

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Angka pengasuhan tunggal di Indonesia diketahui semakin meningkat setiap tahunnya. Menurut Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) pada 2016 diketahui ada sekitar tujuh juta wanita menjadi kepala keluarga karena berbagai penyebab, yaitu meninggalnya pasangan dan perceraian, sehingga disebut sebagai ibu tunggal. Menurut Qaimi (dalam Hasanah & Widuri, 2014) ibu tunggal adalah keadaan seorang ibu yang menduduki dua jabatan, sebagai seorang ibu secara harfiah dan sebagai seorang ibu yang menjadi kepala keluarga dan mencari nafkah.

Penelitian menyatakan bahwa ibu yang menjalani pengasuhan tunggal umumnya berhadapan dengan beberapa masalah. Menurut Kotwal dan Prabhakar (2009), masalah yang dihadapi ibu tunggal yaitu, masalah emosional, finansial, dan sosial. Terkait masalah emosional, ibu tunggal cenderung menderita perasaan yang tidak menentu dan cemas akan kehidupan di masa mendatang. Dave (dalam Kotwal & Prabhakar, 2009) menyatakan bahwa gangguan depresi mayor lebih tinggi ditemukan pada ibu tunggal. Ibu tunggal juga mengalami masalah finansial, terlihat dari ketidakberdayaan ekonomi yang dialami ibu tunggal, terlebih pada ibu yang sebelumnya tidak pernah bekerja di luar rumah. Masalah finansial ini mengakibatkan tidak terpenuhinya kebutuhan primer maupun sekunder. Selanjutnya, masalah sosial dikaitkan dengan menghindari kegiatan sosial, terlebih yang membutuhkan pasangan untuk menemani.

Akibat dari ketiadaan pasangan yang hidup bersamanya, ibu tunggal harus menegosiasikan pengasuhan anak dan tanggung jawab pengasuhan lainnya bersama dengan jadwal kerja dan waktu luang pribadi, tugas yang membutuhkan modal fisik, emosional, dan finansial (Chanda & Pujar, 2018). Penelitian menemukan bahwa ibu tunggal lebih mungkin mengalami kesehatan mental yang buruk daripada ibu yang berpasangan, dan faktor utama yang terkait adalah kesulitan keuangan, serta kurangnya dukungan sosial yang dirasakan (Crosier, Butterworth, & Rodgers, 2007). Selain itu, pekerjaan juga menjadi faktor penting

yang membedakan antara ibu tunggal dengan ibu yang memiliki pasangan. Dziak, Janzen, dan Muhajarine (2010) menyatakan bahwa ibu tunggal yang bekerja mengalami tekanan psikologis dengan tingkat yang lebih tinggi dibanding dengan ibu bekerja yang memiliki pasangan. Tekanan psikologis yang dialami ibu tunggal tersebut menyangkut konflik antara mengelola keluarga dan pekerjaan, kesulitan keuangan, dan kualitas yang buruk menyangkut psikososial (Dziak, Janzen, & Muhajarine, 2010). Tekanan yang dialami oleh ibu tunggal menyebabkan rendahnya kebahagiaan yang dirasakan. Penelitian menyatakan bahwa ibu tunggal merasakan rendahnya kebahagiaan (Aassve, Goisis, dan Sironi, 2012) dan mengalami depresi (Davies, Avison, & McAlpine, 1997) dibandingkan dengan ibu yang memiliki pasangan. Fancy (2016) menyatakan bahwa beberapa ibu tunggal sulit dalam menyesuaikan diri dengan peran ganda, terlebih ketika suaminya adalah pencari nafkah tunggal dalam keluarga. Ibu tunggal merasakan lebih banyak kesedihan, stress, dan kelelahan dalam mengasuh anak dibandingkan dengan ibu yang memiliki suami (Meier, Musick, Flood, & Dunifon, 2016). Chanda dan Pujar (2018) menekankan bahwa menjadi orangtua tunggal menyebabkan adanya tanggung jawab tambahan yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis.

Dalam perspektif Islam hilangnya peran suami adalah sebuah ujian bagi ibu. Ibu harus membesarkan anak secara sendiri, tanpa suami dan menjalani peran ganda, yaitu mengurus rumah tangga juga mencari nafkah. Sebagaimana Allah SWT berfirman:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِيرِ
الضَّالِّينَ

Artinya: *“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan beritakanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar”* (QS. Al-Baqarah (2): 155)

Menurut Akmalah (2014), kesejahteraan psikologis adalah kondisi psikologis yang ditandai dengan penerimaan diri, pengembangan diri, dan

aktualisasi diri dengan nilai-nilai yang diyakini, serta mengetahui tujuan hidup. Individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik umumnya memiliki sikap positif terhadap dirinya dan orang lain. Menurut Aspinwall (dalam Ramdhani, Djunaedi, & Sismiati, 2016) kesejahteraan psikologis menggambarkan berjalannya fungsi psikologis yang baik dan positif. Lebih lanjut, menurut Schultz (dalam Ramdhani, Djunaedi, & Sismiati, 2016) kesejahteraan psikologis sebagai fungsi positif individu yang diusahakan untuk dicapai. Ryff (1995) menjelaskan kondisi kesejahteraan psikologis dalam enam dimensi, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, pengembangan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan, dan otonomi. Kesejahteraan psikologis juga didefinisikan sebagai kondisi dimana individu memiliki sikap positif, mandiri dalam mengambil keputusan, dapat mengontrol perilaku, dapat membuat lingkungan yang sesuai, memiliki arah dan makna pada hidup (Ryff, 1989).

Pada ibu tunggal, ditemukan bahwa golongan bercerai memiliki kesejahteraan psikologis yang jauh lebih rendah dibandingkan dengan yang memiliki pasangan (Aida, 2013). Perceraian ditemukan memberi kesan negatif terhadap kesejahteraan psikologis pada enam bulan pertama (Marziah, Omar, & Akhir, 2018). Cooper, McLanahan, Meadows, dan Brooks-Gun (2009) juga menyatakan bahwa ibu menjalankan peran dan tanggung jawab yang lebih saat menyanggah status ibu tunggal, dibandingkan saat masih dalam status pernikahan. Terlebih, ibu tunggal harus beradaptasi dengan perubahan peran yang dijalannya. Sementara, masalah adaptasi tersebut dapat mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologis (Walsh dalam Gani). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa wanita yang menjalankan peran sebagai ibu tunggal memiliki kualitas kesejahteraan psikologis yang kurang baik.

Lamanya menjalani pengasuhan tunggal juga ditemukan berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis ibu tunggal. Thompson dan Ensminger (1989) menyatakan bahwa pengasuhan tunggal jangka panjang dapat memperburuk kondisi kesejahteraan psikologis wanita. Selain itu, kesejahteraan psikologis juga dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, faktor internal adalah tingkat kesepian dan faktor eksternal adalah dukungan sosial (Christie, Hartanti, & Nanik, 2013). Oleh karena itu, salah satu hal yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu adalah tingkat kesepian yang dialami. Menurut Kotwal dan

Prabhakar (2009) menjadi ibu tunggal akan sulit dan merasa kesepian. Menurutnya juga, mayoritas ibu tunggal merasa kesepian dalam hal penanganan tanggung jawab pengasuhan. McKendrick, Campbell, dan Hesketh (2018) menyatakan bahwa orangtua tunggal di Skotlandia mengalami kesepian dan isolasi sosial, terlebih pada usia muda yang sudah menjalani pengasuhan tunggal.

Kesepian adalah perasaan sendirian dalam diri sendiri atau tidak lengkap atau tidak cukup puas daripada sendirian secara fisik (Cosan, 2014). Kesepian juga lebih banyak dilaporkan terjadi pada wanita dibandingkan dengan pria (Perlman & Peplau, 1982). Sebuah penelitian menyatakan bahwa kesepian dapat menyebabkan kesejahteraan psikologis yang lebih buruk pada orangtua yang hidup sendiri (Lim & Kua, 2011). Menurut Afifi, Cox, dan Enns (dalam Marziah, Omar, dan Akhir, 2018) ibu tunggal cenderung lebih rentan mengalami masalah emosi dan psikologis dibandingkan dengan ibu yang masih memiliki pasangan atau wanita lajang. Hal tersebut karena adanya perasaan kesepian yang muncul akibat tidak adanya tempat untuk berbagi suka duka (Hamid, Mottan, & Tyng, dalam Marziah, Omar & Akhir, 2018). Menurut Koropecjy (2002) kesepian juga berhubungan dengan kondisi kesejahteraan psikologis ditinjau dari kualitas hubungan antara orang tua dan anak. Kotwal dan Prabhakar (2009) menyatakan bahwa para ibu tunggal mengeluh tentang kesepian dan merasa sulit untuk menangani tanggung jawab pengasuhan anak dan membentuk kegiatan rutin untuk anak-anaknya.

Perlman dan Peplau (1998) mendefinisikan kesepian sebagai pengalaman tidak menyenangkan yang terjadi akibat kurang atau bahkan tidak adanya kualitas dan kuantitas pada hubungan sosial seseorang. Kesepian merupakan sebuah respon dari hilangnya sebuah hubungan yang dekat, baik secara kualitas maupun kuantitas (Taylor, Peplau, & Sears dalam Halim & Dariyo, 2016). Perlman dan Peplau (1998) menyatakan bahwa kesepian terbagi menjadi dua jenis, yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial. Lebih lanjut, kesepian emosional terkait dengan tidak adanya keterikatan emosional yang dirasakan pada hubungan intim (Perlman & Peplau, 1998). Selanjutnya, kesepian sosial yang terkait dengan tidak adanya hubungan sosial yang menarik. Tidak memiliki kerabat atau tidak tergabung dalam anggota masyarakat merupakan sebab terjadinya kesepian ini (Perlman & Peplau, 1998). Russell, Peplau, dan Cutrona (1980) mendefinisikan

keseharian sebagai perasaan yang dirasakan individu karena kurangnya interaksi yang erat.

Penelitian ini akan dilakukan pada populasi ibu tunggal yang memiliki anak usia sejak lahir hingga usia 20 tahun. Hal ini didasarkan pada penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa ibu tunggal mengalami tingkat tekanan psikologis yang lebih tinggi (McLahanan & Sara, 1985). Terlebih, pada ibu tunggal dengan anak usia sekolah yang masih menjadi tanggung jawab ibu secara penuh. Kotwal dan Prabhakar (2009) menyatakan bahwa masalah ibu tunggal sangat terkait dengan keberadaan anak. Ibu dengan anak yang sudah menikah dan bekerja akan sangat mengurangi masalah yang terjadi ketika ibu melakukan pengasuhan tunggal (Kotwal & Prabhakar, 2009). Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian Davies, Avison, dan McAlpine (1997) yang menyatakan, bahwa ibu tunggal lebih mungkin mengalami kesulitan ketika memiliki anak usia kanak-kanak dan remaja. Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa ibu tunggal dengan anak yang masih menjadi tanggung jawabnya secara penuh, merasakan tekanan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu yang memiliki pasangan.

Penelitian sebelumnya menemukan bahwa kesepian secara signifikan berkorelasi dengan kesejahteraan dan beberapa kondisi lainnya, yaitu kebahagiaan, harga diri, kesehatan mental, dan kemampuan bersosialisasi (Shaheen, Jahan, & Shaheen, 2014). Halim dan Dariyo (2016) telah meneliti hubungan antar kesepian dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa rantau, dan menyatakan terdapat hubungan signifikan antar kedua variabel tersebut. Selain itu, Aryono dan Dani (2019) juga menyatakan terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kesepian dengan kesejahteraan psikologis pada lansia yang masih melajang. Hasil penelitian lain juga menemukan bahwa kesepian berperan terhadap kesejahteraan psikologis individu. Chen dan Feeley (2014) menunjukkan bahwa kesepian adalah prediktor negatif dan memberikan efek yang kuat pada kesejahteraan psikologis. Lim dan Kua (2011) menyatakan bahwa, individu lanjut usia yang tinggal sendiri berdampak pada kesejahteraan psikologisnya, dan sebagian besar disebabkan oleh perasaan kesepian. Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa penelitian mengenai hubungan antar kedua variabel telah banyak dilakukan baik di Indonesia maupun

di negara luar, namun berbeda populasi. Oleh karena itu, peneliti berusaha melihat lebih jauh peran dari kesepian terhadap kesejahteraan psikologis pada ibu tunggal dengan anak usia sejak lahir hingga remaja akhir.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Mengacu pada latar belakang penelitian, maka pertanyaan yang diajukan pada penelitian ini adalah “Bagaimana peran kesepian terhadap kesejahteraan psikologis pada ibu tunggal serta tinjauannya menurut Islam?”

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran kesepian terhadap kesejahteraan psikologis pada ibu tunggal serta tinjauannya menurut Islam.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi untuk pengembangan studi terkait kondisi kesepian dan kesejahteraan psikologis pada ibu tunggal, dan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dengan topik yang serupa.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain bagi praktisi, guna menjadi salah satu dasar ilmiah dalam pembuatan program atau kegiatan seperti psikoedukasi bagi masyarakat, yang dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai masalah pada ibu tunggal serta dampaknya pada kesejahteraan psikologis.

1.5 Kerangka Berfikir

