

## KEMAMPUAN RESILIENSI: STUDI KASUS DARI PERSPEKTIF IBU TUNGGAL

Afdal<sup>1\*)</sup>, Velya Ramadhani<sup>1</sup>, Siti Hanifah<sup>1</sup>, Miftahul Fikri<sup>1</sup>, Rezki Hariko<sup>1</sup>, Denia Syapitri<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang 25131, Indonesia

<sup>\*)E-mail: [afdal.kons@fip.unp.ac.id](mailto:afdal.kons@fip.unp.ac.id)</sup>

---

### Abstrak

Permasalahan yang dihadapi oleh ibu tunggal menyebabkan kurangnya resiliensi, di antaranya faktor pendukung seperti perceraian hidup dan perceraian karena kematian. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kemampuan resiliensi ibu tunggal dalam bertahan hidup. Penelitian menggunakan desain *case studies* dengan pendekatan kualitatif dilakukan terhadap 3 janda (1 cerai mati dan 2 cerai hidup, umur 44-70 tahun) melalui observasi dan wawancara dengan analisis reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian secara umum menunjukkan bahwa ibu tunggal memiliki resiliensi yang beragam dan secara keseluruhan rendah dilihat dari masing-masing aspek. Salah satu responden memiliki resiliensi lebih baik dibandingkan dua responden lainnya dengan karakteristik berusia lanjut, berstatus ibu tunggal cerai mati, sudah lama kehilangan, dan sudah terbiasa hidup sendiri. Dua responden lainnya berstatus ibu tunggal cerai hidup dan merasakan trauma saat menikah. Resiliensi pada ibu tunggal adalah kunci untuk melewati suatu masalah karena resiliensi merupakan keterampilan hidup yang penting. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa menjadi ibu tunggal bukan alasan untuk menyerah saat menghadapi masalah. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk membantu pengembangan keterampilan resiliensi ibu tunggal. Selain itu, konselor juga berperan penting dalam meningkatkan resiliensi ibu tunggal untuk mengurangi dampak psikologis dari status ibu tunggal.

Kata Kunci: cerai hidup, cerai mati, ibu tunggal, konseling, resiliensi

### Resilience Ability: A Case Study from Single Mothers Perspective

#### Abstract

The problems faced by single mothers lead to a lack of resilience, including supporting factors such as divorce from life and divorce due to death. This study aims to analyze the ability of single mothers to survive. The study used a case studies design with a qualitative approach to 3 widows (1 divorced and 2 divorced, aged 44-70 years) through observation and interviews with data reduction analysis, data presentation, and drawing conclusions. The results of the study generally show that single mothers have diverse and overall low resilience in terms of each aspect. One respondent has better resilience than the other two respondents with the characteristics of being elderly, single mother, divorced, long lost, and used to living alone. The other two respondents are single mothers who are divorced and feel traumatized when they get married. Resilience in single mothers is the key to overcoming a problem because resilience is an important life skill. The results of this study indicate that being a single mother is not a reason to give up when facing problems. The results of this study can be used to help develop single mother resilience skills. In addition, counselors also play an important role in increasing the resilience of single mothers to reduce the psychological impact of single mother status.

Keywords: counseling, divorce dead, divorce alive, resilience, single mother

---

#### PENDAHULUAN

Orang tua tunggal menjadi hal yang umum di seluruh dunia (Chiu *et al.*, 2018; Yulita *et al.*, 2020; Zhou & Taylor, 2022). Penelitian tentang ibu tunggal paling sering berfokus pada pendekatan defisit dengan menunjukkan bahwa ibu tunggal memiliki status sosial ekonomi yang lebih buruk, kesehatan pribadi dan mental yang lebih lemah (Liang, Berger, & Brand, 2019). Hampir 20 persen dari total populasi rumah tangga di Jerman terdiri dari keluarga orang tua tunggal dengan proporsi ibu tunggal lebih dari 90 persen (Destatis,

2015). Pertumbuhan bertahap ini juga terjadi di negara berkembang seperti Indonesia. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2018 (Mashabi, 2020), terdapat 10,3 juta rumah tangga dimana 15,7 persennya berkepala keluarga perempuan. Namun, kebanyakan perempuan menjadi kepala keluarga karena kematian suaminya sekitar 67,17 persen. Sementara itu, pada Agustus 2020, angka perceraian mencapai 306,688 persen (Prihatin, 2020) yang mengindikasikan bahwa angka ibu tunggal mengalami peningkatan setiap tahunnya.

Menjadi ibu tunggal dalam sebuah keluarga pasti tidak mudah. Hal ini disebabkan ada banyak stigma negatif yang menyoroti mereka (Hinton-Smith, 2016; Valiquette-Tessier, Vandette, & Gosselin, 2016). Orang cenderung engghina dan menstigmatisasi janda, bahkan yang memiliki anak akibat perceraian atau kematian pasangan, tanpa mau melihat faktor penyebab dan berbagai keadaan yang dialaminya (Sari, Ildil, & Yendi, 2019). Hal ini sangat relevan di Inggris, dimana ibu tunggal sering dilihat sebagai masalah sosial karena penyimpangan dari model keluarga yang dipimpin laki-laki (Salter, 2018) dan gagal mengenali tantangan tambahan yang dihadapi ibu tunggal yang bekerja (Moilanen *et al.*, 2019; Nieuwenhuis & Maldonado, 2018).

Masalah ibu tunggal bukan hanya stigm anegatif. Ibu tunggal diketahui menghadapi banyak kesulitan dalam bertahan hidup dan keluarganya (Hamid & Salah dalam Adlina *et al.*, 2022). Para ibu tunggal dihadapkan dengan tantangan, kesulitan, dan cobaan dalam hidup yang datang dan pergi. Ibu tunggal merupakan keadaan seorang ibu yang memiliki dua peran sekaligus, yaitu sebagai ibu dan ayah (Nur'aeni & Dwiyantri, 2019) dan tanggung jawab penuh untuk melindungi, membimbing, merawat dan membesarkan anak-anaknya tanpa seorang suami. Hasil penelitian Dewi (2017) menjelaskan bahwa ibu tunggal memiliki kesulitan di berbagai bidang, terutama dalam hal merawat anak dan memenuhi ekonomi keluarga. Bukan hanya mengurus anak, ibu tunggal juga harus mencari nafkah demi kelangsungan hidup dan mencukupi kebutuhan anak-anaknya (Fix, 2022; Ismail *et al.*, 2015). Namun, hal ini dapat menjadi sangat sulit tanpa anggota keluarga lain untuk berbagi tanggung jawab mengasuh anak (Moilanen *et al.*, 2019).

Seperti yang dijelaskan di atas, ibu tunggal memiliki risiko kemiskinan yang lebih tinggi (Härkönen, 2018; Hogendoorn, Leopold, & Bol, 2020; Hübgen, 2018; Maldonado & Nieuwenhuis, 2014) karena kurang mampu mengumpulkan modal ekonomi dibandingkan keluarga dengan dua orang tua (Sierminska, 2018). Selain itu, dampak menjadi orang tua tunggal menimbulkan tekanan yang dapat berujung pada stres. Namun, seorang ibu yang kuat dapat menghadapi masalah dan menangani emosi dengan baik. Ibu membutuhkan dukungan baik dari keluarga maupun masyarakat, yang banyak membantunya mengatasi setiap situasi kehidupan. Secara sosial dan psikologis, peran janda lebih sulit daripada peran janda,

karena perkawinan pada umumnya dianggap lebih penting bagi seorang perempuan daripada laki-laki, sehingga berakhirnya perkawinan dipersepsikan oleh perempuan sebagai akhir dari peran utamanya. seorang wanita Perubahan mendadak dalam hidup mengharuskan perempuan menjadi satu-satunya yang bertanggung jawab atas kehidupan keluarga.

Perubahan dan tekanan yang terjadi begitu intens dan cepat dalam hidup membuat seorang ibu tunggal mengembangkan keterampilannya sehingga ia dapat menghadapinya secara efektif. Terbentuknya fungsi keluarga yang optimal dapat mendorong tercapainya keluarga dan sumber daya manusia yang berkualitas (Herawati *et al.*, 2020) serta pernikahan yang berkualitas yang juga ditentukan oleh resiliensi keluarga yang baik (Puspitawati *et al.*, 2019). Resiliensi akan memberi ibu tunggal kemampuan untuk membuat keputusan cepat dalam situasi sulit Sari *et al.*, 2019).

Resiliensi didefinisikan sebagai proses dinamis di mana orang mengembangkan kemampuan untuk bertahan, mengatasi, memperkuat, dan mengubah pengalaman dalam situasi sulit menjadi adaptasi positif (Apriawal, 2022; Wang & Xu, 2017). Resiliensi juga dapat dipahami sebagai kemampuan untuk beradaptasi, bangkit, dan bertahan dari penderitaan atau masalah yang hanya dapat mengandalkan diri sendiri untuk mencapai tujuan hidupnya (Fernandez & Soedagijono, 2018).

Berdasarkan fenomena yang diamati peneliti di Kota Padang, penyebab munculnya ibu tunggal adalah meninggalnya suami dan perceraian. Perjuangan seorang ibu tunggal untuk hidup sangat berarti bagi keluarganya di tengah tuntutan kehidupan. Adapun faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi meliputi *emotion regulation*, *impulse control*, optimisme, *causal analysis*, empati, *self-efficacy*, dan *reaching out* (Reivich & Shatte, 2002) dapat membantu ibu tunggal harus mengatasi, dan bangkit kembali pada kondisi semula setelah mengalami kesulitan.

Sebagaimana fenomena dan permasalahan yang dialami oleh ibu tunggal yang dijelaskan di atas, ibu tunggal memerlukan resiliensi untuk menghadapi masalah. Resiliensi bukan hanya kemampuan untuk bertahan dalam keadaan sulit, tetapi juga kemampuan untuk mengatasi dan pulih dari depresi (Keye & Pidgeon, 2013; Sari *et al.*, 2019; Satterwhite &

Luchner, 2016). Selain itu, efek positif resiliensi adalah individu dapat dengan lebih mudah mengatasi kesulitan dan berintegrasi ke dalam masyarakat, memiliki kemampuan berpikir yang baik, memiliki penilaian yang baik, mendapat dukungan dari orang-orang sekitar, memiliki kekuatan dan bakat, percaya diri dengan kemampuannya dan mampu mengambil keputusan serta memiliki spiritualitas atau keimanan (Olivier, 2020). Oleh karena itu, penting untuk melakukan penelitian ini untuk melihat resiliensi ibu tunggal.

## METODE

Penelitian menggunakan desain *case studies* dengan pendekatan kualitatif. Penelitian dilakukan di Kota Padang untuk mengetahui kemampuan resiliensi ibu tunggal. Penelitian ini dilakukan terhadap tiga orang janda cerai mati dan cerai hidup (Tabel 1). Pemilihan responden pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive* dimana responden dipilih sesuai dengan kriteria dan tujuan penelitian (Speziale & Carpenter, 2003). Kriteria partisipan dalam penelitian ini adalah: (1) ibu yang berstatus cerai hidup dan cerai mati, (2) ibu yang sudah memiliki anak, dan (3) ibu yang menyatakan kesediaannya untuk mengikuti penelitian yang dibuktikan dengan menandatangani surat pernyataan persetujuan penelitian. Setidaknya kriteria harus dipenuhi dalam menentukan jumlah informan adalah kelayakan dan kepatutan (Martha & Kresno, 2016). Jumlah tiga responden pada penelitian ini dipandang sudah cukup mewakili tujuan dari penelitian.

Pengambilan data dilakukan selama bulan April-Juni 2021 melalui observasi dan wawancara. Wawancara dilaksanakan pada bulan Juni 2021 di rumah responden

**mengidentifikasi**, melengkapi dan memperoleh sumber data yang akurat dan tepat. Jenis wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini adalah semi **terstruktur**, dengan topik dan daftar pertanyaan yang disiapkan sebelum melaksanakan kegiatan wawancara (Sarosa, 2017).

Prosedur penelitian ini dilakukan melalui lima tahap: (1) mengidentifikasi awal kepada tiga orang responden yang telah dipilih sebelumnya, latar belakang keluarga responden, kegiatan sehari-hari responden, dan masalah yang dialami responden selama menjadi ibu tunggal, (2) menentukan jenis wawancara yang akan dilakukan dan informasi yang relevan untuk menjawab pertanyaan penelitian, (3) menyiapkan media perekam yang sesuai, (4) menyusun protokol wawancara, dan (5) menentukan tempat untuk wawancara yaitu di rumah responden sendiri.

Kisi-kisi wawancara membahas tujuh faktor yang memengaruhi resiliensi: *emotion regulation*, *impulse control*, optimisme, *causal analysis*, empati, *self -efficacy*, dan *reaching out* (Reivich & Shatte, 2002). Semua responden telah menyatakan kesediaan untuk melakukan wawancara sebelum pelaksanaan kegiatan. Di tempat tersebut, tujuan studi ditonjolkan dan semua yang hadir diingatkan bahwa partisipasi adalah murni sukarela.

Data dianalisis menggunakan model interaktif melalui tahapan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Miles & Huberman, 1992). Penyajian data merupakan kegiatan pengumpulan data yang disusun secara sistematis dan mudah dipahami sehingga dapat ditarik kesimpulan berupa gambaran tentang resiliensi ibu tunggal.

Tabel 1 Responden penelitian

Inisial	Jenis kelamin	Usia	Status	Lama menjadi <i>single mother</i>	Jumlah anak	Usia anak Terakhir	Jumlah wawancara	Tempat
DAS	Perempuan	70 th	Janda (cerai mati)	2 tahun	3 orang	38 tahun	2 kali	Rumah responden
RN	Perempuan	45 th	Janda (cerai hidup)	6 bulan	5 orang	3 tahun	2 kali	Rumah responden
SW	Perempuan	44 th	Janda (cerai hidup)	1 tahun 2 bulan	3 orang	8 tahun	3 kali	Rumah responden

Tabel 2 Aspek *Emotion Regulation* dan Aspek *Impulse Control*

Resiliensi	Responden DAS	Responden RN	Responden SW
<i>Emotion regulation</i>			
Kemampuan untuk tetap tenang	Sudah mampu hidup tenang karena sudah lama ditinggal mati oleh pasangannya	Merasa nyaman setelah ditinggalkan oleh mantan suaminya karena tingkah laku mantan suaminya yang tidak baik	Tidak merasa tenang karena belum mampu memenuhi kebutuhan anak-anak dan kebutuhan rumah tangga sendiri
Fokus dalam coping stress	Memasrahkan diri kepada Tuhan dalam mengatasi stress dan trauma yang dihadapinya	Mengatasi permasalahan dengan mendekati diri kepada Allah dan mengikuti proses penyelesaian masalah	Memasrahkan diri kepada Tuhan dan interaksi dengan teman
<i>Impulse control</i>			
Respon terhadap kedukaan	Tidak menunjukkan respon terhadap kedukaan dan tidak pernah berpikiran untuk menikah lagi karena subjek sudah berusia lanjut	Menunjukkan respon kedukaan karena masih merasakan trauma saat menikah dan berkemungkinan masih mau menikah lagi, tetapi untuk sekarang masih fokus kepada anak	Tidak menunjukkan respon terhadap kedukaan dan berkemungkinan masih mau menikah lagi, tetapi untuk sekarang masih fokus kepada anak
Perubahan yang terjadi pasca kehilangan	Merasa sangat kehilangan ketika kematian pasangan	Merasa nyaman dan tenang tanpa adanya suami dan fokus kepada masa depan anak-anaknya	Merasa tertekan dengan masa lalu

## HASIL

Temuan penelitian ini menggambarkan resiliensi ibu tunggal dalam mempertahankan hidup. Penelitian ini membahas tujuh faktor yang memengaruhi resiliensi, yaitu *emotion regulation*, *impulse control*, optimisme, *causal analysis*, empati, *self-efficacy*, dan *reaching out*. Wawancara dengan responden dilakukan sebanyak satu kali dengan kesepakatan durasi satu jam karena kesulitan mengatur jadwal dengan responden. Hasil wawancara terhadap responden secara rinci disajikan pada Tabel 2.

### *Emotion Regulation*

Reivich dan Shatte (Ildil & Taufik, 2012) mengemukakan bahwa regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang dalam situasi stres. Keterampilan yang dapat membantu seseorang mengatur emosinya adalah tenang dan fokus.

### **Kemampuan untuk Tetap Tenang.**

Pernyataan responden DAS: *"Baa yo, kalau dibayang-bayangan raso ndak ka talok raso ndk kasampai. Tapi Alhamdulillah dijalani salasai juo. Dikeceakaan mudah ndak mudah dikeceakaan sulik ndk sulik juo. kalau kondisi kini ndak baa lai do. Aman-aman se nyo Alah tabiaso alah lewat juo"* (Bagaimana ya, jika diingat-ingat rasanya tidak kuat. Tetapi Alhamdulillah dijalani selesai juga. Dikatakan mudah tidak juga mudah, dikatakan sulit tidak

sulit juga. Dilihat kondisi sekarang tidak apa-apa. Tenang-tenang saja, sudah terbiasa melewatinya). Sedangkan pernyataan responden RN: *"Setelah menjadi wanita single parent, saya merasa nyaman. Yaa.. yang namanya hidup tentu dijalani saja seperti air mengalir"*. Kemudian pernyataan responden SW: *"(sambil tertawa) Kalau menjadi seorang janda itu serba susah. Mencari untuk diri sendiri. Kadang penghasilan ada kadang tidak. Namanya hidup sendiri. Pokoknya tidak sesuai dengan keinginan. Ada sedih, banyak sedih daripada senang. Senangnya karena anak-anak. Tapi kalau sedih, kadang anak berkeinginan tidak terpenuhi. Kadang anak mintak ini itu tidak semua terpenuhi. (tampak sedih)"*.

Berdasarkan hasil wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi meliputi kemampuan untuk hidup dengan tenang pada responden DAS disebabkan oleh sudah lama ditinggal mati oleh pasangannya. Responden RN merasa nyaman setelah ditinggalkan oleh mantan suaminya karena perilaku mantan suami yang tidak baik, sedangkan responden SW tidak merasa tenang karena belum mampu memenuhi kebutuhan anak-anak dan kebutuhan rumah tangga sendiri pasca perceraian.

**Fokus dalam Coping Stress.** Pernyataan responden DAS: *"Satiok urang pasti punyo masalah dan masalah urang tu pasti*

*bamacam-macam pulo. Picayo se awak kalau takdir Allah tu yang terbaik.wak baliak se ka Tuhan sadonyo*" (Setiap orang pasti punya masalah dan masalah orang pasti bermacam-macam juga. Saya percaya takdir Allah yang terbaik, Saya serahkan saja ke Tuhan semuanya). Sedangkan pernyataan responden RN:

*"Untuk menghadapi masalah ini, saya mencoba mendekati diri kepada Allah, sabar dan ikhlas dalam menghadapi cobaan ini, karena saya yakin yang saya hadapi sekarang ini adalah ujian dari Allah dan di balik semua ini pasti ada hikmahnya. Untuk menyelesaikan masalah yang saya hadapi ini, (oooo) kebetulan saya adalah seorang PNS, jadi untuk menyelesaikan masalah ini saya mengikuti prosedur yang telah ditentukan oleh pemerintah."* Kemudian, pernyataan responden SW: *"Alhamdulillah masih tenang karena kehidupan seperti ini. Masih diberikan rezeki oleh Tuhan, dan disyukuri apa yang diberikan. Kadang dengan keadaan yang seperti ini semua orang berkembang sedangkan kita masih begini saja, tidak berkembang dari masa ke masa. Untuk menyelesaikan masalah berserah diri pada Tuhan."*

Berdasarkan hasil wawancara di atas, ketiga responden selalu berpikiran positif dan berserah diri kepada Tuhan dengan apa yang sedang dihadapinya. Segala sesuatu yang ditunjukkan ketiga responden dapat mengurangi atau menghilangkan dampak negatif dari stres yang sedang dialaminya.

### **Impulse Control**

Pengendalian impuls merupakan kemampuan individu untuk mengontrol dorongan, keinginan, preferensi dan tekanan yang muncul dari dalam.

**Respon terhadap Kedukaan.** Pernyataan responden DAS: *"Kalau perbedaan mungkin banyak. Alah cukuik lamo barumah tanggo tu banyak hal yang beda sajak apak ndk ado. Mode tu lah kiro-kiro." Hahaha Alhamdulillah ndak ado pernah taniat untuak manikah baliak do put. Dari dulu-dulu bana ndk ado nio ingin manikah walaupun kadang ado juo urang yang datang"* (Perbedaan mungkin banyak, sudah cukup lama berumah tangga banyak hal yang berbeda sejak kehilangan suami. seperti itulah kira-kira. Hahaha Alhamdulillah tidak pernah terniat untuk menikah lagi. Terkadang ada juga

orang yang datang). Sedangkan pernyataan responden RN: *"Yaaa... perbedaannya ya sangat jauh berbeda. Pada saat berkeluarga, terlalu banyak masalah yang menjadi beban pikiran sehingga tidak adanya kenyamanan dan tidak adanya ketentraman. Setelah saya menjadi single parent, saya merasa terlepas dari belenggu yang sangat mengikat sehingga saya sekarang merasa nyaman, merasa tenang, dan merasa tenang".* Kemudian pernyataan responden SW: *"Kalau keinginan tidak. Tapi tidak tahu yaa. Yang namanya jodoh tidak tahu. Kalau keinginan tidak ada. Tapi jika ada jodoh tidak mengalami trauma. Karena anak sudah besar lebih fokus kepada anak."*

Berdasarkan pernyataan ketiga responden, dapat disimpulkan bahwa dua responden (responden DAS dan SW) tidak menunjukkan respon terhadap kedukaan, sedangkan satu responden (responden RN) menunjukkan respon kedukaan karena masih merasakan trauma saat menikah. Responden DAS tidak pernah berpikiran untuk menikah lagi karena DAS sudah berusia lanjut, sementara responden RN dan SW masih berkeinginan untuk menikah lagi meskipun tidak **segera**, karena sekarang mereka masih mengutamakan anak-anak.

### **Perubahan Terjadi Pasca Kehilangan.**

Pernyataan responden DAS: *"Sedih pastinya kehilangan orang yang disayangi apalagi sudah lama bersama dan berumah tangga suka duka telah dilewati. Tapi lama kelamaan mungkin mulai terbiasa dan berusaha sabar dan ikhlas".* Sedangkan pernyataan responden RN: *"Yaa..alhamdulillah yang saya rasakan sekarang ini adalah saya merasa nyaman dan tenang dengan kondisi seperti ini saya akan lebih fokus kepada masa depan anak-anak saya".* Kemudian pernyataan dari responden SW: *"Pasti susah, namun tetap berusaha demi anak-anak dulu ketika bersama suami saya merasa tertekan karena selalu disalahkan. Suami saya dicampuri oleh orang tuanya. Biarlah berpisah dengan suami daripada menderita. (Sambil menangis) Dulu anak sekolah susah alhamdulillah sekarang sudah tamat SMA. Semua pikiran tertumpu pada diri sendiri."*

Hasil wawancara pada topik ini menunjukkan bahwa ketiga subjek mengalami perubahan hidup yang berbeda. Hal ini dikarenakan ketiga responden memiliki permasalahan yang berbeda-beda

Tabel 3 Aspek *optimisme* dan aspek *causal analysis*

Resiliensi	Responden DAS	Responden RN	Responden SW
<i>Optimisme</i>			
	Saat ini responden hanya ingin agar anak-anak subjek selalu sehat, berada dalam lindungan Allah SWT, dan kegagalan menurut responden adalah dijadikan pengalaman	Memiliki harapan akan lebih mendekatkan diri kepada Allah dan mengantarkan anak-anak untuk lebih sukses kedepannya	Saat ini hanyalah agar anak-anak sukses dan kegagalan menurut responden awal dari kesuksesan
<i>Causal analysis</i>			
Kemampuan mengidentifikasi permasalahan	Masih merasakan kehilangan atas kematian pasangan	Merasa masalah memang sudah takdir dari tuhan dan tidak menyesalinya	Merasa masalah memang sudah takdir dari tuhan dan tidak menyesalinya
Fokus dalam pemecahan masalah	Merasa tidak ada tantangan yang dihadapi karena anak-anak selalu mendukungnya dan selalu berserah diri kepada Allah SWT	Dalam menghadapi permasalahan, responden bersikap lebih cuek karena lebih fokus kepada masa depan anak-anak	Memilih untuk menanggung semuanya sendiri tanpa bantuan keluarga dan selalu berusaha semampunya

### **Optimisme**

Berdasarkan hasil analisis, optimisme menjadi bagian dari kemampuan individu untuk melihat masa depan yang cerah. Optimisme dalam hidup membuat orang percaya bahwa mereka memiliki kemampuan untuk mengatasi setiap keadaan dan tekanan yang mungkin muncul di masa depan. Kombinasi optimisme realistis dan efikasi diri adalah kunci ketahanan dan kesuksesan (Tabel 3).

Pernyataan responden DAS: *"Kalau sekarang harapannya semoga selalu diberi kesehatan, anak-anak juga sehat dan tetap dalam lindungan Allah SWT. Kalau untuk harapan khusus rasanya tidak ada lagi". Kegagalan dijadikan saja sebagai pengalaman untuk lebih baik kedepannya.* Setiap orang memiliki bagian kegagalan dan keberhasilannya masing-masing". Sedangkan pernyataan responden RN: *"Harapan saya kedepannya, mungkin yang lebih prinsip. Saya berharap karena saya untuk menghadapi masalah ini saya lebih mendekatkan diri kepada Allah. Mudah-mudahan saya lancar melaksanakan ibadah. Kemudian, untuk anak-anak saya dapat mengantarkan anak-anak saya ini untuk lebih sukses kedepannya".* Kemudian pernyataan dari responden SW: *"Harapan untuk anak-anak semoga sukses kedepannya, menjadi anak yang sukses setelah tamat sekolah. Jika bersuami tidak ada keinginan untuk berfoya foya berjalan kesana kesini untuk diri sendiri. Umur sudah hampir kepala lima. Keinginan dalam diri tidak ada. Jadi saya menanggapi sebuah kegagalan dengan awal kesuksesan.*

*Karena kita memang harus berusaha terus menerus".*

Berdasarkan hasil wawancara, ketiga responden belum menunjukkan optimisme atau merasa yakin akan kemampuan melihat masa depan yang cemerlang. Hal ini terlihat dari pernyataan ketiga responden yang menyerahkan diri kepada Tuhan bahwa takdir yang baik berpihak kepadanya suatu saat nanti.

### **Causal Analysis**

Berdasarkan temuan dilapangan, kemampuan menganalisis masalah adalah kemampuan seseorang untuk secara akurat mengidentifikasi masalah yang sedang dihadapinya.

**Kemampuan dalam Mengidentifikasi Permasalahan.** Pernyataan responden DAS: *"Tidak ada yang perlu saya sesali rasanya".* Sedangkan pernyataan responden RN: *"Ya.. sebetulnya kata menyesal ini tidak ada gunanya. Jadi saya, untuk pribadi saya, saya tidak menyesali apa yang terjadi. Karena menurut saya ini adalah cara terbaik yang Tuhan berikan untuk saya".* Kemudian pernyataan dari responden SW: *"Tidak ada yang perlu saya sesali rasanya".*

Berdasarkan hasil wawancara di atas, ketiga responden sudah mampu untuk mengidentifikasi permasalahan yang sedang dihadapinya dan jangan menyesali apa yang terjadi padanya.

Tabel 4 Aspek *emphaty* dan aspek *self efficacy*

Resiliensi	Responden DAS	Responden RN	Responden SW
<i>Emphaty</i>			
Kemampuan menangkap apa yang dirasakan orang lain	Memberikan dukungan untuk perempuan yang senasib dengannya dengan cara berupaya ikhlas dan tabah dalam menjalani kehidupan	Mengajak untuk saling bertukar pikiran dan mengkomunikasikan untuk mencari jalan keluar Tidak begitu sering berinteraksi dengan tetangga sekitar karena sibuk bekerja dan pandangan teman-teman subjek terhadapnya adalah menyerahkan hal ini sepenuhnya kepada responden	Memberikan dukungan untuk perempuan yang senasib dengannya  Berinteraksi sewajarnya saja dan teman-teman responden memandang dirinya biasa saja
Kemampuan berinteraksi dengan orang lain	Biasa-biasa saja dengan teman dan lingkungan sekitar rumahnya. Teman-teman subjek memandang dirinya biasa saja		
<i>Self efficacy</i>			
Memiliki efikasi diri	Bertanggung jawab dalam keluarganya dengan tetap melanjutkan pendidikan anak-anaknya dan menjadi tulang punggung keluarga.	Bertanggung jawab untuk menafkahi anak-anaknya	Bertanggung jawab dalam keluarganya dengan tetap melanjutkan pendidikan anak-anaknya dan menjadi tulang punggung keluarganya dengan peternakan
Memiliki komitmen dalam memecahkan masalah	Memiliki komitmen terutama untuk melanjutkan kehidupan	Memiliki komitmen terutama untuk melanjutkan kehidupan	Memiliki komitmen terutama untuk melanjutkan kehidupan

### Fokus dalam Pemecahan Masalah.

Pernyataan responden DAS: *"Tidak ada tantangan yang besar menurut saya. Anak-anak saya juga sangat pengertian dan tidak ada yang dikhawatirkan saat itu sampai kini. Jalani dengan ikhlas dan sabar. Kembalikan semuanya kepada Tuhan. Itu saja"*. Sedangkan pernyataan responden RN: *"Dengan kondisi saya seperti ini, ya saya berpendapat untuk bersikap lebih cuek karena saya lebih fokus dengan masa depan anak-anak saya."* Kemudian pernyataan dari responden SW: *"Saya sebagai single parent tidak pernah meminta bantuan kepada keluarga seperti orang tua ataupun sepupu. Karena mereka hidup juga tidak senang, mereka juga hidup susah. Jadi saya menanggung masalah dengan sendiri saja. Selalu mencoba dan berusaha saja. Tujuan hidup saya sekarang hanya berusaha membuat anak-anak tertawa dan memenuhi kebutuhannya"*.

Berdasarkan pernyataan responden, ketiganya fokus dalam memecahkan masalah sendiri dengan caranya masing-masing dan sesuai dengan kemampuannya. Responden juga tidak mengindikasikan usaha mencari bantuan dari pihak lain seperti keluarga besar.

### Empati

Empati merupakan kemampuan individu dalam memahami dan membaca tanda atau gejala keadaan psikologis, perasaan dan emosi orang lain.

**Kemampuan Menangkap Hal yang Dirasakan Orang Lain.** Pernyataan responden DAS: *"...hmm baraja untuak labiah ikhlas jo balapang dado. Katiko awak sabar dan ikhlas Inshaallah jalan wk albiah mudah"* (... hmm belajar untuk lebih ikhlas dan berlapang dada. Ketika kita sadar dan ikhlas Inshaallah kita diberi jalan dengan mudah). Sedangkan pernyataan responden RN: *"Untuk hal ini, kemungkinan kami saling bertukar pikiran. Bahkan sering komunikasi untuk mencari jalan keluar."* Kemudian pernyataan dari responden SW: *"Tentu banyak yang mengalami hal yang sama dengan saya. Semangat buat kita bersama."*

Berdasarkan pemaparan di atas, ketiga responden menunjukkan kemampuan menangkap perasaan orang lain, namun belum menerapkan secara langsung kepada perempuan yang senasib dengannya (Tabel 4).

**Kemampuan Berinteraksi dengan Orang Lain.** Pernyataan responden DAS: *“Ndak ado baa-baa do. Tapi ibu ndk tau pulo do hahahhah”* (tidak apa apa, tapi ibu tidak tahu juga hahahhah). Sedangkan pernyataan responden RN: *“Mengenai pandangan teman-teman saya, itu saya tidak tahu pasti. Tapi yang jelas teman-teman saya menyerahkan hal ini sepenuhnya kepada saya.”* Kemudian pernyataan dari responden SW: *“Teman-teman sekitar memandangi saya menurut saya biasa saja. Karena orang sekitar semuanya baik dengan saya.”*

Berdasarkan pernyataan di atas, ketiga responden tidak menunjukkan interaksi yang lebih dengan orang lain. Interaksi dilakukan sewajarnya dengan tetangga sekitarnya.

### Self-Efficacy

*Self-efficacy* merupakan keyakinan pada kemampuan seseorang untuk melakukan sesuatu atau mengatasi suatu situasi dan bahwa itu akan berhasil.

**Memiliki Efikasi Diri.** Pernyataan responden DAS: *“Alhamdulillah saya selama ini bertanggung jawab penuh dengan anak-anak saya. saya berusaha semampu saya membahagiakan anak-anak saya Alhamdulillah kehidupannya tercukupi dan pendidikan anak juga. Saya bersyukur aja. Seperti yang sudah saya bilang sebelumnya saya percaya takdir Allah adalah yang terbaik. Semua pasti ada hikmahnya. Ingat ada anak yang harus dijaga dan butuh saya. Itu saja”*. Sedangkan pernyataan responden RN: *“Ya saya akan tetap bertanggung jawab walau bagaimanapun keadaannya. Saya akan bertanggung jawab nafkah hidup anak-anak saya”*. Kemudian pernyataan dari responden SW: *“Kalau kemampuan sebenarnya saya tidak memiliki banyak keahlian. Namun saya bisa bertahan hidup dengan usaha seperti punya ternak kambing”*.

Berdasarkan hasil wawancara di atas, ketiga responden belum menunjukkan efikasi diri yang baik. Responden sudah berusaha untuk menjalani kehidupannya sebagai ibu tunggal meskipun masih belum sepenuhnya yakin atas kemampuannya.

**Memiliki Komitmen dalam Memecahkan Masalah.** Pernyataan responden DAS: *“Dulu ibu menjahit baju. Lalu berjualan pakaian di Pasar Pakan Sinayan 2 kali seminggu sampai kini masih tetapi kalau menjahit sudah tidak lagi karena mata sudah tidak nampak”*. Sedangkan pernyataan responden SW: *“Di keseharian saya pagi sudah memasak untuk anak-anak. Siangnya saya pergi ke ladang mengambil rumput. Sorenya ke kandang kambing memberikan makan”*.

Dua responden menunjukkan komitmen untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya sebagai ibu tunggal meskipun dengan cara yang berbeda. Secara umum, dapat diketahui bahwa responden melakukan berbagai usaha untuk membahagiakan anak-anaknya.

### Reaching Out

*Reaching out* merupakan kemampuan seseorang untuk keluar dari “zona nyaman” mereka.

**Kemampuan untuk Move On.** Pernyataan responden DAS: *“Hidup yang tenang dan damai. Dekat dengan Allah SWT selalu dalam lindungan Allah SWT. Untuk sembuh tidak tahu juga berapa lama waktunya. Yang penting ikhlas”*. Kemudian pernyataan responden RN: *“Jadi untuk kedepannya, saya menginginkan hidup ini lebih tenang. Kemudian, kedepannya kehidupan saya tidak ingin terusik lagi, dan satu lagi saya ingin melanjutkan hidup dengan ketiga anak-anak saya”*. Sedangkan pernyataan responden SW: *“Kalo ditanya keinginan banyak yang saya inginkan. Namun apakah daya saat ini kehidupan yang malang ini yang saya hadapi”*.

Tabel 5 Aspek *reaching out*

Resiliensi	Responden DAS	Responden RN	Responden SW
<i>Reaching Out</i>			
Kemampuan untuk <i>move on</i>	Tidak memiliki rentang waktu untuk <i>move on</i> , karena DAS sudah berusia lanjut	Belum mampu untuk <i>move on</i> karena masih terusik dengan masa lalu	Belum mampu untuk <i>move on</i> karena masih terusik dengan masa lalu
Mampu meraih aspek positif dalam kehidupan	Berusaha untuk memaknai dengan positif kehidupan setelah kehilangan, namun sebenarnya masih merasa rapuh pasca kehilangan	Berusaha untuk memaknai dengan positif kehidupan setelah kehilangan, namun sebenarnya masih merasa rapuh pasca kehilangan	Berusaha untuk memaknai dengan positif kehidupan setelah kehilangan, namun sebenarnya masih merasa rapuh pasca kehilangan



Berdasarkan pernyataan di atas, responden DAS tidak memiliki rentang waktu untuk *move on* atau melanjutkan hidup, karena DAS sudah berusia lanjut. Sedangkan responden RN dan SW belum mampu untuk *move on* dari perceraian karena masih teruskan dengan masa lalu (Tabel 5).

**Mampu Meraih Aspek Positif dalam Kehidupan.** Pernyataan responden DAS: *"Bersyukur, ikhtiar dan tawakal. Di balik kesulitan pasti ada kemudahan"*. Sedangkan pernyataan responden RN: *"Hikmah yang lebih terasa bagi saya mungkin hanya satu bisa saya ungkapkan yaitu saya rasanya lebih tegar dalam menghadapi hidup ini"*. Sedangkan responden SW: *"Memaknai hidup dengan mencari makan pagi sampai petang dan kebahagiaan untuk anak-anak saya dan banyak hikmah yang saya ambil dari pengalaman hidup. Seperti ya jangan mencari suami sembarangan. Dipikir terlebih dahulu dalam memilih pasangan hidup .jangan asal menikah saja. Karena menikah bukan hal yang main main"*.

Berdasarkan hasil wawancara pada topik ini, ketiga responden sudah berusaha untuk memaknai kehidupan setelah kehilangan dengan positif, namun masih merasa rapuh pasca kehilangan seperti trauma akan menikah lagi, memenuhi kebutuhan rumah tangga sendiri, dan lebih bekerja keras sendiri untuk mencukupi kebutuhan hidup dan kesejahteraan anak.

## PEMBAHASAN

Berbagai Permasalahan yang dihadapi oleh para single mother membutuhkan ketangguhan mereka untuk menghadapi semua permasalahan tersebut. Sebuah studi oleh Naufaliasari dan Andriani (2013) menunjukkan bahwa masa paling sulit dialami oleh seorang istri adalah masa setelah kehilangan kepala keluarga. Neviyarni dan Netrawati (2019) menyatakan bahwa resiliensi sangat penting dan diperlukan bagi setiap individu karena dalam kehidupan manusia tidak dapat lepas dari situasi dan keadaan yang sulit, sehingga dapat menimbulkan stres dalam diri seseorang yang tidak dapat dihindari. Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk mengatasi kesulitan, kesulitan dan kemalangan (Cimellaro, Reinhorn, & Bruneau, 2020; Walsh dalam Ildil et al., 2018), juga proses koping dalam menghadapi trauma dan stres (Mosqueiro, Da Rocha, & Fleck, 2015; Taylor, 2018). Selanjutnya, resiliensi adalah kemampuan individu untuk menghadapi dan bertahan dari keadaan tidak menyenangkan yang tidak dapat

dihindari dan untuk merespon secara positif terhadapnya (Alhaitamy & Netrawati, 2021; Arsini, Rusmana, & Sugandhi, 2022; Traynor, 2017).

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang bahkan dalam situasi stres. Keterampilan yang dapat membantu seseorang mengatur emosinya adalah tenang dan fokus. Orang dengan regulasi emosi yang baik biasanya mampu mengendalikan diri dari emosi tertentu (Nastasia, 2022). Selain itu, optimisme juga penting bagi ibu tunggal. Optimisme dalam hidup membuat orang percaya pada diri sendiri bahwa mereka memiliki kemampuan untuk mengatasi setiap keadaan atau tekanan yang mungkin muncul di masa depan. Kombinasi optimisme realistis dan *self-efficacy* adalah kunci ketahanan dan kesuksesan. Siber (Lakamau & Wibowo, 2021) menunjukkan optimisme yang sangat terkait dengan kualitas yang diinginkan pada orang, kebahagiaan, ketekunan, prestasi dan kesehatan. Orang yang optimis percaya bahwa situasi yang sulit akan menjadi lebih baik. Mereka memiliki harapan untuk masa depan mereka dan percaya bahwa mereka mengendalikan arah hidup mereka.

Resiliensi bukan hanya kemampuan untuk bertahan dalam keadaan sulit, tetapi juga kemampuan untuk mengatasi dan pulih dari depresi (Herbert, Manjula, & Philip, 2013; Ungar, 2008; Herman & Larouche, 2021; Sari et al., 2019). Mufida (Fanira & Rohmadani, 2021) mengemukakan bahwa kemampuan menganalisis suatu masalah (*causal analysis*) adalah kemampuan seorang individu untuk secara akurat mengidentifikasi masalah yang dihadapinya. Resiliensi sebagai bagian dari psikologi positif membuat orang mendefinisikan ulang kualitas hidup dan mengarahkannya ke gaya hidup yang positif (Muslimin, 2021).

Oleh karena itu, mengembangkan dan meningkatkan resiliensi ibu tunggal sangat penting agar dampak psikologis dalam menjalankan status baru sebagai ibu tunggal dapat diminimalkan. Salah satu upaya preventif adalah **tindakan** bimbingan dan konseling **untuk** meningkatkan resiliensi ibu **tunggal** (Taylor & Conger, 2017). Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang **ditawarkan** adalah konseling **individu yang merupakan** kunci dari semua kegiatan bimbingan dan konseling. Proses konseling individu **adalah** hubungan antara konselor dan klien yang **tujuannya adalah** untuk membantu

memulihkan kesehatan mental individu klien melalui pengembangan pribadi dan sosial dan untuk **mencoba** menghilangkan efek disonansi emosional **pribadi** (Andriyani, 2018). Hanum, Prayitno, & Nirwana (2015) serta Holipah (Rasdiany & Karneli, 2021) mengemukakan bahwa melalui layanan konseling individual, klien dapat belajar mengambil keputusan, memecahkan masalah, membentuk sikap dan perilaku, dan yang terpenting dalam hubungan konseling adalah menciptakan interaksi dan hubungan konselor-klien secara profesional untuk perubahan perilaku klien.

### SIMPULAN DAN SARAN

Pembahasan penelitian secara keseluruhan menunjukkan bahwa ibu tunggal memiliki resiliensi yang beragam dan secara keseluruhan rendah, dengan mempertimbangkan berbagai keterbatasan penelitian ini. Peneliti ini berinteraksi dengan fakta-fakta yang diselidiki agar tidak mengesampingkan kemungkinan menyajikan analisis subjektif, berdasarkan cara berpikir peneliti sendiri, dan belum dilakukannya konfirmasi kepada keluarga terdekat dari responden untuk klarifikasi data melalui observasi dan wawancara. Hal ini dikarenakan kesulitan bertemu dengan responden.

Berdasarkan hasil penelitian ini, resiliensi merupakan keterampilan hidup yang penting terutama bagi ibu tunggal dalam mengatasi masalah yang dihadapinya. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan untuk membantu ibu tunggal meningkatkan resiliensinya. Dengan demikian, konselor perlu mempertimbangkan membantu ibu tunggal meningkatkan kemampuan resiliensi mereka. Temuan ini dapat menjelaskan apa, mengapa, dan bagaimana meningkatkan kemampuan resiliensi ibu tunggal. Hasil ini juga bermanfaat bagi masyarakat dan dapat ditingkatkan dengan bantuan dan bimbingan dari konselor.

Lebih lanjut, penelitian ini merekomendasikan secara khusus kepada para ibu tunggal untuk tidak menyerah dalam menghadapi masalah dengan statusnya sebagai ibu tunggal dan kondisi kehidupannya di masa depan. Masyarakat setempat perlu pula lebih memperhatikan status ibu tunggal, terutama ibu tunggal yang memiliki latar belakang kesulitan ekonomi dan menanggung banyak beban. Selain itu, konselor juga berperan penting dalam meningkatkan resiliensi ibu tunggal untuk meminimalkan dampak psikologis dari menjalankan peran sebagai ibu tunggal.

Layanan bimbingan dan konseling yang paling tepat diselenggarakan untuk ibu tunggal adalah konseling individu.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adlina, F., Jamaluddin, A., Syahirah, N., Nasir, M., Shahrul, M., & Ishak, I. (2022). Mudarabah based crowdfunding model as an alternative fund for empowering single mother entrepreneurs. *Al-Qanatir Journal of Islamic Studies*, 25(2), 102–112.
- Alhaitamy, A., & Netrawati, N. (2021). The contribution of optimism to resilience of the ex-prostitutes in undergoing rehabilitation at the Andam Dewi Sukarami, Solok. *Jurnal Neo Konseling*, 3(2), 81–87. doi: 10.24036/00424kons2021
- Andriyani, J. (2018). Konsep konseling individual dalam proses penyelesaian perselisihan keluarga. *At-Taujih : Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(1), 17–31. doi: 10.22373/taujih.v1i1.7189
- Apriawal, J. (2022). Resiliensi pada karyawan yang mengalami pemutusan hubungan kerja (phk). *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(1), 27–38. doi: <https://doi.org/10.54443/sikontan.v1i1.330>
- Arsini, Y., Rusmana, N., & Sugandhi, N. (2022). Profil resiliensi remaja putri di panti asuhan dilihat pada aspek empathy, emotion regulation dan self-efficacy. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 76–83. doi: 10.51214/bocp.v4i1.151
- Chiu, M., Rahman, F., Vigod, S., Lau, C., Cairney, J., & Kurdyak, P. (2018). Mortality in single fathers compared with single mothers and partnered parents: A population-based cohort study. *The Lancet Public Health*, 3(3), e115–e123. doi: 10.1016/S2468-2667(18)30003-3
- Cimellaro, G. P., Reinhorn, A. M., & Bruneau, M. (2020). Framework for analytical quantification of disaster resilience. *Engineering Structures*, 32(11), 3639–3649. doi: 10.1016/j.engstruct.2010.08.008
- Destatis, S. B. (2015). Statistisches bundesamt. *Pressemitteilung Destatis*, 15(465), 2014–2015.
- Dewi, L. (2017). Kehidupan keluarga single mother. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 2(3), 44–48. doi: 10.23916/08422011
- Fanira, S., & Rohmadani, Z. V. (2021). Psikosomatis ditinjau dari self-resilience yang dimiliki mahasiswa semester akhir di

- Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. *Journal of Psychological Perspective*, 3(1), 35–39. doi: 10.47679/jopp.311212021
- Fernandez, I. M. F., & Soedagijono, J. S. (2018). Resiliensi pada wanita dewasa madya setelah kematian pasangan hidup. *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 6(1), 27–38. Retrieved from <http://journal.wima.ac.id/index.php/EXPERIENTIA%0AA/article/view/1788>
- Fix, R. L. (2022). An evaluation of building our nation's daughters (BOND): improving black single mother–daughter relationships and well-being. *Journal of Child and Family Studies*, 31(1), 237–246. doi: 10.1007/s10826-021-02199-5
- Hanum, M., Prayitno, P., & Nirwana, H. (2015). Efektifitas layanan konseling perorangan meningkatkan kemandirian siswa dalam menyelesaikan masalah belajar. *Konselor*, 4(3), 162–168. doi: 10.24036/02015436468-0-00
- Härkönen, J. (2018). *Single-mother poverty: how much do educational differences in single motherhood matter? in: R, nieuwenhuis, Ic, maldonado (eds) the triple rind of single-parent families: resources, employment and policies to improve wellbeing*. Bristol: Policy Press.
- Herawati, T., Krisnatuti, D., Pujihasyuty, R., & Latifah, E. (2020). Faktor-faktor yang memengaruhi pelaksanaan fungsi keluarga di Indonesia. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 13(3), 213–227.
- Herbert, H. S., Manjula, M., & Philip, M. (2013). Growing up with a parent having schizophrenia: Experiences and resilience in the offsprings. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 35(2), 148–153. doi: 10.4103/0253-7176.116243
- Herman, K. M., & Larouche, R. (2021). Active commuting to work or school: Associations with subjective well-being and work-life balance. *Journal of Transport and Health*, 22(April), 101118. doi: 10.1016/j.jth.2021.101118
- Hinton-Smith, T. (2016). Negotiating the risk of debt-financed higher education: The experience of lone parent students. *British Educational Research Journal*, 42(2), 207–222. doi: 10.1002/berj.3201
- Hogendoorn, B., Leopold, T., & Bol, T. (2020). Divorce and diverging poverty rates a risk and Vulnerability approach. *Journal of Marriage and Family*, 82, 1089–1109. doi: 10.1111/jomf.12629
- Hübgen, S. (2018). *Only a husband away from poverty? Lone mothers poverty risks in a European comparison. In: L, Bernardi, D, Mortelmans (Eds.), Lone parenthood in the life course*. Cham, Switzerland: Springer.
- Ildil, I., Fadli, R. P., Syahputra, Y., Erwinda, L., Zola, N., & Afdal, A. (2018). Rasch stacking analysis: differences in student resilience in terms of gender. *Konselor*, 7(3), 95–100. doi: 10.24036/0201873101379-0-00
- Ildil, I., & Taufik, T. (2012). Urgensi peningkatan dan pengembangan resiliensi siswa di Sumatera Barat. *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 12(2), 115–121. doi: 10.24036/pendidikan.v12i2.2195
- Ismail, I., Rahim, N. A., Kamal, M. H. M., Mat, R. C., & Husin, N. (2015). Investigating the needs for achievement, risk taking and tolerance for ambiguity toward entrepreneurial passion among single mother entrepreneur in Malaysia. *Procedia Economics and Finance*, 31(15), 110–116. doi: 10.1016/s2212-5671(15)01137-5
- Keye, M. D., & Pidgeon, A. M. (2013). Investigation of the relationship between resilience, mindfulness, and academic self-efficacy. *Open Journal of Social Sciences*, 01(06), 1–4. doi: 10.4236/jss.2013.16001
- Lakamau, J. A., & Wibowo, D. H. (2021). Resiliensi dalam badai: Belis dan fenomena kekerasan dalam rumah tangga di kabupaten alor. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(1), 39–48. doi: 10.23887/XXXXXX-XX-0000-00
- 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, 255–264. doi: 10.1016/j.jad.2018.08.013
- Maldonado, L. C., & Nieuwenhuis, R. W. (2014). Family policies and single parent poverty in 18 OECD countries, 1978–2008. *Community, Work & Family*, 18(4), 395–415. doi: 10.20955/r.85.67
- Martha, E., & Kresno, S. (2016). *Metode penelitian kualitatif untuk bidang kesehatan*. Jakarta (ID): Penerbit Rajawali Pers.
- Mashabi, S. (2020). *Suara tak terdengar: kisah para perempuan tangguh kepala rumah tangga (melihat kondisi perempuan kepala keluarga dimasa pandemi)*. Wwww. Kompas. Com. Retrieved from

- <https://nasional.kompas.com/read/2020/08/04/07293301/melihat-kondisi-perempuan-kepala-keluarga-saat-pandemi?page=all>
- Miles, M., & Huberman, A. (1992). *Qualitative data analysis: A sourcebook of new methods* (2nd ed.). California: Sage.
- Moilanen, S., Aunola, K., May, V., Sevón, E., & Laakso, M.-L. (2019). Nonstandard work hours and single versus coupled mothers?: Work-to-family conflict. *Family Relations*, 68(2), 213–231. doi: <https://doi.org/10.1111/fare.12353>
- Mosqueiro, B. P., Da Rocha, N. S., & Fleck, M. P. D. A. (2015). Intrinsic religiosity, resilience, quality of life, and suicide risk in depressed inpatients. *Journal of Affective Disorders*, 179, 128–133. doi: 10.1016/j.jad.2015.03.022
- Muslimin, Z. I. (2021). Hubungan antara berpikir positif dan resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. *Jurnal Psikologi Integratif*, 9(1), 115–131. doi: 10.14421/jpsi.v9i1.2170
- Nastasia, K. (2022). Hubungan antara resiliensi dengan stres kerja pada guru pada masa pandemi covid-19. *Psyche 165 Journal*, 15(2), 86–92. doi: 10.35134/jpsy165.v15i2.170
- Naufaliasari, A., & Andriani, F. (2013). Resiliensi pada wanita dewasa awal pasca kematian pasangan. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 2(2), 264–269. Retrieved from <http://journal.unair.ac.id/filerPDF/jpio10b2b33eca2full.pdf>
- Neviyarni, Y., & Netrawati, N. (2019). Resilience of teenagers of orphanage in adjustment and facing the reality of life. *Neo Konseling*, 1(4), 1–5. doi: 10.24036/00191kons2019
- Nieuwenhuis, R., & Maldonado, L. C. (2018). The triple bind of single-parent families: resources, employment and policies to improve wellbeing. In *The triple bind of single-parent families: Resources, employment and policies to improve wellbeing*. Bristol: Policy.
- Nur'aeni, & Dwiyantri, R. (2019). Dinamika psikologis perempuan yang bercerai. *Psycho Idea*, 7(1), 11–21.
- Olivier, R. (2020). Mental health disorders. *British Dental Journal*, 228(9), 261–278. doi: 10.1201/b13314-24
- Prihatin, I. U. (2020). *Kemenag sebut angka perceraian mencapai 306.688 per Agustus 2020*. Www. Merdeka. Com. Retrieved from <https://www.merdeka.com/peristiwa/kemenag-sebut-angka-perceraian-mencapai-306688-per-agustus-2020.html>
- Puspitawati, H., Azizah, Y., Mulyana, A., & Rahmah, A. (2019). Relasi gender, ketahanan keluarga dan kualitas pernikahan pada keluarga nelayan dan buruh tani “brondol” bawang merah. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 12(1), 1–12.
- Rasdiany, A. N., & Karneli, Y. (2021). Konseling individual menggunakan teknik WDEP untuk meningkatkan keterampilan belajar siswa. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 5(1), 36–43. doi: 10.24036/4.15437
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. New York (US): Broadway books.
- Salter, E. (2018). A media discourse analysis of lone parents in the UK: Investigating the stereotype. In *Life Course Research and Social Policies* (Vol. 8). In L. Bernardi & D. Mortelmans (Eds.), Lone parenthood in the life course. Cham: Springer. doi: 10.1007/978-3-319-63295-7\_9
- Sari, I. P., Ildil, I., & Yendi, F. M. (2019). Resiliensi pada single mother setelah kematian pasangan hidup. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 4(3), 76–82. doi: 10.23916/08411011
- Sarosa, S. (2017). *Metodologi pengembangan sistem informasi*. Jakarta (ID): Indeks Jakarta.
- Satterwhite, A. K., & Luchner, A. F. (2016). Exploring the relationship among perceived resilience, dependency, and self-criticism: The role of culture and social support. *North American Journal of Psychology*, 18(1), 71–84.
- Sierminska, E. (2018). *The 'wealth-being' of single parents*. In: R. Nieuwenhuis, & L. C. Maldonado (Eds.), *The triple bind of single-parent families: Resources, employment and policies to improve wellbeing*. Bristol (UK): Policy Press.
- Speziale, H. J. S., & Carpenter, D. R. (2003). *Qualitative research in nursing* (3th). Philadelphia (US): Lippincott Williams and Wilkins.
- Taylor, S. E. (2018). *Health psychology* (10th ed.). New York (US): McGraw- Hill Education.
- Taylor, Z. E., & Conger, R. D. (2017).

- Promoting strengths and resilience in single-mother families. *Child Development*, 88(2), 350–358. doi: 10.1111/cdev.12741
- Traynor, M. (2017). *Critical resilience for nurses an evidence-based guide to survival and change in the modern NHS: Routledge*. Routledge. Retrieved from <https://www.routledge.com/Critical-Resilience-for-Nurses-An-Evidence-Based-Guide-to-Survival-and/Traynor/p/book/9781138194236>
- Ungar, M. (2008). Resilience across cultures. *British Journal of Social Work*, 38(2), 218–235. doi: /10.1093/bjsw/bcl343
- Valiquette-Tessier, S. C., Vandette, M. P., & Gosselin, J. (2016). Is family structure a cue for stereotyping? A systematic review of stereotypes and parenthood. *Journal of Family Studies*, 22(2), 162–181. doi: 10.1080/13229400.2015.1049955
- Wang, J. F., & Xu, C. D. (2017). Geodetector: Principle and prospective. *Acta Geographica Sinica*, 71(1), 116–134.
- Yulita, Muhamad, S., Kulub Abdul Rashid, N., Hussain, N. E., Mohamad Akhir, N. H., & Ahmat, N. (2020). Resilience as a moderator of government and family support in explaining entrepreneurial interest and readiness among single mothers. *Journal of Business Venturing Insights*, 13, 1–10. doi: 10.1016/j.jbvi.2020.e00157
- Zhou, X., & Taylor, Z. E. (2022). Differentiating the impact of family and friend social support for single mothers on parenting and internalizing symptoms. *Journal of Affective Disorders Reports*, 8(July 2021), 100319. doi: 10.1016/j.jadr.2022.100319.