

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Keluarga adalah sebuah organisasi sosial dalam masyarakat. Sebuah keluarga didefinisikan sebagai dua atau lebih orang yang terhubung dalam ikatan pernikahan, darah, kelahiran, atau adopsi. Secara struktur, keluarga adalah sekumpulan orang yang memiliki posisi, yang mana terdapat peran yang terbuat dari norma (Duval, 1977). Keluarga merupakan sekelompok orang dengan ikatan perkawinan, darah, atau adopsi; terdiri dari satu orang kepala rumah tangga, interaksi dan komunikasi satu sama lainnya dalam peran suami istri yang saling menghormati, ibu dan ayah, anak laki-laki dan perempuan, saudara laki-laki dan perempuan, dan menciptakan serta mempertahankan kebudayaannya (Burgess & Locke dalam Duvall & Miller, 1985). Secara tradisional, keluarga dikelompokkan menjadi keluarga inti yang terdiri dari ayah, ibu, dan anak yang diperoleh dari keturunan atau adopsi atau keduanya, dan keluarga besar yang terdiri dari keluarga inti dan ditambah dengan anggota keluarga lain yang masih memiliki hubungan darah. Secara modern, dengan berkembangnya peran individu dan meningkatnya rasa individualisme, maka pengelompokan keluarga menjadi semakin kompleks. Beberapa diantaranya mencakup anggota keluarga yang lengkap (disertai dengan ayah, ibu, anak, dengan anggota keluarga sedarah lainnya), tetapi juga dalam salah satu pengelompokan ini terdapat orangtua tunggal atau *single parent*.

Single parent adalah ibu atau ayah (yang menikah ataupun tidak) yang memutuskan untuk mengasuh sendirian dan memiliki satu atau lebih anak (Degenova, 2008, dalam Harnilawati 2013). Keluarga dengan *single parent* terdiri dari dua pola pengasuhan, yaitu anak yang

diasuh oleh ayah atau anak yang diasuh oleh ibu. Pengasuhan yang dilakukan oleh ayah seorang, tanpa bantuan ibu, disebut dengan ayah tunggal. Sebaliknya, pengasuhan yang dilakukan oleh ibu seorang, tanpa bantuan ayah, disebut dengan ibu tunggal. Ibu tunggal adalah seorang ibu yang memikul tanggung jawab untuk mendidik, membimbing, menjaga, membiayai, dan membesarkan anak tanpa pelibatan aktif dari suami (yang hilang upaya atau meninggalkan keluarga). Seorang ibu dapat dikatakan sebagai ibu tunggal ketika ibu tersebut mencakup salah satu atau lebih dari: a) wanita yang ditinggal mati oleh suami dan bersedia meneruskan tugas untuk membesarkan anak-anak; b) wanita yang telah bercerai dengan suami dan diberi hak penjagaan atau pengasuhan atas anak-anaknya; c) wanita yang tidak diberi nafkah oleh suami untuk menghidupi dirinya dan anak-anaknya; d) wanita yang berada dalam proses perceraian (yang mungkin akan mengambil masa yang panjang); dan e) wanita yang membesarkan anak tanpa pertolongan suami, seperti misalnya suami yang bekerja di luar kota.

Dwiyani (Jika Aku Harus Mengasuh Anakku Seorang Diri, 2009) menjelaskan bahwa tidak ada ibu yang membayangkan mengasuh anak sendiri saat memulai pernikahan. Terlepas dari apakah itu pilihan atau bukan pilihan untuk keluar dari masalah rumah tangga, status itu bisa menimpa siapa saja, baik ibu rumah tangga atau wanita karir. Beberapa kondisi seperti kematian pasangan, perceraian, dan kehamilan di luar pernikahan membuat banyak wanita memilih menjalani hidup sebagai orangtua tunggal. Pada kondisi orangtua tunggal yang dikarenakan kematian pasangan, ibu tunggal diharuskan untuk menanggulangi perasaan atas kehilangan pasangannya. Beberapa ibu yang belum mampu untuk menanggulangi perasaan kehilangan tersebut akan mengalami kesepian yang terus menerus. Ibu merasa kecewa karena harus menyelesaikan segalanya sendiri, yang mana sebelumnya ibu tunggal tersebut memiliki tempat untuk berbagi dan bergantung (Strong, dkk, 2011). Kehilangan suami juga merupakan

suatu kesulitan bagi wanita (ibu) yang telah menyusun sedemikian rupa hidup dan identitas dirinya dengan menjaga dan menyenangkan suami (Marks & Lambert, 1998; Papalia 2012). Wanita (ibu) ini tidak hanya kehilangan seorang teman, tetapi juga seorang panutan (Lucas et al, 2003; Papalia 2012).

Pada kondisi orangtua tunggal yang dikarenakan perceraian, ibu memiliki kesulitan untuk menanggulangi tantangan yang dialami setelah pernikahannya berakhir. Menanggulangi proses perceraian sangat penting bagi seorang ibu, tetapi layaknya mencoba berjalan kembali dengan menggunakan satu buah kaki setelah satu kaki lainnya diamputasi, proses ini tidak akan mudah dan menyakitkan. Akan ada waktu tertentu bagi seorang ibu untuk pulih kembali sebelum mampu untuk bangkit kembali. Pada awalnya, proses pemulihan ini akan terasa seperti tak berdaya, lumpuh, dan/atau mungkin merasa bebas dari bagian dirinya yang dahulu. Selanjutnya, akan membutuhkan waktu lebih bagi seorang ibu untuk menghadapi bahwa ibu sudah berdiri sendiri, setelah sebelumnya berbagi kehidupan dengan pasangannya (Duvall, 1957).

Baik pria dan wanita yang telah mengalami perceraian, keduanya menghayati perasaan kesendirian, berkurangnya kepercayaan diri, munculnya kecemasan akan kehidupan di masa yang akan datang, dan kesulitan dalam membentuk kepuasan kembali pada hubungan intim yang baru (Hetherington, 2006; Santrock, 2013). Wanita lebih cenderung untuk mengalami pengurangan yang signifikan dalam sumber ekonomi dan standar hidup setelah perpisahan atau perceraian dengan suami (Kreider & Fields, 2002; Papalia, 2012). Tidak hanya pada kondisi kehilangan suami karena kematian, ibu yang berada pada kondisi perceraian pun merasakan kesepian, terutama pada ibu yang berada di tahap *midlife*, yaitu ibu yang berumur 30 sampai dengan 50 tahun. Perceraian yang terjadi pada tahap *midlife* ini akan dihayati lebih terasa sulit pada wanita dibandingkan pada pria, dikarenakan wanita memiliki kecenderungan

untuk merasakan dampak negatif dari perceraian pada usia berapapun (Marks & Lambert, 1998; Papalia 2012). Hal ini juga dinyatakan oleh Herna Juniar Sinaga (2011) dalam penelitiannya mengenai Perbedaan Kesenian pada Wanita yang berperan sebagai Orangtua Tunggal karena Bercerai dan Meninggal Pasangan, dimana Herna Juniar Sinaga menemukan bahwa ibu yang menjadi orangtua tunggal karena kondisi perceraian merasa lebih kesepian dibandingkan dengan ibu yang ditinggal mati pasangannya dikarenakan hilangnya relasi dengan teman atau kerabat pasangan dan stigma negatif yang ibu terima dari masyarakat.

Fenomena orangtua tunggal (*single parent*) dalam beberapa tahun terakhir telah mengalami peningkatan yang signifikan. Badan Urusan Peradilan Agama (Badilag) Mahkamah Agung (MA) mencatat selama periode tahun 2005 hingga 2010 telah terjadi peningkatan angka perceraian nasional hingga 70 persen. Pada data tersebut, termasuk di dalamnya kota Bandung yang menempati urutan pertama dengan tingkat perceraian paling tinggi. Berdasarkan data Pengadilan Tinggi tahun 2010, angka perceraian di Bandung mencapai 84.084 perkara. Angka tersebut meningkat lebih dari 100 persen dibandingkan dengan tahun sebelumnya yang mencapai 37.523 perkara (Republika, 2012). Berdasarkan data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik di provinsi Jawa Barat menunjukkan angka bahwa jumlah ibu yang menjadi kepala keluarga karena bercerai sebanyak 60.160 orang pada tahun 2013, lalu meningkat menjadi sebanyak 65.848 orang pada tahun 2014, dan pada tahun 2015 kembali meningkat menjadi sebanyak 70.267 orang. Berdasarkan data tersebut, didapatkan gambaran seberapa tinggi jumlah keluarga yang berstatus sebagai orangtua tunggal, khususnya pada daerah Bandung dan Jawa Barat. Data tersebut juga menggambarkan bahwa jumlah ibu yang menjadi orangtua tunggal di Jawa Barat terus mengalami peningkatan selama tiga tahun berturut-turut dari tahun 2013 sampai dengan tahun 2015.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada lima ibu tunggal di Bandung (2017), yang terdiri dari 2 ibu tunggal yang ditinggal meninggal oleh suami, 2 ibu tunggal yang bercerai dengan suaminya, dan 1 lainnya merupakan ibu tunggal yang suaminya bekerja di luar negeri dan di luar kota, didapatkan data bahwa kelima ibu tunggal tersebut mengalami kesulitan, baik setelah ditinggal mati pasangan atau setelah melalui proses perceraian. Kesulitan utama empat dari kelima ibu tunggal di masa awal mereka menjalani kehidupan tanpa suami adalah kemandirian secara finansial. Sumber ekonomi menurun secara drastis setelah hidup tanpa suami. Dahulu ketika menjalani kehidupan dengan suami, para ibu tunggal ini masih dibantu dari finansial yang didapatkan dari suami, terlepas dari apakah ibu ini bekerja atau tidak bekerja. Ketika menjalani kehidupan sebagai ibu tunggal yang ditinggal meninggal dan bercerai, mereka hanya sendiri dalam membiayai kehidupan keluarga mereka. Salah satu ibu menyalahi dengan menggunakan deposito tabungan untuk membiayai hidup karena sudah pensiun, ibu lainnya masih bekerja dan juga ada yang membuka usaha/bisnis sendiri. Bagi ibu tunggal yang hidup tanpa kehadiran suami (dalam hal suami bekerja di luar kota/negeri), ibu cenderung tidak mengalami kesulitan secara finansial karena kehidupan sehari-hari masih dibiayai oleh suami. Kesulitan ibu tunggal yang hidup tanpa kehadiran suami ini adalah kesulitan untuk mengasuh anak sendirian dan kurangnya kehadiran suami yang membuat sulit bagi ibu untuk berbagi.

Kesulitan selanjutnya yang juga dihadapi oleh ibu tunggal ini adalah pandangan yang diberikan lingkungan sekitar ketika mengetahui bahwa mereka adalah seorang ibu tunggal/janda. Ibu memilih untuk tidak memberitahukan lingkungan sekitarnya bahwa mereka adalah seorang ibu tunggal, karena merasa takut lingkungan sekitarnya, terutama tetangga, akan beranggapan negatif terhadap status tersebut. Selain kedua kesulitan tersebut, ibu juga memiliki kesulitan dalam mendapatkan dukungan sosial, terutama dari keluarga

utama. Berdasarkan hasil survey, dua dari lima ibu tunggal yang bercerai menyatakan bahwa orangtua mereka pada awalnya belum menerima, merasa kecewa, bingung, bertanya-tanya karena pernikahan anak mereka tidak berhasil. Di sisi lain, dua dari ketiga ibu ini keluarganya menerima seiring dengan penjelasan yang diberikan oleh ibu yang bersangkutan, dan satu dari ketiga ibu mengalami kerentanan jarak dengan orangtuanya selama dua tahun terlebih dahulu sebelum akhirnya kembali menjalin hubungan baik dengan orangtuanya.

Kelima ibu ini pada umumnya mendapatkan dukungan sosial dari teman-temannya, meskipun sama seperti keluarganya, pada awalnya temannya bertanya-tanya kepada ibu mengapa hal tersebut bisa terjadi. Terlepas dari hal itu, teman-teman ibu tetap menawarkan bantuan, memberikan dukungan, dan juga memberikan penguatan pada ibu di saat mereka mengalami kondisi sulit dalam menghadapi perubahan dari istri menjadi ibu tunggal. Ibu tunggal ini pun menyatakan bahwa anak-anak mereka menerima keadaan yang dihadapi oleh keluarga dan juga memberikan dukungan pada ibu. Pada kasus ibu yang bercerai, ibu memberikan penjelasan terhadap anak-anaknya dan meminta pengertian pada anak-anak mereka untuk tetap berhubungan baik dengan ayah mereka. Penerimaan dari anak-anak ibu ini dilihat dari penjelasan ibu bahwa anak-anaknya cukup mudah memberi pengertian atas kondisi yang terjadi pada kasus ibu yang bercerai.

Beberapa kesulitan yang sudah dijelaskan diatas merupakan hal yang dihadapi oleh ibu tunggal. Terlepas dari mereka bekerja atau tidak bekerja, kesulitan-kesulitan tersebut tidak dapat dihindari untuk dirasakan oleh ibu tunggal yang diharuskan untuk menjalani hidup tanpa adanya bantuan dari suami. Ketika dihadapkan pada kesulitan-kesulitan yang dialami saat menjadi ibu tunggal, terdapat perbedaan sikap diantara satu ibu tunggal dengan ibu tunggal lainnya, khususnya saat menghadapi kesulitan yang menekan psikologis mereka dan

disaat mereka jatuh, terpuruk, bertahan sampai kemudian mereka berjuang untuk bangkit kembali. Proses tersebut yang dinamakan sebagai resiliensi.

Bernard (2014) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dengan baik walaupun di tengah situasi yang menekan atau banyaknya halangan dan rintangan. Resiliensi merupakan kapasitas manusia untuk menghadapi, mengatasi, menimalisir, dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan atau bahkan merubah kondisi yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi yang sangat dibutuhkan dalam setiap orang (Bernard, 2014). Kapasitas resiliensi juga memungkinkan seseorang bukan hanya mampu menghadapi situasi yang penuh tekanan, melainkan juga memampukan dirinya untuk menjadi semakin kuat dalam menghadapi tekanan.

Lingkungan yang dibutuhkan bagi kapasitas pengembangan kompetensi diri untuk menghasilkan perkembangan yang baik adalah lingkungan yang dapat mendukung kebutuhan dasar seseorang dan terpenuhinya kebutuhan psikologi untuk dapat saling memiliki afeksi, rasa kompetensi, rasa untuk mandiri serta perasaan aman. Aspek penting dari lingkungan yang mendukung berkembangnya resiliensi pada individu disebut dengan faktor protektif. Semakin banyak faktor protektif yang bekerja dalam lingkungan individu, maka semakin tinggi kemungkinan individu untuk resilien terhadap tekanan-tekanan yang dialaminya. Bernard (2014) mengemukakan terdapat tiga faktor protektif dari lingkungan yang dapat meningkatkan resiliensi seseorang. Ketiga faktor tersebut adalah relasi yang saling peduli atau saling menyayangi (*caring relationship*), adanya harapan besar dari lingkungan (*high expectation*) serta kesempatan yang diberikan oleh lingkungan bagi individu untuk berpartisipasi atau berkontribusi (*opportunities for participation and contribution*).

Dukungan yang berasal dari lingkungan ini dapat meningkatkan kemungkinan individu untuk mampu menghadapi tekanan atau kondisi sulit yang dihadapinya. Dukungan dari lingkungan dalam bentuk ikatan dan hubungan sosial dapat menjadi sangat penting ketika masa-masa sulit terjadi pada seseorang (Sarafino, 2011). Lingkungan memiliki peran penting dalam perkembangan resiliensi dalam individu. Berdasarkan penelitian dengan judul hampir serupa, yaitu Pengaruh *Social Support* terhadap Resiliensi Ibu Tunggal yang dilakukan oleh Satriani Manalu dari Universitas Sumatera Utara pada tahun 2015, menghasilkan kesimpulan bahwa dukungan sosial mempengaruhi resiliensi, dengan adanya pengaruh dari beberapa hal lain, yaitu usia, faktor penyebab menjadi ibu tunggal, dan ada atau tidaknya anggota keluarga lain di rumah ibu tunggal tersebut.

Dukungan sosial ini diartikan sebagai perasaan nyaman, penghargaan, perhatian atau bantuan yang diperoleh seseorang dari orang lain atau kelompoknya (Sarafino, 2011). Dukungan sosial tersebut memiliki empat bentuk. Bentuk pertama adalah dukungan emosional, dukungan yang berupa perhatian, empati, turut prihatin, penghormatan yang positif, dan dorongan. Dukungan ini dapat menyebabkan penerima dukungan merasa nyaman, tenang kembali, merasa dimiliki dan dicintai, dan kehangatan pribadi. Bentuk kedua adalah dukungan instrumental, dukungan yang berupa bantuan secara langsung dan nyata, seperti memberi atau meminjamkan sesuatu materi, baik uang atau barang, atau turut memberikan bantuan, bisa dengan membantu mengerjakan pekerjaan individu penerima dukungan. Bentuk ketiga adalah dukungan informasi, dukungan yang dapat berupa nasihat, arahan, bantuan saran, ataupun memberikan umpan balik pada individu penerima dukungan. Terakhir adalah dukungan persahabatan, dukungan berupa ketersediaan orang lain untuk menghabiskan waktu dengan orang terdekat, sehingga memberikan perasaan akan keberadaan dalam kelompok, baik dalam berbagi minat yang sama atau kegiatan sosial.

Orang-orang yang mendapatkan dukungan sosial percaya bahwa mereka dicintai dan berharga. Pada ibu tunggal, sumber dukungan sosial bisa didapat dari orang-orang di sekitarnya seperti orangtua, sahabat, anak, tetangga atau rekan kerja. Sebagaimana dicantumkan sebelumnya, bahwa tiga dari lima ibu tunggal yang telah diwawancarai oleh peneliti, ditemukan bahwa keluarga dari ibu tunggal mengalami kesulitan dalam menerima kenyataan bahwa pernikahan anak mereka tidak berhasil. Fakta lain dari hasil wawancara yaitu salah satu dari kelima ibu tunggal tersebut mengalami kerentanan hubungan dengan keluarganya selama dua tahun, sebelum akhirnya berbaikan kembali. Oleh karena itu, pada penelitian ini, peneliti lebih berfokus pada dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga.

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan diatas, peneliti tertarik untuk mengangkat fenomena tersebut ke dalam sebuah penelitian yang bertujuan untuk mencari tahu hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada diri ibu tunggal.

1.2 Identifikasi Masalah

Pada penelitian ini ingin diketahui apakah terdapat hubungan antara resiliensi dengan dukungan sosial yang diterima oleh ibu tunggal di Bandung.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk memperoleh data dan gambaran mengenai hubungan di antara resiliensi dan dukungan sosial pada ibu tunggal di Bandung.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara resiliensi dengan dukungan sosial pada ibu tunggal di Bandung.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk:

1. Memberikan informasi bagi ilmu pengetahuan terutama bagi ilmu Psikologi mengenai resiliensi yang dimiliki oleh ibu tunggal di Bandung dan memberikan informasi mengenai dukungan sosial yang diterima oleh ibu tunggal dalam hubungannya dengan resiliensi pada ibu tunggal di Bandung.
2. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai pedoman dan informasi kepada peneliti lain dalam melakukan penelitian selanjutnya yang lebih mendalam mengenai hubungan antara resiliensi dan dukungan sosial pada ibu tunggal di Bandung.

1.4.2 Kegunaan Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kegunaan untuk:

1. Memberikan informasi mengenai hubungan dukungan sosial dengan resiliensi pada ibu tunggal. Informasi ini diharapkan dapat membantu masyarakat dalam mengubah stigma pada ibu tunggal yang berada di sekitar mereka dan juga dapat meningkatkan pemberian dukungan sosial dari masyarakat terhadap ibu tunggal dalam hubungannya untuk meningkatkan resiliensi ibu tunggal.
2. Pada ibu tunggal di Bandung, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kesadaran mengenai pentingnya mendapatkan dukungan sosial, baik berasal dari keluarga, teman-teman, ataupun lingkungan sekitar dalam kaitannya untuk meningkatkan resiliensi pada diri ibu tunggal di Bandung.

1.5 Kerangka Pemikiran

Ibu tunggal adalah seorang ibu yang memikul tanggung jawab mendidik, membimbing, menjaga, membiayai, dan membesarkan anak tanpa pelibatan aktif suami, dalam artian suami yang hilang upaya atau meninggalkan keluarga (Wan Halim, dalam Hassan dkk, 2006). Seorang wanita dikatakan sebagai Ibu Tunggal sekiranya (1) Wanita yang ditinggal mati oleh suami dan bersedia meneruskan tugas untuk membesarkan anak-anak, (2) Wanita yang telah bercerai dengan suami dan diberi hak penjagaan ke atas anak-anaknya, (3) Wanita yang tidak diberi nafkah oleh suami untuk hidupnya dan anak-anaknya, lalu (4) Wanita yang berada di dalam proses perceraian (yang mungkin akan mengambil masa yang panjang), dan terakhir (5) Wanita yang membesarkan anak tanpa pertolongan suami misalnya suami kerja diluar kota. Kesimpulan yang dapat ditarik dari beberapa poin diatas ialah bahwa ibu tunggal merupakan wanita yang membesarkan bantuan anak tanpa bantuan dari pasangannya.

Saat menjalani peran sebagai ibu tunggal, seorang ibu harus dihadapkan pada tuntutan-tuntutan baru dalam hidupnya. Tuntutan dalam menjalani hidup sebagai ibu tunggal membuat ibu harus menanggung sendiri persoalan yang dihadapinya. Tuntutan ini dapat berbagai macam, bergantung dengan peran yang dijalani. Bersamaan dengan tuntutan, terdapat juga tantangan yang dihadapi oleh ibu tunggal. Adapun beberapa tantangan yang umumnya dialami oleh ibu tunggal adalah masalah finansial, yang mana ibu tunggal menyatakan bahwa mereka mengalami masalah keuangan dan merasa kesulitan untuk mencari pekerjaan tambahan untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarganya. Pada kasus ibu yang bercerai, proses pemulihan yang dilakukan setelah bercerai dapat terbagi menjadi tiga langkah. Langkah pertama yaitu menghadapi perasaan dan keputusan kompleks yang terjadi karena perpisahan pernikahan. Langkah kedua, mengendalikan kesulitan-kesulitan yang terjadi

karena perceraian, lalu langkah ketiga adalah pemulihan dan bangkit kembali dari kesulitan tersebut (Duvall, 1977). Masalah selanjutnya ialah untuk mengatasi tuntutan hidup dalam berbagai keterbatasan yang dimiliki, yang mana selain menjaga kebutuhan fisik, emosi, dan kedisiplinan anak-anaknya sendirian, ibu tunggal juga mengisi peran ayah sebagai pengarah, pelindung, dan sebagai kepala keluarga. Ibu tunggal bisa mengalami penurunan peran (*role strain*) karena banyaknya peran yang dilakukan, dimulai dari bekerja, membersihkan rumah, menyiapkan makanan, mencuci baju, membayar tagihan setiap bulan, dan memperhatikan kebutuhan emosional anak (DeGenova, 2008).

Terlepas dari apakah ibu tunggal ini memiliki pekerjaan tetap yang dapat membantu keadaan finansial atau tidak bekerja, beberapa kesulitan tersebut tidak dapat dihindari untuk dirasakan oleh ibu tunggal yang diharuskan untuk menjalani hidup tanpa adanya bantuan dari suami. Ketika ibu tunggal ini dihadapkan oleh kesulitan, terdapat perbedaan sikap diantara satu ibu tunggal dengan ibu tunggal lainnya, khususnya saat menghadapi kesulitan yang menekan psikologis mereka dan disaat mereka jatuh, terpuruk, bertahan sampai kemudian mereka berjuang untuk bangkit kembali. Proses ini yang kemudian dinamakan sebagai resiliensi.

Bernard (2014) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dengan baik walaupun di tengah situasi yang menekan atau banyaknya halangan dan rintangan. Resiliensi merupakan kapasitas manusia untuk menghadapi, mengatasi, menimalisir, dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan atau bahkan merubah kondisi yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi yang sangat dibutuhkan dalam setiap orang (Bonnie Bernard, 2014). Pada hal ini, kondisi yang tidak menyenangkan tersebut adalah kondisi yang mana ibu tunggal diharuskan untuk menghadapi kesulitan-kesulitan baru dalam

hidupnya setelah kehilangan suami, baik ditinggal mati atau pun karena perceraian. Kapasitas resiliensi juga memungkinkan seseorang bukan hanya mampu menghadapi situasi yang penuh tekanan, melainkan juga memampukan dirinya untuk menjadi semakin kuat dalam menghadapi tekanan.

Bernard (2014) mengemukakan bahwa terdapat empat aspek dari resiliensi. Aspek yang pertama adalah *social competence*, yang mana ibu tunggal memiliki karakteristik, kemampuan dan tingkah laku yang diperlukan oleh ibu untuk membangun suatu relasi dan mempertahankan kedekatan yang positif dengan orang lain. Aspek *social competence* ini meliputi: 1) *Responsiveness*, yaitu kemampuan bersosialisasi dengan memberikan respon yang positif pada orang lain, 2) *Communication*, yaitu kemampuan berkomunikasi sosial yang memungkinkan proses dari hubungan interpersonal dan dapat membangun hubungan, 3) *Empathy and caring*, yaitu kemampuan untuk mengetahui apa yang orang lain rasakan dan mengerti perspektif orang lain, dan 4) *Compassion, altruism, and forgiveness*, yaitu keinginan dan kemampuan untuk memperhatikan dan menolong orang lain. Aspek kedua adalah *problem solving skills*, yang mana kemampuan ibu untuk dapat membuat rencana dan tindakan selanjutnya yang akan dilakukan saat menghadapi masalah, dapat berpikir fleksibel, untuk mencari solusi alternatif terhadap suatu masalah, dapat berpikir kritis dan analitis dalam mengerti suatu kejadian atau situasi. Aspek *problem solving skills* ini mencakup: 1) *Planning*, yaitu kemungkinan untuk mengontrol dan merencanakan harapan masa depan, 2) *Flexibility*, yaitu kemampuan untuk memilih alternatif dan usaha untuk mencari alternatif solusi terbaik untuk masalah yang dialami, baik kognitif ataupun sosial, 3) *Resourcefulness*, yaitu kemampuan untuk mengidentifikasi sumber eksternal dan sumber pengganti yang dapat mendukung, dan 4) *Critical thinking and insight*, yaitu keterampilan untuk berpikir tinggi,

secara analitik, dan melihat sesuatu jauh lebih dalam dari apa yang terlihat dari permukaannya saja.

Aspek ketiga yaitu *autonomy*, yang mana ibu memiliki kemauan kuat serta kemampuan untuk mandiri dan mempunyai kontrol terhadap lingkungannya. Aspek *autonomy* meliputi: 1) *Positive identity*, yang merupakan identitas mengenai diri sendiri yang positif dan kuat yang dihubungkan dengan *self-esteem*, 2) *Internal locus of control and initiative*, yaitu kemampuan orang untuk mengontrol *internal locus*-nya sehingga akan menjadi lebih baik, 3) *Self-efficacy and mastery*, yaitu kepercayaan seseorang akan kemampuannya dalam menentukan hasil dalam kehidupan pribadinya, tidak masalah apakah itu benar-benar memiliki kemampuan atau tidak, 4) *Adaptive distancing and resistance*, yaitu kemampuan secara emosional untuk mampu melepaskan diri secara adaptif dari pengaruh lingkungan yang negatif, 5) *Self-awareness and mindfulness*, yaitu kemampuan untuk mengamati apa yang dipikirkan oleh orang lain, memperhatikan *mood*, kekuatan dan kebutuhan yang tampak dari seseorang, tanpa melibatkan emosi, dan 6) *Humor*, yaitu kemampuan untuk mengubah amarah dan kesedihan menjadi kegembiraan dan membantu seseorang untuk jauh dari hal yang menyedihkan.

Aspek keempat, *sense of purpose and bright future*, yaitu ibu memiliki orientasi pada tujuan, memiliki sikap yang optimis, kemudian ibu dapat mengambil makna atau hikmah dari setiap permasalahan atau kejadian yang dialami, serta keyakinan berkaitan dengan individu sebagai bagian dari alam semesta atau meyakini akan kebesaran Tuhan yang akan senantiasa membantu orangtua untuk dapat menghadapi dan menerima cobaan/ujian yang diberikan kepada mereka. Aspek terakhir ini meliputi: 1) *Goal direction, achievement motivation, and educational aspirations*, yaitu kemampuan untuk memotivasi diri dalam situasi yang mana kompetensi individu tertantang, 2) *Special interests, creativity, and imagination*, yaitu kemampuan untuk mencari atau memiliki minat atau hobi ketika terjadi banyaknya masalah

dalam hidup, 3) *Optimism and hope*, yaitu motivasi positif yang disertai dengan emosi dan perasaan yang positif untuk mencapai harapan masa depan, dan 4) *Faith, spirituality, and sense of meaning*, yaitu kepercayaan dalam rohani yang akan membawa stabilitas pribadi tentang tujuan dan arti diri mereka. Keempat aspek ini tidak dapat berdiri sendiri, melainkan berhubungan antar satu aspek dan lainnya. Seorang individu dapat dikatakan resilien jika memiliki keempat aspek tersebut dalam dirinya.

Perkembangan resiliensi dapat didukung oleh beberapa faktor, yang disebut dengan faktor protektif. Semakin banyak faktor protektif yang bekerja, semakin tinggi juga kemungkinan ibu tunggal untuk dapat bertahan terhadap tekanan-tekanan yang dialami. Faktor protektif resiliensi berasal dari lingkungan, yang mana memiliki peran penting dalam perkembangan resiliensi dari individu. Lingkungan yang dibutuhkan bagi kapasitas pengembangan kompetensi diri untuk menghasilkan perkembangan yang baik adalah lingkungan yang dapat mendukung kebutuhan dasar dari bakat seseorang dan terpenuhinya kebutuhan psikologis untuk dapat saling memiliki afeksi, rasa kompetensi, rasa untuk mandiri serta perasaan aman. Keseluruhan aspek dukungan dari lingkungan diatas dapat mendukung perasaan harapan personal pada individu.

Bernard (2004) mengemukakan terdapat tiga faktor dari lingkungan yang dapat meningkatkan resiliensi seseorang. Faktor pertama ialah relasi saling peduli atau saling menyayangi (*caring relationship*). *Caring relationship* ini adalah menyampaikan dukungan dengan penuh cinta yang mengandung makna kepercayaan dan cinta yang tidak bersyarat. Secara partikular, *caring relationships* dapat terlihat dari adanya rasa kasih sayang yang diberikan oleh seseorang, sebuah rasa sayang yang tidak menghakimi dan yang melihat jauh ke dalam perilaku negatif dan mencari penyebabnya. Faktor kedua yaitu lingkungan yang memiliki harapan besar (*high expectation*). *High expectation*, dimaknakan sebagai harapan

yang jelas, merupakan inti dari *caring relationship* yang diartikan secara jelas, positif, dan berpusat pada harapan individu tersebut. Harapan yang 'jelas' mengacu pada adanya bimbingan dan fungsi pengaturan yang harus diberikan oleh *caregivers* dalam mengembangkan seseorang. Faktor ketiga yaitu adanya kesempatan yang diberikan oleh lingkungan untuk berpartisipasi atau berkontribusi (*opportunities for participation and contribution*). Kesempatan yang diberikan pada individu untuk berpartisipasi dalam hal-hal yang menarik hati, menantang, dan aktivitas yang menarik, atau pengalaman yang ada di lapangan yang dapat memperbesar cakupan secara utuh dari *personal resilience strength*. Kesempatan untuk berpartisipasi juga mencakup memiliki peluang untuk memecahkan masalah dan membuat suatu keputusan pada situasi tertentu.

Salah satu faktor protektif yang telah disebutkan di atas ialah relasi saling peduli atau saling menyayangi (*caring relationship*), yang mana berarti dukungan yang disampaikan dengan penuh cinta, sebuah cinta yang mengandung kepercayaan, dan cinta yang tidak bersyarat. Dukungan penuh cinta dan kepercayaan yang berasal dari lingkungan ini dapat meningkatkan kemungkinan individu mampu menghadapi tekanan atau kondisi sulit yang dihadapinya. Dukungan ini dapat berasal dari beberapa sumber, bisa dari pasangan atau kekasih, keluarga, teman, dokter (ahli kesehatan), atau organisasi dan komunitas. Pada penelitian ini, maka dukungan sosial dari lingkungan yang akan ditekankan merupakan dukungan dari keluarga ibu tunggal.

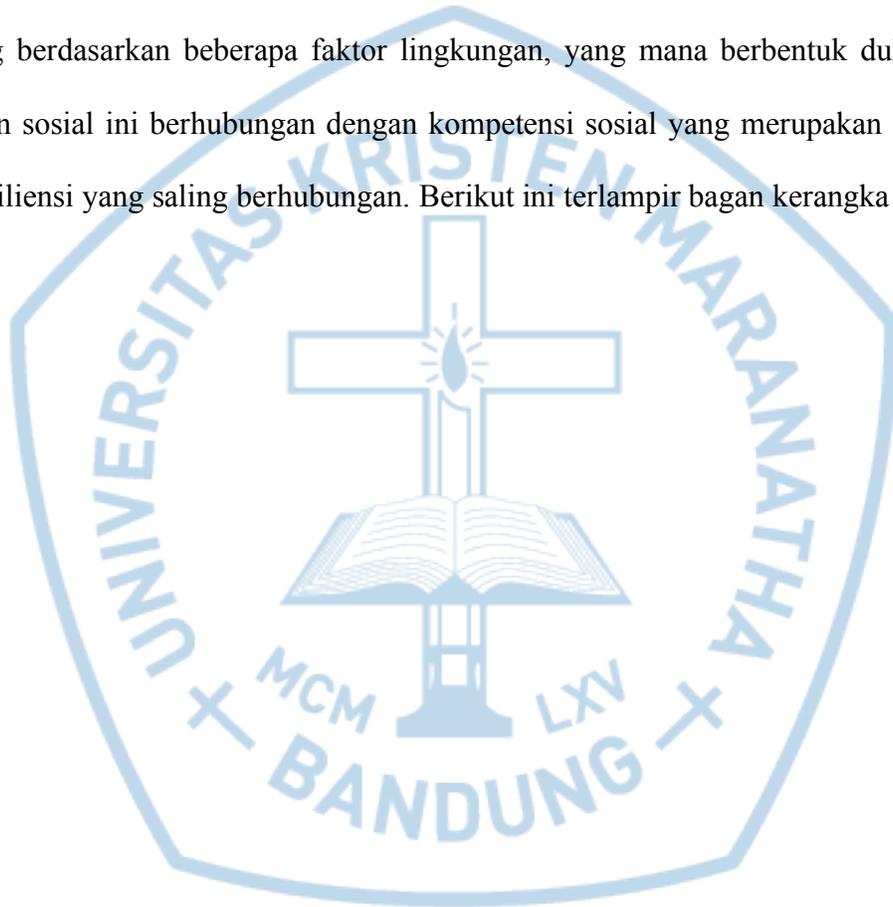
Sarafino (2011) mendefinisikan dukungan sosial sebagai kenyamanan, perhatian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk lain yang dapat diterima oleh ibu tunggal baik dari ibu tunggal lain atau kelompok masyarakat lain. Ibu tunggal yang mendapatkan dukungan sosial akan meyakini bahwa ia merasa dicintai, dihargai, dan merupakan bagian dari *social network*, seperti bagian dari keluarga atau organisasi, yang dapat mendukung ibu

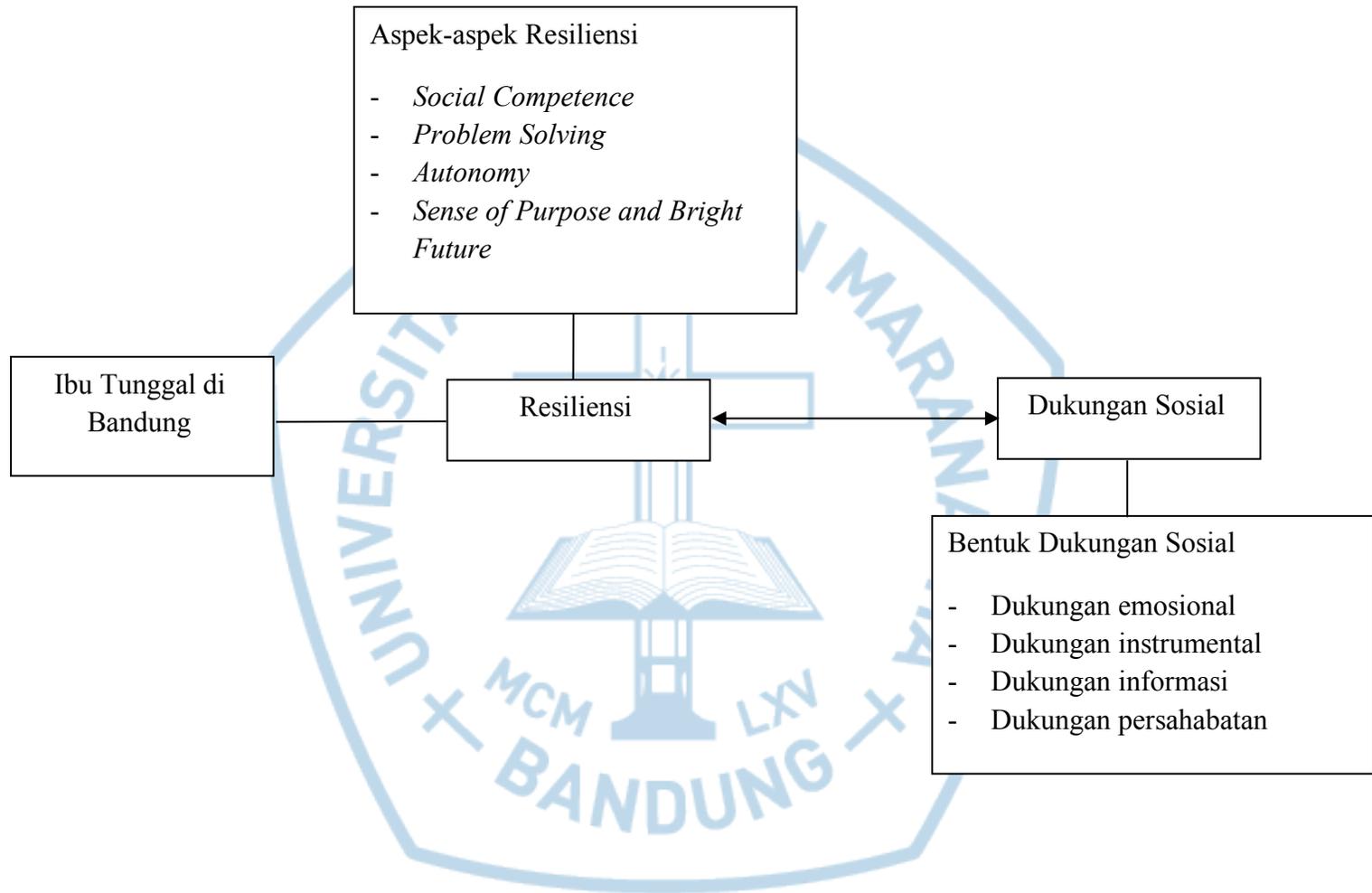
saat dibutuhkan. Dukungan sosial mengacu pada sebuah perbuatan yang dilakukan oleh orang lain, disebut juga dengan *received support*. Dukungan sosial juga mengacu pada perasaan atau persepsi bahwa kenyamanan, perhatian, dan pertolongan tersebut tersedia jika memang ibu membutuhkannya, yang juga disebut dengan *perceived support*. Dukungan sosial diterima oleh seseorang pada umumnya dalam keadaan *stressful*. Selain itu, untuk mendapatkan dukungan sosial, seorang individu harus memiliki kompetensi sosial (*social competence*) yang memadai. Kompetensi sosial ini merupakan salah satu aspek dari resiliensi, yang mana seseorang dikatakan memiliki kompetensi sosial jika mampu membangun suatu relasi dan mempertahankan kedekatan yang positif dengan orang lain. Individu yang pada umumnya tidak menerima dukungan sosial adalah individu yang tidak mudah bersosialisasi, tidak menolong orang lain, dan tidak membiarkan orang lain mengetahui bahwa mereka membutuhkan bantuan (Sarafino, 2011). Kompetensi sosial merupakan salah satu dari keempat aspek resiliensi yang berhubungan satu sama lain, yang dapat mencerminkan resiliensi seseorang. Hal ini berarti jika dukungan sosial yang diterima seseorang tinggi, maka dapat mencerminkan kompetensi sosial seseorang yang tinggi yang berhubungan dengan ketiga aspek lainnya yang tinggi. Begitupun sebaliknya, jika dukungan sosial yang diterima oleh seseorang rendah, mencerminkan kompetensi sosial seseorang yang rendah, yang berhubungan dengan ketiga aspek resiliensi yang juga rendah.

Terdapat empat jenis dukungan sosial yang telah diklasifikasikan oleh Sarafino. Jenis dukungan sosial yang pertama yaitu dukungan emosional, yang dapat diungkapkan dalam bentuk empati, kepedulian dan perhatian, juga penghargaan positif terhadap orang-orang yang bersangkutan. Jenis dukungan sosial kedua adalah dukungan instrumental yang berupa bantuan material (uang atau barang), lalu ada dukungan informasional yang mana dukungannya berbentuk informasi, nasihat, atau umpan balik. Jenis dukungan sosial terakhir

adalah dukungan pertemanan (*companionship*), yang mana dukungannya berbentuk keberadaan teman/sahabat.

Berdasarkan pemaparan tersebut, telah dijelaskan bahwa ketika ibu mengalami suatu kejadian yang menyebabkan dirinya menjadi ibu tunggal, ibu membutuhkan sebuah sikap bertahan sampai kemudian ibu tunggal mampu berjuang untuk bangkit kembali dari kejadian tersebut, yang disebut dengan resiliensi. Resiliensi ini didukung perkembangannya dalam diri seseorang berdasarkan beberapa faktor lingkungan, yang mana berbentuk dukungan sosial. Dukungan sosial ini berhubungan dengan kompetensi sosial yang merupakan salah satu dari aspek resiliensi yang saling berhubungan. Berikut ini terlampir bagan kerangka pemikiran:





Bagan 1.5.1: Bagan Kerangka Pemikiran

1.6 Hipotesis Penelitian

Hipotesis dari penelitian ini adalah bahwa terdapat hubungan antara resiliensi dan dukungan sosial pada ibu tunggal yang berada di kota Bandung.

