

STRES, STRATEGI KOPING, DAN KESEJAHTERAAN SUBYEKTIF PADA KELUARGA ORANG TUA TUNGGAL

Muthia Octaviani^{*)}, Tin Herawati, Fatma Putri Sekaring Tyas

Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor,
Bogor 16680, Indonesia

^{*)}E-mail: muthiaoctaviani678@gmail.com

Abstrak

Status orang tua tunggal di Indonesia biasanya disebabkan oleh dua hal, yaitu cerai hidup dan juga cerai mati. Orang tua tunggal yang menjadi ruang lingkup penelitian ini adalah ibu tunggal yang disebabkan oleh cerai hidup. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menganalisis pengaruh karakteristik keluarga orang tua tunggal, tingkat stres, dan strategi koping terhadap kesejahteraan subjektif. Responden dipilih secara *purposive sampling* yaitu sebanyak 40 ibu tunggal di Kelurahan Cilendek Barat dan Sindang Barang, Kecamatan Bogor Barat serta Kelurahan Kebon Pedes dan Tanah Sareal, Kecamatan Tanah Sareal, Kota Bogor. Data dikumpulkan melalui wawancara dengan ibu menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyebab stres (*stressor*) dengan nilai rata-rata paling tinggi dari responden adalah hubungan dengan anak. Faktor yang menjadi *stressor* kurang optimalnya hubungan orang tua dengan anak, diantaranya: anak menjadi lebih sulit diatur, anak-anak sering bertengkar, sulit mendisiplinkan anak, merasa sulit mengasuh anak, dan sulit memperoleh kepuasan dalam hal mengasuh anak. Tanda-tanda stres baik secara fisik ataupun mental yang dialami ibu tunggal masih tergolong rendah. Strategi koping berada pada kategori rendah dan ibu tunggal lebih sering melakukan strategi koping yang berfokus pada emosi. Hasil penelitian menemukan bahwa hampir seluruh ibu tunggal mempunyai kesejahteraan subjektif pada kategori rendah. Faktor yang berpengaruh negatif signifikan terhadap kesejahteraan subjektif ibu tunggal yaitu besar keluarga dan stres. Oleh karenanya, program-program yang mampu membantu ibu tunggal dalam mengelola stres dengan baik akan sangat bermanfaat untuk mengoptimalkan kesejahteraan subjektifnya.

Kata kunci: ibu tunggal, keluarga orang tua tunggal, stres, strategi koping, kesejahteraan subjektif

Stress, Coping Strategy, and Subjective Well-Being of Single Parent Families

Abstract

Single parent status in Indonesia is usually caused by two conditions, that are caused by divorce or widowed/widower. Single parents who were involved in this research were single mothers caused by divorce. The purpose of this study was to analyze the influence of single-parent family characteristics, stress levels, and coping strategies on subjective well-being. Respondents were 40 single mothers in Cilendek Barat and Sindang Barang village, Bogor Barat Sub district and Kebon Pedes and Tanah Sareal village, Tanah Sareal Sub district, Bogor City that were selected by purposive sampling. Data were collected through interviews with mothers using questionnaires. The results showed that the cause of stress (*stressor*) with the highest average index was the relationship with children. Factors that become *stressors* of the low of the relationship between parents and children, were difficulties in managing children behavior, fighting among sibling, children disciplinary, difficulties in caring of children, and difficulties in getting satisfaction from children. The signs of stress both the physical or mentally experience of a single mother was still relatively low. Coping strategies were in a low category and single mothers more often did coping strategies that focus on emotions. The results of the study found that almost all single mothers had subjective well-being in the low category. Factors that had significant negative effect on the subjective well-being of single mothers were family size and stress. Thence, programs that can help single mothers in managing stress well will be very useful for optimizing subjective well-being.

Keywords: coping strategy, single mother, single parent families, stress, subjective well-being

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan sebuah institusi terkecil dalam masyarakat yang terikat dan saling berinteraksi. Menurut UU Nomor 52 Tahun

2009 keluarga adalah unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri atas suami istri, atau suami, istri dan anaknya, atau ayah dan anaknya, atau ibu dan anaknya. Namun, saat ini struktur keluarga mengalami perubahan,

yaitu adanya orang tua tunggal. Menurut Yarber dan Sharp (2010), beberapa hal yang menyebabkan orang tua tunggal diantaranya perceraian, ibu yang melahirkan namun tidak menikah, dan karena meninggalnya pasangan.

Di Indonesia, orang tua tunggal yang jumlahnya tercatat yaitu orang tua tunggal dengan penyebab perceraian (cerai hidup) dan kematian pasangan (cerai mati). Perceraian merupakan akhir penyesuaian perkawinan yang buruk dan terjadi bila antara suami dan istri sudah tidak mampu lagi mencari cara penyelesaian masalah yang dapat memuaskan kedua belah pihak. Menurut Pujiastuti dan Lestari (2008) faktor yang paling sering menyebabkan terjadinya perceraian adalah kegagalan suami dan istri dalam menjalankan kewajibannya, lemahnya dasar keagamaan, masalah seksual, masalah keuangan dan karir, kurangnya komitmen pada pernikahan, komunikasi yang buruk, serta rendahnya konflik.

Perceraian dan kematian pasangan merupakan penyebab perubahan struktur normal keluarga (Usakli, 2013). BPS (2015) menyatakan pada kasus yang dialami Indonesia selama tahun 2012-2013 terjadi peningkatan persentase orang tua tunggal, baik yang disebabkan karena perceraian maupun kematian pasangan. Faktor penyebab perpisahan pasangan suami dan istri, seperti ketidakharmonisan sebanyak 91.841 perkara, tidak ada tanggung jawab 78.407 perkara dan masalah ekonomi 67.891 perkara. Perceraian mengakibatkan banyak pasangan suami istri yang harus menjalani kehidupannya menjadi orang tua tunggal (BPS, 2015). Perceraian di Indonesia banyak diajukan oleh wanita. Perceraian yang diajukan oleh wanita semakin meningkat, menunjukkan bahwa dampak yang mungkin dirasakan oleh ibu setelah perceraian lebih besar dibandingkan dampak perceraian yang dirasakan oleh ayah. Dampak yang ditimbulkan dapat berupa stres, karena terdapat penambahan peran di sektor publik yang mungkin sebelumnya tidak dilaksanakan. Ditambah pula fungsi pengasuhan yang harus dilaksanakan tanpa figur ayah sejalan dengan perceraian khususnya terhadap anak-anaknya akan menimbulkan stres.

Pilihan untuk menjadi orang tua tunggal dapat memicu stres karena adanya penyesuaian terhadap perubahan, perasaan kehilangan, dan perasaan tidak mampu menghadapi masalah yang berat (Pickhardt, 2006). Stres pada orang tua tunggal berkaitan dengan aspek finansial dan situasi ekonomi yang

selanjutnya dapat menyebabkan keluarga lebih rentan (Hashim *et al.*, 2015; Mgbenkemdi & Hyacinth, 2014). Selain itu, tugas sehari-hari seperti pengasuhan anak dan kewajiban domestik merepresentasikan kategori lain dari sumber stres yang berkaitan dengan fungsi sehari-hari orang tua tunggal (Hashim *et al.*, 2015).

Tantangan dalam diri orang tua tunggal diantaranya kekecewaan yang besar, frustrasi, putus asa, dan cemas (Hamid & Salleh, 2013). Ibu tunggal dihadapkan dengan peningkatan jumlah stres sehari-hari dan ketegangan dibandingkan dengan tingkat pengalaman stres ibu yang memiliki pasangan. Dalam istilah psikologis, stres merupakan respon tubuh terhadap apapun yang dipersepsikan sebagai situasi darurat (Glassman & Hadad, 2009). Sementara itu, menurut Puspitawati *et al.* (2013), stres merupakan bentuk emosi dan pikiran yang dirasakan oleh individu bahwa situasinya tidak menguntungkan atau dapat mengancam dirinya yang kemudian dapat memengaruhi fungsi tubuh dan perilaku manusia. Berdasarkan penelitian Compas dan Williams (1990), kehidupan keluarga orang tua tunggal, terutama ibu, menampilkan sejumlah stres dalam kehidupan sehari-hari dibanding ibu yang menikah. Konsep stres keluarga dapat dijelaskan melalui model stress ABCX oleh Hill yang mana X merupakan krisis keluarga sementara tiga faktor yang memengaruhi krisis keluarga (X) yaitu A yang merupakan penyebab stres atau kesulitan, B yang merupakan kemampuan keluarga untuk manajemen stres, dan C merupakan definisi keluarga mengenai stres.

Orang tua tunggal merupakan kepala keluarga sehingga mempunyai tugas untuk menangani situasi stres agar tidak menjadi lebih buruk (Pickhardt, 2006). Faktor stres yang memengaruhi orang tua tunggal dapat memicu depresi, sehingga diperlukan strategi koping untuk mengatasi stres (Mgbenkemdi & Hyacinth, 2014). Strategi koping didefinisikan sebagai perubahan cara pandang dan usaha nyata untuk mengatur permintaan internal dan atau eksternal yang melebihi kapasitas atau sumberdaya seseorang (Lazarus & Folkman, 1984). Strategi yang dilakukan orang tua tunggal untuk mengatasi dan mengelola stres dapat dilakukan dengan berbagai strategi. Jenis strategi koping menurut Lazarus dan Folkman (1984) terdiri dari koping berfokus pada masalah (*problem-focused coping*) dan koping berfokus pada emosi (*emotion-focused coping*). Orang tua tunggal, terutama ibu lebih banyak menggunakan strategi koping

berkaitan dengan pengelolaan emosi (Compas & Williams, 1990). Selain itu, menurut Puspitawati *et al.* (2013), strategi koping merupakan perilaku yang terlihat dan atau tidak terlihat yang dilakukan oleh individu untuk mengurangi atau menghilangkan ketegangan secara psikologis dan kondisi yang penuh stres.

Berdasarkan penelitian Simanjuntak (2010), strategi koping memiliki hubungan terhadap kesejahteraan subjektif keluarga. Menurut Yilmaz *et al.* (2013), terdapat hubungan yang positif signifikan antara strategi koping berfokus masalah dan kesejahteraan subjektif. Hal ini berarti semakin tinggi strategi koping berfokus pada masalah, maka semakin tinggi pula kesejahteraan subjektifnya. Apabila orang tua tunggal dapat mengoptimalkan strategi koping yang dilakukan maka kesejahteraan subjektif yang dirasakan akan semakin baik.

Kesejahteraan subjektif keluarga merupakan perasaan puas dan perasaan bersyukur anggota keluarga terhadap kehidupannya dan dimungkinkan adanya perbedaan tingkat kesejahteraan subjektif pada setiap individu atau keluarga (Puspitawati, 2013). Kesejahteraan subjektif adalah persepsi seseorang terhadap pengalaman hidupnya dan kondisi yang dialami. Apabila tidak dapat menyesuaikan diri dengan kondisi kehidupan maka seseorang dapat mengalami stres. Menurut Herbst (2012), orang tua tunggal sebagai ibu (*single mother*) pada dasarnya kurang bahagia dibanding kelompok wanita lain. Odaci dan Cikrikci (2012) menyatakan bahwa strategi koping dan stres memiliki dampak yang signifikan terhadap kepuasan hidup dan kesejahteraan subjektif.

Stres, strategi koping, dan kesejahteraan subjektif pada orang tua tunggal, terutama ibu menjadi bagian penting untuk dikaji dikarenakan semakin meningkat angka perceraian di Indonesia. Apabila orang tua tunggal tidak dapat mengelola stres dengan baik dan melakukan strategi yang optimal maka dimungkinkan kesejahteraan subjektif yang dirasakan kurang optimal. Berdasarkan pemaparan tersebut penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi karakteristik keluarga, stress, strategi koping, dan kesejahteraan subjektif pada keluarga orang tua tunggal. Penelitian ini juga bertujuan untuk menganalisis pengaruh karakteristik keluarga, stress, dan strategi koping terhadap kesejahteraan subjektif keluarga orang tua tunggal.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional study*, yaitu penelitian yang dilakukan pada satu waktu tertentu. Lokasi penelitian dipilih secara *purposive*, yaitu di Kota Bogor. Alasan pemilihan lokasi penelitian di Kota Bogor yaitu dengan pertimbangan bahwa Kota Bogor merupakan salah satu kota yang tinggi tingkat perceraianya di Jawa Barat dengan jumlah sebesar 34.999 orang atau 3,95 persen dari jumlah total penduduk di Kota Bogor. Pemilihan Kecamatan Bogor Barat dan Tanah Sareal dipilih sebagai kecamatan penelitian dikarenakan kedua kecamatan tersebut memiliki angka yang tinggi berdasarkan penelitian terdahulu (Sukaidawati, 2015). Penelitian ini berlokasi di empat kelurahan, yaitu Kelurahan Cilendek Barat dan Kelurahan Sindang Barang yang berada di Kecamatan Bogor Barat serta Kelurahan Kebon Pedes dan Tanah Sareal yang berada di Kecamatan Tanah Sareal. Waktu penelitian terdiri dari pengumpulan data, pengolahan data, dan analisis data yang dilakukan mulai bulan Maret sampai dengan bulan Juni tahun 2016.

Populasi pada penelitian ini adalah keluarga orang tua tunggal (*single parent*) di Kecamatan Bogor Barat dan Kecamatan Tanah Sareal, Kota Bogor. Contoh dipilih secara *purposive* dengan kriteria keluarga ibu tunggal karena cerai hidup. Jumlah contoh pada penelitian ini yaitu 40 ibu tunggal. Responden yang diwawancarai dalam penelitian ini adalah ibu tunggal. Sumber data jumlah orang tua tunggal yang bercerai diperoleh dari informasi para ketua Rukun Warga (RW) dan Rukun Tetangga (RT).

Data primer dikumpulkan melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner meliputi: karakteristik keluarga contoh (usia responden, lama pendidikan responden, pekerjaan responden, pendapatan responden, jumlah anggota keluarga, lama menikah, dan lama bercerai). Usia responden, lama pendidikan responden, pendapatan responden, jumlah anggota keluarga, lama menikah, dan lama bercerai memiliki skala data rasio. Jenis pekerjaan responden memiliki skal nominal. Variabel stres pada ibu tunggal dikembangkan dari *Family Inventory of Life Events and Changes* (FILE) oleh McCubbin & Thompson (1991) dalam Fischer & Corcoran (2000), Puspitawati (2013), dan Koswara (2009). Kuesioner stres berjumlah 46 pertanyaan dengan pilihan jawaban 0=tidak pernah, 1=jarang, 2=sering, 3=kadang-kadang, dan 4=selalu dengan nilai *Cronbach's alpha a*

sebesar 0,925. Variabel strategi koping dikembangkan dari *Family Coping Inventory* (FCI) oleh McCubbin dan Thompson (1991) dalam Fischer & Corcoran (2000) dan *Ways of Coping Questionnaire* oleh Lazarus dan Folkman (1985). Kuesioner strategi koping berjumlah 40 pertanyaan dengan pilihan jawaban 0=tidak pernah, 1=jarang, 2=kadang-kadang, 3=sering, dan 4=selalu serta memiliki nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,777. Variabel kesejahteraan subjektif dimodifikasi dari kuesioner Kesejahteraan subjektif keluarga oleh Puspitawati (2012). Kuesioner kesejahteraan subjektif berjumlah 36 pertanyaan dengan pilihan jawaban 0=tidak puas hingga 2=puas sekali serta memiliki nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,921.

Masing-masing variabel diberikan skor penilaian pada setiap pertanyaan kuesioner. Kemudian skor total dari masing-masing variabel ditransformasikan menjadi indeks. Hal ini dilakukan agar memperoleh nilai minimum 0 dan nilai maksimum 100 dan untuk menyamakan satuan agar perbandingan pengategorian data setiap variabel seragam. Selanjutnya indeks dikategorikan menjadi tiga kategori menurut Bloom's *cut off point* (Yimer *et al.*, 2014), yaitu (0,0-60,0) dikategorikan rendah, (60,0-80,0) dikategorikan sedang, dan (80,0-100,0) dikategorikan tinggi.

Data yang dikumpulkan melalui wawancara, kemudian diolah dan dianalisis melalui *Microsoft Excel* dan *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) for windows*. Proses pengolahan data meliputi *editing*, *coding*, *entry*, *scoring*, dan analisis. Data dianalisis menggunakan analisis deskriptif dan inferensia. Analisis deskriptif yang digunakan meliputi distribusi frekuensi, standar deviasi, nilai minimum, nilai maksimum, dan nilai rata-rata. Analisis inferensia yang dilakukan adalah uji regresi linear berganda. Analisis regresi linier berganda digunakan untuk menganalisis pengaruh karakteristik keluarga, stres, dan strategi koping, terhadap kesejahteraan subjektif pada keluarga orang tua tunggal.

HASIL

Karakteristik Keluarga

Usia minimum responden saat ini yaitu 24 tahun dan usia maksimum responden saat ini yaitu 60 tahun. Rata-rata usia responden yaitu 40,9 tahun. Lama menikah responden berkisar antara 1 hingga 30 tahun dengan rata-rata lama menikah 13,9 tahun. Lama bercerai responden berkisar antara 0 hingga 10 tahun

dengan rata-rata lama bercerai 5,3 tahun. Hampir setengah dari responden (47,5%) telah menamatkan pendidikan setara Sekolah Menengah Atas (SMA), Sekolah Menengah Pertama (SMP) (30,0%) dan masih ditemukan responden yang hanya menempuh pendidikan Sekolah Dasar (SD) (17,5%). Hampir sepertiga dari responden (32,5%) merupakan ibu rumah tangga. Sebagian responden tersebut tinggal bersama anak atau orang tuanya sehingga mengandalkan pendapatan dari anak dan orang tua. Responden yang merupakan ibu rumah tangga juga terkadang mendapat bantuan keuangan dari saudara atau kerabat. Sementara itu, pekerjaan lain yang sebagian besar dilakukan oleh responden yaitu karyawan swasta (32,5%) dan kader serta wirasaha/ pedagang (25,0%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (82,5%) memiliki besar keluarga pada kategori keluarga kecil, dengan jumlah minimum 2 orang dan jumlah maksimum 7 orang, serta rata-rata besar keluarga 3 orang. Pendapatan keluarga responden per kapita per bulan berkisar antara Rp40.000,00 hingga Rp12.500.000,00. Rata-rata pendapatan per kapita keluarga responden yaitu Rp1.069.230,00. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengah dari keluarga responden (40,0%) terkategori miskin berdasarkan garis kemiskinan Kota Bogor tahun 2013 (BPS, 2015).

Stres

Stres dalam penelitian merujuk pada serangkaian peristiwa kehidupan yang dialami ibu akibat menjadi ibu tunggal; yang dinilai dari hubungan ibu dengan anak, pemenuhan kebutuhan, pekerjaan dan perubahan kehidupan keluarga dengan mengukur tanda stres secara fisik maupun mental. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata tertinggi (36,4 skor) penyebab stres (*stressor*) orangtua tunggal yaitu hubungan dengan anak (Tabel 1).

Hubungan orang tua dengan anak. Faktor yang menjadi *stressor* kurang optimalnya hubungan orang tua dengan anak, diantaranya: anak menjadi lebih sulit diatur (35,8%), anak-anak sering bertengkar (30,2%), sulit mendisiplinkan anak (32,1%), merasa sulit mengasuh anak (30,2%), dan sulit memperoleh kepuasan dalam hal mengasuh anak (28,3%). Dalam penelitian ini juga dipengaruhi beberapa responden ada yang memiliki anak remaja dan anak usia sekolah dasar sehingga responden merasa anak-anak sulit diatur dan sulit untuk mendisiplinkan anak.

Tabel 1 Rata-rata dan standart deviasi penyebab stres

Penyebab stress		Rata-rata	Standart deviasi
Perubahan Kehidupan Keluarga		15,9	10,6
Hubungan dengan Anak		36,4	21,6
Pemenuhan Kebutuhan Pekerjaan		29,7	27,0
		27,5	20,0

Anak-anak lebih sering membantah nasehat orang tua dan banyak bermain bersama teman-temannya, sering bertengkar dengan saudara kandung. Kesulitan dalam mengasuh anak dan memperoleh kepuasan dalam hal mengasuh anak disebabkan sebagian besar responden bekerja sehingga waktu yang digunakan untuk mengasuh anak-anak berkurang. Selain itu, anak dari responden juga ada berperilaku menyimbang, sehingga ibu menyesali cara pengasuhannya.

Pemenuhan kebutuhan. Penyebab stres pemenuhan kebutuhan, ditunjukkan dengan keluarga orang tua tunggal mengalami kesulitan pada aspek pemenuhan kebutuhan non pangan yaitu untuk pengeluaran kesehatan (34,0%) pembelian pakaian dan pembelian bahan bakar (26,4%), dan cukup sering mengalami kesulitan pengeluaran untuk pendidikan anak (22,6%). Namun, ditemukan pula 22,6 persen responden yang terkadang masih mengalami kesulitan dalam pemenuhan pangan. Sebanyak 26,4 persen responden terkadang merasa kesulitan untuk membeli bahan bakar untuk memasak dan ada beberapa responden yang memiliki kendaraan motor sehingga merasa kesulitan ketika harus membeli bahan bakar motor.

Pekerjaan. Kondisi stress pekerjaan disebabkan responden merasa memiliki beban dalam pekerjaan karena merasa semua orang bergantung pada dirinya, terutama dalam keluarga (26,4%).

Tabel 2 Sebaran kategori tanda-tanda stress responden

Tanda-tanda stres	Kategori (%)			Min - Mak	Rata-rata ±SD
	Rendah (00,0-60,0)	Sedang (60,0-80,0)	Tinggi (80,0-100,0)		
Tanda stres mental	100,0	00,0	00,0	00,0-48,0	19,7±13,1
Tanda stres fisik	100,0	00,0	00,0	00,0-47,0	22,9±15,3
Total tanda stress	100,0	00,0	00,0	00,0-44,5	20,8±11,9

Adapun responden pencari nafkah utama keluarga dan satu-satunya orang yang mencari nafkah. Kondisi tersebut terkadang membuat responden merasa anggota keluarga lain bergantung pada dirinya terutama dalam hal ekonomi. Sebanyak 69,8 persen responden merasa tidak nyaman ketika melakukan pekerjaan sebagai orang tua tunggal. Hal ini dikarenakan responden sering dibicarakan oleh tetangga maupun teman kerja akibat statusnya sebagai orang tua tunggal, namun responden tetap tabah dan ikhlas menjalani pekerjaannya.

Perubahan kehidupan keluarga. Penyebab stres ditunjukkan dengan waktu bersama keluarga semakin berkurang (30,2%), terjadi peningkatan kesulitan dalam menyelesaikan masalah ketika sudah berpisah dengan pasangan (34,0%), dan kesedihan karena orang tua responden telah meninggal dunia (32,1%). Waktu bersama keluarga yang semakin berkurang disebabkan sebagian besar responden bekerja sehingga waktu bersama anggota keluarga, terutama anak menjadi berkurang pula. Kesulitan dalam menyelesaikan masalah setelah bercerai, responden tidak mempunyai pasangan yang dapat dimintai pendapat mengenai solusi ketika menghadapi masalah. Beberapa responden juga terkadang bersedih ketika mengingat orang tua yang sudah meninggal dunia.

Tanda-tanda stres dibedakan menjadi stres mental dan fisik. Seluruh responden (100,0%) memiliki tanda-tanda stres total terkategori rendah. Ditunjukkan dengan merasa sudah terbiasa dan dukungan yang diberikan oleh keluarga juga cukup besar, hal ini dibuktikan dari sebagian besar responden tinggal bersama anak, orang tua, atau saudara lainnya, tidak terlalu memikirkan masalah dan tetap menganggap hidup ini menyenangkan serta juga merasa bersyukur atas kehidupan saat ini meskipun masih banyak aspek di kehidupan yang harus ditingkatkan.

Tanda-tanda stres mental. Tanda stres mental yang dialami oleh seluruh responden (100,0%) masih tergolong rendah (Tabel 2). Rendahnya stres responden juga dikarenakan sebanyak 62,3 persen responden tidak pernah merasa kesepian, sebanyak 60,4 persen tidak pernah merasa mudah tersinggung, dan sebanyak 98,1 persen tidak pernah berpikir untuk bunuh diri. Hal ini berarti sebagian besar responden memiliki pikiran positif dan yakin permasalahan ada solusi, bersyukur, dan didukung oleh keluarga terdekat.

Tabel 3 Sebaran kategori strategi koping responden

Strategi Koping	Kategori (%)			Min-Mak	Rata-rata \pm SD
	Rendah (00,0-60,0)	Sedang (60,0-80,0)	Tinggi (80,0-100,0)		
Strategi koping berfokus pada masalah	92,5	7,5	00,0	16,0 - 68,0	43,4 \pm 12,8
Strategi koping berfokus pada emosi	30,0	70,0	00,0	52,0 - 78,0	63,2 \pm 6,1
Total strategi koping	75,0	25,0	00,0	36,0 - 69,0	53,3 \pm 8,6

Tanda-tanda stres fisik. Hasil penelitian menunjukkan seluruh responden (100,0%) masih tergolong rendah (Tabel 2), sehingga responden masih mampu mengelola stresnya dengan baik. Dilihat dengan cara responden sudah merasa terbiasa menjadi orang tua tunggal. Selain itu, responden tidak menunjukkan tanda-tanda seperti, tidak malas makan, tidak merasa kurang tidur, sebagian tidak sakit kepala, dan sebagian tidak mudah lelah. Responden ibu rumah tangga tidak merasa tertekan dengan pekerjaannya.

Strategi Koping

Strategi koping keluarga dilihat dari strategi koping yang berfokus pada masalah dan strategi koping yang berfokus pada emosi. Tiga perempat responden (75,0%) menyatakan total strategi koping berada pada kategori rendah, sedangkan sisanya sebanyak 25 persen berada pada kategori sedang (Tabel 3). Rendahnya strategi koping ini diduga karena keluarga orang tua tunggal tidak mengetahui cara tepat mengatasi dan mengelola stres.

Strategi koping berfokus masalah. Hasil penelitian menunjukkan hampir seluruh responden (92,5%) berada kategori rendah (Tabel 3). Hal ini disebabkan sebagian besar responden tidak meminta bantuan apabila mengalami kesulitan keuangan, tidak menabung untuk persiapan masa depan, dan tidak menunda kegiatan yang dapat menimbulkan masalah baru.

Strategi koping berfokus emosi. Responden menggunakan strategi koping ini sebanyak 70,0 persen dan terkategori sedang. (Tabel 3). Hal ini dapat dilihat bahwa

responden sering menerima kenyataan bahwa masalah telah terjadi, sering membiasakan diri dengan pikiran bahwa masalah telah terjadi, dan sering bersabar ketika menghadapi masalah. Selain itu, responden juga mencari makna positif dari suatu masalah, mencari hikmah dari masalah, dan berserah diri kepada Tuhan atas masalah yang dihadapi. Strategi koping berfokus emosi lebih sering digunakan karena secara langsung ke dalam diri dan bertujuan mengurangi stres bersifat emosional.

Kesejahteraan Subjektif

Kesejahteraan subjektif keluarga dapat dilihat dari dimensi fisik-ekonomi, dimensi sosial, dan dimensi psikologis. Secara keseluruhan kesejahteraan subjektif keluarga orang tua tunggal hampir seluruh responden (97,5%) (Tabel 4) berada pada kategori rendah. Hal ini dikarenakan sebagian besar responden merasa tidak puas dengan keadaan fisik-ekonomi keluarga, dukungan/komunikasi dari mantan pasangan serta dukungan/komunikasi dengan tetangga. Responden merasa tidak puas terhadap pendapatan yang diterimanya saat ini dan kehidupan yang dijalani, namun pada saat yang sama responden juga mengungkapkan bahwa kehidupan saat ini harus disyukuri, karena satu-satunya cara untuk memperoleh kepuasan yaitu dengan cara bersyukur.

Dimensi fisik-ekonomi. Hampir seluruh responden (97,5%) berada pada kategori rendah (Tabel 4). Dilihat bahwa sebagian besar responden yang merasa masih belum puas dan cukup dalam hal keuangan keluarga, keadaan usaha atau pekerjaan yang dijalankan, keadaan tempat tinggal, serta cara mengatur keuangan dan waktu. Ketidakpuasan terhadap keadaan keuangan sekaligus pekerjaan disebabkan pendapatan yang diperoleh dari pekerjaan dinilai masih kurang untuk memenuhi kebutuhan, terutama kebutuhan non materi. Ketidakpuasan responden dalam hal mengatur keuangan juga disebabkan sebagian besar responden merasa dirinya boros dan pengeluaran lebih besar dari pendapatan yang diterima. Ketidakpuasan responden dalam mengatur waktu juga berkaitan dengan berkurangnya waktu bersama keluarga terutama pada responden yang bekerja. Keadaan tempat tinggal dinilai masih belum memuaskan karena sebagian besar responden masih tinggal bersama orang tua atau anak, ada pula yang masih mengontrak sehingga menginginkan memiliki rumah sendiri.

Tabel 4 Sebaran kategori kesejahteraan subjektif keluarga orang tua tunggal

Kesejahteraan Subjektif	Kategori (%)			Min-Mak	Rata-rata \pm SD
	Rendah (00,0-60,0)	Sedang (60,0-80,0)	Tinggi (80,0-100,0)		
Dimensi fisik-ekonomi	97,5	2,5	00,0	0,0-67,0	37,2 \pm 15,6
Dimensi sosial	92,5	5,0	2,5	0,0-88,0	39,2 \pm 17,5
Dimensi psikologis	97,5	2,5	00,0	9,0-66,0	37,7 \pm 11,8
Total kesejahteraan subjektif	97,5	2,5	00,0	11,0-62,0	37,9 \pm 10,9

Dimensi sosial. Sebagian besar responden (92,5%) pada kategori rendah (Tabel 4). Dikarenakan responden jarang bahkan tidak pernah lagi menjalin komunikasi dengan mantan suami setelah bercerai, tidak ingin terlibat lagi dengan mantan suami, namun ada yang masih berkomunikasi dengan mantan suami hanya demi anak, agar anak tidak kehilangan figur kedua orang tuanya. Keterlibatan sosial dan komunikasi yang rendah dengan tetangga disebabkan tidak memiliki waktu untuk bersosialisasi.

Dimensi psikologis. Sebagian besar responden (97,5%) berada pada kategori rendah dan sebesar 2,5 persen berada pada kategori sedang (Tabel 4). Responden merasa tidak puas dengan dukungan yang diberikan oleh mantan pasangan dikarenakan sudah jarang bahkan tidak pernah berkomunikasi sejak bercerai. Namun responden sudah merasa cukup puas dengan kesehatan fisik anak dan mental anak. Responden juga sudah merasa cukup puas dengan dukungan yang diberikan oleh anggota keluarga dan keluarga besar. Kebahagiaan dan kepuasan atas kehidupan keluarga masih belum optimal dikarenakan responden memilih untuk bercerai dengan suami.

Pengaruh Karakteristik Keluarga, Stres, Strategi Koping, terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Keluarga Orang Tua Tunggal

Tabel 5 memperlihatkan nilai *Adjusted R²* sebesar 0,259, berarti sebanyak 25,9 persen model variabel-variabel memengaruhi kesejahteraan subjektif keluarga dan sisanya sebesar 74,1 persen dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian.

Tabel 5 Pengaruh karakteristik keluarga, stres, strategi koping terhadap kesejahteraan keluarga dengan ibu tunggal

Variabel	Koefisien		
	(B)	(β)	Sig
Constanta	39,714		0,011
Usia responden	0,351	0,295	0,289
Lama pendidikan	-0,285	-0,065	0,719
Pendapatan per kapita Besar keluarga	-1,250 $\times 10^{-7}$	-0,231	0,220
Lama menikah	-4,521	-0,494	0,004**
Lama bercerai	-0,406	-0,299	0,316
Stres	0,628	0,163	0,346
Strategi Koping	-0,265	-0,289	0,073*
Adj R ²	0,219	0,172	0,307
F		0,259	
Sig		2,705	
		0,022	

Keterangan: * Signifikan pada $p < 0,05$; ** Signifikan pada $p < 0,01$

Besar keluarga ($B = -4,521$; $p = 0,004$) berpengaruh negatif sangat signifikan terhadap kesejahteraan subjektif. Setiap kenaikan satu satuan besar keluarga maka akan menurunkan kesejahteraan subjektif keluarga sebesar 4,521 poin. Stres yang dialami oleh responden ($B = -0,265$; $p = 0,073$) berpengaruh negatif signifikan terhadap kesejahteraan subjektif. Setiap kenaikan satu satuan stres responden maka akan menurunkan kesejahteraan subjektif keluarga sebesar 0,265 poin.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara, terdapat beberapa sebab seseorang memutuskan untuk bercerai, yaitu penyebab ekonomi, perselingkuhan, adanya kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), adanya campur tangan dari keluarga besar, suami pergi meninggalkan begitu saja tanpa adanya tanggung jawab, sudah tidak ada lagi kecocokan, ada konflik yang tidak dapat diselesaikan antarkedua pasangan, dan adanya ketidaksiapan dalam menjalani rumah tangga. Perceraian yang terjadi pada beberapa responden juga disebabkan oleh permintaan dari pihak keluarga suami untuk bercerai. Pujiastuti dan Lestari (2008) yang menyatakan bahwa adanya campur tangan dari salah satu pihak keluarga akan menyebabkan salah satu pihak merasa tidak nyaman dan kurang dihargai dengan pasangannya sehingga akan menimbulkan perselisihan atau konflik dalam rumah tangga yang dapat berujung pada perceraian. Beberapa responden mengakui bahwa perceraian terjadi karena suami pergi begitu saja tanpa melakukan tanggungjawab yaitu menafkahi lahir dan batin. Kepergian

suami menyebabkan istri memiliki peran ganda dan harus mandiri mencari nafkah. Penyebab perceraian ini merupakan salah satu yang termasuk kategori meninggalkan kewajiban. Faktor penyebab perceraian yaitu disebabkan karena responden tidak siap dalam menjalani rumah tangga. Hal ini sesuai dengan penelitian Amato dan Previti (2003) yang menyatakan bahwa salah satu penyebab perceraian yaitu karena adanya perilaku yang belum dewasa pada salah satu atau kedua pasangan sehingga menyebabkan tidak siap untuk menikah, dengan kata lain menikah terlalu dini sehingga tidak siap menjalani rumah tangga dan memutuskan untuk bercerai.

Perceraian ini akan membuat struktur di dalam keluarga harus berubah dan semua anggota keluarga harus menjalankan tugas dan fungsi keluarga yang baru. Setelah pasangan suami istri memilih untuk melakukan perceraian maka lama perceraian tersebut yang akan berhubungan dengan cara responden dalam menikmati kehidupannya kembali dan merasakan kepuasan subjektif. Semakin lama responden bercerai, maka kesejahteraan subjektif responden akan semakin meningkat karena sudah terlepas dari masa-masa sulit pasca perceraian. Menurut Sum (1996) menyatakan penyesuaian tertinggi yaitu pada dua tahun pertama pasca perceraian. Sementara setelah berakhir masa penyesuaian perceraian, konflik dan stres yang dirasakan akan menurun (Lewis *et al.*, 2004). Menurut Kotwal dan Prabhakar (2009) permasalahan yang sering dihadapi oleh orang tua tunggal yaitu permasalahan emosional, ekonomi dan sosial. Faizah dan Azian (2013) menunjukkan bahwa masalah yang menimpa orang tua tunggal terutama ibu adalah masalah ekonomi, emosional dan psikologis, stigma sosial dan isu-isu keluarga, tantangan yang paling utama yang dialami oleh orang tua tunggal ialah masalah ekonomi atau finansial.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden berada pada usia dewasa madya. Tugas perkembangan dewasa madya diantaranya menghubungkan diri sendiri dengan pasangan hidup sebagai individu, membantu anak-anak belajar menjadi lebih bertanggungjawab, serta mencapai dan mempertahankan prestasi yang memuaskan dalam karir pekerjaan. Namun responden dalam penelitian ini gagal dalam menghubungkan diri sendiri dengan pasangan hidup yang ditandai dengan perceraian. Beberapa diantaranya merasa kesulitan mengasuh anak dan merasa tidak puas dalam hal pekerjaan. Lestari (2012) menyatakan stres

pengasuhan adalah serangkaian proses yang membawa pada kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologi yang muncul dalam upaya beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orang tua. Pengasuhan yang dialami ibu akan berpengaruh terhadap tanggung jawab orang tua dalam merawat anaknya, karena stres pengasuhan akan menghambat pekerjaan yang dilakukan sehari-hari dan dapat menyebabkan permasalahan pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Aber *et al.* (1997) menyatakan bahwa kondisi stres dan tertekan dari ibu mengakibatkan kecenderungan untuk melakukan pengasuhan yang negatif kepada anak seperti memukul anak, berteriak, dan menampar anak.

Secara keseluruhan responden telah menempuh pendidikan dasar hingga menengah. Pendidikan ini akan memengaruhi pekerjaan yang didapat kemudian pekerjaan akan memengaruhi pendapatan yang diperoleh sehingga mencapai kesejahteraan subjektif. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Herawati (2012) bahwa lama pendidikan seseorang akan berimplikasi terhadap jenis pekerjaan yang dimiliki sehingga akan memengaruhi kesejahteraan subjektif. Semakin pendapatan meningkat, kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhan finansial juga meningkat (Dew & Stewart, 2012). Menurut Jenaabadi (2014) menyatakan bahwa lama pendidikan merupakan salah satu faktor yang menentukan strategi koping. Semakin tinggi lama pendidikan seseorang, maka akan semakin terlatih untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi. Besar keluarga responden dalam penelitian ini yaitu keluarga kecil. Besar keluarga terkategori kecil ini berimplikasi pada rendahnya stres orang tua tunggal karena besar keluarga yang kecil akan memperkecil pula pemenuhan kebutuhan. Semakin banyak jumlah anggota keluarga, maka pengeluaran konsumsi pangan juga tinggi sehingga dapat menyebabkan stres di dalam keluarga. Semakin banyak jumlah anggota keluarga, maka semakin rendah kesejahteraan yang dirasakan (Muflikhati *et al.*, 2012).

Keluarga orang tua tunggal juga tidak menunjukkan adanya tanda-tanda stres dari tanda stres mental atau fisik. Sebagian besar responden tidak terlalu memikirkan masalah dan tetap menganggap hidup ini menyenangkan dan juga merasa bersyukur atas kehidupan saat ini meskipun masih banyak aspek di kehidupan yang harus ditingkatkan. Hasil penelitian ini serupa dengan hasil penelitian Sum (1996); Koswara (2009); Asilah dan Hastuti (2014) memperlihatkan

bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori rendah dalam stresnya. Rendahnya stres responden dapat disebabkan karena *stressor* bagi seorang individu belum tentu menjadi *stressor* bagi individu lain (Pedak, 2009). Menurut Koswara (2009) rendahnya stres dapat disebabkan perbedaan persepsi terhadap stres, dukungan sosial, rutinitas sehari-hari, dan waktu bersama keluarga. Rendahnya stres juga karena responden yang bercerai menganggap perceraian merupakan solusi sesuai penelitian Sum (1996) bahwa perceraian bagi orang tua tunggal yang bercerai merupakan solusi menyikapi telah hancurnya keberfungsian keluarga.

Strategi koping merupakan suatu bentuk upaya yang dilakukan oleh keluarga untuk mencapai tingkat keseimbangan serta bentuk penyesuaian terhadap krisis yang dihadapi oleh keluarga (Herawati, 2012). Koping melibatkan proses mengatur suatu sumber stres, termasuk usaha untuk meminimalisir, menghindari, mentoleransi, merubah, atau menerima situasi stres. Koping berfokus masalah biasanya dilakukan pada masalah yang masih dapat diperbaiki. Koping berfokus pada emosi biasanya dilakukan pada masalah yang tidak dapat diubah (Lyon, 2012). Faktor-faktor yang memengaruhi strategi koping diantaranya karakteristik individu, yakni individu yang mempunyai kepercayaan diri dalam kemampuan untuk mengatur masalah sehari-hari (Natovova & Chylova, 2014). Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi koping berfokus emosi lebih sering digunakan dibanding strategi koping berfokus masalah. Strategi koping berfokus emosi lebih sering digunakan karena secara langsung ke dalam diri dan bertujuan mengurangi stres bersifat emosional. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Ryan (2013) bahwa perempuan cenderung lebih menggunakan koping emosi dibanding laki-laki. Ibu lebih banyak menggunakan strategi koping berfokus emosi dibanding strategi koping berfokus masalah. Rendahnya penggunaan strategi koping dapat disebabkan karena responden tidak mengetahui cara yang tepat untuk mengatasi stres (Broussard *et al.*, 2012).

Kesejahteraan subjektif mengukur cara orang berpikir dan merasakan kepuasan hidup mereka, kebahagiaan, dan kesejahteraan psikologis (Tinkler & Hicks, 2011). Kesejahteraan subjektif terdiri dari dua komponen, yaitu kognitif dan emosi (Yilmaz & Arslan, 2013). Komponen kognitif yaitu persepsi terhadap kepuasan hidup. Kepuasan

hidup juga dapat membentuk kebahagiaan. Komponen emosi terdiri dari emosi positif dan negatif. Emosi positif seseorang akan membawa pada kepuasan, komitmen terhadap diri, kelekatan, dan arti kehidupan. Perasaan positif termasuk kepercayaan, minat, harapan, kebanggaan, kebahagiaan. Sementara itu, perasaan negatif termasuk kemarahan, kebencian, perasaan bersalah, dan kesedihan (Yilmaz & Arslan 2013). Hasil penelitian Tyas & Herawati (2017) kesejahteraan subjektif merupakan persepsi kepuasan dengan kondisi yang ada saat ini, apabila ibu tidak dapat menerima dan beradaptasi dengan kondisi sekarang berarti ibu tidak merasa puas. Hasil penelitian menunjukkan kesejahteraan subjektif responden masih tergolong rendah. Hal ini dikarenakan responden kurang puas terhadap keadaan ekonomi keluarga, dukungan dan hubungan dengan lingkungan di sekitarnya, dan cara berinteraksi dengan mantan suami serta lingkungan di sekitarnya. Persepsi dukungan sosial dapat melindungi individu untuk melawan dampak negatif dari stress dan penting untuk mengurangi gejala depresi. Tingginya dukungan sosial yang dimiliki individu akan mengurangi potensi gejala depresi, dan lebih mampu mengatur stres (Khan & Aftab, 2013). Hasil penelitian Tyas dan Herawati (2017) kesejahteraan subjektif masih kurang puas dalam hal keadaan keuangan keluarga, kebutuhan makanan keluarga, kepemilikan aset, keterlibatan dalam kegiatan sosial, penghasilan yang masih kurang, dan tujuan keluarga merasa belum tercapai. Muflikhati (2010) menyatakan bahwa faktor yang paling berpengaruh terhadap kesejahteraan keluarga adalah keadaan ekonomi keluarga (pendapatan, pengeluaran, dan aset keluarga). Hasil penelitian ini juga menunjukkan hampir tiga perempat responden tidak bekerja dan mengandalkan pemberian dari anak dan saudara di sekitarnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin banyak jumlah anggota keluarga, maka akan berpengaruh terhadap menurunnya kesejahteraan subjektif. Adapun penelitian ini kondisi orang tua tunggal yang terbebani dengan pekerjaan di rumah atau di luar rumah dan menghasilkan pendapatan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan anggota keluarganya. Apabila semakin banyak anggota keluarga yang dimiliki dan penghasilan ibu tidak mencukupi maka akan menurunkan kesejahteraan subjektif keluarga. Hasil ini sesuai dengan penelitian Winkelmann (2004) yang menyatakan bahwa kesejahteraan subjektif hanya akan baik apabila banyaknya

jumlah anggota keluarga diiringi dengan tingginya pendapatan per kapita keluarga. Apabila tidak, maka kesejahteraan subjektif akan menurun. Selain itu, banyaknya jumlah anggota keluarga akan menurunkan kesejahteraan subjektif dimensi fisik-ekonomi akibat tingginya pemenuhan kebutuhan dan akan menurunkan kesejahteraan subjektif dimensi psikologis karena banyaknya jumlah individu yang harus diperhatikan. Hasil penelitian ini mengungkap adanya pengaruh negatif stres terhadap kesejahteraan subjektif, semakin tinggi stres, maka akan menurunkan kesejahteraan subjektif. Dalam penelitian ini semakin ibu tunggal merasa tertekan dan tertekan dengan kondisi yang dialami saat ini maka akan menurunkan kepuasan hidup yang dirasakan. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian Sum (1996); Ryan (2013) bahwa semakin tinggi stres maka akan menurunkan kesejahteraan subjektif. Hashim *et al.*, (2015) menyatakan bahwa semakin tinggi stres ibu tunggal, maka kepuasan hidup yang diperoleh akan semakin rendah.

SIMPULAN DAN SARAN

Penyebab stres yang paling utama dihadapi ibu tunggal yaitu hubungan dengan anak. Tanda-tanda stres mental dan tanda-tanda stres fisik yang dialami berada pada kategori rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi koping berfokus emosi lebih banyak digunakan oleh ibu tunggal dibanding strategi koping berfokus masalah. Hal ini ditunjukkan dengan responden sering menerima kenyataan bahwa masalah telah terjadi, sering membiasakan diri dengan pikiran bahwa masalah telah terjadi, dan sering bersabar ketika menghadapi masalah, mencari makna positif dari suatu masalah, mencari hikmah dari masalah, dan berserah diri kepada Tuhan atas masalah yang dihadapi. Hampir seluruh responden dalam penelitian ini rendah dalam seluruh dimensi kesejahteraan subjektif, yaitu dimensi fisik-ekonomi, sosial, dan psikologis. Faktor yang berpengaruh terhadap kesejahteraan subjektif adalah besar keluarga dan stres.

Berdasarkan hasil penelitian disarankan pertama, orang tua tunggal sebagai pencari nafkah sekaligus ibu diharapkan keluarga dapat mengelola stres dengan baik dan mengoptimalkan kebersamaan keluarga. Kedua, Ibu tunggal dan mantan pasangan sebaiknya tetap menjalin komunikasi dan mengasuh anak bersama untuk meminimalisir timbulnya stress karena hubungan orang tua-anak. Ketiga, perlu adanya keterlibatan

institusi dan lembaga swadaya masyarakat untuk memberikan penyuluhan mengenai bagaimana cara mengasuh anak dengan baik serta menyeimbangkan aspek pekerjaan dan keluarga agar tidak menjadi sumber stres. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan orang tua tunggal ayah serta membandingkan variabel berdasarkan wilayah, yaitu perdesaaan dan perkotaan.

DAFTAR PUSTAKA

- [BPS] Badan Pusat Statistik. (2015). *Persentase Penduduk Berumur 10 Tahun ke Atas menurut Provinsi, Jenis Kelamin, dan Status Perkawinan, 2009-2013*. Jakarta, ID: BPS.
- Aber, L., Bennet, N. G., & Lii J. (1997). The effect of poverty on child health and development. *Rev Public Health*, 18, 463-83. doi: 10.1146/annurev.publhealth.18.1.463
- Amato, P. R., & Previti D. (2003). People's reasons for divorcing: gender, social class, the life course, and adjustment. *Journal of Family Issues*. 24 (5): 602-606. doi: 10.1177/0192513X03254507
- Broussard, C. A., Joseph, A. L., & Thompson, M. (2012). Stressors and coping strategies used by single mothers living in poverty. *Affilia: Journal of Women and Social Work*. 27 (2): 190-204. doi: 10.1177/08861099124438884.
- Compas, B. E., & Williams, R. A. (1990). Stress, coping, and adjustment in mothers and young adolescents in single-and two-parent families. *American Journal of Community Psychology*. 18 (4): 525-545.
- Dew, J. P., & Stewart, R. (2012). A financial issue, a relationship issue, or both? examining the predictors of marital financial conflict. *Journal of Financial Therapy*. 3 (1): 43-61. doi: 104148/jft.v3i1.1605
- Faizah, B. A. G., & Azian, A. A. (2013). Profile of single mothers in southern Malaysia and issue afflicting their lives. *British Journal of Arts and social Sciences*. 16(1): 197-206
- Fischer, J., & Corcoran, K. (2000). *Measures for Clinical Practice: A Sourcebook*. New York (US): The Free Press.
- Glassman, W. E., & Hadad, M. (2009). *Approaches to Psychology*. Berkshire (UK): McGraw-Hill Education

- Hamid, S. R. A., & Salleh, S. (2013). Exploring single parenting process in Malaysia: issues and coping strategies. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 84 (2013): 1154-1159. doi: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.718>
- Hashim, I. H. M., Azmawati, A. A., & Endut, N. (2015). Stress, roles, and responsibilities of single mothers in Malaysia. *SHS Web of Conference*. doi: 10.1051/shsconf/20151803003
- Herawati, T. (2012). *Kajian manajemen sumberdaya keluarga dan ketahanan keluarga peserta program pemberdayaan masyarakat di pedesaan*. (Disertasi). Institut Pertanian Bogor, Bogor, Indonesia.
- Herbst, C. M. (2012). Footloose and fancy free? Two decades of single mothers' subjective well-being. *The University of Chicago Press and JSTOR*. 86 (2): 189-222
- Jenaabadi, H. (2014). The study and comparison of stress levels and coping strategies in parents of exceptional and normal children in Zahedan. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 114: 197-202. doi: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.684>
- Khan, F., & Aftab, S. (2013). Marital satisfaction and perceived social support as vulnerability factors to depression. *American International Journal of Social Science*. 2 (5): 99-107.
- Koswara, H. (2009). *Pengaruh stress pekerjaan terhadap keberfungsian keluarga pekerja di Kota Bandung*. (Disertasi). Institut Pertanian Bogor, Bogor, Indonesia.
- Kotwal & Prabhakar. (2009). Problem faced by single mother. *J. Soc. Sci.*, 21(3): 197-204
- Larasati, A. (2012). Kepuasan perkawinan pada istri ditinjau dari keterlibatan suami dalam menghadapi tuntutan ekonomi dan pembagian peran dalam rumah tangga. *Jurnal Psikoogi Pendidikan dan perkembangan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga*. 1(03): 1-6
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York (US): Springer
- Lewis, J. M., Reitz, L. J., & Wallerstein, J. S. (2004). *Communication in Divorced and Single-Parent Families. Handbook of Family Communication*. Anita L. Vangelisti, editor. London (EN): Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Lyon, B. L. (2012). *Stress, Coping, and Health: A Conceptual Overview*. Handbook of Stress, Coping, and Health. Virginia Hill Rice, editor. Detroit (US): SAGE Publications, Inc.
- Mgbenkemdi, & Hyacinth, E. (2014). Influence of marital stress and coping strategies on depression among single parents in South-Eastern Nigeria. *Journal of Social Sciences and Public Policy*. 6 (1): 70-77. doi: 10.9790/0837-2207115471
- Muflikhati, I. (2010). *Analisis dan pengembangan model peningkatan kualitas sumber daya manusia dan kesejahteraan keluarga di wilayah pesisir Provinsi Jawa Barat* (Disertasi). Institut Pertanian Bogor, Bogor, Indonesia.
- Muflikhati, I., Hartoyo, Sumarwan, U., Fahrudin, A., & Puspitawati, H. (2012). Kondisi sosial ekonomi dan tingkat kesejahteraan keluarga: kasus di wilayah pesisir Jawa Barat. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 3 (1): 1-10.
- Natovova, L., & Chylova, H. (2014). Is there a relationship between self-efficacy, well-being and behavioural markers in managing stress at university students?. *ERIES Journal*. 7(1): 14-18. doi: 10.7160/eriesj.2013.070302.
- Odaci, H., & Cikrikci, O. (2012). University students' ways of coping with stress, life satisfaction and subjective well-being. *TOJCE: The Online Journal of Counseling and Education*. 1(3): 118-131.
- Pedak, M. (2009). *Metode Supernol Menaklukkan Stress*. Jakarta (ID): Hikmah.
- Pickhardt, C. E. (2006). *The Everything Parent's Guide to Children and Divorce: Reassuring Advice to Help Your Family Adjust*. Massachusetts (US): Adams Media.
- Pujiastuti, R. D., & Lestari, S. (2008). Dinamika psikologis terjadinya perceraian pada perempuan bercerai. *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologis*, 10: 16-27. doi: 10.30595/psychoidea.v7i1.169

- Puspitawati, H. (2012). *Gender dan Keluarga*. Bogor (ID): IPB Press.
- Puspitawati, H. (2013). *Gender dan Keluarga: Konsep dan Realita di Indonesia*. Bogor (ID): IPB Press.
- Puspitawati, H., Sarma, M., Herawati, T., Latifah, M., & Moeliono, P. (2013). *Kumpulan Panduan Sinergisme Keluarga dan Sekolah*. Bogor (ID): IPB Press.
- Ryan, K. (2013). *How problem focused and emotion focused coping affects college students perceived stress and life satisfaction*. (Thesis). Department of Psychology, DBS School of Art, Dublin.
- Simanjuntak, M. (2010). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan keluarga dan prestasi belajar anak pada keluarga penerima Program Keluarga Harapan (PKH)* (Tesis). Institut Pertanian Bogor, Bogor, Indonesia.
- Sukaidawati, L. (2015). *Pengaruh konsep diri dan gaya pengasuhan ibu, serta kelekatan teman sebaya terhadap konsep diri remaja pada keluarga cerai dan utuh*. (Disertasi). Institut Pertanian Bogor, Bogor, Indonesia.
- Sum, K. L. (1996). *The stress, social support, and psychological well-being of single-parent mothers*. (Thesis). Department of Social Work and Social Administration, The University of Hong Kong.
- Tinkler, L., & Hicks, S. (2011). *Measuring subjective well-being*. Supplementary paper. South Wales (UK): The Office for National Statistics United Kingdom.
- Tyas, F. P. S., & Herawati, T. (2017). Kualitas pernikahan dan kesejahteraan keluarga menentukan kualitas lingkungan pengasuhan anak pada pasangan yang menikah usia muda. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 10 (1): 1-12. doi: <http://dx.doi.org/10.24156/jikk.2017.10.1.1>.
- Usakli, H. (2013). Comparison of single and two parents children in terms of behavioral tendencies. *International Journal of Humanities and Social Science*. 3 (8): 256-270
- Winkelmann, R. (2004). *Subjective Well-Being and the Family: Results from an Ordered Probit Model with Multiple Random Effects*. [discussion paper]. University of Zurich dan Institute for the Study of Labor.
- Yarber, A. D., & Sharp, P. M. (2010). *Focus on Single-Parent Families: Past, Present, and Future*. California (US): ABC-CLIO, LLC.
- Yilmaz, H., Arslan, C., Saricaoglu, H., & Yilmaz, S. (2013). An investigation of subjective well-being in terms of coping with stress and decision-making in university students. *Middle-East Journal of Scientific Research*. 14 (9): 1143-1148.
- Yimer M., Abera B., Mulu W., & Bezabih B. (2014). Knowledge, attitude and practices of high risk populations on louse-borne relapsing fever in Bahir Dar City, North-West Ethiopia. *Science Journal of Public Health*, 2(1),15-22. doi: 10.11648/j.sjph.20140