

***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA SINGLE MOTHER  
DENGAN WORK-FAMILY CONFLICT***

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk  
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)

Psikologi (S.Psi)



Rr. Lokanindiswari Imantiara Ayu Sarastanti

NIM. J91218112

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL**

**SURABAYA**

**2022**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "*Psychological Well-Being* pada *Single Mother* dengan *Work-Family Conflict*" merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Sepanjang sepengetahuan saya dalam karya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 20 Oktober 2022

Peneliti



Rr. Lokanindiswari Imantiara Ayu S.

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA SINGLE MOTHER  
DENGAN WORK-FAMILY CONFLICT***

Oleh:

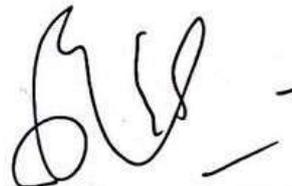
**Rr. Lokanindiswari Imantiara Ayu Sarastanti**

**NIM. J91218112**

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 20 Oktober 2022

Dosen Pembimbing



Hj. Tatik Mukhoyyaroh, S.Psi., M.Si

NIP. 197605112009122002

**HALAMAN PENGESAHAN**

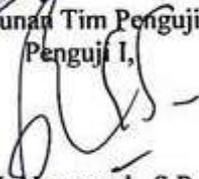
**SKRIPSI**

***PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA SINGLE MOTHER DENGAN  
WORK-FAMILY CONFLICT***

Disusun Oleh:  
Rr. Lokanindiswari Imantiara Ayu Sarastanti  
NIM. J91218112

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji  
Pada Tanggal 26 Oktober 2022

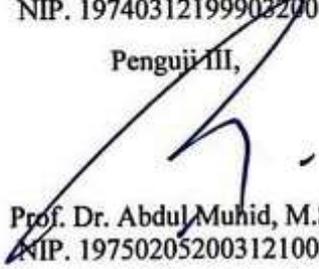
Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
  
Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si  
NIP. 197502052003121002  
Susunan Tim Penguji  
Penguji I,

  
Hj. Tatik Mukhooyaroh, S.Psi., M.Si  
NIP. 197605112009122002

Penguji II,

  
Rizma Fithri, S.Psi, M.Si  
NIP. 197403121999022001

Penguji III,

  
Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si  
NIP. 197502052003121002

Penguji IV,

  
Funsy Andiarna, M.Kes  
NIP. 198710142014032002



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**  
**PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: [perpus@uinsby.ac.id](mailto:perpus@uinsby.ac.id)

---

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Rr. Lokanindiswari Imantiara Ayu Sarastanti  
NIM : J91218112  
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi  
E-mail address : j91218112@uinsby.ac.id

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi     Tesis     Desertasi     Lain-lain (.....)  
yang berjudul :

*Psychological Well-Being pada Single Mother dengan Work-Family Conflict*

---

---

---

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 1 November 2022

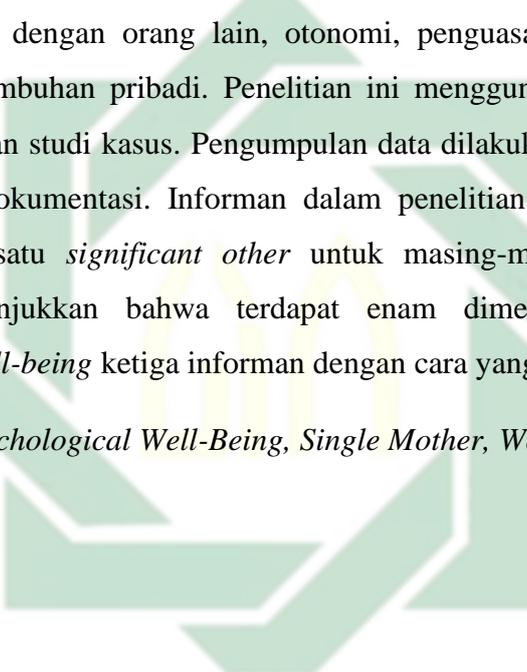
Penulis

(Rr. Lokanindiswari Imantiara Ayu S.)

## ABSTRAK

Besarnya peran dan tanggung jawab *single mother* atas peran ganda yang dijalani dapat berpengaruh pada *psychological well-being* yang dimiliki. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dinamika terbentuknya *psychological well-being* pada *single mother* dengan *work-family conflict* ditinjau dari dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Informan dalam penelitian ini adalah tiga *single mother* dengan satu *significant other* untuk masing-masing informan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat enam dimensi yang membentuk *psychological well-being* ketiga informan dengan cara yang berbeda-beda.

**Kata Kunci:** *Psychological Well-Being, Single Mother, Work-Family Conflict*



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR ISI

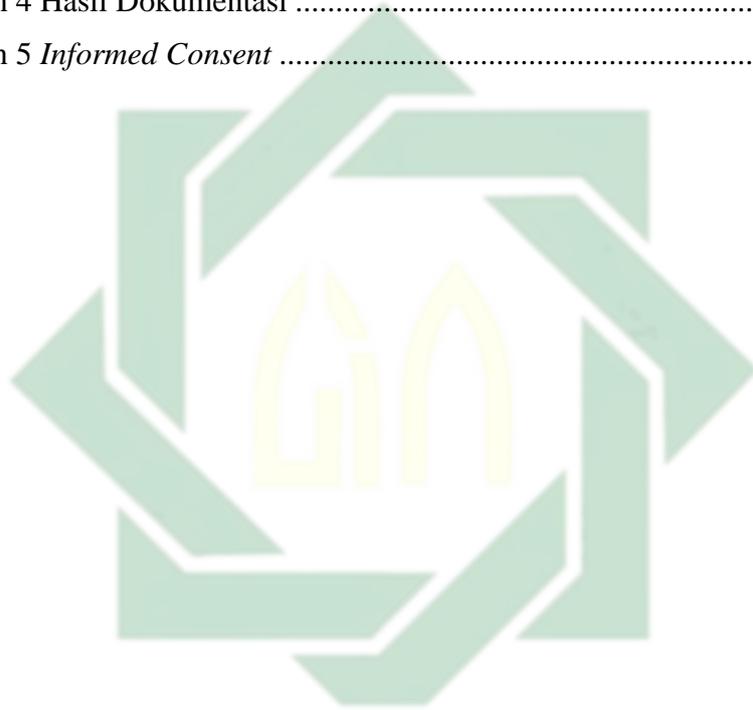
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PUBLIKASI .....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	6
C. Keaslian Penelitian.....	6
D. Tujuan Penelitian .....	9
E. Manfaat Penelitian .....	10
F. Sistematika Pembahasan .....	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	12
A. Psychological Well-Being.....	12
1. Definisi Psychological Well-Being .....	12
2. Dimensi Psychological Well-Being .....	13
3. Faktor yang Memengaruhi Psychological Well-Being .....	17
4. Dampak Psychological Well-Being .....	19
B. Single Mother.....	20
1. Definisi Single Mother .....	20
2. Penyebab Perempuan Menjadi <i>Single Mother</i> .....	20
C. Work-Family Conflict.....	21
1. Definisi Work-Family Conflict .....	21
2. Dimensi Work-Family Conflict.....	21

D. Psychological Well-Being pada Single Mother dengan Work-Family Conflict .....	23
E. Kerangka Teoritik .....	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	27
B. Kehadiran Peneliti .....	28
C. Lokasi Penelitian .....	28
D. Sumber Data.....	28
E. Prosedur Pengumpulan Data .....	29
F. Analisis Data .....	32
G. Keabsahan Data.....	33
BAB IV PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	35
A. <i>Setting</i> Penelitian.....	35
B. Hasil Penelitian .....	41
1. Deskripsi Temuan Penelitian.....	41
2. Hasil Analisis Data .....	65
C. Pembahasan.....	76
BAB V PENUTUP.....	94
A. Kesimpulan .....	94
B. Saran.....	96
DAFTAR PUSTAKA .....	97

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Panduan Wawancara dan Observasi.....	101
Lampiran 2 Transkrip Wawancara.....	103
Lampiran 3 Hasil Observasi.....	130
Lampiran 4 Hasil Dokumentasi .....	133
Lampiran 5 <i>Informed Consent</i> .....	137



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Memiliki keluarga yang bahagia dan utuh merupakan impian setiap individu. Keluarga terbentuk karena adanya ikatan pernikahan antara seorang laki-laki dan perempuan yang kemudian memiliki keturunan sehingga menjadi sebuah kesatuan utuh sebagai unit terkecil dari masyarakat. Sebuah keluarga dapat disebut sebagai keluarga utuh apabila terdiri dari struktur keluarga yang lengkap meliputi ayah, ibu, dan anak yang tinggal dalam sebuah rumah tangga dan berfungsi menjalankan peran masing-masing sebagai anggota keluarga.

Ikatan pernikahan dan suatu kesatuan keluarga yang telah dibangun dapat berpotensi mengalami kegagalan sehingga menjadikan keluarga tersebut tak utuh lagi. Dalam sebuah pernikahan, tak jarang terjadi kegagalan yang mengakibatkan kandasnya hubungan suami istri dan menimbulkan adanya perceraian. Tak hanya disebabkan oleh kegagalan atau kandasnya pernikahan, beberapa keluarga juga menjadi tidak utuh karena kematian salah satu pasangan. Kondisi tersebut menyebabkan adanya perempuan yang menyandang status sebagai *single mother* atau ibu tunggal.

Dewasa ini, fenomena *single mother* atau ibu tunggal sering ditemui di Indonesia. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2021, terdapat 14,38 persen perempuan di Indonesia yang tercatat sebagai kepala keluarga (BPS RI, 2021). Di Jawa Timur sendiri, jumlah keluarga yang dipimpin perempuan cukup tinggi yakni sebanyak 2,79 juta keluarga atau sekitar 20 persen dari total keluarga di Jawa Timur sebanyak 13,82 juta keluarga (Kompas TV, 2021). Perempuan menjadi kepala keluarga atau *single mother* disebabkan berbagai hal, salah satunya perceraian. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa jumlah perceraian di Indonesia pada tahun 2021 mencapai 447.743, dengan rincian 110.400 cerai talak dan 337.343 cerai gugat (Dzulfaroh, 2022). Angka ini lebih tinggi dari 2 tahun sebelumnya, yakni 291.677 pada tahun 2020 dan 493.002 pada tahun 2019. Selain perceraian, perempuan menjadi *single mother* juga dapat disebabkan karena kematian pasangan. Kepala Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, dan Kependudukan (DP3AK) Jawa Timur, Andriyanto menyatakan bahwa banyak perempuan di Jawa Timur yang sakit, namun tingkat mortalitas atau kematian lebih banyak terjadi pada laki-laki (Jawa Pos, 2021).

Menjadi *single mother* bukanlah hal yang mudah mengingat besarnya tuntutan dan banyaknya tantangan yang dihadapi dalam menjalankan peran sebagai orang tua tunggal. Selain berperan sebagai ibu, seorang *single mother* juga berperan sebagai ayah sehingga *single mother* dituntut untuk pandai dalam membagi waktu antara pekerjaan dan waktu

untuk anak (Primayuni, 2019). Sebagai orang tua tunggal, *single mother* diharuskan untuk berpenghasilan sendiri dan memegang kendali utuh dalam mengatur finansial keluarga. Sementara di sisi lain, *single mother* juga memiliki kewajiban dalam mengasuh dan mendidik anak. Kompleksitas peran tersebut sering kali membuat *single mother* merasa kelelahan dengan beragam tantangan yang dihadapi. Tak hanya itu, menyandang status sebagai seorang *single mother* juga membuat *single mother* merasa rendah diri atas penilaian masyarakat dan merasa kesepian karena ketidakhadiran pasangan sebagai seseorang yang dapat memenuhi kebutuhan emosional *single mother* (Windasari, 2022).

Pekerjaan dan keluarga merupakan dua hal yang berbeda namun saling bergantung satu sama lain dalam kaitannya dengan pemenuhan hidup individu, tak terkecuali *single mother*. Dalam menyeimbangkan antara pekerjaan dan keluarga, sering kali muncul konflik dan dilema dalam menentukan prioritas atas kedua hal tersebut sehingga memunculkan situasi yang disebut *work-family conflict* (Hasanah & Ni'matuzahroh, 2017). *Work-family conflict* terjadi karena adanya tekanan ketika individu menjalankan peran dalam pekerjaan yang bertentangan dengan tekanan ketika individu menjalankan peran dalam keluarga. Perempuan yang mengalami konflik akibat peran ganda berpotensi memiliki emosi yang kurang stabil karena harus memberikan kinerja yang baik dalam pekerjaan dan secara bersamaan juga harus menjalankan kewajiban mengurus rumah

tangga sehingga dapat memicu stres, kecemasan, depresi, hingga gangguan psikosomatis (Pulih, 2021).

Besarnya peran dan tanggung jawab yang diemban karena peran ganda yang dijalani dapat berpengaruh pada *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis *single mother*. *Psychological well-being* merupakan suatu kondisi ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, mengembangkan relasi positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan terus bertumbuh secara personal (Ryff, 1989). Interaksi antara pekerjaan dan keluarga yang negatif dapat menurunkan *psychological well-being* akibat menipisnya sumber daya mental dan ketegangan psikologis yang tinggi (Obrenovic et al., 2020). *Psychological well-being* menjadi penting bagi seorang *single mother* karena dapat berpengaruh pada perilaku, kondisi emosi, hingga pandangan *single mother* terhadap masa depan. Hal tersebut dapat berdampak pada keluarga khususnya pada anak sehingga tidak hanya berkaitan dengan kesejahteraan *single mother* itu sendiri, *psychological well-being* seorang *single mother* juga berpengaruh terhadap kesejahteraan keluarga.

Kesulitan menjalankan peran dan tanggung jawab sebagai *single mother* dialami oleh ketiga informan dalam penelitian ini yakni NH, WA, dan LZ. Ketika mengandung anak yang baru berusia 3 bulan dalam kandungan, NH memutuskan bercerai karena perselingkuhan yang dilakukan mantan suami. Tak hanya NH, perselingkuhan juga menjadi

alasan perceraian LZ dengan mantan suami. LZ ditinggalkan oleh suami saat mengandung anak yang berusia 4 bulan sehingga LZ harus menghidupi keluarga seorang diri. Sementara itu, WA menjadi seorang *single mother* karena sang suami meninggal dunia.

Pasca menjadi *single mother* baik NH, WA maupun LZ menghadapi berbagai kesulitan dalam menyeimbangkan peran dalam keluarga dan pekerjaan. NH dan LZ memiliki tanggung jawab mengurus anak sejak kelahiran hingga saat ini seorang diri. Sementara itu, WA memiliki 2 anak laki-laki yang masih berusia di bawah 5 tahun, yakni masing-masing berusia 4 tahun dan 2 tahun. Usia di bawah 5 tahun tergolong dalam periode awal pengasuhan yang sangat kritis dan berpengaruh pada periode perkembangan anak selanjutnya sehingga orang tua memiliki peranan yang penting untuk memenuhi segala kebutuhan anak selama periode tersebut (Ngewa, 2019). Ketiga informan memiliki jam kerja yang cukup padat yakni 9 jam dengan 6 hari kerja pada NH dan WA serta 13 jam pada LZ sehingga ketiga informan tidak selalu dapat mendampingi anak sehari-hari.

Usia pernikahan ketiga informan tergolong singkat yakni NH dan LZ yang terhitung hanya 1 tahun serta WA yang terhitung 4 tahun. Pernikahan di bawah 10 tahun dikategorikan dalam tahap *beginning* hingga *child rearing* sehingga membutuhkan banyak penyesuaian terhadap kebiasaan baru yang muncul pada masa awal pernikahan hingga pada tahap pengasuhan anak (Kisiyanto & Setiawan, 2018). Penelitian juga menunjukkan bahwa masalah yang dialami oleh kebanyakan pasangan di 5

tahun awal pernikahan adalah masalah finansial atau ekonomi (Saidiyah & Julianto, 2016). Ketidakhadiran pasangan dalam rumah tangga menyebabkan WA menghadapi kesulitan menjalankan berbagai peran dan tanggung jawab seorang diri. Kesulitan dalam menjalankan peran ganda tersebut turut berdampak pada *psychological well-being* ketiga informan yakni NH, WA, serta LZ.

Berdasarkan uraian latar belakang yang sudah dijelaskan, maka peneliti tertarik untuk mengulas dan menganalisis lebih dalam mengenai *psychological well-being* pada *single mother* dengan *work-family conflict*.

## **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka penelitian ini difokuskan pada bagaimana dinamika terbentuknya *psychological well-being* pada *single mother* dengan *work-family conflict* ditinjau dari dimensi-dimensi *psychological well-being* yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

## **C. Keaslian Penelitian**

Keaslian penelitian ini didasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang memiliki karakteristik yang relatif sama terhadap tema penelitian, walaupun berbeda pada kriteria informan, jumlah dan posisi variabel penelitian, atau metode yang digunakan. Penelitian terdahulu yang terkait dengan tema penelitian antara lain penelitian “*Stress and Psychological Well-Being among Single Parents*” yang menyimpulkan

bahwa *single mother* mengalami stres yang tinggi berkaitan dengan tuntutan peran ganda serta masalah finansial dan emosional pasca menjadi orang tua tunggal yang kemudian berdampak pada *psychological well-being* yang dimiliki (Chanda & Pujar, 2018). Hasil penelitian "*Mental health among single mothers in Cyprus: a cross-sectional descriptive correlational study*" turut menunjukkan bahwa *single mother* berpotensi memiliki *psychological well-being* yang rendah berkaitan dengan tekanan mental karena masalah finansial dan kurangnya dukungan sosial (Rousou et al., 2019). Sejalan dengan hasil penelitian tersebut, penelitian "*Psychosocial factors associated with symptoms of depression, anxiety and stress among single mothers with young children: A population-based study*" juga menunjukkan bahwa *single mother* yang memiliki anak usia dini berisiko mengalami stres yang tinggi karena kurangnya dukungan sosial, kesulitan finansial, serta tanggung jawab dalam peran pengasuhan anak (Liang et al., 2019).

Dukungan sosial berkaitan dengan *psychological well-being* seorang *single mother*. Dalam penelitian "*Psychological well-being of individuals after divorce: the role of social support*" dijelaskan bahwa dukungan sosial merupakan sumber daya penting yang memiliki efek tidak langsung yang signifikan terhadap *psychological well-being* individu pasca perceraian (Kołodziej-Zaleska & Przybyła-Basista, 2016). Sementara itu, hasil penelitian "Apakah dukungan sosial berhubungan dengan kesejahteraan psikologis ibu pekerja?" juga menunjukkan bahwa meningkatkan dukungan

sosial dari keluarga, teman, maupun orang terdekat dapat turut meningkatkan *psychological well-being* ibu pekerja (Arfianto et al., 2020).

Penelitian terdahulu terkait *psychological well-being* dan *work-family conflict* pada ibu dengan peran ganda antara lain penelitian “Hubungan antara *work family conflict* dengan *psychological well-being* pada ibu yang bekerja sebagai perawat di Rumah Sakit Sumber Kasih Cirebon” yang menyimpulkan bahwa semakin rendah *work-family conflict*, maka *psychological well-being* yang dimiliki semakin tinggi (Pamintaningtyas & Soetjningsih, 2020). Penelitian serupa yakni “Hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda pada wanita yang bekerja sebagai polisi di Polrestabes Semarang” turut menyimpulkan bahwa semakin tinggi *psychological well-being* yang dimiliki, maka *work-family conflict* yang dialami semakin rendah (Anwar & Fauziah, 2019).

*Psychological well-being* yang dimiliki *single mother*, seperti dalam hasil penelitian “Kesejahteraan Psikologis Studi pada Pria Duda dan Wanita Janda setelah Kematian Pasangan di Kota Tomohon”, dipengaruhi oleh berbagai hal antara lain kematangan pribadi, dukungan sosial yang diterima, serta religiusitas yang dimiliki (Sitepu et al., 2021). Selaras dengan penelitian tersebut, dalam penelitian “*Psychological Well-Being* pada Janda Dewasa Awal karena Perceraian”, pengalaman hidup dan hubungan positif dengan orang lain serta kemandirian individu dalam menjalani kehidupan dan bagaimana individu tersebut mampu beradaptasi dengan lingkungannya

memberi dampak yang cukup besar terhadap *psychological well-being* yang dimiliki (Cahyani & Dwiyanti, 2021).

Pembentukan *psychological well-being* dalam hasil penelitian “Kesejahteraan psikologis perempuan yang berperan ganda”, berkaitan dengan keenam dimensi *psychological well-being* yang bertitik tumpu pada peran ganda yang dijalani baik dalam keluarga maupun dalam di ruang publik (Meriko & Hadiwirawan, 2019). Penelitian “*Multiple roles of working women and psychological well-being*” juga menyimpulkan bahwa kualitas lingkungan rumah dan lingkungan kerja menentukan *psychological well-being* perempuan dengan peran ganda (Sinha, 2017). Walau pekerjaan dikaitkan dengan *psychological well-being* perempuan dengan peran ganda, hasil penelitian “*Gender and Psychological Well-Being*” menunjukkan bahwa prioritas tertinggi perempuan adalah menyangkut peran dalam keluarganya (Matud et al., 2019).

Berdasarkan uraian di atas, terdapat beberapa penelitian terdahulu yang serupa dengan tema penelitian. Walau begitu, penelitian yang akan dilakukan akan tetap berbeda khususnya dalam kriteria informan, *setting* penelitian, serta metode yang digunakan. Dengan demikian, tema penelitian yang akan dilakukan benar-benar asli adanya.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini yakni untuk mengetahui dinamika terbentuknya *psychological well-being* pada *single mother* dengan *work-family conflict* ditinjau dari dimensi-dimensi *psychological well-being* yaitu

penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

## **E. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam perkembangan ilmu psikologi khususnya berkaitan dengan *psychological well-being* pada *single mother* dengan *work-family conflict*.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Single Mother**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pada *single mother* dengan *work-family conflict* terkait dinamika *psychological well-being* ditinjau dari dimensi-dimensi *psychological well-being* sehingga dapat membantu meningkatkan kualitas hidup *single mother*.

#### **b. Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi bagi peneliti lain yang ingin meneliti di bidang psikologi khususnya berkaitan dengan *psychological well-being* pada *single mother* dengan *work-family conflict*.

## F. Sistematika Pembahasan

Adapun sistematika pembahasan dalam penelitian ini disusun dengan sistematis agar sesuai dan terarah yang terdiri dari lima bab yang saling berkaitan satu sama lain, yaitu:

Bab I berisikan pendahuluan meliputi uraian dari latar belakang masalah, fokus penelitian, keaslian peneliitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab II berisikan kajian pustaka terhadap beberapa teori dan referensi yang menjadi landasan dalam penelitian ini yakni diantaranya *psychological well-being*, *single mother*, dan *work-family conflict*.

Bab III berisikan metode penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini meliputi pendekatan dan jenis penelitian, kehadiran peneliti, lokasi penelitian, sumber data, prosedur pengumpulan data, analisis data, dan pengecekan keabsahan temuan.

Bab IV berisikan hasil penelitian dan pembahasan yang meliputi *setting* penelitian, uraian hasil penelitian, dan pembahasan dari hasil penelitian tersebut.

Bab V berisikan penutup meliputi kesimpulan dari keseluruhan temuan penelitian serta saran terkait penelitian.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Psychological Well-Being

##### 1. Definisi Psychological Well-Being

Teori *psychological well-being* dikembangkan oleh Ryff (1989), merujuk pada pencapaian penuh dari potensi psikologis individu dan suatu kondisi ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, mengembangkan relasi positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan terus bertumbuh secara personal. *Psychological well-being* merupakan gambaran kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan fungsi psikologi positif. Konsep *psychological well-being* berkaitan dengan apa yang dirasakan individu mengenai kehidupan sehari-hari serta mengarah pada pengungkapan perasaan-perasaan pribadi atas apa yang dirasakan oleh individu sebagai bentuk evaluasi dari pengalaman hidupnya.

Konsep *psychological well-being* didasari oleh dua perspektif, yakni perspektif *psychological functioning* dan perspektif *life-span development* (Ryff, 1989). Perspektif *psychological functioning* meliputi konsep aktualisasi diri (*self-actualization*) oleh Maslow (1968), konsep individu yang berfungsi penuh (*fully-functioning*

*person*) oleh Rogers (1961), serta konsep kematangan individu oleh Allport (1961). Sedangkan perspektif *life-span development* meliputi tahapan psikososial oleh Erikson (1959), teori kecenderungan hidup mendasar yang merujuk pada pencapaian kehidupan oleh Bühler (1935), serta teori mengenai perubahan kepribadian oleh Neugarten (1973).

*Psychological well-being* merupakan realisasi dan pencapaian penuh dari potensi psikologis individu, cerminan kehidupan individu yang berlangsung dengan baik. Tidak hanya berkaitan dengan hal-hal positif dalam hidup individu, bagaimana individu menyikapi berbagai pengalaman emosi negatif seperti kekecewaan dan kegagalan juga merupakan hal yang esensial dalam *psychological well-being* individu. Emosi negatif yang dialami individu akan memengaruhi *psychological well-being* yang dimiliki apabila emosi tersebut dialami dalam jangka waktu yang cukup lama dan mengganggu keberfungsian individu dalam kehidupannya.

## 2. Dimensi Psychological Well-Being

Terdapat enam dimensi yang menjadi fondasi terbentuknya *psychological well-being* (Ryff, 1989), yaitu:

### a. Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)

Dimensi ini merupakan karakteristik utama konsep kesehatan mental dan fungsi psikologi positif serta karakteristik individu yang teraktualisasi diri, berfungsi secara optimal, dan

dewasa. Penerimaan diri meliputi perasaan baik individu terhadap diri sendiri, terhadap masa kini maupun masa lalu, serta mengetahui dan menerima kelebihan dan kekurangan diri yang dimiliki. Menurut Maslow (1968), penerimaan diri merupakan salah satu karakter dari individu yang mampu mengaktualisasikan diri sehingga individu dapat menerima diri apa adanya, memberikan penilaian yang tinggi pada individualitas serta keunikan diri sendiri.

b. Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relation with Others*)

Dimensi ini merujuk pada kemampuan menjalin hubungan interpersonal yang hangat dan saling percaya. Kemampuan menjalin hubungan interpersonal yang baik dianggap sebagai komponen utama kesehatan mental dan kriteria kedewasaan.

Individu yang memiliki hubungan positif dengan orang lain akan memiliki kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain, dapat menunjukkan empati serta afeksi, dan memahami prinsip memberi dan menerima dalam hubungan dengan orang lain. Sebaliknya, individu yang kurang atau tidak memiliki hubungan positif dengan orang lain akan terisolasi dan merasa frustrasi dalam menjalin hubungan dengan orang lain serta tidak memiliki keinginan untuk mempertahankan hubungan tersebut.

c. Otonomi (*Autonomy*)

Dimensi ini meliputi kualitas penentuan diri (*self-determination*), kemandirian, dan pengendalian perilaku dalam diri. Individu yang memiliki otonomi tinggi akan memiliki *self-determination* yang tinggi sehingga dapat memutuskan dan mengatur perilaku diri sendiri tanpa campur tangan orang lain, mandiri, tahan terhadap tekanan sosial, serta mampu mengevaluasi diri. Sebaliknya, individu yang memiliki otonomi rendah akan bergantung dengan orang lain, memperhatikan dan mempertimbangkan harapan serta evaluasi dari orang lain, mudah terpengaruh oleh tekanan sosial sehingga berperilaku dengan cara-cara tertentu.

d. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Dimensi ini berkaitan dengan kemampuan individu mengendalikan situasi atau lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikologisnya, berpartisipasi dalam lingkungan di luar dirinya, memanipulasi dan mengendalikan lingkungan yang kompleks, serta kemampuan untuk mengambil keuntungan dan kesempatan dari lingkungan. Individu yang dapat menguasai lingkungan dengan baik akan dapat mengendalikan hal-hal eksternal dalam lingkungannya termasuk mengatur dan mengendalikan situasi dalam kehidupan sehari-hari, memanfaatkan peluang dan

kesempatan yang ada, serta mampu menyesuaikan dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan diri individu tersebut. Sebaliknya, individu yang kurang atau tidak dapat menguasai lingkungan akan kesulitan dalam mengatur dan mengendalikan situasi dalam kehidupan sehari-hari, tidak mampu menyesuaikan atau menciptakan kualitas lingkungan sesuai dengan kebutuhan serta tidak mampu memanfaatkan peluang dan kesempatan yang ada dengan baik.

e. Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Dimensi tujuan hidup merujuk pada keyakinan individu yang memunculkan perasaan bahwa terdapat tujuan dan makna dalam hidup. Individu yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, niat, dan arah sehingga timbul perasaan bahwa hidup bermakna. Dimensi ini menggambarkan kondisi individu yang memiliki pemahaman yang jelas akan arah dan tujuan hidupnya.

Individu yang rendah dalam dimensi tujuan hidup akan kehilangan makna hidup yang dimiliki, tidak memiliki arah dan cita-cita yang jelas, serta tidak memiliki harapan atau kepercayaan yang memberi makna pada kehidupan.

f. Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Dimensi ini berkaitan dengan keinginan individu untuk terus tumbuh dan mengembangkan potensinya, terbuka terhadap pengalaman yang baru, serta memiliki keinginan untuk

merealisasikan potensinya. Individu yang memiliki pertumbuhan pribadi yang baik akan memiliki perasaan terkait pertumbuhan dalam diri, memandang diri sebagai individu yang akan selalu tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap berbagai pengalaman baru, mampu menyadari potensi yang dimiliki, serta memiliki keinginan untuk menambah wawasan yang luas dan menjadi pribadi yang lebih baik. Sebaliknya, individu yang kurang atau tidak memiliki pertumbuhan pribadi yang baik akan mengalami stagnasi, tidak ada peningkatan maupun pengembangan dalam diri, serta tidak mampu untuk mengembangkan sikap dan perilaku yang baik.

### 3. Faktor yang Memengaruhi Psychological Well-Being

Faktor-faktor sosiodemografi yang dapat memengaruhi *psychological well-being* individu, antara lain:

#### a. Usia

Terdapat perbedaan *psychological well-being* pada individu dalam berbagai rentang usia yaitu *young* atau dewasa awal (25-29 tahun), *midlife* atau dewasa madya (30-64 tahun), dan *older* atau dewasa akhir (> 65 tahun). Dimensi *psychological well-being* akan berbeda seiring bertambahnya usia (Ryan & Deci, 2001). Individu di rentang usia dewasa awal memiliki skor tinggi dalam dimensi pertumbuhan pribadi, penerimaan diri, dan tujuan hidup serta skor rendah dalam dimensi hubungan positif dengan orang

lain, penguasaan lingkungan, dan otonomi. Individu di rentang usia dewasa madya memiliki skor tinggi dalam dimensi penguasaan lingkungan, otonomi, dan hubungan positif dengan orang lain serta skor rendah dalam dimensi pertumbuhan pribadi, tujuan hidup, dan penerimaan diri. Individu di rentang usia dewasa akhir memiliki skor tinggi pada dimensi otonomi, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan, dan penerimaan diri serta skor rendah pada dimensi pertumbuhan pribadi dan tujuan hidup.

b. Gender

Gender turut menjadi salah satu faktor yang memengaruhi *psychological well-being*. Perempuan memiliki *psychological well-being* yang lebih tinggi dibanding laki-laki ditinjau dari dimensi hubungan positif dengan orang lain dan pertumbuhan pribadi (Ryff, 1989).

c. Status Sosial Ekonomi

Status sosial ekonomi berkaitan dengan dimensi penerimaan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan, dan pertumbuhan pribadi (Ryan & Deci, 2001). Individu dengan tingkat penghasilan yang tinggi dan memiliki dukungan sosial yang tinggi akan memiliki *psychological well-being* yang tinggi.

d. Budaya

Sistem nilai individualisme dan kolektivisme berpengaruh terhadap *psychological well-being* yang dimiliki (Ryff, 1995).

Budaya barat memiliki nilai yang tinggi dalam dimensi penerimaan diri dan otonomi, sedangkan budaya timur yang menjunjung tinggi nilai kolektivisme memiliki nilai yang tinggi dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain.

#### 4. Dampak Psychological Well-Being

*Psychological well-being* merupakan realisasi dan pencapaian penuh dari potensi psikologi individu. Dimensi-dimensi *psychological well-being* saling berkaitan dan membentuk dinamika *psychological well-being* agar individu dapat berfungsi secara positif dalam kehidupan sehari-hari. *Psychological well-being* adalah suatu kondisi ketika individu mampu menerima keadaan diri secara positif, baik keadaan yang dijalani saat ini maupun pengalaman hidup yang dialami meliputi pengalaman positif serta negatif dan menerima semua itu sebagai bagian dari diri individu tersebut.

Individu yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi akan menjadi individu yang dapat berfungsi secara optimal dalam penerimaan diri, memiliki hubungan interpersonal yang hangat dan saling percaya, mandiri, dapat menyesuaikan dengan lingkungan sekitar sesuai dengan kebutuhan, memiliki tujuan hidup, serta dapat mengembangkan diri (Ryff & Keyes, 1995). Individu akan mampu mengembangkan potensi yang dimiliki dan matang secara emosional sehingga dapat menunjukkan rasa empati, kasih sayang, serta keintiman untuk dapat menjalin hubungan interpersonal yang baik. Tak hanya itu,

individu juga akan bersikap mandiri dewasa. Dengan kata lain, individu dengan *psychological well-being* yang baik akan memiliki kesehatan mental yang baik (Bandyopadhyay & Srivastava, 2017). Individu akan bahagia dan bebas dari rasa khawatir sehingga dapat mengaktualisasikan diri dan berkembang untuk mencapai tujuan hidup.

## **B. Single Mother**

### **1. Definisi Single Mother**

*Single mother* merupakan orang tua tunggal perempuan yang sudah tidak lagi hidup bersama suami dan memiliki tanggung jawab penuh dalam pengasuhan anak serta menduduki dua peran sekaligus yakni sebagai ibu dan sebagai ayah (Nurfitri & Waringah, 2018). Sebagai orang tua tunggal, seorang *single mother* dituntut untuk menjalankan berbagai peran dalam keluarga baik mengurus rumah tangga, mengasuh anak, serta mencari nafkah demi keberlangsungan keluarga. *Single mother* mengemban berbagai tanggung jawab dalam menjalani peran tersebut tanpa adanya kehadiran dan dukungan dari pasangan.

### **2. Penyebab Perempuan Menjadi *Single Mother***

Perempuan menjadi orang tua tunggal atau *single mother* dapat disebabkan karena beberapa faktor, beberapa diantaranya ialah perceraian atau kematian pasangan (Hurlock, 1991). Kematian pasangan dapat dikarenakan sakit atau mengalami suatu kecelakaan. Sedangkan perceraian dapat terjadi karena pernikahan dini, rendahnya

partisipasi dalam keagamaan, serta pengalaman bercerai sebelumnya. Rendahnya partisipasi individu dalam keagamaan yang dianut dapat mempersempit wawasan akan pentingnya penanaman sikap dan perilaku positif dalam pernikahan (Berk, 2012). Selain itu, pernikahan dini juga menjadi salah satu penyebab perceraian. Individu yang menikah pada usia muda dengan tingkat pendidikan serta penghasilan yang rendah dapat memicu terjadinya perceraian (Santrock, 1995).

### **C. Work-Family Conflict**

#### **1. Definisi Work-Family Conflict**

Individu memiliki berbagai cara yang berbeda dalam menyikapi suatu konflik permasalahan yang ada, tak terkecuali konflik atau masalah yang muncul antara pekerjaan dengan keluarga. *Work-family conflict* merupakan suatu bentuk konflik peran akibat tuntutan peran dari pekerjaan dan keluarga yang saling bertentangan dalam beberapa hal (Greenhaus & Beutell, 1985). Dalam hal ini, partisipasi dalam pekerjaan dan keluarga saling mengintervensi dan menjadi penyebab konflik satu sama lain.

#### **2. Dimensi Work-Family Conflict**

Terdapat tiga dimensi *work-family conflict* (Greenhaus & Beutell, 1985), yaitu:

##### **a. Konflik Berbasis Waktu (*Time-Based Conflict*)**

Waktu yang dibutuhkan untuk menjalankan salah satu peran antara pekerjaan atau keluarga dapat mengurangi waktu

untuk menjalankan peran lainnya. Dimensi ini berkaitan dengan jumlah jam kerja, lembur, tingkat kehadiran, ketidakteraturan shift, dan kontrol jam kerja. Konflik berbasis waktu terjadi ketika individu terlalu giat atau terlalu banyak menghabiskan waktu dengan pekerjaan sehingga waktu yang tercurahkan untuk keluarga menjadi sedikit dan sebaliknya.

b. Konflik Berbasis Tegangan (*Strain-Based Conflict*)

Tekanan dari salah satu peran memengaruhi kinerja peran yang lainnya. Dengan kata lain, tekanan dari salah satu peran membuat individu sulit untuk menjalankan peran yang lain. Besarnya tanggung jawab dan banyaknya tuntutan atas peran ganda yang dijalani memungkinkan individu dengan peran ganda mengalami konflik ini.

c. Konflik Berbasis Perilaku (*Behavior-Based Conflict*)

Perilaku tertentu yang berkaitan dengan salah satu peran mempunyai kemungkinan mengalami ketidakcocokan dengan peran yang lain. Ketika individu tidak mampu untuk menyesuaikan perilaku pada peran-peran yang berbeda, individu tersebut berpotensi untuk mengalami konflik antar peran. Perbedaan yang terjadi ketika menjalani peran dalam pekerjaan dan keluarga berpotensi memunculkan konflik berbasis perilaku apabila individu mengalami kesulitan untuk memenuhi tuntutan atas dua peran tersebut.

#### **D. Psychological Well-Being pada Single Mother dengan Work-Family Conflict**

Perempuan bekerja yang telah menikah cenderung mengalami *work-family conflict* yang berdampak pada penurunan tingkat *psychological well-being*, tak terkecuali pada *single mother*. Pada *single mother*, *work-family conflict* muncul akibat kegagalan dalam menyeimbangkan peran ganda yang dijalani pasca berpisah dengan pasangan. Dalam menjalankan peran ganda untuk memenuhi tanggung jawab sebagai kepala rumah tangga, *single mother* menghadapi masalah finansial yang kemudian memicu stres dan berdampak pada *psychological well-being* yang dimiliki (Chanda & Pujar, 2018). Masalah finansial sangat berpengaruh pada kesehatan mental *single mother*. Penelitian menunjukkan bahwa *single mother* yang memiliki pendapatan rendah lebih berpotensi mengalami tekanan mental (Rousou et al., 2019).

Tidak hanya masalah finansial. dukungan keluarga turut berperan besar dalam *psychological well-being* ibu yang bekerja (Arfianto et al., 2020). Dukungan sosial dari keluarga merupakan faktor yang paling utama dalam membantu perempuan mengurangi stres akibat pekerjaan karena keluarga merupakan lingkungan yang paling dekat dan banyak berinteraksi dengan perempuan yang bekerja. Hal ini didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa *work-family conflict* dapat berkurang ketika ibu yang bekerja mendapatkan dukungan dari organisasi, keluarga, dan dukungan sosial (Sinha, 2017). Seorang *single mother* kehilangan dukungan sosial

dari pasangan yang kemudian memengaruhi pengelolaan stres yang berdampak *psychological well-being single mother*. Penelitian menunjukkan bahwa dalam jangka pendek, perceraian menyebabkan penurunan *psychological well-being* individu. Setelah beberapa tahun perceraian, mayoritas individu berhasil beradaptasi dengan keadaan. Namun terdapat beberapa individu yang masih belum dapat beradaptasi dan mengalami konflik serius khususnya berkaitan dengan dukungan sosial (Kołodziej-Zaleska & Przybyła-Basista, 2016).

Pekerjaan berhubungan dengan *psychological well-being* perempuan, namun prioritas tertinggi perempuan menyangkut peran dalam keluarga (Matud et al., 2019). Hal ini turut dialami oleh *single mother* dalam menjalankan peran ganda sebagai orang tua tunggal sekaligus pekerja. Penelitian menunjukkan bahwa keenam dimensi *psychological well-being* saling berkaitan dan membentuk dinamika *psychological well-being* perempuan dengan peran ganda yang bertitik tumpu pada peran dalam keluarga dan mengiringi langkah dalam menjalankan peran di ruang publik (Meriko & Hadiwirawan, 2019). Enam dimensi *psychological well-being* tersebut meliputi dimensi penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*) (Ryff, 1989).

*Psychological well-being* berkaitan dengan *work-family conflict*, yakni semakin tinggi *psychological well-being* individu maka konflik peran

ganda akan semakin rendah (Anwar & Fauziah, 2019). Penelitian menunjukkan bahwa individu yang memiliki *work-family conflict* yang rendah dan *psychological well-being* yang tinggi ialah individu yang mengakui bahwa pekerjaan dan tanggung jawab sebagai orang tua merupakan bagian dari hidup berkaitan dengan kepentingan dan pemenuhan dari dalam diri (Pamintaningtiyas & Soetjningsih, 2020). Sejalan dengan penelitian tersebut, Ryff menyatakan bahwa individu yang memiliki *psychological well-being* adalah individu yang dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, mengembangkan relasi positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan terus bertumbuh secara personal (Ryff, 1989).

#### **E. Kerangka Teoritik**

*Single mother* merupakan orang tua tunggal perempuan yang sudah tidak lagi hidup bersama suami dan memiliki tanggung jawab penuh dalam pengasuhan anak serta menduduki dua peran sekaligus yakni sebagai ibu dan sebagai ayah (Nurfitri & Waringah, 2018). Ketidakhadiran sosok suami mengharuskan *single mother* untuk dapat berpenghasilan sendiri demi menghidupi keluarga sekaligus menjalankan tanggung jawab sebagai seorang ibu dalam mengasuh anak dan mengurus rumah tangga. Banyaknya tuntutan dan tantangan yang dihadapi *single mother* menimbulkan kompleksitas peran dalam menyeimbangkan peran antara pekerjaan dan keluarga sehingga memunculkan situasi *work-family conflict*. *Work-family conflict* merupakan suatu bentuk konflik peran akibat tuntutan peran dari

pekerjaan dan keluarga yang saling bertentangan dalam beberapa hal (Greenhaus & Beutell, 1985).

Interaksi antara pekerjaan dan keluarga yang negatif dapat menurunkan *psychological well-being* akibat menipisnya sumber daya mental dan ketegangan psikologis yang tinggi (Obrenovic et al., 2020). *Work-family conflict* yang dialami akibat peran ganda yang dijalani berpengaruh pada *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis *single mother*. *Psychological well-being* merupakan suatu kondisi ketika individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri apa adanya, mengembangkan relasi positif dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan terus bertumbuh secara personal (Ryff, 1989). Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan *psychological well-being* yang tinggi akan memiliki konflik peran ganda yang rendah (Anwar & Fauziah, 2019). Sejalan dengan penelitian tersebut, penelitian lain menunjukkan bahwa keenam dimensi *psychological well-being* saling berkaitan dan membentuk dinamika *psychological well-being* perempuan dengan peran ganda yang bertitik tumpu pada peran dalam keluarga dan mengiringi langkah dalam menjalankan peran di ruang publik (Meriko & Hadiwirawan, 2019).

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode penelitian kualitatif ialah metode penelitian yang bersifat alamiah, yakni studi terhadap suatu fenomena atau kasus dalam sebuah situasi tanpa memanipulasi *setting* penelitian (Poerwandari, 2013). Pendekatan studi kasus dipilih untuk memungkinkan peneliti dapat mendapat pemahaman utuh dan terintegrasi mengenai keterkaitan berbagai fakta dan dimensi dari kasus tersebut. Fokus dalam penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus dapat berupa individu, kelompok, aksi dan interaksi, *setting*, serta peristiwa atau insiden tertentu yang dilihat secara alamiah.

Peneliti dalam penelitian ini adalah instrumen kunci atau *human instrument* sehingga berperan besar dalam seluruh proses penelitian, mulai dari memilih topik, mendekati topik tersebut, mengumpulkan data hingga menganalisis dan melakukan interpretasi. Pengumpulan data dilakukan dengan berbagai sumber dengan beragam cara, yakni berupa wawancara, observasi, serta studi dokumen yang terkait dengan topik penelitian. Pendekatan kualitatif dipilih karena peneliti ingin menggali informasi secara mendalam mengenai dinamika terbentuknya *psychological well-being* pada

*single mother* dengan *work-family conflict* ditinjau dari dimensi-dimensi *psychological well-being*.

## **B. Kehadiran Peneliti**

Peran peneliti dalam penelitian ini ialah sebagai *interviewer* atau penanya dalam proses wawancara sekaligus pengamat untuk menggali informasi mendalam berkaitan dengan fokus penelitian. Peneliti hadir langsung dalam proses pengumpulan data baik secara langsung maupun secara *online* dengan memanfaatkan media sosial seperti *whatsapp* kepada informan utama serta *significant other* sebagai informan pendukung. Baik informan utama maupun informan pendukung telah mengetahui kehadiran peneliti karena telah diinformasikan terlebih dahulu sebelum peneliti melakukan pengumpulan data.

## **C. Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian atau tempat peneliti melakukan kegiatan penelitian berlangsung di lokasi yang berbeda-beda. Lokasi utama penelitian ini dilakukan di rumah masing-masing informan serta lokasi lain yang ditentukan sefleksibel mungkin mengikuti aktifitas informan agar informan merasa nyaman dan tidak terganggu sehingga dapat memberikan informasi yang mendalam dan akurat.

## **D. Sumber Data**

Terdapat dua sumber data yang digunakan dalam penelitian ini yang dibedakan sebagai berikut:

### 1. Sumber Data Primer

Sumber data primer merupakan data yang diperoleh langsung dari informan utama penelitian melalui wawancara, observasi, maupun dokumentasi. Informan utama dalam penelitian ini berjumlah 3 orang yang ditentukan berdasarkan kriteria sebagai berikut:

- a. *Single mother*
- b. Bekerja
- c. Mengalami *work-family conflict*
- d. Bersedia diwawancarai

### 2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan data pendukung yang digunakan untuk melengkapi data primer. Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh melalui informan pendukung atau *significant other* serta dokumentasi terkait penelitian yang dapat dilihat di lampiran. Pemilihan *significant other* didasarkan pada pertimbangan bahwa *significant other* mengetahui cukup banyak informasi terkait informan utama sehingga dapat memperoleh data yang dapat menunjang kepentingan penelitian. Informan pendukung atau *significant other* dalam penelitian ini berjumlah 3 orang yaitu 1 orang untuk 1 informan utama.

## E. Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus dapat dilakukan dengan berbagai sumber dengan beragam

teknik, yaitu wawancara, observasi, serta studi dokumen yang terkait dengan topik penelitian (Poerwandari, 2013). Hal ini bertujuan agar dapat memperoleh data yang akurat dan kredibel.

#### 1. Wawancara

Wawancara dilakukan secara mendalam kepada informan penelitian untuk memperoleh data dan melakukan eksplorasi terhadap fokus penelitian. Wawancara yang digunakan adalah wawancara semiterstruktur yang termasuk dalam kategori *in-depth interview* atau wawancara mendalam. Pelaksanaan wawancara semiterstruktur dapat lebih bebas dibandingkan dengan wawancara terstruktur, sehingga dapat memperoleh informasi secara lebih terbuka (Sugiyono, 2013). Selama proses wawancara, peneliti menggunakan pedoman wawancara atau *interview guide* agar proses wawancara yang berlangsung dengan informan dapat lebih sistematis dan terarah. Pedoman wawancara yang digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan dimensi *psychological well-being* oleh Ryff (1989).

#### 2. Observasi

Observasi dilakukan untuk memperoleh data terkait hal-hal yang tidak diperoleh secara terbuka dalam wawancara sehingga peneliti akan mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam terkait topik yang diteliti. Penelitian ini menggunakan metode observasi non partisipan, yaitu observasi yang dilakukan tanpa keterlibatan peneliti dalam objek alamiah yang diteliti. Dalam observasi non partisipan, kehadiran

peneliti hanya sebagai pengamat dan tidak berkenan mengontrol objek penelitian. Hal-hal yang diamati dalam proses observasi antara lain *setting* penelitian, aktivitas-aktivitas yang berlangsung sekaligus individu yang terlibat dalam aktivitas tersebut, serta makna kejadian dilihat dari individu yang terlibat dalam kejadian tersebut.

### 3. Dokumentasi

Dokumentasi dilakukan sebagai pelengkap untuk mendukung data yang diperoleh melalui wawancara dan observasi agar hasil penelitian lebih kredibel.

Adapun peralatan yang digunakan untuk membantu proses pengumpulan data yaitu:

1. Lembar panduan wawancara yang telah disusun sebagai panduan selama proses wawancara berlangsung agar terarah dan tidak menyimpang dari fokus penelitian.
2. Lembar panduan observasi sebagai panduan selama proses observasi berlangsung agar mendapatkan informasi yang berkaitan dengan fokus penelitian.
3. *Smartphone* sebagai alat bantu untuk merekam suara informan saat proses wawancara serta mengambil gambar pada saat proses observasi.
4. Buku catatan sebagai alat bantu untuk mencatat hal-hal penting yang berkaitan dengan penelitian saat proses pengumpulan data berlangsung.
5. Alat tulis yaitu pulpen untuk menulis atau mencatat hal-hal yang diperlukan.

## F. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan memproses seluruh data yang telah diperoleh melalui wawancara, observasi, serta dokumentasi. Selanjutnya terdapat beberapa tahapan dalam menganalisis data kualitatif (Poerwandari, 2013), yaitu:

### a. Organisasi Data

Data kualitatif yang telah diperoleh banyak dan beragam sehingga perlu dilakukan organisasi data secara sistematis, rapi, dan lengkap sehingga peneliti dapat memperoleh kualitas data yang baik. Organisasi data tersebut meliputi data mentah (hasil rekaman, catatan lapangan), data yang telah diproses sebagian (transkrip wawancara, catatan refleksi peneliti), data yang telah diberi kode, serta dokumentasi umum yang kronologis terkait pengumpulan data dan langkah analisis.

### b. Koding dan Analisis

Koding bertujuan agar data terorganisasi secara sistematis, lengkap, dan mendetail sehingga dapat memunculkan gambaran terkait topik yang diteliti. Proses koding diawali dengan menyusun transkripsi verbatim atau catatan lapangan dengan kolom kosong di sebelah kiri dan kanan transkrip untuk memudahkan pemberian kode atau catatan tertentu pada transkrip tersebut. Proses selanjutnya yaitu melakukan penomoran pada baris-baris transkrip atau catatan lapangan secara urut dan kontinyu. Terakhir, masing-masing berkas diberi nama dengan kode tertentu yang mudah diingat meliputi tanggal di tiap nama berkas.

c. Pengujian Terhadap Dugaan

Setelah melakukan organisasi, koding, dan analisis data, diperoleh dugaan atau kesimpulan sementara. Dugaan tersebut perlu dipertajam dan diuji ketepatannya. Peneliti perlu menyertakan perspektif yang berbeda dalam koding untuk memeriksa bias-bias yang mungkin tidak disadari peneliti.

d. Strategi Analisis

Analisis data sangat dipengaruhi oleh apa yang ingin diungkap peneliti melalui penelitian yang dilakukan. Proses analisis melibatkan konsep-konsep yang muncul dari jawaban atau kata-kata informan (*indigeneous concepts*) maupun konsep yang dikembangkan atau dipilih peneliti untuk menjelaskan fenomena yang dianalisis (*sensitizing concepts*).

e. Tahapan Interpretasi

Interpretasi mengacu pada upaya memahami data secara lebih luas dan mendalam. Peneliti memiliki perspektif mengenai apa yang sedang diteliti dan melakukan interpretasi berdasarkan perspektif tersebut.

## G. Keabsahan Data

Keabsahan penelitian ini dilakukan dengan triangulasi, yakni dengan menggabungkan berbagai sumber data melalui metode yang berbeda (Poerwandari, 2013). Hal ini bertujuan agar dapat memperkaya penelitian sehingga memperoleh pemahaman secara luas, mendalam, dan

akurat. Triangulasi dilakukan dengan memanfaatkan data yang terkumpul dari berbagai sumber dan teknik yang berbeda untuk kemudian dilakukan pengecekan atau perbandingan data.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. *Setting* Penelitian

Penelitian dengan pendekatan studi kasus ini didasarkan atas ketertarikan peneliti terhadap kehidupan *single mother* dengan *work-family conflict*. Informan utama dalam penelitian ini berjumlah 3 orang yakni *single mother* atau ibu tunggal yang mengalami *work-family conflict*. Setiap informan memiliki 1 *significant other* untuk membantu memperoleh data yang diinginkan oleh peneliti. Adapun *significant other* yang dipilih ialah orang terdekat dari informan utama penelitian. Pemilihan ini berdasarkan pertimbangan bahwa *significant other* mengetahui cukup banyak informasi terkait informan utama sehingga dapat memperoleh data yang dapat menunjang kepentingan penelitian.

Proses pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan secara langsung dengan informan utama maupun *significant other* di rumah masing-masing. Peneliti membangun *rapport* dengan masing-masing informan agar suasana selama proses wawancara tetap santai dan wawancara berjalan dengan lancar. Hal ini bertujuan agar terbangun kepercayaan dari informan sehingga bersedia memberikan informasi sesuai dengan apa yang ditanyakan peneliti tanpa ada keterpaksaan dan rasa canggung. Peneliti juga berhati-hati dalam menyampaikan pertanyaan agar

tidak menyinggung setiap informan. Terdapat *informed consent* yang diberikan ke masing-masing informan sebagai bentuk persetujuan dan ketersediaan informan untuk memberikan informasi yang dibutuhkan peneliti dengan sebenar-benarnya.

Profil masing-masing informan dalam penelitian ini akan dijelaskan sebagai berikut:

#### 1. Informan Pertama

##### a. Identitas Informan Utama

Nama : NH

Usia : 24 tahun

Alamat : Gedangan, Sidoarjo

NH adalah seorang *single mother* berusia 24 tahun. NH menikah pada tahun 2020 dan memutuskan bercerai pada tahun 2021. Penyebab perceraian NH adalah perselingkuhan yang dilakukan oleh mantan suami NH. Saat bercerai, NH dalam kondisi hamil anak pertama yang saat itu masih berusia 3 bulan dalam kandungan. Setelah bercerai NH kembali tinggal di rumah orang tua bersama kedua orang tua serta kakak dan adiknya. NH merupakan anak ketiga dari 4 bersaudara. NH dikaruniai seorang anak perempuan yang kini berusia 1 tahun.

Untuk memenuhi kebutuhan hidup, NH mencari nafkah dengan bekerja sebagai APPC atau SPG cat. Tak hanya itu, demi mendapat pemasukan tambahan NH juga membuka bisnis *online*

berupa produk-produk *make up*. Jam kerja NH sebagai APPC atau SPG cukup padat yakni 9 jam dengan 6 hari kerja sehingga waktu yang dihabiskan dengan anak dan mengurus rumah tangga berkurang. Hal ini menyebabkan NH mengalami *work-family conflict* yakni konflik berbasis waktu (*time-based conflict*) dan konflik berbasis tegangan (*strain-based conflict*). NH merasa lelah ketika tugas dari pekerjaan dan rumah tangga menumpuk dan membuat NH kesulitan menentukan tugas mana yang akan lebih dahulu diselesaikan.

b. Identitas *Significant Other*

Nama : UM

Usia : 40 tahun

Alamat : Gedangan, Sidoarjo

UM merupakan ibu kandung dari NH. Semenjak NH bercerai NH tinggal bersama UM, ayah, kakak, serta adiknya.

Sebagai seorang *single mother*, peran NH dalam urusan rumah tangga sering kali dibantu oleh sang ibu. Selama NH bekerja, UM membantu mengurus anak NH. UM juga turut membantu NH menyelesaikan pekerjaan rumah tangga.

2. Informan Kedua

a. Identitas Informan Utama

Nama : WA

Usia : 28 tahun

Alamat : Pakis, Surabaya

WA merupakan seorang *single mother* berusia 28 tahun. Sedari kecil hingga berumah tangga, WA diasuh dan tinggal bersama nenek serta paman dan bibi atau kakak dari ibunya karena keterbatasan ekonomi yang dimiliki orang tua kandung WA. Di tahun keempat pernikahan WA, suami WA mengalami suatu insiden dan meninggal dunia sehingga WA menjadi seorang *single mother* saat usia pernikahannya tergolong singkat. WA dikaruniai 2 anak yang berusia di bawah 5 tahun, yakni masing-masing berusia 4 tahun dan 2 tahun. Ketika masih didampingi suami, WA tidak bekerja dan hanya menjalankan tanggung jawab sebagai ibu rumah tangga yakni mengurus anak dan menyelesaikan pekerjaan rumah. Namun karena situasi yang berubah, WA memutuskan bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup sebagai sales cat di Asian Paint.

Peran ganda yang dijalani sebagai seorang *single mother* menyebabkan WA mengalami *work-family conflict* yakni konflik berbasis waktu (*time-based conflict*) dan konflik berbasis tegangan (*strain-based conflict*). Hal ini dikarenakan jam kerja WA yang cukup padat, yakni 9 jam dan hanya memiliki waktu libur satu hari dalam satu minggu sehingga waktu yang dihabiskan dengan anak dan mengurus rumah tangga berkurang. WA juga merasa kesulitan

apabila tugas dari pekerjaan serta tugas rumah tangga menumpuk dan anak-anak yang rewel.

b. Identitas *Significant Other*

Nama : TW

Usia : 61 tahun

Alamat : Pakis, Surabaya

TW merupakan bibi atau kakak perempuan dari ibu WA. TW telah mengasuh dan membesarkan WA bersama ibu dan kakak laki-lakinya. Bahkan hingga WA dewasa dan berumah tangga, TW dan WA masih tinggal dalam satu atap. Hubungan TW dan WA sudah selayaknya ibu dan anak. Selama WA bekerja, kedua anak WA dititipkan pada TW serta kakak laki-lakinya. Baik TW maupun kakak laki-lakinya tidak bekerja, sehingga WA turut bertanggung jawab menghidupi kedua paman dan bibinya.

3. Informan Ketiga

a. Identitas Informan Utama

Nama : LZ

Usia : 33 tahun

Alamat : Penjaringan, Surabaya

LZ merupakan seorang *single mother* berusia 33 tahun. Dari 6 bersaudara, LZ adalah anak kedua. Ayah LZ telah meninggal dunia sebelum LZ menikah yakni pada tahun 2010. LZ menikah pada tahun 2011. Saat kehamilan anak menginjak usia 4

bulan yakni pada tahun 2012, suami LZ pamit kerja dan tidak kembali. Ketika mengetahui bahwa suami LZ ternyata berselingkuh, pasangan tersebut memutuskan untuk bercerai. Putusan perceraian dari pengadilan keluar pada tahun 2014. Di tahun 2016, ibu LZ meninggal dunia sehingga LZ tidak hanya bertanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan anak tetapi juga untuk keberlangsungan hidup kedua adiknya yang masih bersekolah.

LZ dikaruniai seorang anak laki-laki yang kini berusia 9 tahun. Saat ini, LZ tinggal bersama anak dan dua adiknya yang paling kecil. Untuk menghidupi anak serta dua adiknya, LZ bekerja menjalankan bisnis toko milik keluarga. LZ bekerja setiap hari dari jam 8 pagi hingga 9 malam. Namun di hari Jumat, toko tutup jam 2 siang sehingga LZ hanya bekerja setengah hari. Hal ini menyebabkan LZ mengalami *work-family conflict* yakni konflik berbasis waktu (*time-based conflict*) karena jam kerja LZ yang padat sehingga membatasi waktu LZ dalam mengurus anak dan pekerjaan rumah tangga.

b. Identitas *Significant Other*

Nama : NS

Usia : 22 tahun

Alamat : Penjaringan, Surabaya

NS merupakan adik perempuan dari LZ yang tinggal satu rumah dengan LZ. NS adalah salah satu saudara kandung yang dekat dengan LZ dan mengetahui cukup banyak informasi terkait keseharian LZ. Setelah menjemput anak sepulang sekolah, LZ menitipkan anaknya pada NS karena harus lanjut bekerja. NS juga sering kali menghabiskan waktu bersama LZ dan anaknya.

## **B. Hasil Penelitian**

### **1. Deskripsi Temuan Penelitian**

Penyajian data dalam penelitian ini akan disajikan dalam bentuk deskripsi data berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan. Data yang terdapat dalam penelitian ini adalah *psychological well-being* pada *single mother* dengan *work-family conflict*.

#### **a. Informan Pertama (NH)**

##### **1) Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)**

Menjadi seorang *single mother* di usia yang cukup muda, membuat NH merasa sedih. NH sering kali merasa diremehkan orang lain khususnya tetangga atas statusnya sebagai *single mother*.

*“Sedih sih Mbak di umur segini udah jadi single mommy. Pasti diremehkan orang, diomongin orang terutama tetangga.” (W1NHP6B17)*

Namun saat ini, NH memilih untuk tidak memikirkan perkataan orang lain. Saat ini NH hanya ingin fokus pada anak, membesarkan anak dengan hasil keringat sendiri.

*“Aku udah nggak mikirin omongan orang mbak, nggak ada gunanya. Sekarang aku fokus ke anakku, cari susunya anak. Ngebesarin dari hasil keringatku sendiri. Mulai hamil muda sampai lahir aku ngelakuin sendiri.” (W1NHP7B19)*

NH memandang diri sendiri sebagai individu yang memiliki banyak kekurangan dari segi fisik, namun NH tidak terlalu memikirkan kekurangan tersebut karena hanya ingin fokus membesarkan anak. NH juga memandang diri sendiri sebagai individu yang tekun.

*“Kalau aku nilai diri aku sendiri gimana ya Mbak, ya banyak kurangnya mungkin.” (W1NHP12B27)*

*“Soalnya suami selingkuh itu sama LC ya Mbak, yang perkiraanku wanita yang profesinya sebagai LC cantik, body-nya oke, beruang. Aku kan nggak kayak gitu. Tapi aku juga ngerasa aku tekun ya kayaknya. Tekun buat cari uang, nafkahn anak.” (W1NHP12B28)*

*“Pengen sih glow up Mbak. Tapi aku mikir anak dulu, sambil berjalannya waktu pasti juga merubah diri. Kalau saat ini masih belum kepikiran gitu Mbak. Mikirku cuma ngebesarin anak. Fokus kerja cari uang buat anak. Itu yang utama.” (W1NHP13B29)*

## 2) Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relation with Others*)

NH menjalin hubungan yang cukup baik dengan keluarga. Hubungan NH dengan keluarga sempat merenggang ketika masih bersama suami. Namun semenjak bercerai dan

kembali tinggal berkumpul dengan keluarga, hubungan NH dengan keluarga pun membaik. Hal ini turut disampaikan UM selaku *significant other*.

*“Alhamdulillah baik Mbak, dulu nikah sama suami malah dijauhin sama keluargaku Mbak.”*  
(W1NHP9B22)

*“Baik Mbak. Dulu sempet jauh lost contact semenjak nikah sama mantan suaminya. Jarang main ke rumah. Kadang kalau NH mau main ke rumah telfon Bapaknya suruh jemput. Bukan suaminya yang antar. Bapak yang antar jemput.”* (W1SOP3B6)

*“Sekarang sering kumpul keluarga Mbak. Kan sudah satu rumah sama Ibu sejak NH hamil umur 3 bulan.”*  
(W1SOP3B8)

Hubungan NH dengan teman-teman juga terjalin dengan baik. Karena kesibukan masing-masing, NH dan teman-teman jarang bertemu namun masih menyempatkan bertukar kabar melalui pesan singkat atau telepon dan datang reuni setahun sekali.

*“Alhamdulillah masih lancar berkomunikasi.”*  
(W1NHP10B23)

*“Ketemu jarang ya Mbak. Soalnya udah sibuk sendiri-sendiri. Tapi kalau reunian setahun sekali pasti kumpul. Kalau chatting, telfon sering.”*  
(W1NHP10B24)

*“Kalau kumpul jarang ya Mbak sejak teman-temannya punya kesibukan masing-masing. Tapi sering telfon nanyain anaknya kayak perhatian sama anaknya. Kalau soal kumpul jarang ya Mbak.”* (W1SOP4B9)

NH juga menjalin hubungan baik dengan tetangga di sekitar lingkungannya. NH mengikuti arisan PKK di kampung, namun selebihnya NH lebih sering mencari kesibukan sendiri.

*“Kalau sekadar nyapa, ya nyapa Mbak. Kalau kumpul-kumpul aku enggak Mbak. Paling ikut arisan PKK. Kebanyakan aku cari kesibukan sendiri.”*  
(W1NHP11B25)

*“Ikut kegiatan kayak arisan PKK gitu Mbak.”*  
(W1SOP5B10)

*“Baik Mbak. Tapi NH disini jadi bahan omongan tetangga soal hubungan rumah tangganya. Tetangga kan masih belum tahu kalau NH pisah. Taunya suaminya merantau.”* (W1SOP5B11)

Ketika menghadapi masalah atau kesulitan, NH lebih sering memendam sendiri. UM selaku *significant other* juga menyampaikan bahwa NH cenderung susah bercerita. Ketika masalah yang dihadapi berat, NH baru bercerita untuk mencari solusi atas permasalahan tersebut.

*“Dulu masih berumah tangga aku nggak pernah cerita sedikit pun ke orang terdekat maupun keluargaku Mbak. Aku hadepin sendiri, aku pendem sendiri. Pas udah lepas dari suami aku baru cerita ke keluargaku selama aku berumah tangga, mulai awal nikah sampai udah punya anak. Aku pendem sendiri, pahit manisnya aku rasain sendiri. Toh kebanyakan pahitnya bukan manisnya. Jelek pun sikap suami ke aku, aku tutupin rapi di hadapan orang tuaku dan keluargaku.”*  
(W1NHP8B20)

*“...sering sharing ke keluarga, ke orang tertentu juga. Kalau kadang aku kebingungan ya aku sharing sama mereka, dibantu cari jalan keluarnya gimana.”*  
(W1NHP8B21)

*“NH itu orange susah untuk cerita Mbak. Tapi kalau dari raut muka dia lagi ada masalah gampang ditebak. Kalau ditanya selalu jawab nggak papa, wes nggak usah mikiri aku Bu. Pasti jawabnya gitu. Tapi kalau sudah suntuk nggak tau jalan keluarnya kalau ditanya lagi sama Ibu, NH baru cerita sambil nangis.”*  
(W1SOP2B4)

### 3) Otonomi (*Autonomy*)

Untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari, NH bekerja sebagai APPC atau SPG di Asian Paint. Tak hanya itu, NH juga menjalankan bisnis *online* di rumah. Selain bekerja, sebagai seorang *single mother* NH juga bertanggung jawab mengurus anak. Namun selama NH bekerja, anak NH ditiptkan kepada nenek atau ibu dari NH.

*“Dulu sebelum kerja Cuma ngurusin anak Mbak. Kalau sekarang posisi sudah kerja yang ngurusin anak utinya. Jadi kalau pagi kerja, pulang kerja tinggal nemenin anak main aja.”* (W1NHP1B3)

*“Kerja di Asian Paint sebagai APPC atau SPG Mbak.”* (W1NHP1B4)

*“NH itu kesehariannya kalau sekarang kerja Mbak. Berangkat jam 7 pulang jam 4. Terus biasanya kalau pulang kerja langsung nemenin anaknya main, kayak naik sepeda motor keliling kampung gitu. Kalau libur biasanya dia sibuk sama jualan onlinenya sambil nunggu anaknya bangun tidur. Kalau anaknya sudah bangun langsung mandiin anaknya terus ngajak main di depan rumah sambil nyuapin anaknya.”* (W1SOP1B3)

Ketika menghadapi masalah atau kesulitan, NH lebih mengutamakan anak. Jika masalah yang dihadapi dirasa berat, NH bercerita dengan keluarga atau orang tertentu untuk dibantu mencari solusi atau jalan keluar.

*“Aku diem dulu Mbak. Terus aku utamain anakku dulu. Nanti masalah anak selesai terus baru ngurusin rumah kayak beres-beres.”* (W1NHP5B16)

*“...sering sharing ke keluarga, ke orang tertentu juga. Kalau kadang aku kebingungan ya aku sharing sama*

*mereka, dibantu cari jalan keluarnya gimana.”*  
(W1NHP8B21)

#### 4) Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Kegiatan NH sehari-hari sebagai seorang *single mother* adalah bekerja dan mengurus anak. NH juga menjalankan bisnis *online* di rumah. Dalam menyelesaikan pekerjaan rumah tangga, NH dibantu oleh sang ibu. Hal ini sesuai dengan yang telah disampaikan UM selaku *significant other* dan dikuatkan dengan hasil observasi serta dokumentasi kegiatan NH di rumah yang terdapat pada lampiran dengan kode O1NH1, O1NH2, O1NH5, O1NH6, D1F1, dan D1F2.

*“Dulu sebelum kerja Cuma ngurusin anak Mbak. Kalau sekarang posisi sudah kerja yang ngurusin anak utinya. Jadi kalau pagi kerja, pulang kerja tinggal nemenin anak main aja.”* (W1NHP1B3)

*“Bagi tugas sama uti Mbak. Kalau dulu sebelum aku kerja, bersih-bersih rumah, masak, ngerawat anak itu aku semua. Soalnya uti atau ibuku kerja Mbak, berangkat pagi. Itu pun aku juga sambil momong ponakan, anaknya kakakku yang pertama. Jadi aku momong anakku sama momong ponakan.”*  
(W1NHP3B11)

*“NH itu kesehariannya kalau sekarang kerja Mbak. Berangkat jam 7 pulang jam 4. Terus biasanya kalau pulang kerja langsung nemenin anaknya main, kayak naik sepeda motor keliling kampung gitu. Kalau libur biasanya dia sibuk sama jualan onlinenya sambil nunggu anaknya bangun tidur. Kalau anaknya sudah bangun langsung mandiin anaknya terus ngajak main di depan rumah sambil nyuapin anaknya.”*  
(W1SOP1B3)

Di lingkungan kerja, sebagai seorang APPC atau SPG NH berperan dalam menawarkan produk cat serta melayani *customer* yang datang di toko bangunan.

*“Seperti biasa Mbak, nawarin produk cat Asian.”*  
(W1NHP2B6)

*“...aku juga bukan nawarin produk cat aja tapi sambil ngelayanin customer di toko bangunan juga.”*  
(W1NHP2B7)

Kesulitan yang NH hadapi di awal menjadi *single mother* adalah kesulitan keuangan sehingga NH harus menambah pemasukan dengan menjalankan bisnis *online* di rumah. NH juga mengalami kesulitan ketika tugas dari pekerjaan dan tugas dari rumah tangga menumpuk. Dalam mengatasi kesulitan tersebut, NH lebih memprioritaskan anak dibanding pekerjaan.

*“Awalnya kesulitan keuangan Mbak. Soalnya aku sama mantan suami nggak pernah dikasih uang nafkah dan anaku pun nggak dijatah susu. Jadi gimana caranya aku harus beli susu sama pampers. Jadi jualan hasil online dan momong ponakan itu Mbak.”*  
(W1NHP4B14)

*“Ada ya Mbak pastinya. Kalau kerjaan numpuk terus capek, ternyata sampai rumah masih banyak yang harus dikerjain. Jadi ya kadang pusing, bingung gitu mana dulu yang harus didahulukan.”* (W1NHP4B15)

*“Aku diem dulu Mbak. Terus aku utamain anaku dulu. Nanti masalah anak selesai terus baru ngurusin rumah kayak beres-beres.”* (W1NHP5B16)

### 5) Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Pandangan NH terhadap masa depan adalah ingin hidup bahagia dengan anak dan dapat mendidik anak dengan caranya sendiri hingga menjadi anak yang sukses. Untuk mencapai tujuan tersebut, NH berusaha menabung khususnya untuk masa depan sang anak.

*“Pandanganku ke depannya sama anakku pingin hidup bahagia aja Mbak, pingin ngedidik anak dengan caraku sendiri sampai sukses. Sampai mantan suami bilang, aku salut dengan sikapmu yang ngedidik anak tanpa tangan seorang lelaki.” (W1NHP14B30)*

*“Banyakin nabung sih Mbak. Terutama nabung buat ke depannya anakku.” (W1NHP15B31)*

### 6) Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Dalam menghadapi situasi baru sebagai seorang *single mother*, NH merasa sedih karena harus menjadi seorang *single mother* di usia yang cukup muda. NH sering kali merasa diremehkan orang lain khususnya tetangga atas statusnya sebagai *single mother*. Namun kini NH memilih untuk tidak memikirkan perkataan orang lain. Saat ini, NH hanya ingin fokus pada anak, membesarkan anak dengan hasil keringat sendiri.

*“Sedih sih Mbak di umur segini udah jadi single mommy. Pasti diremehkan orang, diomongin orang terutama tetangga.” (W1NHP6B17)*

*“Aku udah nggak mikirin omongan orang mbak, nggak ada gunanya. Sekarang aku fokus ke anakku, cari susunya anak. Ngebesarin dari hasil keringatku*

*sendiri. Mulai hamil muda sampai lahir aku ngelakuin sendiri.” (W1NHP7B19)*

Menjalani situasi yang tidak mudah sebagai seorang *single mother*, tentunya banyak kesulitan yang dihadapi oleh NH. Namun NH dapat mengatasi kesulitan tersebut karena NH memandang diri sendiri sebagai individu yang tekun.

*“...tapi aku juga ngerasa aku tekun ya kayaknya. Tekun buat cari uang, nafkahin anak.” (W1NHP12B28)*

#### **b. Informan Kedua (WA)**

##### **1) Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)**

Ketika pertama kali menjalani kehidupan sebagai seorang *single mother*, WA merasa berat dan kesulitan hingga hampir menyerah. Hal ini karena semasa masih didampingi oleh suami, WA sangat bergantung dengan suaminya. WA merasa satu-satunya tumpuan untuk saling berbagi dan berkeluh kesah adalah suami.

*“Awal-awal jadi single mom berat banget Dek. Rasanya kayak bisa apa enggak gitu ngelanjutin hidup. Tapi mau nggak mau tetep harus dijalanin. Akhirnya seiring berjalannya waktu mulai membiasakan.” (W2WAP4B10)*

*“Jujur dari awal kehilangan seorang suami berat banget dan hampir nyerah jalanin hidup Dek. Karena awalnya memang aku orangnya yang apa-apa masih bergantung sama suami. Dan yakin kalau satu-satunya orang yang bisa diajak sharing dan berkeluh kesah cuma suami. Jadi begitu kehilangan aku bener-bener shock banget. Dulu punya pikiran, kira-kira bisa nggak ya aku jalanin sendiri.” (W2WAP11B27)*

Seiring berjalannya waktu, WA mulai dapat beradaptasi terhadap situasi *single mother* yang dihadapi dengan terus bersyukur dalam menjalani hidup. Menurut WA, kesulitan yang dihadapi membuat WA dapat belajar ikhlas dan terus berusaha menjalani apapun situasi yang dihadapi.

*“...tapi mau nggak mau tetep harus dijalani. Akhirnya seiring berjalannya waktu mulai membiasakan.”* (W2WAP4B10)

*“Aku orangnya selalu bersyukur Dek. Tapi semenjak keadaanku seperti ini jadi berusaha buat lebih bersyukur lagi.”* (W2WAP12B28)

*“...tapi dengan ini aku jadi bisa belajar tentang arti ikhlas Dek, jadi gimana pun keadaannya tetep berusaha jalanin tanpa mengeluh.”* (W2WAP4B11)

WA memandang diri sendiri sebagai individu yang mudah lupa dan mudah menyerah. Namun semenjak menjadi seorang *single mother* WA merasa harus tetap semangat karena bagaimana pun, hidup harus dijalani. Di samping itu, WA juga memandang diri sendiri sebagai individu yang mandiri dan kuat.

*“...kalau kekurangan banyak banget. Aku ini orangnya pelupa. Terus sebenarnya orang yang mudah banget menyerah. Tapi semenjak jadi single mom, mau nggak mau harus tetep semangat. Gimana pun sikonnya harus tetep dijalani.”* (W2WAP11B25)

*“...Alhamdulillah Allah jadiin aku orang yang mandiri dan orang yang kuat. Alhamdulillah sampai sejauh ini aku masih bisa berdiri di atas kakiku sendiri buat cari nafkah dan kebutuhan buat aku sendiri dan anak-anak. Dan kadang pun aku masih nggak percaya, aku bisa sekuat ini. Allah ngasih aku kepercayaan karena Allah*

*yakin aku mampu, belum tentu orang di luar sana juga sekuat aku.” (W2WAP11B26)*

## 2) Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relation with Others*)

WA menjalin hubungan baik dengan keluarga. Ketika memiliki waktu libur, WA dan keluarga sering kali menyempatkan kumpul untuk sekadar makan bersama. Hal ini sesuai dengan pernyataan TW selaku *significant other*.

*“Alhamdulillah kalau hubungan sama saudara dan keluarga tetep baik seperti dulu.” (W2WAP8B16)*

*“Sering banget Dek. Kalau kegiatan rutin sih enggak, paling kalau pas lagi sama-sama punya waktu libur baru kumpul.” (W2WAP8B17)*

*“...Mbak WA itu, kalau ada adik-adiknya itu ya akrab. Kalau ada acara apa-apa mesti diajak. Kalau ada acara apa gitu, makan-makan. Masak-masak apa gitu dipanggil. Kadang-kadang ditelfon, berkali-kali terus datang. Nyampe disini diajak makan-makan, kumpul-kumpul sama keluarga sama anak-anaknya juga.” (W2SOP3B8)*

WA juga menjalin hubungan baik dengan teman-temannya. Walaupun kini jarang memiliki kesempatan untuk bertemu karena telah memiliki kesibukan masing-masing, WA masih menyempatkan bertukar kabar dengan teman-temannya melalui pesan singkat.

*“Alhamdulillah juga masih tetep baik seperti biasa.” (W2WAP9B18)*

*“Kalau ketemu jarang sih sekarang karena sudah sibuk sendiri-sendiri. Sesempatnya aja. Kalau ada waktu ya kumpul. Dulu sering sih. Kalau sekarang lebih sering lewat chat.” (W2WAP9B19)*

*“Mbak WA kalau sama temen-temennya itu masih baik. Sering misscall-misscallan. Hubungan, kumpul-kumpul nanti ditelfon di kafe mana gitu baru kumpul semua. Mulai SMP sampai SMA, sampai dia kerja itu masih baik temen-temennya. Sering main disini. Kadang-kadang dibikin rujakan, ya pokoknya dikasih makan-makan apa gitu.” (W2SOP4B9)*

Dalam lingkungan sekitar tempat tinggal, WA juga menjalin hubungan baik dengan para tetangga. WA dulunya aktif mengikuti kegiatan di kampung. Pasca suami meninggal, WA tidak terlalu aktif karena sibuk bekerja dan hanya menyempatkan kumpul bersama ibu-ibu PKK bila ada waktu. Hal ini dikuatkan dengan hasil observasi pada lampiran dengan kode O3WA1, O3WA2, dan O3WA3 yang dilaksanakan bertepatan dengan waktu kumpul PKK. WA tidak hadir dalam kesempatan tersebut karena waktu kumpul bertabrakan dengan jam kerja WA. Namun, WA menyempatkan untuk salat maghrib berjamaah di musholla dan berinteraksi dengan tetangga untuk sekadar menyapa.

*“Kalau di kampung dulu aktif Dek, tapi sekarang nggak terlalu. Paling ikut kumpul ibu-ibu PKK, tapi kalau sempet aja soalnya aku kan kerja. Sekarang lebih sering nitip gitu.” (W2WAP10B23)*

*“...Mbak WA itu aktif dalam masalah PKK. Ikut kumpul-kumpul, arisan. Sama tetangga juga baik, sering nyapa sama tetangga-tetangganya. Makanya kadang-kadang kalau nggak keluar itu ditanyain, datang kesini. Dicari Mbak WA, diajak kumpul-kumpul lagi. Terus Mbak WA itu kadang-kadang sibuk kerja pamitan, saya kemarin nggak bisa datang bu, soalnya saya meeting. Itu ibu-ibu sudah tau, paham. Jadi Mbak*

*WA itu baik sama orang-orang kampung sini itu.”*  
(W2SOP5B11)

WA kurang terbuka untuk menceritakan masalah yang dihadapi dengan orang lain dan lebih memilih untuk menyampaikan keluh kesahnya saat beribadah. Namun bila masalah yang dihadapi dirasa berat, WA meminta pendapat serta pertimbangan dari saudara yang dianggap dapat memahami dan memberi solusi. Sementara itu, di sisi lain TW menyampaikan bahwa WA terkadang bercerita terkait masalah yang dihadapi, terutama terkait anak-anaknya.

*“Aku sebenarnya orangnya agak tertutup Dek. Jadi jarang banget kalau cerita tentang masalahku, selagi aku masih bisa nahan. Paling curhatnya sama Allah pas lagi sholat sampai nangis-nangis.”*  
(W2WAP6B14)

*“...Kadang kalau berat banget, minta pendapat atau pertimbangan saudara yang bisa memahami dan bisa kasih solusi. Tapi jarang banget Dek. Kalau dulu masih ada almarhum suami, masih enak Dek. Ada yang dipercaya dan bisa diajak sharing. Kalau sekarang susah banget buat percaya sama orang.”*  
(W2WAP7B15)

*“Mbak WA itu kalau di rumah, itu ya sifatnya terbuka tapi ya nggak terbuka sepenuhnya. Ya kadang-kadang itu, ada masalah bilang. Kalau nggak ada masalah ya diem aja.”* (W2SOP2B5)

*“Iya itu terutama kalau anaknya nakal, pasti cerita.”*  
(W2SOP2B7)

### 3) Otonomi (*Autonomy*)

Sebagai seorang *single mother*, WA bertanggung jawab untuk mengurus anak dan urusan rumah tangga

sekaligus mencari nafkah. WA memenuhi kebutuhan hidup dengan bekerja sebagai sales cat di Asian Paint.

*“Aku selain jadi ibu rumah tangga, aku juga kerja Dek.” (W2WAP1B3)*

*“Aku kerja jadi sales cat, di Asian Paint.” (W2WAP1B4)*

Selama WA bekerja, anak-anak WA ditiptkan dengan paman dan bibi dari WA yang tinggal bersama dengan WA.

*“Sama uti sama kungnya di rumah.” (W2WAP3B8)*

Ketika menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawab sebagai seorang *single mother*, WA mengutamakan anak-anaknya terlebih dahulu. Namun jika masalah yang dihadapi dirasa berat, WA meminta pendapat serta pertimbangan dari saudara yang dianggap dapat memahami dan memberi solusi.

*“Kalau kerjaan di rumah numpuk pas anak-anak lagi rewel, otomatis pasti nenangin anak-anak dulu. Nanti kalau anak-anak udah tidur baru ngerjain kerjaan rumah. Kadang malem-malem gitu” (W2WAP6B12)*

*“...Kadang kalau berat banget, minta pendapat atau pertimbangan saudara yang bisa memahami dan bisa kasih solusi. Tapi jarang banget Dek. Kalau dulu masih ada almarhum suami, masih enak Dek. Ada yang dipercaya dan bisa diajak sharing. Kalau sekarang susah banget buat percaya sama orang.” (W2WAP7B15)*

#### 4) Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Kegiatan yang dilakukan WA sehari-hari adalah menjalankan tanggung jawab sebagai ibu rumah tangga serta

bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarga. Di rumah, WA berperan dalam menyelesaikan pekerjaan rumah tangga dan mengurus anak. Hal ini sesuai dengan yang telah disampaikan TW selaku *significant other* dan dikuatkan dengan hasil observasi serta dokumentasi rutinitas WA di rumah yang terdapat pada lampiran dengan kode O1WA1, O1WA5, O1WA6, O2WA1, O2WA3, O2WA4, O3WA2, O3WA4, D2F1, D2F2, D2F3, dan D2F4.

*“Aku selain jadi ibu rumah tangga, aku juga kerja Dek.” (W2WAP1B3)*

*“Kalau udah di rumah, ngurusin anak-anak Dek. Beres-beres kerjaan rumah, sama nemenin anak-anak sampai bobok malem.” (W2WAP4B9)*

*“Kegiatan Mbak WA itu kalau pagi mandiin anak-anak. Terus nganter ke sekolah. Abis nganter ke sekolah, berangkat kerja. Kerja pulangny sampai kadang-kadang jam 6, kadang jam 7 soalnya ada meeting. Terus kalau pulang itu bersih-bersih, terus cuci bajunya anak-anak.” (W2SOP1B3)*

Sementara itu, peran WA dalam lingkungan kerja sebagai sales cat adalah menawarkan produk cat kepada *customer* serta pada proyek-proyek pembangunan.

*“Kerjaku nawarin cat, Dek. Ke customer yang datang ke toko-toko bangunan gitu. Selain itu aku juga nawarin ke proyek-proyek perumahan. Jadi hampir setiap hari keluar toko, keliling ke proyek-proyek pembangunan gitu.” (W2WAP2B6)*

Dalam menjalani kehidupan sebagai seorang *single mother*, WA menghadapi kesulitan seperti tugas yang menumpuk baik dari pekerjaan maupun urusan rumah tangga

dan ditambah anak-anak yang rewel. Walau begitu, WA terus berusaha menjalani apapun situasi yang dihadapi.

*“Kalau kesulitan sih pasti ada aja Dek. Kadang waktu di tempat kerja lagi banyak banget kerjaan, terus sampai rumah kerjaan rumah numpuk. Belum lagi kalau anak-anak rewel. Tapi dengan ini aku jadi bisa belajar tentang arti ikhlas Dek, jadi gimana pun keadaannya tetep berusaha jalanin tanpa mengeluh.”*  
(W2WAP4B11)

#### 5) Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Dalam menjalani hidup, WA memandang bahwa setiap individu harus memiliki rencana untuk masa depan. Rencana atau tujuan hidup yang ingin WA capai adalah membesarkan dan mendampingi anak-anak hingga menjadi anak yang sukses. Tujuan utama WA saat ini adalah fokus terhadap anak-anak.

*“Menurutku sih, kalau masa depan kita memang harus punya planning ya. Cuma ya sambil dijalanin aja.”*  
(W2WAP13B30)

*“...tapi yang utama pengen besarin anak-anak sama dampingi anak-anak sampai jadi anak yang sukses. Pokoknya tujuan utama sekarang fokus ke anak-anak.”*  
(W2WAP14B31)

Untuk dapat mewujudkan rencana atau tujuan hidup tersebut, WA berusaha dengan berdoa dan menabung untuk mempersiapkan masa depan.

*“Cuma berdoa Dek, minta terus sama yang di atas. Sama nabung dikit-dikit.”* (W2WAP15B32)

## 6) Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Ketika menghadapi situasi baru sebagai seorang *single mother*, WA merasa berat dan kesulitan. Namun seiring berjalannya waktu, WA mulai dapat beradaptasi dengan situasi baru yang dihadapi. WA merasa dengan situasi yang dihadapi sekarang, WA dapat belajar ikhlas dan terus berusaha menjalani hidup dalam kondisi apapun.

*“Awal-awal jadi single mom berat banget Dek. Rasanya kayak bisa apa enggak gitu ngelanjutin hidup. Tapi mau nggak mau tetep harus dijalanin. Akhirnya seiring berjalannya waktu mulai membiasakan.”* (W2WAP5B10)

*“Tapi dengan ini aku jadi bisa belajar tentang arti ikhlas Dek, jadi gimana pun keadaannya tetep berusaha jalanin tanpa mengeluh.”* (W2WAP4B11)

WA juga memandang diri sendiri sebagai individu yang mandiri dan kuat. WA selalu berusaha bersyukur karena walaupun menghadapi situasi yang tidak mudah, WA dapat bertahan untuk menjalani peran sebagai orang tua tunggal dan bertanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan keluarga.

*“...Alhamdulillah Allah jadiin aku orang yang mandiri dan orang yang kuat. Alhamdulillah sampai sejauh ini aku masih bisa berdiri di atas kakiku sendiri buat cari nafkah dan kebutuhan buat aku sendiri dan anak-anak. Dan kadang pun aku masih nggak percaya, aku bisa sekuat ini. Allah ngasih aku kepercayaan karena Allah yakin aku mampu, belum tentu orang di luar sana juga sekuat aku.”* (W2WAP11B26)

*“Aku orangnya selalu bersyukur Dek. Tapi semenjak keadaanku seperti ini jadi berusaha buat lebih bersyukur lagi.”* (W2WAP12B28)

### c. Informan Ketiga (LZ)

#### 1) Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)

Sebagai seorang *single mother*, LZ sering kali merasa sakit hati ketika diremehkan atau direndahkan orang lain karena statusnya sebagai janda. LZ merasa lingkungan sekitar tempat tinggalnya sering kali memandangi sebelah mata atau bahkan memandangi rendah orang dengan status janda.

*“Kesulitannya ya lebih ke hati aja kalau capek ya pasti, kadang orang gitu ngeremehin ngerendahkan apalagi aku janda. Tetangga suka julid.”* (W3LZP3B10)

*“Lingkungan di kampung ini kurang bagus sih dengan status janda. Orang mandang sebelah mata bahkan dipandang rendah.”* (W3LZP3B14)

*“...di masyarakat yatim itu hina apalagi yatim piatu, nggak dihargain. Ditambah janda. Nggak lapo-lapo ae dipikir jelek.”* (W3LZP7B21)

Namun saat ini LZ lebih memilih untuk menerima jalan hidupnya. LZ cenderung pasrah namun tidak menyerah. LZ juga menilai diri sendiri sebagai individu yang sabar dan kuat.

*“Ya lebih ke ya udah lah memang ini jalan hidup. Mau berontak, berontak ke siapa? Lebih cenderung pasrah tapi tidak menyerah karena kalau aku tumbang semuanya akan hancur.”* (W3LZP4B15)

*“...aku juga ya.. Termasuk sabar dan kuat ya gimana pun keadaannya ya alhamdulillah masih bisa kuat sampai sekarang.”* (W3LZP10B27)

Tak hanya itu, LZ menilai diri sendiri sebagai individu yang mudah mengasihani dan mudah tidak tega terhadap orang lain. Sifat LZ tersebut sering kali membuat LZ dimanfaatkan orang lain sehingga LZ berusaha untuk lebih berhati-hati.

*“Gampang kasihan sama orang, nggak tegaan. Itu kelemahanku, makanya sering dibohongin orang.”*  
(W3LZP10B26)

*“Lebih berhati-hati sih. Kadang ya berdebat dengan hati, bingung nggak ditolong kasian. Ditolong ngelunjak. Aku sering dimanfaatkan orang.”*  
(W3LZP11B28)

## 2) Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relation with Others*)

LZ menjalin hubungan yang baik dengan keluarga. LZ sering kali menyempatkan waktu untuk berkumpul dengan keluarga seperti dengan anak, kakak, dan adik-adiknya. Namun LZ jarang berkumpul dengan keluarga besar seperti saudara sepupu dan hanya berkumpul bila ada acara atau bila membutuhkan. Hal ini juga disampaikan oleh NS selaku *significant other*.

*“Sama saudara tok. Adek adekku, satu kakakku. Kalau sepupu sih enggak soalnya wes nggak ada orang tua. Aku berkunjung ke rumah mereka. Mereka nggak ada kesini. Paling kalau pas ada butuhnya aja kesini.”*  
(W3LZP7B20)

*“Kalau Mbak LZ sama anaknya sih seminggu sekali biasanya itu. Ke Malang gitu, terus makan bareng tiap jumat. Kalau keluarga besar sih jarang sih. Jarang banget sih. Kayak kalau ada acara aja gitu, nggak sampai nentuin jadwal.”* (W3SOP3B10)

*“Kalau sama saya sih berhubung saya masih satu rumah ya, jadi ikut kegiatan mereka aja tapi di dalam kota. Kecuali di luar kota saya nggak ikut. Kayak ke Malang nggak ikut. Sering juga kita nonton bareng di rumah.” (W3SOP3B11)*

Sementara itu, LZ juga menjalin hubungan yang cukup baik dengan teman-temannya dengan saling bertukar pesan singkat karena teman-teman LZ berada di luar kota. LZ memiliki beberapa teman sesama wali murid dari teman anaknya. NS menyampaikan bahwa LZ terlalu sibuk bekerja di toko sehingga kurang bersosialisasi.

*“Aku disini nggak punya temen. Paling chat temenku di luar kota.” (W3LZP8B23)*

*“Mbak LZ itu kalau sama temannya itu jarang ya. Soalnya Mbak LZ itu kan lulusan pesantren. Nah itu jadi kebanyakan temannya itu luar kota, Malang itu tadi. Terus habis gitu kalau disini itu sama ibunya teman-teman anaknya cuma satu dua sih setahu saya. Ya karena terlalu sibuk di toko itu loh jadi dia itu kayak kurang bersosialisasi sama ibu-ibunya temennya.” (W3SOP4B9)*

Di lingkungan tempat tinggalnya, LZ menjalin hubungan yang baik dengan tetangga untuk sekadar menyapa dan datang ketika diundang suatu acara atau sedang ada yang berduka. Selain itu, NS menyampaikan bahwa LZ jarang mengikuti acara-acara tetangga karena sibuk di toko. LZ juga merupakan pendatang baru di lingkungan tersebut sehingga kurang dekat dan tidak terlalu kenal dengan tetangga sekitar.

*“Ya cuma sekadar aja, kalau pas keluar rumah aku selalu negur, nyapa orang. Kalau diundang ya hadir,*

*kalau ada yang meninggal ya takziah. Kalau nyapa laki-laki, bapak-bapak, nggak nyapa. Karena pernah aku nyapa malah dibilang tebar pesona. Jadi nyapa yang kakek-kakek atau kalau orang nyapa duluan.” (W3LZP9B25)*

*“Mbak LZ jarang sih ikut-ikutan acara-acara tetangga kayak hampir nggak pernah sih, hampir nggak pernah. Soalnya kalau sibuk di toko itu nggak bisa ikut karena di toko terus. Terus di sisi lain kita itu aslinya pendatang kan. Soalnya aslinya kita itu nggak tinggal disini. Jadi ya kurang dekat dan nggak seberapa kenal gitu.” (W3SOP5B10)*

LZ jarang bercerita tentang masalah yang dihadapi dengan orang lain karena menurutnya percuma. Namun NS menyampaikan bahwa LZ sering kali mengeluh.

*“Cerita sebenarnya pingin tapi percuma cerita. Orang kalau suka sama kita cuma bisa kasih ya.. Paling gitu yang nggak suka ya ngapokno.” (W3LZP5B16)*

*“Cerita-cerita sih enggak ya, cuma sering marah-marah sumpek-sumpek gitu.” (W3SOP2B5)*

*“Hampir setiap hari, nggak pernah dia nggak mengeluh kayak gitu.” (W3SOP2B6)*

### 3) Otonomi (*Autonomy*)

Rutinitas sehari-hari LZ sebagai seorang *single mother* adalah mengurus anak, menyelesaikan pekerjaan rumah tangga, serta bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup dengan mengurus toko milik keluarga. Tak hanya dari toko, LZ juga melayani pembeli secara *online* karena butuh omset. Hal ini sesuai dengan hasil observasi serta dokumentasi rutinitas LZ yang terdapat pada lampiran dengan kode O2LZ6, O2LZ7, D3F3, dan D3F4.

*“Pagi bangun.. Nyiapin sarapan anak untuk berangkat sekolah terus ke toko.” (W3LZP1B5)*

*“Jam 8 pagi sampai jam 9. Tapi aku pulang jam 10-an karena totalan.” (W3LZP1B6)*

*“Hari jumat setengah hari tapi biasanya aku ngelayanin online. Toko tutup tak kirim sendiri kalau ada orang pesen. Karena ya gimana lagi.. Butuh omset.” (W3LZP1B7)*

Ketika menghadapi kesulitan dalam menjalani hidup sebagai *single mother*, LZ berusaha menerima keadaan dengan berpasrah namun tidak menyerah.

*“Ya lebih ke ya udah lah memang ini jalan hidup. Mau berontak, berontak ke siapa? Lebih cenderung pasrah tapi tidak menyerah karena kalau aku tumbang semuanya akan hancur.” (W3LZP4B15)*

Dalam mengambil suatu keputusan, LZ sebisa mungkin tidak mengandalkan orang lain dan memutuskan sendiri.

*“Iya sebisa mungkin kalau ada sesuatu ya mikir sendiri buat cari jalan keluarnya.” (W3LZP6B18)*

#### 4) Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Sebagai seorang *single mother*, kegiatan LZ sehari-hari adalah menjalani tanggung jawab sebagai ibu rumah tangga dan bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup. Di rumah, LZ berperan dalam mengurus anak, menyelesaikan pekerjaan rumah tangga. LZ juga bertanggung jawab mengurus toko milik keluarga setiap hari mulai dari jam 8 hingga jam 9 malam kecuali hari Jumat hanya setengah hari. Hal ini juga

disampaikan oleh NS selaku *significant other* dan dikuatkan dengan hasil observasi serta dokumentasi kegiatan LZ yang terdapat pada lampiran dengan kode O1LZ1, O1LZ2, O1LZ5, O1LZ6, O2LZ1, O2LZ3, O2LZ4, O2LZ5, O2LZ6, O2LZ7, D3F1, D3F2, D3F3, dan D3F4.

“Masak, nyuci.. Beres-beres rumah, nyiapin anak.”  
(W3LZP1B4)

“Pagi bangun.. Nyiapin sarapan anak untuk berangkat sekolah terus ke toko.” (W3LZP1B5)

“Setelah adzan subuh aku wes bangun nyiapin sarapan, nganter anak ke sekolah. Mampir naruh catatan belanja. Pulang dari nganter aku ambil belanjanya terus tak taruh toko.” (W3LZP2B8)

“Jam 8 pagi sampai jam 9. Tapi aku pulang jam 10-an karena totalan.” (W3LZP2B6)

“Hari Jumat setengah hari tapi biasanya aku ngelayanin online.” (W3LZP2B7)

“Mbak LZ itu kalau pagi itu nganter anaknya dulu itu sambil belanja, habis itu langsung masak buat anak-anak toko. Terus ke toko, terus siang pulang masak lagi habis itu ke toko.” (W3SOP1B3)

Kesulitan yang dihadapi LZ sebagai seorang *single mother* adalah merasa diremehkan dan direndahkan karena statusnya sebagai *single mother* serta kesulitan membagi waktu antara mengurus anak dan mengurus toko.

“Kesulitannya ya lebih ke hati aja kalau capek ya pasti, kadang orang gitu ngeremehin ngerendahin apalagi aku janda. Tetangga suka julid.”  
(W3LZP3B10)

“Kalau anakku waktunya pulang sekolah belum ada yang jemput, dulu gurunya yang nganter karena umur 3 tahun wes tak play group-no. Terus kalau ngaji

*nggak pulang malah main. Itu orang pada hina bilang anake keleleran.” (W3LZP3B12)*

Dalam menghadapi kesulitan tersebut, LZ berusaha menerima keadaan dengan berpasrah namun tidak menyerah.

*“Ya lebih ke ya udah lah memang ini jalan hidup. Mau berontak, berontak ke siapa? Lebih cenderung pasrah tapi tidak menyerah karena kalau aku tumbang semuanya akan hancur.” (W3LZP4B15)*

##### 5) Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Tujuan hidup LZ untuk masa depan adalah dapat mendampingi serta menyekolahkan anak dan adik-adiknya dan berharap mereka dapat sukses. LZ berjuang untuk mewujudkan harapan tersebut. LZ berharap dapat menunjukkan pada ayah dari anaknya bahwa LZ berhasil membesarkan anak sendiri hingga sukses.

*“...aku berjuang biar adekku bisa berpendidikan tinggi, nggak putus sekolah kayak aku. Perkara anak aku titipkan ke Allah yang terbaik.. Karena aku nggak mau jatuh. Kalau adekku sampai nggak sekolah, pasti semua orang menertawakan karena orang kampung sini dulu iri sama keberhasilan ayahku yang notabenenya anak yatim miskin tapi bisa sukses. Bahkan kematian ayahku dimanfaatkan beberapa oknum.” (W3LZP12B31)*

*“Aku sangat berharap adekku bisa sukses. Aku juga selalu berdoa buat adekku dan anakku, semoga anakku bisa jadi orang besar supaya bisa mengangkat derajatku dan kelak kalau anakku sukses pasti ayahnya nyari dia.” (W3LZP12B32)*

*“Aku cuma pingin nunjukin ke ayahnya anakku tanpa harus berkata ini loh anak yang kamu tinggal dia bisa jadi orang hebat. Aku kan ditinggal saat hamil, mulai hamil 4 bulan dia pamit kerja.” (W3LZP12B34)*

## 6) Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Dalam menghadapi situasi baru sebagai seorang *single mother*, LZ merasa orang lain sering kali memandang sebelah mata atau bahkan memandang rendah orang dengan status janda. Namun saat ini LZ lebih memilih untuk menerima jalan hidupnya. LZ cenderung pasrah namun tidak menyerah.

*“Kesulitannya ya lebih ke hati aja kalau capek ya pasti, kadang orang gitu ngeremehin ngerendahin apalagi aku janda. Tetangga suka julid.”* (W3LZP3B10)

*“Ya lebih ke ya udah lah memang ini jalan hidup. Mau berontak, berontak ke siapa? Lebih cenderung pasrah tapi tidak menyerah karena kalau aku tumbang semuanya akan hancur.”* (W3LZP4B15)

LZ juga memandang diri sendiri sebagai individu yang sabar dan kuat. Bagaimana pun keadaan yang dihadapi, LZ bersyukur dapat kuat menjalani hidup hingga saat ini.

*“...aku juga ya.. Termasuk sabar dan kuat ya gimana pun keadaannya ya alhamdulillah masih bisa kuat sampai sekarang.”* (W3LZP10B27)

## 2. Hasil Analisis Data

Setiap individu memiliki perbedaan dalam dinamika *psychological well-being* yang dimiliki. Seperti halnya ketiga informan dalam penelitian ini yang merupakan *single mother* dengan *work-family conflict*. Berikut interpretasi hasil analisis terhadap temuan penelitian pada ketiga informan.

**a. Informan Pertama (NH)**

1) Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)

Menyandang status sebagai seorang *single mother* di usia yang cukup muda membuat NH sedih karena sering kali merasa diremehkan orang lain khususnya oleh tetangga. Namun saat ini, NH tidak lagi memikirkan perkataan orang lain dan hanya ingin fokus membesarkan anak dengan usahanya sendiri. NH merasa memiliki banyak kekurangan dari segi fisik, namun NH tidak terlalu memikirkan kekurangan tersebut karena hanya ingin fokus membesarkan anak. NH juga memandang diri sendiri sebagai individu yang tekun. (W1NHP6B14; W1NHP7B16; W1NHP12B25; W1NHP12B26; W1NHP13B27)

2) Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relation with Others*)

NH menjalin hubungan yang baik dengan keluarga. Walaupun sempat merenggang saat masih bersama suami, kini hubungan NH dengan keluarga membaik setelah bercerai dan kembali tinggal bersama keluarga. Hubungan NH dengan teman-teman juga terjalin dengan baik. Kesibukan masing-masing membuat NH dan teman-teman jarang bertemu namun masih menyempatkan bertukar kabar melalui pesan singkat atau telepon dan datang reuni setahun sekali.

NH juga menjalin hubungan baik dengan tetangga di sekitar lingkungannya. NH mengikuti arisan PKK di kampung, namun selebihnya NH lebih sering mencari kesibukan sendiri. Ketika menghadapi masalah atau kesulitan, NH lebih sering memendam sendiri. NH cenderung susah bercerita. Ketika masalah yang dihadapi berat, NH baru bercerita untuk mencari solusi atas permasalahan tersebut. (W1NHP9B19; W1SOP3B6; W1SOP3B8; W1NHP10B21; W1NHP10B22; W1SOP4B9; W1NHP11B23; W1SOP5B10; W1SOP5B11; W1NHP8B17; W1NHP8B18; W1SOP2B4)

### 3) Otonomi (*Autonomy*)

Untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari, NH bekerja sebagai APPC atau SPG di Asian Paint serta menjalankan bisnis *online* di rumah. Selama NH bekerja, anak NH ditiptkan kepada nenek atau ibu dari NH. Apabila menghadapi suatu masalah atau kesulitan, NH lebih memprioritaskan sang anak. Jika masalah yang dihadapi berat, NH bercerita dengan keluarga atau orang tertentu untuk dibantu mencari solusi atau jalan keluar. (W1NHP1B3; W1NHP1B4; W1SOP1B3; W1NHP5B12; W1NHP8B18)

### 4) Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Kegiatan sehari-hari NH sebagai seorang *single mother* adalah bekerja, menjalankan bisnis *online*, serta mengurus

anak. Dalam menyelesaikan pekerjaan rumah tangga, NH dibantu oleh sang ibu. Sementara itu di lingkungan kerja, NH berperan dalam menawarkan produk cat serta melayani *customer* yang datang di toko bangunan.

Kesulitan yang dihadapi NH di awal menjalani hidup sebagai *single mother* adalah kesulitan keuangan yang membuat NH harus menambah pemasukan dengan menjalankan bisnis *online* di rumah. NH juga mengalami kesulitan ketika tugas dari pekerjaan dan tugas dari rumah tangga menumpuk. Dalam mengatasi kesulitan tersebut, NH lebih memprioritaskan anak dibanding pekerjaan. (W1NHP1B3; W1NHP3B11; W1SOP1B3; W1NHP2B6; W1NHP2B7; W1NHP4B14; W1NHP4B15; W1NHP5B12; O1NH1; O1NH2; O1NH5; O1NH6; D1F1; D1F2)

##### 5) Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Tujuan hidup NH di masa depan adalah ingin hidup bahagia dengan anak dan dapat mendidik anak dengan caranya sendiri hingga menjadi anak yang sukses. Untuk mencapai tujuan tersebut, NH berusaha menabung khususnya untuk masa depan sang anak. (W1NHP14B28; W1NHP15B29)

##### 6) Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Ketika menghadapi situasi baru sebagai seorang *single mother*, NH merasa sedih karena harus menjadi seorang *single*

*mother* di usia yang cukup muda. NH sering kali merasa diremehkan orang lain khususnya tetangga atas statusnya sebagai *single mother*. Namun saat ini NH memilih untuk tidak memikirkan perkataan orang lain. Kini NH hanya ingin fokus membesarkan anak dengan hasil keringat sendiri. NH dapat menghadapi situasi yang tidak mudah tersebut karena NH merasa bahwa dirinya adalah individu yang tekun. (W1NHP6B14; W1NHP7B16; W1NHP12B26)

**b. Informan Kedua (WA)**

1) Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)

Di awal menjalani hidup sebagai seorang *single mother*, WA merasa berat dan kesulitan hingga hampir menyerah. Seiring berjalannya waktu, WA mulai dapat beradaptasi dengan situasi yang dihadapi dengan terus bersyukur. Menurut WA, kesulitan yang dihadapi membuat WA dapat belajar ikhlas dan terus berusaha menjalani apapun situasi yang dihadapi. WA memandang diri sendiri sebagai individu yang mudah lupa dan mudah menyerah. Namun semenjak menjadi *single mother*, WA merasa harus tetap semangat untuk menjalani hidup. WA juga merasa bahwa dirinya merupakan individu yang mandiri dan kuat. (W2WAP4B10; W2WAP11B27; W2WAP4B10;

W2WAP12B28; W2WAP4B11; W2WAP11B25;  
W2WAP11B26)

2) Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relation with Others*)

WA menjalin hubungan yang baik dengan keluarga, teman, maupun lingkungan sekitarnya. Ketika memiliki waktu libur, WA menyempatkan untuk berkumpul bersama keluarga. WA juga masih menyempatkan bertukar kabar dengan teman-temannya melalui pesan singkat karena jarang memiliki kesempatan untuk bertemu secara langsung karena kesibukan masing-masing. WA sudah tidak terlalu aktif dalam kegiatan PKK di kampung semenjak bekerja karena jadwal yang sering kali bertabrakan dengan jam kerja, namun WA tetap menjalin hubungan baik dengan tetangga di lingkungan sekitar tempat tinggalnya.

WA jarang menceritakan masalah yang dihadapi dengan orang lain dan lebih memilih untuk menyampaikan keluh kesahnya saat beribadah. Namun jika masalah yang dihadapi dirasa berat, WA meminta pendapat serta pertimbangan dari saudara yang dianggap dapat memahami dan memberi solusi. (W2WAP8B16; W2WAP8B17; W2SOP3B8; W2WAP9B18; W2WAP9B19; W2SOP4B9;

W2WAP10B23; W2SOP5B11; W2WAP6B14;  
W2WAP7B15; W2SOP2B5; W2SOP2B7)

3) Otonomi (*Autonomy*)

Sebagai seorang *single mother*, WA memenuhi kebutuhan hidup dengan bekerja sebagai sales cat di Asian Paint. Selama bekerja, WA menitipkan anak-anak pada paman dan bibi dari WA yang tinggal bersama dengan WA. Ketika menghadapi kesulitan dalam menjalani peran sebagai *single mother*, WA mengutamakan anak-anaknya terlebih dahulu. Namun bila masalah yang dihadapi dirasa berat, WA meminta pendapat serta pertimbangan dari saudara yang dianggap dapat memahami dan memberi solusi. (W2WAP1B3; W2WAP1B4; W2WAP3B8; W2WAP6B12; W2WAP7B15)

4) Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Kegiatan sehari-hari WA adalah menjalankan tanggung jawab sebagai ibu rumah tangga serta bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarga. Di rumah, WA berperan dalam menyelesaikan pekerjaan rumah tangga dan mengurus anak. Sementara di lingkungan kerja, WA berperan dalam menawarkan produk cat kepada *customer* serta pada proyek-proyek pembangunan. Dalam menjalani peran-peran tersebut, WA menghadapi kesulitan seperti tugas yang menumpuk baik dari pekerjaan maupun urusan rumah tangga dan ditambah

anak-anak yang rewel. Walau begitu, WA terus berusaha menjalani apapun situasi yang dihadapi. (W2WAP1B3; W2WAP4B9; W2SOP1B3; W2WAP2B6; W2WAP4B11)

5) Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

WA memandang bahwa dalam menjalani hidup, setiap individu harus memiliki rencana untuk masa depan. Tujuan utama WA saat ini adalah fokus terhadap anak-anak. WA ingin dapat membesarkan dan mendampingi anak-anaknya hingga menjadi anak yang sukses. Untuk mewujudkan hal tersebut, usaha yang dilakukan oleh WA adalah berdoa dan menabung untuk mempersiapkan masa depan. (W2WAP13B30; W2WAP14B31; W2WAP15B32)

6) Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Dalam menghadapi situasi baru sebagai seorang *single mother*, WA merasa berat dan kesulitan. Seiring berjalannya waktu, WA mulai dapat beradaptasi dengan situasi baru yang dihadapi. WA merasa dengan adanya situasi ini, WA dapat belajar ikhlas dan terus berusaha menjalani hidup dalam kondisi apapun. WA juga memandang diri sendiri sebagai individu yang mandiri dan kuat. WA selalu berusaha bersyukur karena walaupun situasi yang dihadapi tidak mudah, WA dapat bertahan untuk menjalani peran sebagai orang tua tunggal dan bertanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan

keluarga. (W2WAP5B10; W2WAP4B11; W2WAP11B26; W2WAP12B28)

**c. Informan Ketiga (LZ)**

1) Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)

Menjalani hidup sebagai seorang *single mother* membuat LZ sering kali merasa sakit hati ketika diremehkan atau direndahkan orang lain karena statusnya sebagai janda, terutama oleh lingkungan sekitar tempat tinggalnya. Namun saat ini LZ lebih memilih untuk menerima jalan hidupnya dengan pasrah tetapi tidak menyerah. LZ menilai diri sendiri sebagai individu yang sabar dan kuat. LZ juga menilai diri sendiri sebagai individu yang mudah mengasihani dan mudah tidak tega terhadap orang lain sehingga LZ sering kali dimanfaatkan orang lain. Untuk itu, LZ berusaha untuk lebih berhati-hati. (W3LZP3B10; W3LZP3B14; W3LZP7B21; W3LZP4B15; W3LZP10B27; W3LZP10B26; W3LZP11B28)

2) Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relation with Others*)

LZ menjalin hubungan yang baik dengan keluarga, khususnya keluarga kandung. LZ sering kali menyempatkan waktu untuk berkumpul dengan keluarga kandung dan hanya berkumpul dengan keluarga besar apabila ada acara atau bila membutuhkan. LZ juga menjalin hubungan yang baik dengan

teman-temannya dengan saling bertukar kabar melalui pesan singkat karena berada di kota yang berbeda. LZ juga menjalin hubungan dengan sesama wali murid dari teman anaknya.

Hubungan LZ dengan lingkungan tempat tinggalnya cukup baik untuk sekadar menyapa dan datang ketika diundang suatu acara atau sedang ada yang berduka. Kesibukan di toko membuat LZ kurang aktif dalam mengikuti kegiatan yang berlangsung di lingkungan tempat tinggalnya. Ketika menghadapi masalah, LZ jarang bercerita dengan orang lain karena menurutnya percuma. (W3LZP7B20; W3SOP3B10; W3SOP3B11; W3LZP8B23; W3SOP4B9; W3LZP9B25; W3SOP5B10; W3LZP5B16; W3SOP2B5; W3SOP2B6)

### 3) Otonomi (*Autonomy*)

Sebagai seorang *single mother*, rutinitas LZ sehari-hari adalah mengurus anak, menyelesaikan pekerjaan rumah tangga, serta bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup dengan mengurus toko milik keluarga secara *offline* maupun *online*. Ketiga menghadapi kesulitan dalam menjalani tanggung jawab tersebut, LZ berusaha menerima keadaan dengan berpasrah namun tidak menyerah. Dalam mengambil suatu keputusan, LZ sebisa mungkin tidak mengandalkan orang lain dan memutuskan sendiri. (W3LZP1B5;

W3LZP1B6; W3LZP1B7; W3LZP4B15; W3LZP6B18;  
O2LZ6; O2LZ7; D3F3; D3F4)

4) Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)

Kegiatan LZ sehari-hari adalah menjalani tanggung jawab sebagai ibu rumah tangga dan bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup. Di rumah, LZ berperan dalam mengurus anak dan menyelesaikan pekerjaan rumah tangga. LZ juga bertanggung jawab mengurus toko milik keluarga setiap hari mulai dari jam 8 hingga jam 9 malam kecuali di hari Jumat hanya setengah hari. Kesulitan LZ sebagai seorang *single mother* adalah merasa diremehkan dan direndahkan karena statusnya sebagai *single mother* serta kesulitan membagi waktu antara mengurus anak dan mengurus toko. Dalam menghadapi kesulitan tersebut, LZ berusaha menerima keadaan dengan berpasrah namun tidak menyerah.

(W3LZP1B4; W3LZP1B5; W3LZP2B8; W3LZP2B6;  
W3LZP2B7; W3SOP1B3; W3LZP3B10; W3LZP3B12;  
W3LZP4B15; O1LZ1; O1LZ2; O1LZ5; O1LZ6; O2LZ1;  
O2LZ3; O2LZ4; O2LZ5; O2LZ6; O2LZ7; D3F1; D3F2;  
D3F3; D3F4)

5) Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)

Tujuan hidup yang ingin dicapai LZ di masa depan adalah dapat mendampingi serta menyekolahkan anak dan

adik-adiknya dan berharap mereka dapat sukses. LZ berjuang untuk mewujudkan harapan tersebut. LZ juga berharap dapat menunjukkan pada ayah dari anaknya bahwa LZ berhasil membesarkan anak sendiri hingga sukses. (W3LZP12B31; W3LZP12B32; W3LZP12B34)

6) Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)

Ketika menghadapi situasi baru sebagai seorang *single mother*, LZ merasa orang lain sering kali memandang sebelah mata atau bahkan memandang rendah orang dengan status janda. Namun saat ini LZ lebih memilih untuk menerima jalan hidupnya. LZ cenderung pasrah namun tidak menyerah. LZ juga memandang diri sendiri sebagai individu yang sabar dan kuat. Bagaimana pun keadaan yang dihadapi, LZ bersyukur dapat kuat menjalani hidup hingga saat ini. (W3LZP3B10; W3LZP4B15; W3LZP10B27)

### C. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis yang telah diuraikan sebelumnya, maka pada bagian ini akan membahas terkait dinamika terbentuknya *psychological well-being* pada ketiga informan penelitian yang merupakan *single mother* dengan *work-family conflict* ditinjau dari dimensi-dimensi *psychological well-being* yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Berikut pembahasan dari hasil analisis ketiga

informan penelitian yang dibandingkan dengan teori yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya.

## **1. Dimensi yang Membentuk *Psychological Well-Being* pada *Single Mother* dengan *Work-Family Conflict***

### **a. Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*)**

Ketiga informan dalam penelitian ini memiliki penerimaan diri yang sama yakni menerima diri dalam keadaan yang dijalani saat ini. Walaupun menghadapi kesulitan di awal menghadapi situasi baru sebagai *single mother*, seiring berjalannya waktu ketiga informan mampu beradaptasi dan menerima keadaan diri masing-masing. Penerimaan diri merupakan karakteristik dari individu yang matang yang kemudian membentuk *psychological well-being* ketiga informan. Hal ini selaras dengan pernyataan Ryff (1989) bahwa dimensi penerimaan diri merupakan karakteristik individu yang teraktualisasi diri, berfungsi secara optimal, dan dewasa. Maslow (1968) juga menyatakan bahwa penerimaan diri merupakan salah satu karakter dari individu yang mampu mengaktualisasikan diri sehingga individu dapat menerima diri apa adanya, memberikan penilaian yang tinggi pada individualitas serta keunikan diri sendiri.

Penerimaan diri meliputi perasaan baik individu terhadap diri sendiri, terhadap masa kini maupun masa lalu, serta mengetahui dan menerima kelebihan dan kekurangan diri yang

dimiliki. Pada informan pertama (NH), menjadi seorang *single mother* di usia yang cukup muda membuat NH merasa sedih karena sering kali merasa diremehkan orang lain khususnya oleh tetangga. Namun saat ini, NH tidak lagi memikirkan perkataan orang lain dan hanya ingin fokus membesarkan anak dengan usahanya sendiri. NH merasa memiliki banyak kekurangan dari segi fisik, namun NH tidak terlalu memikirkan kekurangan tersebut karena hanya ingin fokus membesarkan anak. NH juga memandang diri sendiri sebagai individu yang tekun.

Pada informan kedua (WA), di awal menjalani hidup sebagai seorang *single mother* WA merasa berat dan kesulitan hingga hampir menyerah. Seiring berjalannya waktu, WA mulai dapat beradaptasi dengan situasi yang dihadapi dengan terus bersyukur. Menurut WA, kesulitan yang dihadapi membuat WA dapat belajar ikhlas dan terus berusaha menjalani apapun situasi yang dihadapi. WA memandang diri sendiri sebagai individu yang mudah lupa dan mudah menyerah. Namun semenjak menjadi *single mother*, WA merasa harus tetap semangat untuk menjalani hidup. WA juga merasa bahwa dirinya merupakan individu yang mandiri dan kuat.

Pada informan ketiga (LZ), menjalani hidup sebagai seorang *single mother* membuat LZ sering kali merasa sakit hati ketika diremehkan atau direndahkan orang lain karena statusnya

sebagai janda, terutama oleh lingkungan sekitar tempat tinggalnya. Namun saat ini LZ lebih memilih untuk menerima jalan hidupnya dengan pasrah tetapi tidak menyerah. LZ menilai diri sendiri sebagai individu yang sabar dan kuat. LZ juga menilai diri sendiri sebagai individu yang mudah mengasihani dan mudah tidak tega terhadap orang lain sehingga LZ sering kali dimanfaatkan orang lain. Untuk itu, LZ berusaha untuk lebih berhati-hati.

**b. Hubungan Positif dengan Orang Lain (*Positive Relation with Others*)**

Ketiga informan dalam penelitian ini memiliki hubungan yang baik dengan keluarga, teman, maupun tetangga di lingkungan sekitar tempat tinggal. Menurut Ryff (1989), hubungan positif dengan orang lain merujuk pada kemampuan individu dalam menjalin hubungan interpersonal yang hangat dan saling percaya. Individu yang memiliki hubungan positif dengan orang lain akan memiliki kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain, dapat menunjukkan empati serta afeksi, dan memahami prinsip memberi dan menerima dalam hubungan dengan orang lain. Sebaliknya, individu yang kurang atau tidak memiliki hubungan positif dengan orang lain akan terisolasi dan merasa frustrasi dalam menjalin hubungan dengan orang lain serta tidak memiliki keinginan untuk mempertahankan hubungan tersebut.

Masing-masing informan memiliki cara yang berbeda dalam menjalin hubungan interpersonal yang baik. Walaupun sempat merenggang saat masih bersama suami, UM selaku *significant other* menyatakan bahwa kini hubungan informan pertama (NH) dengan keluarga membaik setelah bercerai dan kembali tinggal bersama keluarga. NH juga menjalin hubungan baik dengan teman-temannya. Kesibukan masing-masing tidak menjadi penghalang bagi NH dan teman-teman untuk menyempatkan bertukar kabar melalui pesan singkat atau telepon dan menghadiri reuni setahun sekali.

Kesibukan menjalankan peran sebagai *single mother* tidak menghalangi NH untuk tetap aktif mengikuti arisan PKK di kampung dan menjalin hubungan yang baik dengan tetangga. Ketika menghadapi kesulitan, NH cenderung kurang terbuka untuk bercerita dengan orang lain. NH akan bercerita jika merasa membutuhkan bantuan untuk mencari solusi atas permasalahan tersebut. UM juga menyatakan bahwa NH akan bercerita jika tidak menemukan jalan keluar atas permasalahan yang dihadapi.

Informan kedua (WA) juga menjalin hubungan yang baik dengan keluarga, teman, maupun lingkungan sekitarnya. Ketika memiliki waktu libur, WA menyempatkan untuk berkumpul bersama keluarga. TW selaku *significant other* menyatakan bahwa WA sering kali berinisiatif mengajak keluarga untuk berkumpul

dan makan bersama. WA juga masih menyempatkan bertukar kabar dengan teman-temannya melalui pesan singkat karena jarang memiliki kesempatan untuk bertemu karena kesibukan masing-masing.

Meski sudah tidak terlalu aktif dalam kegiatan PKK di kampung semenjak bekerja karena jadwal yang sering kali bertabrakan dengan jam kerja, WA tetap menjalin hubungan baik dengan tetangga di lingkungan sekitar tempat tinggalnya. TW juga menyampaikan bahwa WA memiliki hubungan yang baik dan sering kali menyapa para tetangga. WA jarang menceritakan masalah yang dihadapi dengan orang lain dan lebih memilih untuk menyampaikan keluh kesahnya saat beribadah. Namun jika masalah yang dihadapi dirasa berat, WA meminta pendapat serta pertimbangan dari saudara yang dianggap dapat memahami dan memberi solusi.

Informan ketiga (LZ) juga menjalin hubungan yang baik dengan keluarga, khususnya dengan keluarga kandung. LZ sering kali menyempatkan waktu untuk berkumpul dan menghabiskan waktu bersama dengan keluarga kandung. Walaupun berada di kota yang berbeda, LZ tetap menjalin hubungan baik dengan teman-temannya dengan saling bertukar kabar melalui pesan singkat. LZ juga menjalin hubungan baik dengan beberapa wali murid dari teman anaknya.

Hubungan LZ dengan tetangga di lingkungan tempat tinggal cukup baik untuk sekadar menyapa dan hadir ketika diundang suatu acara atau sedang ada yang berduka. Berdasarkan keterangan dari NS selaku *significant other*, kesibukan di toko membuat LZ kurang aktif dalam mengikuti kegiatan yang berlangsung di lingkungan tempat tinggalnya. Berbeda dengan informan pertama dan kedua, ketika menghadapi kesulitan LZ jarang bercerita dengan orang lain karena menurutnya percuma.

Kemampuan dalam menjalin hubungan interpersonal yang baik merupakan salah satu kriteria individu yang sehat mental dan dewasa yang kemudian membentuk *psychological well-being* informan. Oleh karena itu, kehadiran keluarga, teman, maupun lingkungan sekitar memiliki peranan yang cukup penting bagi masing-masing informan. Hal ini selaras dengan hasil penelitian Arfianto et al. (2020) yang menunjukkan bahwa meningkatkan dukungan sosial dari keluarga, teman, maupun orang terdekat dapat turut meningkatkan *psychological well-being* individu. Hasil penelitian Kołodziej-Zaleska dan Przybyła-Basista (2016) juga menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan sumber daya penting yang memiliki efek tidak langsung yang signifikan terhadap *psychological well-being* individu pasca perceraian.

### c. Otonomi (*Autonomy*)

Ketiga informan dalam penelitian ini memiliki otonomi yang berbeda-beda dalam memenuhi kebutuhan, mengatasi masalah, serta mengambil keputusan secara mandiri. Informan pertama (NH), memenuhi kebutuhan hidup dengan bekerja sebagai APPC atau SPG serta menjalankan bisnis *online* di rumah. NH dibantu oleh sang ibu dalam mengurus anak dan menyelesaikan pekerjaan rumah tangga selama NH bekerja. Ketika menghadapi suatu masalah atau kesulitan, NH lebih memprioritaskan sang anak dan berusaha menyelesaikan sendiri semampunya. NH akan bercerita dengan keluarga atau orang tertentu untuk dibantu mencari solusi atau jalan keluar ketika merasa bingung dalam menyelesaikan permasalahan tersebut.

Tak jauh berbeda dengan NH, informan kedua (WA) juga memenuhi kebutuhan hidup dengan bekerja sebagai sales cat. Selama bekerja, WA menitipkan anak-anak pada paman dan bibi yang tinggal bersama dengan WA. Sama seperti NH, ketika menghadapi kesulitan WA akan mengutamakan anak-anaknya terlebih dahulu dan meminta pendapat serta pertimbangan dari saudara yang dianggap dapat memahami dan memberi solusi jika masalah yang dihadapi dirasa berat. Sementara itu informan ketiga (LZ), memenuhi kebutuhan hidup dengan mengurus toko milik keluarga secara *offline* maupun *online*. Ketika menghadapi

kesulitan, LZ berusaha menerima keadaan dengan berpasrah namun tidak menyerah. LZ sebisa mungkin tidak mengandalkan orang lain dalam mengambil suatu keputusan.

Otonomi atau kemandirian merupakan salah satu dimensi yang mendukung pembentukan *psychological well-being* masing-masing informan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Cahyani dan Dwiyanti (2021) yang menyatakan bahwa kemandirian individu dalam menjalani kehidupan memberi dampak yang cukup besar terhadap *psychological well-being* yang dimiliki. Ryff (1989) menyatakan bahwa dimensi otonomi meliputi kualitas penentuan diri (*self-determination*), kemandirian, dan pengendalian perilaku dalam diri. Individu yang memiliki otonomi tinggi akan memiliki *self-determination* yang tinggi sehingga dapat memutuskan dan mengatur perilaku diri sendiri tanpa campur tangan orang lain, mandiri, tahan terhadap tekanan sosial, serta mampu mengevaluasi diri. Ketika menghadapi kesulitan baik NH maupun WA, keduanya lebih memprioritaskan anak. Hal ini selaras dengan hasil penelitian Matud (2019) menunjukkan bahwa prioritas tertinggi perempuan adalah menyangkut peran dalam keluarga.

#### **d. Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*)**

Ketiga informan dalam penelitian ini memiliki penguasaan lingkungan yang serupa dalam menjalani kehidupan sebagai seorang *single mother*. Kegiatan sehari-hari ketiga informan adalah

bekerja dan mengurus rumah tangga. Selain bekerja, informan pertama (NH) juga menjalankan bisnis *online* untuk menambah pemasukan. Hal ini turut disampaikan UM selaku *significant other* bahwa keseharian NH adalah bekerja dan mengurus bisnis *online* ketika memiliki waktu libur. Dalam menyelesaikan pekerjaan rumah tangga, NH dibantu oleh sang ibu. Di lingkungan kerja, NH berperan dalam menawarkan produk cat serta melayani *customer* yang datang ke toko. Selain kesulitan keuangan, di awal menjalani hidup sebagai *single mother* NH juga mengalami kesulitan ketika tugas dari pekerjaan dan rumah tangga menumpuk. Dalam mengatasi kesulitan tersebut, NH lebih memprioritaskan anak dibanding pekerjaan.

Kegiatan sehari-hari informan kedua (WA) di rumah adalah menyelesaikan pekerjaan rumah tangga dan mengurus anak. TW selaku *significant other* menyatakan bahwa keseharian WA setiap harinya adalah memandikan anak, mengantar ke sekolah, bekerja, membersihkan rumah, hingga mencuci baju. Di lingkungan kerja, WA berperan dalam menawarkan produk cat kepada *customer* serta pada proyek-proyek pembangunan. Seperti halnya NH, WA menghadapi kesulitan ketika tugas dari pekerjaan dan rumah tangga menumpuk. Walau begitu, WA terus berusaha menjalani apapun situasi yang dihadapi.

Pada informan ketiga (LZ), kegiatan sehari-hari selain mengurus anak dan menyelesaikan pekerjaan rumah tangga adalah mengurus toko milik keluarga. Berdasarkan keterangan NS selaku *significant other*, NS bahkan menyempatkan memasak untuk keluarga serta karyawan toko. Sama seperti informan pertama dan kedua, LZ juga menghadapi kesulitan dalam membagi waktu antara mengurus anak dan mengurus toko. Kesulitan lain yang dihadapi LZ adalah ketika merasa diremehkan dan direndahkan karena statusnya sebagai *single mother*. Dalam menghadapi kesulitan tersebut, LZ berusaha menerima keadaan dengan berpasrah namun tidak menyerah.

Hasil penelitian Sinha (2017) menunjukkan bahwa kualitas lingkungan rumah dan lingkungan kerja menentukan *psychological well-being* perempuan dengan peran ganda. Oleh karena itu, kemampuan individu dalam penguasaan lingkungan berperan penting dalam pembentukan *psychological well-being* masing-masing informan. Menurut Ryff (1989), penguasaan lingkungan berkaitan dengan kemampuan individu mengendalikan situasi atau lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikologisnya, berpartisipasi dalam lingkungan di luar dirinya, memanipulasi dan mengendalikan lingkungan yang kompleks, serta kemampuan untuk mengambil keuntungan dan kesempatan dari lingkungan. Individu yang dapat menguasai lingkungan dengan baik akan dapat

mengendalikan hal-hal eksternal dalam lingkungannya termasuk mengatur dan mengendalikan situasi dalam kehidupan sehari-hari, memanfaatkan peluang dan kesempatan yang ada, serta mampu menyesuaikan dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan diri individu tersebut.

**e. Tujuan Hidup (*Purpose in Life*)**

Ketiga informan dalam penelitian ini memiliki tujuan hidup yang sama yang berfokus pada anak. Hal ini selaras dengan hasil penelitian Matud (2019) menunjukkan bahwa prioritas tertinggi perempuan adalah menyangkut peran dalam keluarga. Pada informan pertama (NH), tujuan hidup NH di masa depan adalah ingin hidup bahagia dengan anak dan dapat mendidik anak dengan caranya sendiri hingga menjadi anak yang sukses. Demikian juga tujuan utama informan kedua (WA) yang juga terfokus pada anak-anak yakni ingin dapat membesarkan dan mendampingi anak-anaknya hingga menjadi anak yang sukses. Baik NH maupun WA berusaha menabung untuk mempersiapkan masa depan. WA juga berusaha mewujudkan tujuan tersebut dengan berdoa.

Pada informan ketiga (LZ), tujuan hidup yang ingin dicapai di masa depan adalah dapat mendampingi serta menyekolahkan anak dan adik-adiknya agar dapat berpendidikan setinggi mungkin dan berharap mereka dapat sukses. LZ berdoa dan berjuang untuk mewujudkan keinginan tersebut. LZ berharap dapat menunjukkan

keberhasilannya dalam membesarkan anak sendiri hingga sukses pada ayah dari anaknya.

Tujuan hidup yang dimiliki individu menggambarkan kondisi individu yang memiliki pemahaman yang jelas akan arah dan tujuan hidup yang kemudian turut mendukung terbentuknya *psychological well-being*. Hal ini selaras dengan pernyataan Ryff (1989) bahwa dimensi tujuan hidup merujuk pada keyakinan individu yang memunculkan perasaan bahwa terdapat tujuan dan makna dalam hidup. Individu yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, niat, dan arah sehingga timbul perasaan bahwa hidup bermakna. Sebaliknya, individu yang rendah dalam dimensi tujuan hidup akan kehilangan makna hidup yang dimiliki, tidak memiliki arah dan cita-cita yang jelas, serta tidak memiliki harapan atau kepercayaan yang memberi makna pada kehidupan.

**f. Pertumbuhan Pribadi (*Personal Growth*)**

Dimensi pertumbuhan pribadi berkaitan dengan keinginan individu untuk terus tumbuh dan mengembangkan potensinya, terbuka terhadap pengalaman yang baru, serta memiliki keinginan untuk merealisasikan potensinya. Ketiga informan dalam penelitian ini memiliki pertumbuhan pribadi yang sama yakni mampu mengenali kelebihan dan kekurangan diri sendiri serta berusaha untuk memperbaiki kekurangan masing-masing. Hal ini sejalan dengan pernyataan Ryff (1989), yang menyatakan bahwa

individu yang memiliki pertumbuhan pribadi yang baik akan memiliki perasaan terkait pertumbuhan dalam diri, memandang diri sebagai individu yang akan selalu tumbuh dan berkembang, terbuka terhadap berbagai pengalaman baru, mampu menyadari potensi yang dimiliki, serta memiliki keinginan untuk menambah wawasan yang luas dan menjadi pribadi yang lebih baik.

Ketika menghadapi situasi baru sebagai seorang *single mother*, informan pertama (NH) merasa sedih karena sering kali merasa diremehkan orang lain khususnya tetangga karena statusnya sebagai seorang *single mother* di usia yang cukup muda. NH memandang diri sendiri sebagai individu yang memiliki banyak kekurangan dari segi fisik, namun kini NH tidak terlalu memikirkan perkataan orang lain dan kekurangan yang dimiliki karena hanya ingin fokus membesarkan anak dengan hasil keringat sendiri. NH dapat menghadapi situasi tersebut karena NH merasa bahwa dirinya adalah individu yang tekun.

Berbeda dengan NH, dalam menghadapi situasi baru sebagai seorang *single mother* informan kedua (WA) merasa berat dan kesulitan. Seiring berjalannya waktu, WA mulai dapat beradaptasi dengan situasi baru yang dihadapi. WA merasa dengan adanya situasi ini, WA dapat belajar ikhlas dan terus berusaha menjalani hidup dalam kondisi apapun. WA juga memandang diri sendiri sebagai individu yang mandiri dan kuat. WA selalu

berusaha bersyukur karena walaupun situasi yang dihadapi tidak mudah, WA dapat bertahan untuk menjalani peran sebagai orang tua tunggal dan bertanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan keluarga.

Sebagai seorang *single mother*, seperti halnya NH informan ketiga (LZ) juga sering kali merasa orang lain memandang sebelah mata atau bahkan memandang rendah orang dengan status janda. Namun saat ini LZ lebih memilih untuk menerima jalan hidupnya. LZ cenderung pasrah namun tidak menyerah. LZ juga memandang diri sendiri sebagai individu yang sabar dan kuat. Bagaimana pun keadaan yang dihadapi, LZ bersyukur dapat kuat menjalani hidup hingga saat ini.

## **2. Dinamika Terbentuknya *Psychological Well-Being* pada *Single Mother* dengan *Work-Family Conflict***

### **a. Informan Pertama (NH)**

Sebagai seorang *single mother* di usia yang cukup muda membuat NH merasa sedih karena sering kali merasa diremehkan orang lain khususnya oleh tetangga. Walau begitu, NH mampu menerima diri dalam keadaan yang dijalani saat ini dengan tidak lagi memikirkan perkataan orang lain dan hanya ingin fokus membesarkan anak. NH juga berusaha menjalin hubungan yang positif dengan keluarga, teman, serta lingkungan sekitarnya. Meski tidak cukup mudah untuk terbuka, NH akan bercerita dengan orang

yang dipercaya seperti keluarga untuk bercerita tentang kesulitan yang dihadapi.

Dalam upaya memenuhi kebutuhan hidup keluarga, NH bekerja sebagai APPC atau SPG cat serta menjalankan bisnis *online* di rumah. Selain itu, NH juga menjalankan peran dan tanggung jawab sebagai ibu rumah tangga. Ketika mengalami kesulitan menjalankan peran ganda tersebut, NH akan memprioritaskan anak terlebih dahulu. Selama NH bekerja, NH juga dibantu sang ibu dalam mengurus anak dan menyelesaikan pekerjaan rumah tangga.

Tujuan hidup yang ingin NH capai di masa depan adalah hidup bahagia dengan anak serta dapat mendidik anak dengan cara dan hasil keringatnya sendiri hingga menjadi anak yang sukses. Tujuan tersebut memotivasi NH untuk menabung sebagai upaya mempersiapkan masa depan. Walaupun menghadapi situasi yang sulit sebagai seorang *single mother*, NH merasa dapat melewati itu semua karena dirinya adalah individu yang tekun. Keenam dimensi ini secara positif membentuk *psychological well-being* NH.

#### **b. Informan Kedua (WA)**

Tidak mudah bagi WA di awal menjalani hidup sebagai seorang *single mother* sehingga harus beradaptasi dengan situasi baru yang dihadapi dengan terus bersyukur. Menurut WA, kesulitan yang dihadapi membuat WA dapat belajar ikhlas dan

terus berusaha menjalani apapun situasi yang dihadapi. Hubungan positif yang terjalin dengan keluarga, teman, serta lingkungan sekitar juga turut membantu membentuk *psychological well-being* WA sebagai *single mother*. Walau tidak cukup terbuka, kehadiran keluarga sangat berarti bagi WA ketika menghadapi kesulitan dan membutuhkan pendapat serta pertimbangan.

Keseharian WA adalah mengurus rumah tangga serta bekerja sebagai sales cat untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarga. Selama bekerja, anak-anak WA dititipkan pada paman dan bibi yang tinggal bersama dengan WA. WA berusaha menabung dan senantiasa berdoa sebagai upaya mewujudkan keinginannya di masa depan yakni membesarkan dan mendampingi anak hingga menjadi anak yang sukses. Walaupun banyak tuntutan dan tantangan, WA dapat menghadapi situasi baru yang tidak mudah tersebut dengan berusaha ikhlas dan terus menjalani hidup secara mandiri dan kuat.

### c. Informan Ketiga (LZ)

Terdapat enam dimensi yang saling berkaitan membentuk *psychological well-being* NH secara positif. Menjalani hidup sebagai seorang *single mother* membuat LZ sering kali merasa sakit hati ketika diremehkan atau direndahkan orang lain karena statusnya sebagai janda. Namun kini LZ lebih memilih untuk menerima jalan hidup dan keadaan diri dengan berpasrah namun

tidak menyerah. Meski jarang bercerita ketika menghadapi suatu masalah, LZ tetap menjalin hubungan yang positif dengan keluarga. LZ sering kali menyempatkan waktu untuk berkumpul dan menghabiskan waktu bersama keluarga. Demikian juga pada hubungan LZ dengan teman dan lingkungan sekitar yang juga terjalin secara positif.

Untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarga, LZ bekerja dengan mengurus toko milik keluarga baik secara *offline* maupun *online*. LZ juga menjalankan peran dan tanggung jawab mengurus anak serta rumah tangga. Ketika menghadapi kesulitan, LZ berusaha menerima keadaan dan sebisa mungkin tidak mengandalkan orang lain dalam mengambil suatu keputusan. LZ ingin mendampingi serta menyekolahkan anak dan adik-adiknya agar dapat berpendidikan setinggi mungkin dan berharap mereka dapat sukses. Tujuan hidup tersebut berusaha LZ wujudkan dengan senantiasa berdoa dan terus berjuang.

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai *psychological well-being* pada *single mother* dengan *work-family conflict*, dapat disimpulkan bahwa terdapat enam dimensi yang membentuk *psychological well-being* ketiga informan dengan cara yang berbeda-beda. Penjelasan mengenai dimensi-dimensi yang membentuk *psychological well-being* masing-masing informan adalah sebagai berikut:

1. Penerimaan diri pada ketiga informan sama yakni menerima diri dalam keadaan yang dijalani saat ini. Walaupun menghadapi kesulitan di awal menghadapi situasi baru sebagai *single mother*, seiring berjalannya waktu ketiga informan mampu beradaptasi dan menerima keadaan diri masing-masing. Informan WA dan LZ berusaha ikhlas menerima keadaan dan tidak menyerah dalam menjalani hidup.
2. Ketiga informan dalam penelitian ini menjalin hubungan yang positif dengan orang lain seperti keluarga, teman, maupun tetangga di lingkungan sekitar tempat tinggal. Ketiga informan tidak cukup terbuka untuk menceritakan masalah yang dihadapi dengan orang lain. Namun informan NH dan WA akan bercerita jika merasa

membutuhkan bantuan untuk mencari solusi atas permasalahan tersebut.

3. Otonomi pada ketiga informan berbeda-beda dalam memenuhi kebutuhan, mengatasi masalah, serta mengambil keputusan secara mandiri. Ketika menghadapi kesulitan, informan NH dan WA akan mengutamakan anak-anaknya terlebih dahulu dan bercerita dengan keluarga atau orang tertentu untuk dibantu mencari solusi atas permasalahan tersebut. Sementara informan LZ berusaha menerima keadaan dengan berpasrah namun tidak menyerah dan sebisa mungkin tidak mengandalkan orang lain dalam mengambil suatu keputusan.
4. Penguasaan lingkungan ketiga informan serupa dalam menjalani kehidupan sebagai *single mother*. Selain mengurus rumah tangga, ketiga informan bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup. Ketika menghadapi kesulitan dalam menjalankan peran tersebut, NH lebih memprioritaskan anak dibanding pekerjaan.
5. Tujuan hidup ketiga informan di masa depan berfokus pada anak yakni mendampingi dan membesarkan anak hingga menjadi anak yang sukses.
6. Ketiga informan memiliki pertumbuhan pribadi yang sama yakni mampu mengenali kelebihan dan kekurangan diri masing-masing serta berusaha untuk memperbaiki kekurangan tersebut.

## B. Saran

### 1. Bagi *Single Mother*

*Single mother* diharapkan dapat mempertahankan *psychological well-being* yang positif dengan terus melakukan kegiatan-kegiatan yang mengarah pada hal yang positif sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup dengan mengembangkan potensi diri masing-masing.

### 2. Bagi Keluarga *Single Mother*

Keluarga diharapkan dapat lebih memperhatikan dan mendukung *single mother* untuk melakukan kegiatan-kegiatan yang positif sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup *single mother*.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengeksplorasi lebih dalam terkait *psychological well-being* pada *single mother* dengan *work-family conflict* dari informan yang lebih bervariasi sehingga dapat memperoleh dinamika terbentuknya *psychological well-being* yang lebih mendalam dari beragam karakteristik informan.

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

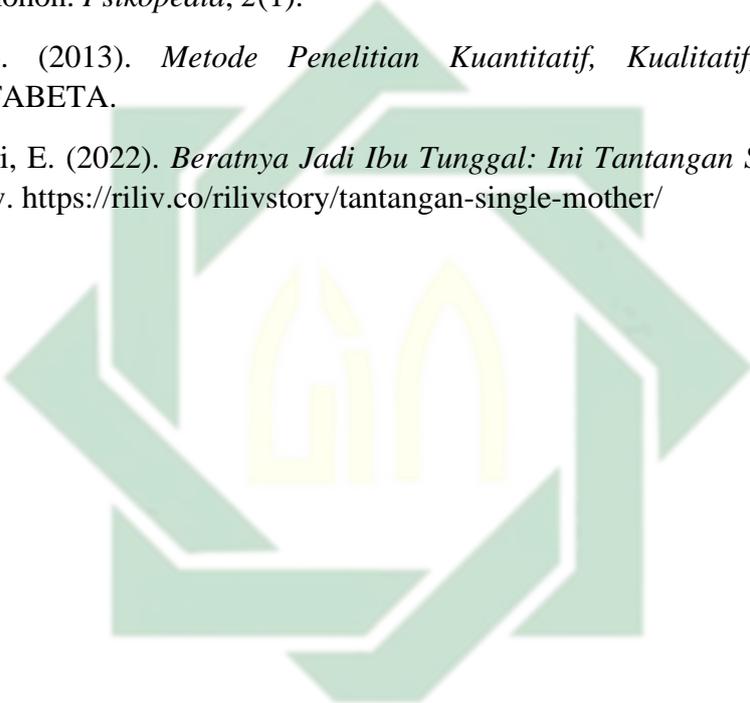
## DAFTAR PUSTAKA

- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. Holt, Reinhart & Winston.
- Anwar, D. P., & Fauziah, N. (2019). Hubungan antara Kesejahteraan Psikologis dengan Konflik Peran Ganda pada Wanita yang Bekerja sebagai Polisi di Polrestabes Semarang. *Jurnal Empati*, 8(1), 105–110.
- Arfianto, M. A., Mustikasari, & Wardani, I. Y. (2020). Apakah Dukungan Sosial Berhubungan dengan Kesejahteraan Psikologis Ibu Pekerja? *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(4), 505–514.
- Bandyopadhyay, G., & Srivastava, K. B. L. (2017). Determinants of psychological well-being and its impact on mental health and employee engagement. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 8(4), 250–257.
- Berk, L. E. (2012). *Development through the lifespan dari dewasa awal sampai menjelang ajal*. Pustaka Pelajar.
- BPS RI. (2021). *Persentase Rumah Tangga menurut Provinsi, Daerah Tempat Tinggal, dan Jenis Kelamin Kepala Rumah Tangga, 2009-2021*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/statictable/2012/04/19/1604/persentase-rumah-tangga-menurut-provinsi-daerah-tempat-tinggal-dan-jenis-kelamin-kepala-rumah-tangga-2009-2021.html>
- Bühler, C. (1935). The curve of life as studied in biographies. *Journal of Applied Psychology*, 19(4), 405–409. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/h0054778>
- Cahyani, A. I., & Dwiyantri, R. (2021). Psychological Well-Being pada Janda Dewasa Awal karena Perceraian. *PSIMPHONI*, 1(2).
- Chanda, K., & Pujar, L. (2018). Stress and Psychological Well-Being among Single Parents. *International Journal of Pure & Applied Bioscience*, 6(4), 226–232. <https://doi.org/10.18782/2320-7051.6692>
- Dzulfaroh, A. N. (2022). *10 Daerah dengan Angka Perceraian Tertinggi di Indonesia*. Kompas. <https://www.kompas.com/tren/read/2022/03/09/062500765/10-daerah-dengan-angka-perceraian-tertinggi-di-indonesia?page=all>
- Erikson, E. H. (1959). Identity and the life cycle: Selected papers. *Psychological Issues*, 1, 1–171.
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of Conflict between Work and Family Roles. *The Academy of Management Review*, 10(1), 76–88. <https://doi.org/10.2307/258214>

- Hasanah, S. F., & Ni'matuzahroh. (2017). Work Family Conflict pada Single Parent. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 1(2), 381–398.
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (R. M. Sijabat, Ed.; 5th ed.). Penerbit Erlangga.
- Jawa Pos. (2021). *Angka Perceraian Tinggi, 2,7 Juta Kepala Keluarga di Jatim Perempuan*. Jawa Pos. <https://www.jawapos.com/surabaya/19/08/2021/angka-perceraian-tinggi-27-juta-kepala-keluarga-di-jatim-perempuan/>
- Kisiyanto, S., & Setiawan, J. L. (2018). Relasi Finansial, Resolusi Konflik, dan Kepuasan Pernikahan pada Pernikahan Sepuluh Tahun ke Bawah. *Psychopreneur Journal*, 2(2), 92–102.
- Kołodziej-Zaleska, A., & Przybyła-Basista, H. (2016). Psychological well-being of individuals after divorce: The role of social support. *Current Issues in Personality Psychology*, 4(4), 206–216. <https://doi.org/10.5114/cipp.2016.62940>
- Kompas TV. (2021). *2,79 Juta Perempuan Jawa Timur Menjanda Saat Pandemi Covid-19*. Kompas TV. <https://www.kompas.tv/article/205256/2-79-juta-perempuan-jawa-timur-menjanda-saat-pandemi-covid-19>
- Liang, L. A., Berger, U., & Brand, C. (2019). Psychosocial factors associated with symptoms of depression, anxiety and stress among single mothers with young children: A population-based study. *Journal of Affective Disorders*, 242. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.08.013>
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a Psychology of Being*. Van Nostrand.
- Matud, M. P., López-Curbelo, M., & Fortes, D. (2019). Gender and psychological well-being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16. <https://doi.org/10.3390/ijerph16193531>
- Meriko, C., & Hadiwirawan, O. (2019). Kesejahteraan Psikologis Perempuan yang Berperan Ganda. *Jurnal Psikologi Unsyiah*, 2(1).
- Neugarten, B. L. (1973). Personality change in late life: A developmental perspective. In *The psychology of adult development and aging* (pp. 311–335). American Psychological Association. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/10044-012>
- Ngewa, H. M. (2019). Peran Orang Tua dalam Pengasuhan Anak. *Ya Bunayya*, 1(1).
- Nurfitri, D., & Waringah, S. (2018). Ketangguhan Pribadi Orang tua Tunggal : Studi Kasus pada Perempuan Pasca Kematian Suami. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 4(1), 11–24. <http://poskotanews.com>

- Obrenovic, B., Jianguo, D., Khudaykulov, A., & Khan, M. A. S. (2020). Work-Family Conflict Impact on Psychological Safety and Psychological Well-Being: A Job Performance Model. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00475>
- Pamintaningtiyas, I. D., & Soetjningsih, C. H. (2020). Hubungan antara Work Family Conflict dengan Psychological Well-Being pada Ibu yang Bekerja sebagai Perawat di Rumah Sakit Sumber Kasih Cirebon. *Jurnal Psikologi Konseling*, 16(1).
- Poerwandari, E. K. (2013). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia* (3rd ed.). LPSP3 UI.
- Primayuni, S. (2019). Kondisi Kehidupan Wanita Single Parent. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(4), 17–23. <https://doi.org/10.23916/08425011>
- Pulih. (2021). *Yuk, Pahami Konflik Peran yang Dialami Pekerja Perempuan*. Yayasan Pulih. <https://yayasanpulih.org/2021/06/yuk-pahami-konflik-peran-yang-dialami-pekerja-perempuan/>
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*. Houghton Mifflin.
- Rousou, E., Kouta, C., Middleton, N., & Karanikola, M. (2019). Mental health among single mothers in Cyprus: A cross-sectional descriptive correlational study. *BMC Women's Health*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12905-019-0763-9>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727.
- Saidiyah, S., & Julianto, V. (2016). Problem Pernikahan dan Strategi Penyelesaiannya: Studi Kasus pada Pasangan Suami Istri dengan Usia Perkawinan di Bawah Sepuluh Tahun. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(2), 124–133.

- Santrock, J. W. (1995). *Life-span Development: Perkembangan Masa Hidup* (5th ed.). Penerbit Erlangga.
- Sinha, S. (2017). Multiple roles of working women and psychological well-being. *Industrial Psychiatry Journal*, 26(2), 171–177. [https://doi.org/10.4103/ipj.ipj\\_70\\_16](https://doi.org/10.4103/ipj.ipj_70_16)
- Sitepu, D. A. br, Tiwa, T. M., & Hartati, M. E. (2021). Kesejahteraan Psikologis Studi pada Pria Duda dan Wanita Janda setelah Kematian Pasangan di Kota Tomohon. *Psikopedia*, 2(1).
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. ALFABETA.
- Windasari, E. (2022). *Beratnya Jadi Ibu Tunggal: Ini Tantangan Single Mother!* Riliv. <https://riliv.co/rilivstory/tantangan-single-mother/>



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A