl (2003) secara teoritis kebermaknaan tidak diciptakan dengan sendirinya melainkan harus ditemukan melalui pengalaman dan interaksi

individu dengan dunia luar. Makna hidup dilihat sebagai kondisi yang mencerminkan sejauh mana seseorang mampu merasakan dan menghayati penting keberadaan dirinya berdasarkan perspektif pribadi dan terbagi atas tiga komponen yaitu kebebasan berkehendak (*the freedom of will*), hasrat untuk hidup bermakna (*the will to meaning*), dan makna hidup (*the meaning of life*). Dari ketiga aspek tersebut makna hidup merupakan elemen paling bersifat personal dan menjadi tujuan utama dalam kehidupan manusia. Bastaman (2007) menegaskan bahwa makna hidup mencakup segala hal yang dianggap penting, bernilai, dan memiliki arti khusus serta dijadikan tujuan hidup bagi seseorang. Namun dalam kenyataannya, tidak semua individu mampu menemukan makna hidup terutama mereka yang berada dalam kondisi rentan seperti orang tua tunggal (Alikari et al. 2023).

Berbagai penelitian menunjukkan jika orang tua tunggal cenderung mengalami krisis dalam mencari kebermaknaan hidup sebab orang tua tunggal seringkali menghadapi tantangan psikologis seperti kesepian, stress, hingga perasaan kehilangan arah hidup. Berdasarkan penelitian Zirima (2020) diketahui perasaan ketidakbermaknaan hidup orang tua tunggal muncul pada 36% subjek penelitian hal ini diidentifikasi karena sebagai orang tua tunggal seorang individu harus menyisihkan waktu serta tenaga untuk keluarga guna memenuhi tugas dan tanggung jawab saat bekerja dan terkadang harus dilakukan secara serempak sehingga peran, fungsi, status, serta prinsip dalam keluarga pasti mengalami pergeseran.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Hidayatunnajah (2022) mendapati hasil deskriptif yang menjelaskan bahwa wanita *single parent* usia dewasa madya menghadapi peningkatan tanggung jawab yang dapat mempengaruhi pencarian makna hidup mereka, dimana wanita *single parent* harus memikul tanggung jawab besar tanpa dukungan pasangan sehingga merasa kebingungan dan kehilangan arah hidup. Senada dengan hal tersebut penelitian lain yang dilakukan oleh Yulianti (2023) diperoleh hasil jika orang tua tunggal akan merasakan perubahan seperti perubahan ekonomi, mengurus dan membesarkan anak sendirian sehingga menimbulkan tekanan yang menyebabkan makna hidup negatif.

Sejalan dengan temuan-temuan tersebut sejumlah penelitian lain juga menyoroti dampak kehilangan pasangan terhadap orang tua tunggal. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Safitri (2020) mengungkapkan bahwa orang tua tunggal yang kehilangan pasangan mengalami perubahan signifikan dalam kondisi ekonomi dan psikologis yang ditandai dengan rasa kesepian dan kehilangan semangat dalam menjalani kehidupan. Sementara itu penelitian yang dilakukan oleh Evianawati (2021) menemukan bahwa orang tua tunggal setelah kematian pasangan akan mengalami guncangan emosional yang mendalam seperti kesedihan dan kehilangan semangat hidup yang menunjukkan adanya makna hidup negatif.

Berkaitan dengan hal tersebut peneliti melakukan wawancara singkat bersama partisipan penelitian sebagai narasumber yang bertujuan untuk mengetahui kebermaknaan hidup yang berada di lapangan (partisipan). Wawancara disini memiliki tujuan untuk memperoleh data awal penelitian,

wawancara dilaksanakan di Sleman, Yogyakarta pada tanggal 30 April 2024, SS merupakan seorang ibu tunggal berusia 47 tahun yang tinggal bersama kedua anaknya, SS mengatakan bahwa:

“Dulu hidup saya bisa dibilang berkecukupan, kami nggak pernah kekurangan makan dan kalo anak minta apa-apa langsung keturutan tapi semenjak suami nggak ada rasanya beda banget, yang saya lakukan waktu itu ya merasa sedih bahkan putus asa. Saya cuma bisa berdoa sama Tuhan karena saya nggak tau mau kemana lagi selain ke Tuhan. Saat itulah saya sadar setelah suami nggak ada gimana cara saya menjalani hidup dan merawat anak-anak. Saya juga nggak tau gimana caranya memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari.”

Berdasarkan kutipan wawancara yang peneliti munculkan, mengindikasikan adanya permasalahan pada aspek kehendak hidup bermakna subjek, dimana pada kutipan subjek tidak memiliki keinginan untuk melakukan kegiatan lain untuk menambah arti dari kehidupannya, disini subjek hanya memilih untuk mendekati diri kepada tuhan sebagai salah satu persiapan untuk masuk ke dunia berikutnya atau dunia setelah kematian.

Kondisi ini semakin diperberat dengan status subjek sebagai orang tua tunggal yang menghadapi tekanan secara emosional akibat kehilangan pasangan. Memiliki status sebagai orang tua tunggal tentunya banyak beban yang harus dihadapi, setelah mengalami perpisahan seseorang mungkin akan menghadapi perasaan buruk seperti hilangnya rasa percaya, marah, dan merasa putus asa (Mitchell dalam Indah dan Nurmaidah 2022). Selain menimbulkan dampak negatif seperti kekosongan hidup yang dirasakan oleh orang tua tunggal juga

merasakan dampak lain seperti stigma negatif juga dirasakan. Seperti yang diceritakan oleh SS bahwa:

“Dengan status saya yang sudah janda sungguh saya merasakan serba salah contohnya saya pulang kerja kemalaman jadi omongan saya ndandan jadi omongan saya ngobrol ama lawan jenis langsung jadi gosip dan ada perubahan ekonomi dengan ditinggal suami perekonomian jadi morat marit semua kebutuhan saya pikir sendiri dan harus mengurus 2 anak yang masih sekolah. Setiap kali saya kerja saya mikir ini gimana ya, cukup nggak ya, sejauh ini saya juga merasa belum puas dengan kehidupan yang saya jalani.”

Permasalahan pada aspek kehendak hidup bermakna sesuai dengan yang dialami subjek dapat terlihat jika setelah mengalami perpisahan dengan suami, subjek mengalami perubahan besar dalam hidupnya yang membuat subjek merasa sedih karena harus merawat anak sendirian saat kondisi finansial yang tidak baik sehingga pada saat melakukan berbagai kegiatan subjek cenderung merasa tidak puas dan hampa. Peneliti juga melakukan wawancara pada seorang ibu tunggal berinisial JY (49 tahun) yang mengalami perpisahan akibat kematian pasangan mengakui jika permasalahan yang dialaminya adalah kesulitan finansial, merasa kesepian, dan mendapatkan stigma negatif dari orang-orang disekitarnya sebab menyandang status sebagai orang tua tunggal, serta beban pikiran sebab sudah tidak memiliki tempat untuk berbagi masalah dalam rumah tangga.

Penelitian yang dilakukan oleh Adriani (2015) menyatakan jika perempuan single parent harus menghadapi berbagai macam masalah seperti masalah ekonomi dan keuangan, mereka juga akan mendapatkan label dan anggapan buruk dari lingkungan serta harus menjadi figur seorang ayah bagi anak-anak mereka yang mana hal tersebut akan membuat ibu tunggal merasa terpuruk dan menjadi

pribadi yang tertutup. Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Hurlock (2012) menyatakan jika orang tua tunggal dihadapkan pada beragam tantangan dalam kehidupannya antara lain masalah ekonomi seperti penurunan pendapatan yang berdampak pada ketidakmampuan diri untuk memenuhi kebutuhan hidup secara optimal. Tantangan ini membuat seorang orang tua tunggal cenderung merasa hampa dan mengalami kekosongan sehingga tidak mampu untuk meraih ketidakbermaknaan. Ketidakmampuan dalam menemukan kebermaknaan hidup juga dialami oleh SS yang pada saat itu juga mengatakan:

“Setelah suami saya meninggal saya merasa hidup saya kehilangan arah karena nggak ada yang membimbing saya lagi, saya nggak tau harus gimana anak saya juga belum bisa hidup mandiri. Rasanya pengen kembali punya keluarga yang utuh seperti dulu punya pasangan yang bisa diajak bertukar pikiran dan menyelesaikan masalah yang ada.”

Berdasarkan kutipan wawancara yang sudah dilakukan peneliti mengidentifikasi jika subjek tidak lagi merasa bahwa hidupnya bermakna, ia tidak memiliki tujuan jangka panjang dan tidak merasa adanya kontribusi yang signifikan. Hal ini mengidentifikasi jika subjek memiliki makna hidup negatif diidentifikasi dari aspek makna hidup.

Ketidakmampuan untuk hidup bermakna akan terasa ketika seseorang mengalami kejadian yang mengecewakan dalam hidupnya, Marris (dalam Bonanno 2008) menyatakan jika perasaan yang dirasakan oleh individu yang ditinggalkan termasuk rasa tidak percaya, putus asa, marah, memiliki rasa bersalah, resah, serta merasa kehilangan yang akan bertahan dalam waktu lama. Ketidakbermaknaan pada individu yang memiliki status sebagai orang tua tunggal

sendiri kerap kali terjadi hal tersebut dikarenakan saat menjadi orang tua tunggal bukan tugas yang mudah, sehingga dalam pencarian makna hidup sendiri akan dibarengi dengan banyaknya permasalahan yang akan dihadapi orang tua tunggal (Primayuni 2018).

Hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti memberikan gambaran bahwa orang tua tunggal yang mengalami perpisahan dengan pasangan akan beranggapan negatif sehingga fenomena tersebut berdampak pada kehidupan setelah kejadian perpisahan itu terjadi dimana mereka belum mampu untuk melakukan yang terbaik bagi diri mereka sendiri dan mengambil hikmah atas kejadian yang menimpanya. Sehingga perpisahan dengan pasangan yang dialami oleh orang tua tunggal tersebut berpengaruh pada proses kebermaknaan hidup mereka.

Sehingga dapat dilihat adanya perbedaan dengan yang diharapkan, seperti yang disampaikan oleh Bastaman (2007) idealnya orang tua yang memiliki status menjadi orang tua tunggal dapat kembali menemukan kebermaknaan dalam hidup setelah peristiwa perpisahan terjadi sehingga orang tua tunggal akan mampu melanjutkan hidup menjadi lebih baik meski menyandang status sebagai orang tua tunggal. Memiliki kebermaknaan hidup akan bisa menumbuhkan semangat di dalam diri seseorang untuk memiliki tujuan dalam hidup sehingga dapat membuat mereka berusaha untuk mencapai kebermaknaan hidup yang di impikan karena makna hidup bisa ditemukan dalam kehidupan itu sendiri, meski kehidupan yang dijalani terasa buruk (Lubis & Mashilah dalam Putri 2020). Hal itu dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indah dan Nurmaidah (2022) menyatakan

bahwa tidak sedikit perempuan mengalami kegagalan dalam pernikahan mengalami ketidakbermaknaan, akan tetapi pada akhirnya mereka dapat menemukan kebermaknaan hidup melalui sikap dan menerapkan nilai-nilai kreatif.

Sejalan dengan pendapat Frankl (dalam Indah dan Nurmaidah 2022) kebermaknaan hidup penting dimiliki setiap individu sebab merupakan kualitas penjiwaan setiap individu terhadap seberapa mampu ia dapat berkembang dan merealisasikan seluruh kemampuan dan kapasitas yang dimiliki guna memberikan arti dalam kehidupan. Melalui faktor pola penghayatan seorang orang tua tunggal yang sehat akan mampu menemukan kebermaknaan hidupnya melalui realisasi nilai-nilai manusiawi. Dengan melakukan pemenuhan terhadap nilai-nilai kehidupan seperti mengatasi, menerima dan mengidentifikasi nilai dari penderitaan maka seorang individu yang menyandang status sebagai orang tua tunggal akan dapat berhasil menyadari dan mengaktualisasikan dirinya melalui kegiatan yang berfokus pada pemenuhan makna hidup (Bastaman 1996).

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena bahwa tidak semua individu terutama mereka yang berada dalam kondisi tertentu seperti orang tua tunggal mampu menemukan makna hidup. Hal ini disebabkan perubahan yang dialami oleh orang tua tunggal menimbulkan permasalahan yang mengharuskan perempuan yang menjadi orang tua tunggal harus memenuhi kebutuhan keluarga baik anak maupun dirinya sendiri sehingga mengalami tekanan lebih besar seperti kesepian, stres, dan perasaan kehilangan arah hidup yang dapat menghambat pencarian kebermaknaan hidup dibandingkan dengan perempuan yang masih memiliki suami (Fassinger & Mclanahan dalam Pranandari 2008).

Fenomena orang tua tunggal khususnya perempuan dengan status sebagai orang tua tunggal merupakan isu psikologis yang menuntut perhatian dan kebermaknaan hidup merupakan hal positif sebab makna hidup dapat menjaga kesejahteraan psikologis seseorang. Begitu pula dengan kebermaknaan hidup pada orang tua tunggal yang memiliki tekanan seperti tanggung jawab ganda, keterbatasan waktu, dan tekanan sosial yang bisa kapan saja didapatkan sehingga keberhasilan orang tua tunggal dalam menemukan makna hidup dan mendatangkan pengalaman positif yang berguna seseorang yang menyangkut status sebagai orang tua tunggal.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fajri and Indrawati (2024) menyatakan bahwa fenomena orang tua tunggal khususnya pada *single mother* banyak disebabkan dengan adanya kematian pasangan hidup yang menjadi salah satu peristiwa traumatis dan mengguncang keseimbangan mental. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa meski menghadapi tekanan besar banyak orang tua tunggal yang mampu menemukan kebermaknaan hidup melalui kesabaran, rasa syukur dan dukungan selain itu hasil penelitian mengenai gambaran dan masih terbatas dalam menggali data secara mendalam. Oleh karena itu penelitian ini penting untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang membentuk kebermaknaan hidup pada perempuan yang menyangkut status sebagai orang tua tunggal penting dan relevan untuk dilakukan.

Berdasarkan penjelasan diatas dan juga hasil wawancara pada kedua partisipan mengenai kebermaknaan hidup pada orang tua tunggal dapat disimpulkan orang tua tunggal yang mengalami perpisahan dengan pasangan

terutama yang disebabkan karena kematian pasangan tidak hanya menimbulkan duka mendalam tetapi juga memiliki permasalahan terkait kehendak hidup bermakna, beban pikiran, kesepian, stigma negatif yang dihadapi, kehilangan arah hidup hingga merasa bahwa hidupnya tidak bermakna. Adanya kesenjangan antara harapan dimana seharusnya orang tua tunggal mampu menemukan kebermaknaan hidup setelah mengalami perpisahan justru berbeda dengan hasil yang didapat di lapangan, dimana orang tua tunggal justru mengalami kesulitan dalam menemukan makna hidup. Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup pada perempuan dengan status sebagai orang tua tunggal?

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup pada perempuan dengan status sebagai orang tua tunggal.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis
 - a. Bagi peneliti, penelitian yang dilakukan dapat melengkapi penelitian sebelumnya dan dapat menambah wawasan keilmuan terkait kebermaknaan hidup pada orang tua tunggal dan menjadi referensi serta masukan untuk perkembangan ilmu psikologi sosial.
 - b. Bagi peneliti selanjutnya, dapat menjadi bahan bagi peneliti lain untuk melakukan pengembangan di penelitian selanjutnya.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi informan, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan masukan mengenai upaya dan perjuangan untuk mendapatkan kebermaknaan hidup sebagai orang tua tunggal dimana dapat belajar melalui pengalaman dimasa lalu serta diharapkan bisa membantu orang tua tunggal untuk menjalani hidup yang penuh makna.
- b. Bagi suami istri, hasil penelitian diharapkan bisa digunakan untuk terus memberi semangat dan keyakinan pada pasangan mengenai pentingnya menjaga keharmonisan dalam rumah tangga dan memanfaatkan waktu bersama sebab perpisahan tidak dapat dihindari.
- c. Bagi institusi terkait, hasil penelitian diharapkan bisa membantu menyebarkan informasi tentang kebermaknaan hidup yang dimiliki oleh orang tua tunggal dan mengurangi stigma negatif terhadap status orang tua tunggal.