

**GAMBARAN *SELF-EFFICACY* PADA IBU TUNGGAL PASCAKEMATIAN
PASANGAN HIDUP**

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang Sebagai Bagian dari Persyaratan dalam
Menyelesaikan Program Strata (S1) Psikologi



Rismalinda
2007016165

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG

2024

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Rismalinda

NIM : 2007016165

Jurusan : Psikologi

Fakultas : Psikologi dan Kesehatan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

“GAMBARAN *SELF EFFICACY* PADA IBU TUNGGAL PASCAKEMATIAN PASANGAN HIDUP”

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya penulis sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya.

Semarang, 9 Januari 2025



Rismalinda
2007016165

PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Judul : GAMBARAN *SELF EFFICACY* PADA IBU TUNGGAL
PASCAKEMATIAN PASANGAN HIDUP
Penulis : Rismalinda
NIM : 2007016165
Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang *munaqosah* oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Psikologi.

Semarang, 02 Januari 2025

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Dr. Dina Sugiyanti, M.Si
NIP. 198408292011012005

Penguji II

Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si.
NIP. 198002202016012901

Penguji III

Nadiatus Salama, M.Si., Ph.D.
NIP. 197806112008012016

Penguji IV

Dewi Khurun Aini, M.A.
NIP. 198605232018012002

Pembimbing I

Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si.
NIP. 198002202016012901

Pembimbing II

Hj. Siti Hikmah, S.Pd., M.Si.
NIP. 197502052006042003

PERSETUJUAN PEMBIMBING



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

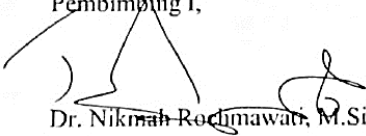
Judul : GAMBARAN *SELF EFFICACY* PADA IBU TUNGGAL
PASCAKEMATIAN PASANGAN HIDUP

Nama : Rismalinda
NIM : 2007016165
Jurusan : Psikologi

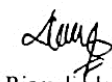
Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,


Dr. Nikmah Rochmahwati, M.Si
NIP 198002202016012901

Semarang, 4 - 12 - 2024
Yang bersangkutan


Rismalinda
NIM 2007016165

PERSETUJUAN PEMBIMBING



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : GAMBARAN *SELF EFFICACY* PADA IBU TUNGGAL
PASCAKEMATIAN PASANGAN HIDUP

Nama : Rismalinda
NIM : 2007016165
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Hj./Siti Hikmah, S.Pd., M.Si.
NIP 197502052006042003

Semarang, 29 - 11 - 2024
Yang bersangkutan

Rismalinda
NIM 2007016165

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur tak terhingga saya panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, petunjuk, dan karunia-Nya kepada peneliti dan keluarga. Sholawat serta salam selalu turunkan kepada Nabi Muhammad SAW yang senantiasa menjadi suri teladan dalam menjalani hidup. Semoga kita mendapat *syafa'atnya* di *yaumul akhir* kelak, Aamiin. Atas limpahan rahmat, petunjuk, serta karunia-Nya, dan dengan izin-Nya pula akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Gambaran *Self Efficacy* pada Ibu Tunggal Pascakematian Pasangan Hidup”** sebagai salah satu syarat kelulusan guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.) dari Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Dalam penyelesaian skripsi ini terdapat bantuan serta partisipasi dari berbagai pihak, sehingga memperlancar proses penyelesaian. Sehingga pada kesempatan ini, dengan kerendahan hati dan segala hormat, secara khusus peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga tugas akhir ini dapat selesai dengan baik.
2. Prof. Dr. Nizar Ali., M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
3. Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Bapak Prof. Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si., beserta jajarannya.
4. Ketua Jurusan Psikologi, Ibu Dewi Khurun Aini, M.A., beserta jajarannya
5. Dosen pembimbing I dan sekaligus Wali Dosen peneliti, Ibu Dr. Nikmah Rochmawati., M.Si., serta pembimbing II Ibu Hj. Siti Hikmah S.Pd., M.Si, yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan waktu selama proses penyusunan skripsi.
6. Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada peneliti selama di bangku perkuliahan.

Terakhir, peneliti menyampaikan permohonan maaf jika terdapat salah-salah kata baik yang disengaja maupun tidak disengaja dan terima kasih sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berjasa dalam proses penyelesaian tugas akhir ini.

Semarang, 9 Desember 2024

A handwritten signature in black ink, consisting of several loops and a long horizontal stroke at the bottom.

Rismalinda

2007016165

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah hirobbil alamin, atas segala rahmat serta hidayah yang diberikan oleh Allah SWT, akhirnya skripsi yang mana juga menjadi tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan sebaik mungkin. Pada halaman ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih atas segala dukungan yang telah penulis terima. Terima kasih sebesar-besarnya saya persembahkan:

1. Kepada keempat subjek ibu-ibu hebat (A, P, NE, dan N) yang telah bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan meluangkan waktunya dan memberikan informasi guna kepentingan penelitian ini dari awal hingga penelitian ini selesai.
2. Kepada diri saya sendiri. Terima kasih sudah mau berjuang bersama sampai di titik ini, titik yang mana beberapa waktu lalu kamu takutkan tidak bisa kamu gapai. *I am capable of doing hard things, i am doing my best with what i have. So right now i can say that i'm proud of myself. Let's be braver and more confident to take big steps for the next journey for the future of your dreams*, Lin.
3. Kepada Ibu dan Bapak saya tersayang yang selalu memberikan dukungan dari berbagai aspek dan selalu mendoakan yang terbaik untuk saya, terima kasih banyak. Semoga Ibu dan Bapak selalu dilindungi Allah, dilimpahkan rezeki, kebahagiaan, dan kesehatan. Aamiin. *I know love exists because they exist and they're full of the most beautiful love i've ever experienced*.
4. Kepada adik saya tersayang, Magenda Wijaya Putra yang selalu menyayangi serta menghormati saya. Terima kasih atas do'a-do'a dan dukungannya, dan terima kasih sudah selalu menghibur saya.
5. Kepada dua sahabat terbaik saya Widia Kusuma dan Defia Ilma atas segala dukungannya dan terima kasih selalu menghibur saya.
6. Kepada teman-teman kuliah saya yang selalu memberikan *support* serta bantuannya. Navy Suci, Siska Damayanti, Shelly Ambar, Zakiyatul Munawaroh, Siti Mardhiyah, dan

Nahdiatul Melihah. Tak lupa pula kepada Risqi Ainuna yang bersedia dengan senang hati membantu saya seputar alur penyusunan skripsi.

7. Kepada rekan saya Muhammad Zubair yang selalu mendukung dan membantu memberikan arahan kepada saya seputar penyelesaian skripsi ini.
8. Kepada semua pihak yang telah berkontribusi membantu peneliti selama proses penyusunan skripsi ini yang namanya tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Semarang, 9 Desember 2024

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Rismalinda', with a large, sweeping flourish underneath.

Rismalinda

2007016165

MOTTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

-(QS. Al Insyirah: 6)-

“It’s just hard. It’s not impossible.”

-Bokuto Koutarou-

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	i
PENGESAHAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiii
ABSTRACT	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Self-Efficacy	10
1. Definisi Self Efficacy	10
2. Aspek Self-Efficacy	12
3. Faktor-faktor Self Efficacy	17

4.	Peran Self Efficacy	20
5.	Karakteristik <i>Self Efficacy</i>	22
6.	Gambaran <i>Self Efficacy</i> dalam Islam	22
B. Ibu Tunggal (<i>Single Mother</i>).....		25
1.	Definisi Ibu Tunggal (<i>Single Mother</i>).....	25
2.	Faktor Penyebab Terjadinya Ibu Tunggal.....	27
3.	Permasalahan Ibu Tunggal (<i>Single Mother</i>).....	30
C. Kerangka Berpikir		33
BAB III METODE PENELITIAN		38
A. Jenis Penelitian.....		38
B. Lokasi Penelitian.....		38
C. Subjek Penelitian		37
D. Teknik Pengumpulan Data		38
E. Teknik Analisis Data		40
F. Keabsahan Data		42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		44
A. Deskripsi Subjek		44
1.	Proses Penemuan Subjek	44
2.	Deskripsi Subjek	45
B. Hasil Temuan		49
1.	Deskripsi Hasil Temuan	49
2.	Analisis Hasil Temuan.....	68
3.	Pembahasan Hasil Penelitian	72
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		76

A. Kesimpulan	76
B. Keterbatasan Penelitian.....	77
C. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....	79
LAMPIRAN 1 Panduan Wawancara, Pedoman Observasi, dan Jadwal Pelaksanaan Penelitian	86
LAMPIRAN 2 Lembar Persetujuan Subjek	92
LAMPIRAN 3 Transkrip Verbatim Wawancara, Tabel Horizontalisasi, Hasil Observasi, Dokumentasi.....	100
RIWAYAT HIDUP	186

DAFTAR TABEL

TABEL 3.1 PEDOMAN WAWANCARA	39
TABEL 4.1 JADWAL WAWANCARA.....	44
TABEL 4.2 IDENTITAS SUBJEK	49

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 2. 1 SKEMA KERANGKA BERPIKIR.....	37
GAMBAR 4.1 SKEMA SELF EFFICACY SUBJEK I	64
GAMBAR 4.2 SKEMA SELF EFFICACY SUBJEK II.....	65
GAMBAR 4.3 SKEMA SELF EFFICACY SUBJEK III	66
GAMBAR 4.4 SKEMA SELF EFFICACY SUBJEK IV.....	67

ABSTRACT

Self-efficacy is an individual's belief in his or her ability to complete a particular task successfully. This descriptive phenomenological qualitative research aims to determine the description of self-efficacy in single mothers after the death of a life partner. The subjects are single mothers after the death of a life partner totaling 4 people with an age range of 20-40 years. In this study, data collection techniques used interviews and observations. This study resulted in findings that self-efficacy in single mothers after the death of a life partner is described by sadness, the inability of single mothers to adapt to a new role, the inability to adapt to a new role also affects the selection of behaviors issued to deal with the role of a single mother, not having confidence in their ability to overcome difficulties, weak expectations so that they are easily affected by bad experiences, experiencing symptoms of stress, feeling depressed, despair so that they have the desire to give up, illustrating the absence of dedication and high commitment, to doubts about success which illustrates a pessimistic attitude.

Keywords: *beliefs, post-death, self-efficacy, single mother*

ABSTRAK

Efikasi diri merupakan sebuah keyakinan individu akan kemampuan dirinya untuk menyelesaikan sebuah tugas tertentu dengan sukses. Penelitian kualitatif fenomenologis deskriptif ini bertujuan guna mengetahui gambaran efikasi diri pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. Subjek merupakan ibu tunggal pascakematian pasangan hidup yang berjumlah 4 orang dengan rentang usia 20-40 tahun. Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan observasi. Penelitian ini menghasilkan temuan bahwa efikasi diri pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup digambarkan dengan kesedihan, ketidakmampuan ibu tunggal beradaptasi dengan peran baru, ketidakmampuan beradaptasi akan peran baru juga memengaruhi pemilihan tingkah laku yang dikeluarkan untuk menghadapi peran sebagai ibu tunggal, tidak memiliki keyakinan akan kemampuan yang dimiliki dalam mengatasi kesulitan-kesulitan, pengharapan yang lemah sehingga mudah terpengaruh dengan pengalaman buruk, mengalami gejala stres, merasa tertekan, adanya keputusan sehingga mempunyai keinginan untuk menyerah menggambarkan tidak adanya dedikasi serta komitmen yang tinggi, hingga keraguan akan keberhasilan yang menggambarkan adanya sikap pesimis.

Kata Kunci: efikasi diri, ibu tunggal, keyakinan, pascakematian

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hidup berpasangan dan berdampingan merupakan kodrat bagi manusia sebagai makhluk sosial. Namun, tentunya setiap makhluk hidup tidak akan abadi dan memiliki ajal yang tidak dapat dihindari. Kematian merupakan takdir untuk setiap makhluk hidup tanpa terkecuali. Seseorang yang telah menikah dan ditinggalkan pasangannya menyebabkan seseorang tersebut menyandang status sebagai *single parent*. Status sebagai *single parent* tentunya merupakan sebuah beban baru bagi seseorang (Hadi, 2019: 303). Selain itu, status sebagai orang tua tunggal juga akan menimbulkan tekanan emosional yang berat dan berujung pada stres (Ramadhani et al., 2022: 219).

Sebuah literatur menunjukkan bahwa perempuan akan menghadapi lebih banyak trauma, rasa sakit, bahkan penurunan kognitif dibandingkan dengan laki-laki selepas ditinggalkan pasangannya meninggal. Menjadi *single mother* akan secara drastis mempengaruhi kesejahteraan seseorang. Ibu tunggal merupakan kondisi yang mengharuskan seorang ibu menjadi orangtua yang membesarkan anak-anaknya tanpa bantuan dari pasangan atau suaminya. Ibu tunggal juga merupakan seorang perempuan yang telah memiliki anak namun telah ditinggalkan oleh pasangannya atau suaminya yang disebabkan oleh kematian, bercerai, atau ditinggalkan dalam waktu yang lama (Ennis & Majid, 2020: 241-246).

Hasil pendataan dari Badan Pusat Statistik 2021 menyebutkan bahwa presentase janda di Indonesia lebih besar jika dibandingkan dengan presentase duda. Untuk presentase perempuan yang berstatus janda mencapai 12,38% sedangkan hanya 4,32% laki-laki yang menyandang status sebagai duda. Untuk rinciannya, sebanyak 10,25% perempuan berstatus janda karena kematian suami dan hanya 2,66% laki-laki dengan status duda karena kematian istri. Sedangkan presentase untuk janda karena perceraian sebanyak 2,58% dan laki-laki duda karena perceraian sebanyak 1,66%.

Dalam penelitian "*Timing of Remarriage Among Divorced and Widowed Parents*" yang dilakukan Watkins & Waldron (2017: 244) menyebutkan bahwa perempuan lebih

kecil kemungkinannya untuk menikah lagi dibandingkan laki-laki. Hal ini pun sesuai dengan penelitian Miller dan Rahe yang menyebutkan bahwa meskipun kebanyakan wanita yang menjadi *single mother* dapat beradaptasi, namun diperkirakan 20-40% dari *single mother* yang kehilangan tersebut tidak pernah merasa pulih secara penuh.

Penting bagi individu untuk memiliki *self efficacy* guna mengendalikan kejadian-kejadian dalam kehidupan (Alfinuha, S, 2017: 14). Bagi seorang ibu tunggal penting untuk mempunyai efikasi diri agar dapat bangkit kembali dari masa transisi yang awalnya mempunyai pasangan hidup menjadi ibu tunggal. Penelitian membuktikan jika efikasi diri yang rendah ikut serta dalam memengaruhi tingginya tingkat stres yang dialami orang tua. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya hubungan tingkat efikasi diri yang rendah dengan frekuensi stres orang tua sebesar 32% (Mardhiyah, 2016: 23).

Self efficacy menurut Bandura, (1997: 31) merupakan sebuah keyakinan seseorang bahwa dirinya mampu untuk menyelesaikan tugas-tugas tertentu dengan sukses. Bandura juga menjelaskan bahwa *self efficacy* akan mempengaruhi seberapa besar usaha seorang individu untuk bertahan ketika berada dalam sebuah situasi tertentu serta reaksi emosional ketika mengantisipasi situasi tersebut. *Self efficacy* akan mempengaruhi pola pikir, motivasi, perilaku, serta emosional seseorang. Sedangkan menurut Hoban & Hoban, (2004: 17) *self-efficacy* adalah sebuah kemampuan yang dapat memberikan pengaruh terhadap penguasaan diri. Hal ini, bergantung pada penguasaan dan terkait dengan keberhasilan dalam berbagai usaha. Efikasi diri dapat rendah maupun tinggi tergantung dengan situasi dan pengalaman pribadi.

Nuzulia (2010: 100) menyebutkan bahwa efikasi diri merupakan sebuah hasil dari adanya proses kognitif yang berupa keputusan, keyakinan mengenai sejauh mana individu memperkirakan kemampuannya dalam melakukan tugas untuk mencapai sebuah tujuan tertentu. Untuk mengetahui tingkat efikasi diri maka dapat dilihat dari seberapa bisa seseorang dapat memecahkan masalah-masalah yang tengah dihadapi.

Berdasarkan *social cognitive theory*, jika seorang individu yang mempunyai efikasi diri yang rendah maka akan berpeluang besar mengalami kecemasan. Penelitian-penelitian membuktikan *stress* hebat yang dialami individu disebabkan oleh tidak adanya kemampuan dalam diri individu untuk mengatur apa yang terjadi pada dirinya. Sehingga individu-individu yang mengalami kecemasan dibanding mencari solusi untuk menyelesaikan masalahnya justru akan fokus terhadap masalah serta

ketidakmampuannya dalam menghadapi masalah tersebut (Mardhiyah, 2016: 23). Sebaliknya, jika seseorang mempunyai efikasi diri yang tinggi maka usaha yang dilakukan semakin besar untuk mencapai tujuan serta memiliki sikap optimis yang menganggap sebuah kegagalan sebagai kesuksesan yang tertunda. Untuk mencapai hasil yang diinginkan dalam menghadapi tantangan tentu dibutuhkan sebuah kemampuan. Tanpa adanya efikasi diri yang tinggi, maka kemampuan yang dimiliki individu untuk mencapai keberhasilan tidak akan terwujud secara optimal (Sisca et al., 2021: 98).

Sebelumnya, peneliti melakukan pra riset yang dilaksanakan pada 20 Maret, 2024 pada dua ibu tunggal dari 4 ibu tunggal pascakematian pasangan hidup yang menjadi subjek dalam penelitian ini. Dalam pra riset, peneliti mengajukan pertanyaan yang berkaitan dengan gambaran *self efficacy*, lalu subjek diminta untuk menjawab berdasarkan dengan pengalaman yang mereka alami sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.

Pra riset pertama dilakukan pada subjek berinisial A yang berusia 22 tahun. Suami A telah meninggal satu tahun yang lalu, disebabkan oleh sakit dan terjadi begitu mendadak. A mempunyai anak yang berusia kurang lebih 9 bulan saat pra riset dilaksanakan. Berdasarkan hasil wawancara dapat diketahui bahwa A masih belum bisa melupakan almarhum suaminya. Selain kesedihan yang mendalam, A menyebutkan bahwa ia juga merasakan perasaan bersalah yang mendalam karena menganggap dirinya tidak tahu apa-apa mengenai kesehatan suaminya. A merasakan perasaan kesepian, kurangnya kasih sayang dari pasangan, dan gejala stres pascakematian pasangan hidup. A juga menyebutkan bahwa ia pernah mempunyai keinginan untuk menyerah akan keadaan yang tengah ia alami, karena masih terdapat ketidakpercayaan pada diri A ketika dihadapkan dengan tugas-tugas baru sebagai ibu tunggal. Berdasarkan wawancara tersebut dapat dilihat bahwa subjek mengalami kesedihan mendalam, perasaan bersalah, kesepian, gejala stres, keinginan untuk menyerah, serta ketidakpercayaan akan kemampuannya. Dapat disimpulkan bahwa A mempunyai keinginan menghindari tugas, pesimis, menganggap kegagalan sebagai ketidakmampuan, serta lebih mudah mengalami stres.

Pra riset kedua dilakukan pada subjek berinisial P yang berusia 39 tahun. Suami P telah meninggal satu tahun yang lalu, disebabkan oleh sakit. P mempunyai 2 anak,

anak pertama berjenis kelamin perempuan dan sudah mandiri, sedangkan anak terakhirnya yaitu laki-laki yang berusia 16 tahun dan masih duduk di bangku sekolah menengah atas. Berdasarkan hasil wawancara dapat diketahui bahwa P mengalami kesedihan yang mendalam, perasaan bingung akan keadaan yang ia alami, gejala stres pascakematian pasangan hidup, keraguan akan kemampuan dirinya, namun P tidak mempunyai keinginan untuk menyerah akan keadaan yang tengah ia alami. Berdasarkan wawancara tersebut dapat dilihat bahwa subjek mengalami kesedihan mendalam, kebingungan akan keadaan, gejala stres, serta keraguan akan kemampuan yang dimiliki. Dapat disimpulkan bahwa P mempunyai sikap pesimis, menganggap kegagalan sebagai ketidakmampuan, serta lebih mudah mengalami stres.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dilihat bahwa *self efficacy* sangat penting untuk dimiliki oleh ibu tunggal karena sangat berpengaruh terhadap perilaku, semangat serta motivasi, dan juga tingkat emosional. Dalam menjalankan aktivitas dan tugasnya, *self efficacy* sangatlah penting pengaruhnya bagi seorang individu (Nuroctavia et al., 2020: 163). Ketika *self efficacy* yang dimiliki semakin tinggi, maka tujuan yang ditetapkan oleh individu pun juga semakin tinggi diikuti oleh semakin kuatnya komitmen yang dimiliki untuk mencapai tujuan tersebut (Bandura, 1992: 10).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Zakaria *et al.*, (2019: 81) menyebutkan bahwa ibu tunggal cenderung mengalami permasalahan ekonomi dan merasa kesulitan dalam hal pengasuhan anak. Beberapa permasalahan lain yang muncul pada ibu tunggal adalah ketidakstabilan ekonomi, permasalahan dalam mendidik anak, dan juga stigma yang diterima dari masyarakat sekitar. Permasalahan-permasalahan yang dialami oleh ibu tunggal juga dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologisnya. Stigma yang diterimanya serta permasalahan sosial mengakibatkan ibu tunggal akan sulit untuk mempunyai sebuah hubungan yang baik dengan orang-orang di sekitarnya. Sementara itu, sebuah hubungan yang baik dengan orang lain akan menentukan kepercayaan serta harga diri individu (Mokalu & Boangmanalu, 2021: 184).

Adanya kesulitan ekonomi dapat menyebabkan adanya emosi negatif yang muncul dan ibu tunggal akan sulit untuk menerima keadaan tersebut. Seorang ibu yang sebelumnya memiliki peran utama dalam membesarkan serta mendidik anaknya kini harus mempunyai peran tambahan ketika menjadi ibu tunggal. Ibu tunggal harus dapat

berperan sebagai kepala keluarga serta menjadi tulang punggung keluarga namun tidak meninggalkan peran sebelumnya sebagai ibu yang membesarkan serta mendidik anak, dimana ibu tunggal sebagai pemegang tanggung jawab terhadap perilaku anak maupun segala hal yang terjadi di lingkungan keluarga (Iganingrat & Eva, 2020: 86).

Hal-hal tersebut juga sejalan dengan penelitian Hurlock (1994: 199) yang menyebutkan bahwa terdapat setidaknya 6 masalah utama yang dihadapi oleh ibu tunggal. Yang pertama adalah permasalahan ekonomi, dimana bagi seorang ibu tunggal pastinya pendapatan dan keuangan yang makin terbatas menjadi masalah terbesar yang akan dihadapi setelah kematian pasangan. Masalah kedua adalah masalah sosial yang berupa stigma negatif dari lingkungan sekitar. Lalu yang ketiga adalah permasalahan keluarga yang seringkali berpusat kepada hal seputar pengasuhan anak. Sebagai ibu tunggal dituntut untuk dapat berperan ganda sebagai ibu sekaligus ayah. Masalah yang keempat adalah masalah praktis. Setelah kematian suami, hal-hal seperti itu menjadi suatu permasalahan bagi ibu tunggal karena tidak terbiasa melakukan pekerjaan tersebut. Selanjutnya ada masalah seksual yang tidak terpenuhi dan yang terakhir adalah masalah tempat tinggal. Seringkali karena masalah ekonomi, ibu tunggal lebih memilih menjual tempat tinggalnya dan berpindah ke tempat yang lebih kecil.

Fenomena *single parent* akan berlangsung selama ia belum menikah kembali. Hal ini tentu akan membuat orang tua tunggal merasakan frustrasi karena tuntutan tugas yang kian bertambah. Orang tua tunggal harus berperan ganda untuk memenuhi segala kebutuhan rumah tangga, ditambah tugas mengasuh anak yang dilakukan seorang diri tanpa adanya dukungan dari pasangan hidup. Untuk ibu tunggal, cenderung mendapatkan stigma dari lingkungan sekitar dan menyebabkan ia lebih jauh dari lingkungan sosialnya, sehingga ibu tunggal mempunyai kemungkinan lebih kecil untuk menikah kembali dibandingkan dengan ayah tunggal (Iganingrat & Eva, 2021: 445).

Berdasarkan data beberapa tahun, Ibu tunggal diindikasikan lebih mengalami kecemasan dibandingkan dengan ayah tunggal. Laki-laki cenderung mempunyai kesempatan yang lebih besar untuk menjalin hubungan baru dibandingkan dengan ibu tunggal karena pandangan lingkungan sosial (Nurfitri & Waringah, 2019: 13). Ibu tunggal mengalami fase kesepian karena ditinggalkan pasangan hidupnya meninggal. Hal tersebut juga akan menyebabkan seorang ibu tunggal berada pada titik ingin menyerah. Namun, banyak dari mereka memutuskan untuk bangkit dari keterpurukan

yang dialaminya (Simamora & Lidiawati, 2023: 181). Ditemukan bahwa ibu tunggal yang mampu untuk bangkit kembali dari keterpurukan pascakematian pasangan hidup, memiliki emosi yang lebih stabil sehingga dapat menerima kondisi yang tengah dialami dan tentunya memiliki motivasi yang tinggi dalam menjalani hidup (Aprilia, 2013: 162).

Berdasarkan proses peralihan menjadi ibu tunggal beserta kesulitan-kesulitan yang dihadapi, maka sebagai ibu tunggal perlu mempunyai sebuah keyakinan yang tinggi dalam kemampuan menyelesaikan tugas atau efikasi diri yang tinggi guna bangkit kembali pascakematian pasangan hidup karena efikasi diri akan mempengaruhi pola pikir, perilaku, semangat, motivasi, serta tingkat emosional seseorang. Dengan demikian, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui *self efficacy* yang ada pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka penulis ingin memfokuskan penelitian ini pada gambaran *self-efficacy* ibu tunggal pascakematian pasangan hidup yang berdasarkan pada tiga aspek *self-efficacy* Bandura yang meliputi tingkatan kesulitan tugas (*magnitude*), kekuatan (*strength*), dan dimensi generalisasi (*generality*).

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah guna mendeskripsikan serta mengkaji mengenai gambaran *self-efficacy* ibu tunggal pascakematian pasangan hidup secara metodologis.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini nantinya diharapkan dapat memberikan manfaat secara langsung maupun tidak langsung.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya di ranah disiplin ilmu psikologi. Selain itu, hasil penelitian ini

pun diharapkan dapat menjadi sebuah acuan untuk penelitian selanjutnya dengan pembahasan mengenai *self-efficacy* pada ibu tunggal pasca kematian pasangan hidup.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Ibu Tunggal Pascakematian Pasangan Hidup

Penelitian ini diharapkan akan berguna bagi ibu tunggal pascakematian pasangan hidup, supaya ibu tunggal pascakematian pasangan hidup dapat memahami pentingnya *self efficacy* dalam menghadapi tantangan sebagai ibu tunggal untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

b. Bagi Anggota Keluarga

Penelitian ini diharapkan mampu untuk memberikan edukasi terhadap anggota keluarga untuk selalu memberikan dukungan kepada ibu tunggal khususnya dukungan secara emosional pascakematian suami agar mampu mencapai *self-efficacy* guna mencapai tujuan untuk bangkit kembali pascakematian pasangan hidup.

c. Bagi Dinas Pemberdayaan Wanita

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi perhatian bagi Dinas Pemberdayaan Perempuan supaya dapat melaksanakan dan membina peningkatan kualitas hidup para ibu tunggal yang penting dilakukan untuk meningkatkan kapasitas diri ibu tunggal agar memiliki kepercayaan diri akan kemampuan yang dimiliki.

E. Keaslian Penelitian

Kajian pustaka diartikan sebagai *review* pustaka terkait masalah yang diangkat sebagai bahan pertimbangan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilaksanakan. Berikut merupakan beberapa kajian penelitian terdahulu yang memiliki kemiripan tema atau hampir relevan dengan tema yang akan diusung namun berbeda fokus permasalahan dalam rangka memperoleh bahan rujukan mengenai *self-efficacy* pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.

Riset pertama pada penelitian yang dilakukan oleh Putri & Fakhruddiana (2019) dengan judul “*Self-efficacy* Guru Kelas dalam Membimbing Siswa *Slow Learner*” bertujuan untuk mengetahui bagaimana dinamika serta faktor-faktor *self efficacy* guru dalam membimbing siswa *slow learner*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa

subjek pertama memiliki efikasi diri yang baik yang dipengaruhi oleh pengalaman keberhasilan terdahulu, pengalaman orang lain, persuasi verbal, kondisi fisik dan afeksi, serta faktor lingkungan. Sedangkan subjek kedua memiliki efikasi diri yang rendah karena faktor pengalaman keberhasilan terdahulu, pengalaman orang lain, persuasi verbal dan kondisi fisik dan afeksi. Temuan dari penelitian ini adalah atmosfer sekolah yang ternyata memberikan spirit yang berbeda bagi kedua subjek. Dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan subjek dengan penelitian yang akan dilakukan.

Kedua, pada penelitian Mardhiyah (2016) yang berjudul “Gambaran *Self-Efficacy* Ibu dengan Anak yang Sedang Menjalani Pengobatan Tuberkulosis di Poliklinik Spesialis Anak RSUD Cibabat Cimahi” bertujuan untuk mendapatkan mengenai *self-efficacy* ibu dengan anak yang sedang menjalani pengobatan tuberkulosis di poliklinik spesialis anak RSUD Cibabat Cimahi. Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa sebagian besar responden memiliki efikasi diri yang rendah. Hal tersebut didukung dengan hasil penelitian berdasarkan 3 dimensi efikasi diri. Pada dua dimensi yaitu *strength dan generality*, *self efficacy* ibu berada pada kategori rendah. Sementara pada dimensi *magnitude*, *self efficacy* ibu berada pada kategori tinggi. *Self-efficacy* yang rendah dapat menyebabkan kecemasan dan *stress*. Terdapat perbedaan subjek dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu ibu dengan anak yang sedang menjalani pengobatan tuberkulosis dengan ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.

Riset ketiga pada penelitian yang dilakukan oleh Sari *et al.*, (2019) dengan judul “Resiliensi pada *Single Mother* Setelah Kematian Pasangan Hidup” menyebutkan bahwa kematian pasangan hidup dapat memberikan dampak psikologis bagi seseorang yang mengalaminya. Dampak psikologis tersebut yaitu meliputi perasaan sedih, adanya perasaan tidak siap untuk menghadapi status serta peran baru. Hal ini menuntut seorang *single mother* memiliki kemampuan resiliensi untuk menghadapi segala persoalan. Terdapat perbedaan variabel yaitu resiliensi, sedangkan variabel dalam penelitian yang akan dilakukan yaitu *self efficacy*.

Pada riset keempat, dalam penelitian Simamora & Lidiawati (2023) yang berjudul “Regulasi Emosi sebagai Prediktor Resiliensi pada Ibu Tunggal yang Ditinggal Pasangan karena Kematian” menunjukkan hasil bahwa regulasi emosi terutama strategi *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression* memiliki dampak yang signifikan terhadap resiliensi ibu tunggal yang ditinggal pasangannya karena

kematian. Kedua strategi pengendalian emosi tersebut dianggap tidak efektif. Namun demikian, regulasi emosi berkontribusi pada resiliensi yang tinggi rendah, sedangkan ibu tunggal masih membutuhkan regulasi emosi untuk mendukung resiliensi saat menghadapi situasi sulit. Terdapat perbedaan variabel antara penelitian yang dilakukan oleh Simamora & Lidiawati dengan penelitian yang akan dilakukan dimana variabel yang akan digunakan adalah *self efficacy*.

Riset kelima yaitu penelitian yang dilakukan oleh Nurfitri & Waringah (2019) yang berjudul “Ketangguhan Pribadi Orang tua Tunggal : Studi Kasus pada Perempuan Pasca Kematian Suami”. Penelitian ini bertujuan untuk memahami penyebab para ibu tunggal dapat memiliki ketangguhan pribadi yang membantunya bangkit dari keterpurukan pascakematian suami. Penelitian ini menunjukkan bahwa para informan mampu untuk melewati masa-masa kritisnya pascakematian suami. Dengan penelitian yang akan dilakukan memang mempunyai kesamaan informan namun mempunyai variabel yang berbeda dengan tujuan penelitian yang berbeda pula.

Berdasarkan beberapa penelitian di atas dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan yang terletak pada informan dan juga variabel yang digunakan. Meskipun pada beberapa penelitian mempunyai variabel yang sama, namun informan yang digunakan berbeda. Dan pada beberapa penelitian mempunyai informan yang sama, namun tetap mempunyai fokus permasalahan yang berbeda. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian dengan informan ibu tunggal lainnya yaitu dibagian pembahasan, dimana penelitian ini akan fokus membahas mengenai gambaran *self efficacy* pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup, supaya penelitian yang akan dilaksanakan memiliki nilai kebaruan.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Self-Efficacy

1. Definisi Self Efficacy

Konsep *self efficacy* dikenal sebagai bagian dari teori kognitif sosial oleh Bandura. Teori ini menyebutkan bahwa *self efficacy* merupakan sebuah keyakinan individu akan kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas yang dipercayakan pada individu tersebut. *Self efficacy* merupakan sebuah puncak kenyamanan individu dimana hal tersebut dapat mempengaruhi tingkat motivasi, proses pikir, serta kondisi emosional yang berkaitan dengan adanya sebuah keyakinan pada diri sendiri untuk menyelesaikan suatu masalah ataupun tugas yang tengah dihadapi yang nantinya hal-hal tersebut akan berpengaruh terhadap kognisi dan juga perilaku individu tersebut. Bandura menyebutkan bahwa *self efficacy* merupakan adanya sebuah keyakinan pada diri seseorang bahwa dirinya mampu untuk menyelesaikan tugas-tugas tertentu dengan sukses (Bandura, 1997: 31).

Sedangkan menurut Hoban & Hoban (2004: 17) *self efficacy* adalah sebuah kemampuan yang dapat memberikan pengaruh terhadap penguasaan diri. Hal ini, bergantung pada penguasaan dan terkait dengan keberhasilan dalam berbagai usaha. Efikasi diri dapat rendah maupun tinggi tergantung dengan situasi dan pengalaman pribadi. *Self efficacy* adalah sebuah keyakinan bahwa individu dapat berhasil mengontrol keadaan apa pun dan menghasilkan hasil yang bermanfaat (Santrock., 2007: 286). Efikasi diri secara signifikan memprediksi kemampuan individu untuk konsisten dalam minat dan ketekunan dalam upaya mewujudkan tujuan (Wan Sulaiman et al., 2023: 125).

Menurut Lianto (2019: 57) efikasi diri dapat diartikan sebagai sebuah kepercayaan akan kemampuan yang dimiliki. *Self efficacy* individu akan mempengaruhi pola pikir, perilaku, semangat, motivasi, serta tingkat emosional seseorang (Nuroctavia et al., 2020: 163). Nuzulia (2010: 100) menyebutkan bahwa efikasi diri merupakan sebuah hasil dari adanya proses kognitif yang berupa keputusan, keyakinan mengenai sejauh mana individu memperkirakan kemampuannya dalam

melakukan tugas untuk mencapai sebuah tujuan. Untuk mengetahui tingkat efikasi diri maka dapat dilihat dari seberapa bisa seseorang dapat memecahkan masalah-masalah yang tengah dihadapi. Ferdiansyah *et al* (2020: 17) menyebutkan bahwa salah satu konsep yang mendasari teori *self-efficacy* adalah adanya rasa percaya diri akan kemampuan diri yang dimiliki individu dalam mengontrol perilaku, perasaan, beserta pikirannya.

Keyakinan atas kemampuan diri sendiri akan mempengaruhi motivasi dan tindakan untuk mencapai sebuah tujuan tertentu. Hal tersebut berdasar terhadap efikasi diri yang mempengaruhi individu dalam memilih sebuah tantangan untuk mencapai sebuah tujuan, apa yang harus dilakukan, berapa banyak usaha yang dibutuhkan, serta berapa lama waktu yang diperlukan untuk bertahan di dalam situasi yang sulit. Ketika individu dihadapkan dengan berbagai tantangan dan kegagalan dan mereka percaya terhadap kemampuan yang dimiliki maka mereka dapat dengan mudah untuk mengatasi masalah tersebut. Sebaliknya, individu yang tidak percaya pada kemampuannya cenderung mudah menyerah dan mengalami stres. Ketika *self efficacy* yang dimiliki semakin tinggi, maka tujuan yang ditetapkan oleh individu pun juga semakin tinggi diikuti oleh semakin kuatnya komitmen yang dimiliki untuk mencapai tujuan tersebut (Bandura, 1992: 10).

Secara operasional efikasi diri merupakan sebuah kemampuan yang dirasakan dapat memberikan pengaruh terhadap penguasaan. Hal ini bergantung pada keberhasilan dalam berbagai usaha. Efikasi diri pada diri seseorang dapat naik dan juga turun tergantung pada situasi dan pengalaman pribadi (Hoban & Hoban, 2004: 7). Harfika *et al.*, (2020: 42) mendefinisikan efikasi diri sebagai sebuah keyakinan individu dalam upaya menyelesaikan masalah-masalahnya dari keputusan serta pengharapan guna mencapai tujuan yang diinginkan.

Berdasarkan beberapa definisi di atas mengenai *self efficacy*, dapat ditarik kesimpulan bahwa *self efficacy* merupakan sebuah keyakinan yang ada pada diri individu atas kemampuannya yang akan mempengaruhi motivasi, proses pikir, tindakan yang diambil, serta kondisi emosional dalam proses mencapai sebuah tujuan atau memecahkan masalah yang tengah dihadapi.

2. Aspek Self-Efficacy

Efikasi diri mempunyai aspek-aspek yang dapat menunjukkan tingkat efikasi yang dimiliki individu (Yulikhah et al., 2019: 67). Menurut Bandura (Bandura, 1997: 42-43) tingkatan *self-efficacy* pada setiap individu berbeda satu dengan yang lainnya, hal tersebut diukur melalui 3 dimensi dasar yaitu tingkatannya/level (*magnitude*), kekuatannya (*strength*), serta generalitasnya (*generality*):

a. Tingkat/Level Kesulitan Tugas (*Magnitude*)

Aspek ini berkaitan dengan tingkatan kesulitan tugas. Kesulitan tugas ini merupakan suatu tingkat keyakinan individu terhadap tindakan yang dilakukan. Jika tugas-tugas yang dihadapi individu tersebut ditata berdasarkan tingkat kesulitannya, maka efikasi diri seseorang akan mengalami perbedaan yang terbatas pada tugas-tugas yang mudah, menengah, dan juga sulit. Hal tersebut disesuaikan dengan batas kemampuannya untuk memenuhi tuntutan yang diperlukan pada masing-masing tingkatan (Bandura, 1997: 42).

Aspek ini berkaitan dengan pemilihan tingkah laku yang akan dilakukan atau pun dihindarinya. Individu tentunya cenderung mencoba tingkah laku yang dirasa dapat dilakukannya dan akan menghindari tingkah laku yang sekiranya tidak dapat ia lakukan. Pada aspek ini merujuk pada sejauh mana kekuatan mengenai keyakinan yang dimiliki oleh individu (Ghufron & Risnawita, 2010: 80).

Jadi, aspek ini merupakan aspek yang berkaitan dengan kompleksitas tugas yang dihadapi. Setiap pandangan individu terhadap suatu tugas mengalami perbedaan, dan akan terbatas pada tugas yang sederhana, sedang, maupun sulit. Setiap individu memiliki pandangan masing-masing mengenai tingkat kesulitan tugas.

b. Kekuatan (*Strength*)

Aspek yang kedua adalah kekuatan mengenai besarnya keteguhan yang dimiliki individu terhadap keyakinan individu akan kemampuannya. Jika seseorang memiliki tingkat efikasi diri yang rendah tentunya akan mudah goyah dengan pengaruh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya, seseorang yang mempunyai efikasi diri yang tinggi, maka ia akan menguatkan

serta meningkatkan usahanya untuk mencapai tujuan meskipun dihadapkan dengan pengalaman yang mungkin akan memperlemahnya. Individu yang memiliki kemantapan juga cenderung lebih siap untuk menghadapi segala masalah-masalah yang terjadi. Aspek ini tentunya berkaitan dengan aspek sebelumnya yaitu tingkat kesulitan tugas, dimana jika kesulitan yang dihadapi semakin tinggi maka ada kemungkinan keyakinan untuk menyelesaikan tugas yang dimiliki pun semakin lemah (Bandura, 1997: 43).

Aspek ini berkaitan dengan pengharapan individu mengenai kemampuannya. Suatu pengharapan yang lemah dapat dengan mudah dipengaruhi oleh pengalaman-pengalaman buruk, sedangkan pengharapan yang tinggi akan membantu individu bertahan dalam upayanya menyelesaikan masalahnya (Ghufron & Risnawita 2010: 80).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek *strength* berkaitan dengan ketangguhan serta keuletan yang dimiliki oleh setiap individu. Ketika individu percaya akan kemampuannya, maka mereka akan dengan mudah menyelesaikan tugas dan bertahan meski dihadapkan dengan kesulitan.

c. Dimensi Generalisasi (*Generality*)

Tingkatan *self-efficacy* seseorang juga tentunya akan berbeda dari segi generalitasnya. Aspek ini berkaitan dengan luasnya cakupan keyakinan akan kemampuan yang dimiliki seseorang atas situasi yang dialaminya, baik melalui perilaku, kognisi, maupun emosi. Hal ini berkaitan dengan pengalaman-pengalaman yang pernah dialami oleh individu (Bandura, 1997: 43).

Pengalaman-pengalaman tersebut akan berangsur membentuk sebuah penguasaan terhadap pengharapan bidang tingkah laku dimana individu merasa yakin atas kemampuan yang dimilikinya dan bagaimana seseorang menggeneralisasikan tugas. Jika seseorang senang mencoba hal-hal baru, maka ia akan memiliki pengalaman yang lebih dalam menghadapi berbagai macam permasalahan. Individu yang memiliki pengalaman lebih dalam menyelesaikan tugas-tugasnya, ia akan lebih mudah dalam menghadapi tugas-tugas di masa mendatang dengan tingkatan kesulitan tugas yang sama atau bahkan lebih sulit dibanding sebelumnya (Putri & Fakhruddiana, 2019: 3).

Aspek *generality* merupakan cakupan perilaku yang diyakini oleh individu mengenai kemampuannya. Apakah kemampuan yang dimiliki akan terbatas pada situasi tertentu atau pada situasi yang bervariasi. Dalam aspek ini, seorang dengan efikasi diri yang tinggi akan menanggapi sebuah pengalaman sebagai dasar dalam meningkatkan keyakinan bukan sebagai sebuah hambatan untuk menyelesaikan masalah (Ghufron & Risnawita 2010: 81).

Dapat disimpulkan bahwa aspek *generality* merupakan sebuah kemampuan individu dalam menghadapi masalah melalui perilaku, kognisi, atau emosi. Individu dapat mempunyai efikasi diri yang tinggi hanya dalam bidang tertentu atau semua bidang.

Aspek-aspek *self efficacy* lainnya dipaparkan oleh Corsini (1994: 368) yaitu sebagai berikut:

a. Kognitif

Kognitif merupakan kemampuan seseorang untuk memikirkan bagaimana cara yang nanti akan digunakan untuk merancang sebuah tindakan guna mencapai tujuan yang diinginkan. Adanya *self-efficacy* dapat terbentuk berdasar kemampuan yang dimiliki individu dalam memikirkan metode serta cara yang akan digunakan dan bagaimana mereka menyusun tindakannya guna mencapai tujuan yang diharapkan. Ketika *self-efficacy* yang dimiliki tinggi maka seseorang tentunya akan bertindak secara tepat dan hal tersebut didukung dengan semakin efektifnya kemampuan berfikir dan menerapkan ide-ide untuk mencapai tujuan tertentu (Corsini, 1994: 368).

Kognitif menurut Bandura (1997: 116) adalah pemikiran yang memberikan arahan terhadap tindakan yang dilakukan individu. Melalui proses kognitif, efikasi diri akan mempengaruhi tindakan individu. Efikasi diri yang kuat akan berpengaruh terhadap upaya individu untuk mencapai tujuan.

Jadi, kognitif berkaitan dengan sebuah pemikiran mengenai bagaimana cara untuk merancang tindakan yang akan dilakukan guna mencapai tujuan yang diinginkan.

b. Motivasi

Motivasi adalah kemampuan individu dalam membentuk tekad serta ambisi melalui pikirannya yang digunakan sebagai dorongan bagi dirinya sendiri untuk melakukan sebuah tindakan dan keputusan. Motivasi sangat berguna untuk memudahkan seseorang dalam mengambil sebuah tindakan serta keputusan guna mencapai tujuan yang diharapkan. Pendorong munculnya motivasi adalah adanya pemikiran yang optimis dalam diri. Dalam efikasi diri, adanya motivasi digunakan sebagai tolak ukur kesuksesan atau kegagalan individu dalam mencapai tujuannya (Corsini, 1994: 368).

Motivasi individu dihasilkan secara kognitif. Individu memotivasi diri mereka berlandaskan pemikiran mengenai masa depan yang akan menuntun mereka kepada tindakan-tindakan yang penuh dengan keyakinan. Mereka akan membentuk sebuah keyakinan tentang apa yang dapat mereka lakukan serta mempertimbangkan hasil positif dan negatif untuk hasil yang diinginkan di masa depan (Bandura, 1997: 122).

Motivasi merupakan sebuah proses mengenai kekuatan, arah, serta ketekunan yang dimiliki seseorang guna mencapai sebuah tujuan (Arquisola & Walid Ahlisa, 2019: 46).

Berdasarkan uraian di atas maka motivasi yaitu sebuah proses pembentukan tekad melalui pikiran untuk melakukan sebuah tindakan atau keputusan guna mencapai sebuah tujuan tertentu.

c. Afeksi

Afeksi adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan dan menangani emosi yang muncul secara tak terduga. Afeksi adalah hal yang normal dan berfungsi sebagai pengukur seberapa intens suatu emosi pada diri sendiri guna mencapai sebuah tujuan yang diharapkan (Corsini, 1994: 369).

Afeksi merupakan sebuah keyakinan yang memengaruhi sifat serta intensitas pengalaman emosional melalui kendali atas pikiran dan perilaku. Efikasi diri berfungsi untuk mengendalikan alur pikiran yang mengganggu serta meningkatkan kemampuan *coping* individu dalam mengatasi keadaan emosi yang tidak menyenangkan guna mencapai tujuan yang diinginkan (Bandura, 1997: 137).

Menurut Diener et al., (2003: 191) afeksi didefinisikan sebagai pertimbangan keputusan yang dibuat oleh seseorang tentang semua peristiwa yang telah mereka alami selama hidup mereka. Terdapat dua afeksi, yaitu afeksi positif dan negatif yang menggambarkan pengalaman yang terjadi dalam kehidupan individu. Semua emosi dan *mood* seseorang dicatat dalam evaluasi ini. Afeksi negatif terdiri dari dorongan hal-hal yang tidak menyenangkan dan terdiri dari kecemasan, kemarahan, dan ketakutan. Di sisi lain, afeksi positif terdiri dari hal-hal yang menyenangkan dan terdiri dari emosi aktif dan senang. Afeksi positif tinggi menunjukkan kecenderungan seseorang untuk mengalami emosi dan suasana hati yang menyenangkan. Sebaliknya, afeksi negatif tinggi menunjukkan kecenderungan seseorang untuk mengalami emosi dan suasana hati yang tidak menyenangkan. Rasa malu, rasa bersalah, kesedihan, kemarahan, dan kecemasan adalah semua jenis emosi yang tidak menyenangkan. Afeksi dilakukan dengan mengendalikan kecemasan dan perasaan yang dapat mencegah pola pikir yang tepat untuk mencapai tujuan.

Jadi dapat disimpulkan bahwa afeksi merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk mengatur dan mengatasi emosi yang muncul atau pertimbangan akan keputusan guna mendukung tercapainya sebuah tujuan yang diharapkan.

d. Seleksi

Seleksi merupakan kemampuan seseorang untuk memilah segala jenis tingkah laku dan lingkungannya yang tepat untuk membantu mereka mencapai hasil yang diharapkan. Ketidakpercayaan diri, kebingungan, dan kecenderungan untuk menyerah ketika menghadapi masalah dan situasi yang sulit adalah akibat dari ketidakmampuan untuk melakukan pilihan (Corsini, 1994: 369). Seleksi dipengaruhi oleh adanya keyakinan akan kemampuan yang dimiliki. Keyakinan efikasi diri berperan untuk menentukan tindakan yang dipilih (Bandura, 1997: 160).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa seleksi adalah suatu kemampuan individu dalam memilah tindakan yang dipengaruhi oleh adanya keyakinan akan kemampuan guna mencapai tujuan yang diharapkan.

Berdasarkan uraian aspek-aspek efikasi diri yang dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga aspek menurut Bandura yang meliputi *magnitude/level*, *strength*, dan *generality*. Sedangkan menurut Corsini terdapat 4 aspek *self efficacy* yaitu kognitif, motivasi, afeksi, dan seleksi. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti akan menggunakan aspek yang dipaparkan oleh Bandura dalam penelitian ini.

3. Faktor-faktor Self Efficacy

Bandura (1997: 79) menyebutkan bahwa terdapat 4 faktor yang dapat memengaruhi tingkat efikasi diri pada diri seseorang. *Self efficacy* dapat didapatkan ataupun dikembangkan melalui 4 sumber yang nantinya akan mempengaruhi meningkatnya *self efficacy* atau bahkan mempengaruhi penurunan *self efficacy*. Keempat sumber tersebut adalah:

a. Pengalaman Keberhasilan Terdahulu (*Enactive Mastery Experience*)

Yang pertama yang merupakan sumber atau faktor yang mempengaruhi tingkatan *self efficacy* adalah pengalaman keberhasilan terdahulu yang berfungsi sebagai indikator kemampuan. Faktor ini memiliki pengaruh terbesar dalam meningkatnya *self efficacy* (Bandura, 1997: 79).

Pengalaman keberhasilan terdahulu ini merupakan performa-performa yang sudah dilakukan di masa lalu. Jika seseorang mengharapkan sebuah kesuksesan yang mudah, mereka akan mengharapkan hasil yang cepat dan akan mudah putus asa karena kegagalannya. Oleh karena itu, jika ingin memiliki tingkat efikasi diri yang baik, maka memerlukan pengalaman dalam mengatasi hambatan melalui upaya yang gigih. Jalan menuju pencapaian yang diinginkan penuh dengan kegagalan dan kemunduran, oleh karenanya sebuah kesuksesan dapat dicapai dengan belajar dari hal-hal yang telah dilalui. Ketahanan juga perlu dibangun melalui sebuah latihan untuk mengelola kegagalan agar bersifat informatif dan bukan malah kehilangan semangat untuk terus mencapai tujuan (Bandura, 1997: 80).

Enactive mastery experience merupakan sebuah pengalaman diri yang menjadi sebuah penilaian mengenai seberapa baik individu menyelesaikan tugas yang memberikan bukti mengenai kemampuan individu untuk

menyelesaikan setiap tugas dengan sukses serta akan memengaruhi tingkat efikasi diri individu (Shelda et al., 2020: 34).

Jadi, *enactive mastery experience* merupakan pengalaman terdahulu yang telah dilalui oleh seseorang yang menjadi dasar penilaian terhadap kemampuan individu dalam menghadapi serta mengatasi permasalahan yang ada.

b. Pengalaman Orang Lain (*Vicarious Experience*)

Various experience mengacu pada perubahan keyakinan melalui transmisi kompetensi dan perbandingan dengan pencapaian orang lain (Bandura, 1997: 79). *Various experience* adalah mengamati serta meniru seseorang yang dijadikan panutan melalui pengalaman-pengalaman yang tidak terduga (Bandura, 1997: 86).

Ketika individu yang mengamati model menilai dirinya dapat bertindak seperti model tersebut dalam kemampuannya menyelesaikan suatu tugas dengan sukses, maka ia akan mampu meningkatkan efikasi dirinya. Sebaliknya, jika seorang pengamat melihat model yang diidentifikasi gagal dalam proses penyelesaian tugas atau masalah meski upaya yang telah dilakukan tinggi, maka dapat menurunkan efikasi diri pengamat tersebut. Model yang kompeten menyampaikan pengetahuan, keterampilan, strategi untuk menyelesaikan sebuah tugas. Melalui keteladanan seorang model dalam menghadapi tantangan akan dapat menumbuhkan aspirasi serta minat dalam beraktivitas menyelesaikan tugas. Ketika seseorang melihat orang-orang yang serupa dengannya berhasil melalui usaha yang gigih maka akan menimbulkan keyakinan pengamat terhadap kemampuan yang dimilikinya (Bandura, 1997: 87).

Pengalaman yang dialami oleh orang lain dapat meningkatkan efikasi diri dan juga akan berdampak terhadap kepercayaan diri seseorang karena hasil pengamatan dari keberhasilan orang lain ketika melewati peristiwa atau pengalaman yang sulit. Pengalaman tersebut dapat membuat seseorang percaya bahwa mereka juga dapat melewati pengalaman serupa (Radu Lefebvre & Laviolette, 2008: 5).

Various experience dapat disimpulkan sebagai pengalaman orang lain yang dijadikan sebagai model atau perbandingan yang dapat mempengaruhi tingkatan efikasi diri seseorang.

c. Persuasi Sosial (*Social Persuasion*)

Self efficacy dapat meningkat atau bahkan melemah karena pengaruh persuasi sosial. Persuasi sosial dapat membantu seseorang dalam meningkatkan efikasi diri ketika orang lain mengungkapkan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki dibandingkan jika orang lain menunjukkan keraguannya. Efek dari persuasi sosial ini memang agak terbatas, namun, dalam kondisi yang tepat maka persuasi sosial dapat meningkatkan *self efficacy*. Individu yang diyakini secara verbal ia akan secara otomatis meningkatkan usahanya dalam mencapai tujuan, sebaliknya jika individu tersebut mendapatkan keraguan maka ia akan fokus terhadap kekurangan yang dimilikinya (Bandura, 1997: 101).

Seorang penerima persuasi harus menaruh kepercayaan terhadap sang pemberi persuasi karena sumber yang dipercaya akan memiliki efek yang lebih kuat pada *self efficacy*. Seseorang yang menerima nasihat, saran, serta bimbingan dari orang yang dipercayanya untuk percaya pada diri mereka sendiri, maka dapat meningkatkan upaya serta keyakinan bahwa kemampuan yang dimilikinya dapat membantu dalam pencapaian tujuan yang diharapkan. Sebuah persuasi sosial akan lebih efektif jika dikombinasikan dengan keberhasilan performa. Kesuksesan diukur dengan perbaikan diri, bukan dengan kemenangan atas orang lain (Bandura, 1997: 102). Dengan memberi arahan atau saran maka persuasi sosial akan mendorong perubahan diri individu untuk lebih efektif dan menjadi lebih percaya diri atas kemampuan yang dimiliki dalam upaya meningkatkan efikasi diri (Shelda et al., 2020: 33).

Jadi, persuasi sosial merupakan faktor efikasi diri yang berfungsi sebagai sarana untuk memperkuat keyakinan individu bahwa mereka mempunyai kemampuan untuk mencapai tujuan tertentu melalui dukungan verbal dari lingkungan sekitar.

d. Keadaan Fisiologis dan Afektif (*Physiological and Affective State*)

Keadaan fisiologis dan afektif seseorang yang dapat menunjukkan bahwa tingkatan gairah seperti kecemasan atau kurangnya kecemasan akan

mempengaruhi tinggi atau rendahnya efikasi diri seseorang. Suasana hati mempengaruhi efikasi diri seseorang. Jika suasana hati positif maka efikasi dirinya pun akan meningkat, sedangkan suasana hati yang buruk akan mengurangi tingkat efikasi diri seseorang (Bandura, 1997: 106).

Self efficacy memainkan peran penting dalam cara orang mengatasi stres. Bandura berpendapat bahwa reaksi stres bukan disebabkan oleh pemicu stres, melainkan disebabkan oleh keyakinan seseorang bahwa dia tidak akan mampu mengatasi sebuah masalah dan hal tersebut akan berpengaruh terhadap tingkat efikasi dirinya. Ketegangan fisik pun ikut andil dalam mempengaruhi tingkatan efikasi diri seseorang. Keyakinan akan *self efficacy* diperkuat dengan mengurangi kecemasan, depresi, membangun kekuatan fisik dan stamina serta mengubah gambaran keliru tentang keadaan tubuh (Bandura, 2009: 185).

Keadaan fisiologis dan afektif memengaruhi keyakinan individu terhadap kemampuan yang mereka miliki. Seseorang cenderung mengartikan rasa cemas sebagai pertanda ketidakmampuan dan kerentanan yang akan berdampak terhadap kepercayaan diri atas kemampuannya (Shelda et al., 2020: 34).

Dapat disimpulkan bahwa keadaan fisiologis dan afektif berpengaruh terhadap tingkat efikasi diri seseorang karena efikasi diri mendapatkan petunjuk dan dorongan dari keadaan emosional seperti kecemasan dan stres serta keadaan fisik individu tersebut.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat memengaruhi *self efficacy* meliputi *enactive mastery experience*, *vicarious experience*, *social persuasion*, dan *physiological and affective state*.

4. Peran Self Efficacy

Psikologis, emosi, serta perilaku individu dipengaruhi oleh persepsinya terhadap kapasitas diri. Efikasi diri yang berkembang sering kali konstan. Perilaku yang dilakukan individu bergantung pada tingkat efikasi diri yang dimiliki. Berikut ini adalah peran dari *self efficacy* (Lianto, 2019: 59):

a. Menentukan Pemilihan Perilaku

Seseorang cenderung memilih melakukan pekerjaan yang mereka anggap diri mereka memiliki kemampuan yang lebih baik di pekerjaan tersebut daripada di pekerjaan lain. Hal ini menunjukkan bahwa *self-efficacy* menyebabkan perilaku tertentu.

b. Menentukan Besarnya Upaya dan Daya Juang

Menentukan seberapa besar usaha yang harus dilakukan dan seberapa besar tantangan yang dihadapi. *Self-efficacy* menentukan kekuatan dan daya tahan seseorang dalam mengatasi hambatan dan situasi yang tidak menyenangkan. *Self-efficacy* yang tinggi akan menurunkan kecemasan mengenai kemampuan menyelesaikan tugas, sehingga seseorang akan lebih kuat saat menghadapi tantangan dalam menjalankan tugasnya. Selain itu, karena dia percaya bahwa upayanya tidak akan sia-sia, dia akan melakukan lebih banyak upaya.

c. Menentukan Cara Pikir dan Reaksi Emosional

Seseorang yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang rendah cenderung percaya bahwa mereka tidak akan mampu menghadapi tantangan yang terkait dengan pekerjaan mereka. Mereka cenderung memperbesar masalah yang akan muncul menjadi lebih besar daripada kenyataannya. Mereka lebih sering merasa pesimis, putus asa, dan tertekan. Sebaliknya, individu yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi akan melihat tugas-tugas yang sulit sebagai tantangan yang menarik untuk diatasi pikiran dan perasaan mereka dengan cara yang lebih terbuka.

d. Prediksi Perilaku yang Akan Muncul

Orang-orang yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung lebih tertarik untuk terlibat dalam kegiatan yang dilakukan oleh organisasi. Mereka lebih banyak berinteraksi dengan tempat kerjanya dan tim kerjanya. Karena mereka percaya diri akan kemampuan mereka dan cenderung lebih kreatif dalam memecahkan sebuah masalah serta menemukan solusi, dan pekerja keras. Sedangkan orang yang tidak percaya diri cenderung lebih tertutup dan kurang terlibat dalam kerja sama tim.

5. Karakteristik *Self Efficacy*

Menurut Bandura (1986: 394–395) karakteristik *self efficacy* dibedakan menjadi dua bagian, yaitu *self efficacy* tinggi dan *self efficacy* rendah. Berikut merupakan karakteristik *self efficacy*:

a. *Self efficacy* tinggi

- 1) Mempunyai tujuan serta komitmen yang tinggi
- 2) Lebih ulet mengeluarkan banyak usaha untuk mencapai tujuan yang diinginkan
- 3) Optimis akan keberhasilan
- 4) Mampu menghadapi tugas yang sulit dan menghadapi hal baru
- 5) Adanya usaha untuk mengembangkan kemampuan diri
- 6) Menganggap kemampuan sebagai keahlian yang dapat diandalkan
- 7) Mengoreksi kegagalan karena kurangnya usaha
- 8) Tidak mudah untuk mengalami gangguan emosional

b. *Self efficacy* rendah

- 1) Tidak mempunyai komitmen dan tujuan yang tinggi
- 2) Mengerahkan sedikit usaha dan mudah menyerah
- 3) Pesimis
- 4) Menghindari tugas yang sulit dan hal baru
- 5) Membatasi diri
- 6) Menganggap kemampuan sebagai hal yang tidak dapat diubah
- 7) Menganggap kegagalan sebagai ketidakmampuan
- 8) Lebih mudah untuk mengalami stres, cemas, dan depresi

6. Gambaran *Self Efficacy* dalam Islam

Dalam pandangan Islam, keyakinan adalah kata kunci dari *self efficacy*. Terminologi yang digunakan untuk menjelaskan konsep keyakinan dalam Islam adalah iman. Dalam aspek terminologi, iman didefinisikan oleh Al-Ghazali sebagai membolehkan suatu hal dengan hati, mengakuinya dengan lisan, serta mengamalkannya dengan perbuatan. Kepercayaan akan diri sendiri adalah komponen penting yang menentukan kesuksesan atau kegagalan seseorang. Dalam Al-Qur'an, Allah SWT memerintahkan hambanya untuk memiliki keyakinan, keteguhan, dan tidak

bersikap lemah dalam menjalani proses untuk mencapai sesuatu yang tentunya berlandaskan pada iman (Hadi, 2019: 12). Seseorang harus melalui proses untuk mendapatkan rasa yakin terhadap dirinya sendiri. Mempercayai Allah SWT merupakan proses pertamanya. Sehingga mereka dapat percaya pada diri mereka sendiri dan melakukan segala sesuatu dengan optimis. Allah berfirman:

عَلَّوْا تَهْتُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْآعْلُونَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ۝ ١٣٩

Yang artinya: “Janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman” (QS. Ali Imran : 139).

Berdasarkan tafsir oleh Departemen Agama RI, ayat ini menjelaskan bahwa sebagai muslimin hendaknya tidak lemah dan bersedih hati ketika mengalami penderitaan. Hal tersebut hendaknya dijadikan pelajaran. Berdasarkan ayat tersebut dijelaskan pula bahwa kaum muslimin sebenarnya mempunyai mental yang kuat dan semangat yang tinggi jika mereka benar-benar beriman atau yakin terhadap Allah. Jadi, ayat ini menjelaskan bahwa manusia memiliki kelebihan dibandingkan dengan makhluk lainnya sehingga manusia haruslah yakin terhadap kemampuannya menyelesaikan masalah dengan segala kemampuan yang diberikan oleh Allah SWT.

Konsep *self efficacy* dalam islam juga dipaparkan dalam surah Al-Baqarah ayat 286 sebagai berikut:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا ۖ وَارْحَمْنَا ۖ إِنَّكَ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ۝ ٢٨٦

Yang artinya : “Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa,) “Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami salah. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah

kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir.” (QS. Al Baqarah : 286).

Berdasarkan tafsir oleh Departemen Agama RI, ayat ini menjelaskan bahwasanya Allah tidak akan membebani seseorang dengan beban yang sukar di luar kemampuannya. Sehingga sebagai seorang muslim saat menjalankan tugas atau menyelesaikan suatu masalah harus penuh dengan keyakinan bahwa mereka memiliki kemampuan untuk menyelesaikan segala masalah yang dihadapi karena Allah maha menepati janji.

Seseorang yang yakin akan kemampuannya dan memiliki sikap optimis adalah seseorang yang tunduk pada segala perintah Allah dan meninggalkan segala larangannya dengan harapan bahwa Allah akan menerima segala amal perbuatan mereka dan melipat gandakan pahala mereka. Sebaliknya, orang yang pesimis atau putus asa seringkali merasa bingung dan tidak dapat mengambil keputusan apabila menghadapi masalah dalam hidup mereka. Rasa bimbang akan berkembang menjadi kekhawatiran yang mendalam yang akhirnya menyebabkan mereka menjadi tidak percaya diri. Sebagai manusia yang baik, kita harus senantiasa mengingat kemurahan hati Allah, Rahmat, dan Taufiq-Nya. Kita juga tidak boleh mudah putus asa dari apa yang Allah berikan kepada setiap orang. Setiap individu tidak boleh merasa lemah atau tidak memiliki kemampuan apapun. Sebaliknya, mereka harus percaya pada kemampuan mereka sendiri (Fajrianiiii et al., 2018: 1).

لَهُ مُعَقَّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ

يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ (١١)

Artinya: “Baginya (manusia) ada (malaikat-malaikat) yang menyertainya secara bergiliran dari depan dan belakangnya yang menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum hingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka. Apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, tidak ada yang dapat menolaknya, dan sekali-kali tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia. (QS Ar-Ra’d: 11).

Berdasarkan tafsir Hamka (مَا بِأَنْفُسِهِمْ) merupakan sebuah kekuatan serta akal budi sebagai anugrah yang diberikan oleh Allah SWT agar manusia dapat mengendalikan

diri. Manusia akan berkuasa atas dirinya sendiri selama mengandalkan akal budi yang merupakan anugrah dari Allah serta memperhatikan batasan-batasan ketentuan Allah (Hamka, 1982: 73).

Sedangkan tafsir Quraish Shihab menyebutkan sebagai kondisi jiwa individu. Kondisi kejiwaan individu akan mengalami perubahan ke arah negatif dan juga positif yang dipengaruhi oleh adanya pola pikir dan melahirkan tindakan-tindakan. Shihab memaparkan bahwa kondisi kejiwaan individu atau sisi dalam berisikan nilai-nilai yang dianut, tekad, serta kemauan yang keras. Hal tersebut dapat memotivasi perilaku atau tindakan yang dilakukan, dengan demikian usaha yang dilakukan individu dipengaruhi oleh nilai yang dianut individu tersebut dan disertai dengan adanya kemampuan (Shihab, 2007: 568–571).

Bandura (1997:3) menjelaskan bahwa efikasi diri merupakan sebuah keyakinan yang memengaruhi tindakan individu dan besar usaha yang dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu. Nilai-nilai yang dapat mendorong munculnya perilaku tertentu untuk mengubah nasib seseorang juga terkait dengan efikasi diri. Hamka (1982: 74) menyebutkan bahwa Allah tidak akan mengubah nasib seseorang kecuali mereka berusaha untuk mengubahnya.

Ada beberapa persamaan antara pandangan Islam dan Barat tentang konsep *self-efficacy*. Individu yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung mempunyai kemauan untuk merubah nasibnya dengan pola pikir yang melahirkan tindakan-tindakan yang dilakukan. Hal tersebut berdasarkan nilai-nilai, tekad, dan kemauan yang dimiliki oleh individu. Efikasi diri merupakan sebuah keyakinan yang memengaruhi tindakan individu dan besar usaha yang dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu. Individu dengan efikasi diri tinggi, adalah mereka yang berani mengambil risiko, sanggup berkorban, berpikir positif, tidak mudah putus asa, serta terus berusaha untuk mencapai tujuannya.

B. Ibu Tunggal (*Single Mother*)

1. Definisi Ibu Tunggal (*Single Mother*)

Berdasarkan pengertian psikologis, orang tua tunggal terdiri dari ayah atau ibu yang siap untuk menjalani hidup secara mandiri tanpa adanya pendamping hidup. Jika ia berani, mampu menjaga anak-anak dan bertanggung jawab atas segala risiko yang

terkait dengan menjadi orang tua tunggal, itulah yang disebut sebagai *single parent*. Orang tua tunggal merupakan orang tua yang mengasuh, mendidik, membesarkan, serta menafkahi anak-anaknya tanpa adanya peran dari pasangan hidup baik itu ayah maupun ibu. Orang tua tunggal dituntut harus menjalankan peran ganda guna menghidupi keluarganya yaitu sebagai seorang ayah sekaligus seorang ibu (Ulfah & Fauziah, 2020: 155).

Tidak ada satu pun perempuan yang ingin menjadi ibu tunggal tanpa adanya pendamping hidup karena itu bukanlah pilihan, tetapi hal tersebut merupakan sebuah situasi yang sulit diatasi. Namun, pada akhirnya, status sebagai ibu tunggal bisa terjadi pada siapa saja.

Ibu tunggal merupakan seorang perempuan yang mau tidak mau ditempatkan pada posisi untuk menanggung hal-hal terkait keluarganya. Seorang ibu tunggal bertugas untuk mengurus rumah tangga serta menafkahi keluarga tanpa bantuan siapapun. Bagi seorang ibu tunggal tanggung jawab yang dipikulnya juga akan lebih besar karena permasalahan-permasalahan yang akan dihadapi seorang diri. Permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh ibu tunggal dapat menimbulkan tekanan yang berujung pada stres, depresi dan juga berkurangnya rasa percaya diri (Ramadhani et al., 2022: 219).

Haleman (2004: 772) menggambarkan ibu tunggal sebagai perempuan yang sering dipandang sebelah mata dan dianggap mempunyai posisi yang lebih rendah. Ibu tunggal seringkali mendapatkan berbagai macam stereotip negatif yang mengganggu kenyamanan ibu tunggal. Rachman et al., (2023: 227) menyebutkan bahwa yang menyebabkan perempuan menyandang status sebagai ibu tunggal adalah akibat cerai hidup dan juga cerai mati dalam keadaan mempunyai anak. Sejalan dengan penelitian Azizah & Septiningsih, (2022: 113) yang menyebutkan bahwa ibu tunggal dapat disebabkan karena adanya perceraian atau kematian pasangan hidup dan ia memilih untuk tidak menikah lagi serta memutuskan untuk mengurus dan mendidik anak-anaknya sendirian.

Ibu tunggal adalah perempuan yang menjadi kepala rumah tangga setelah menikah dan masih mempunyai anak yang belum mandiri, berpisah dengan suami atau mempunyai suami yang tidak berkemampuan untuk bekerja. Dan merupakan

perempuan yang menjadi kepala rumah tangga namun belum menikah tetapi sudah mempunyai anak baik anak angkat maupun anak di luar nikah (Zakaria et al., 2019: 70).

Ibu tunggal adalah seorang ibu yang melakukan dua tugas sekaligus, yaitu menjadi ibu rumah tangga dan memimpin keluarga. Tidak mudah menjalankan peran ganda karena ibu tunggal juga harus memenuhi kebutuhan fisik dan psikologis anak-anaknya yang dilakukan seorang diri. Di antara kebutuhan psikologis tersebut adalah kasih sayang, perhatian, rasa aman, dan juga hal-hal lainnya yang harusnya diberikan oleh figur seorang ayah. Sedangkan kebutuhan fisik tersebut meliputi pemenuhan kebutuhan seperti sandang, pangan, papan, kesehatan, pendidikan, dan lainnya. Para ibu tunggal tentunya merasakan perasaan tidak percaya diri atau tidak yakin dengan kemampuan dirinya sendiri karena menjadi seorang ibu tunggal (Fitriasri & Hadjam, 2019: 29).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ibu tunggal adalah seorang ibu yang dituntut untuk berperan ganda yaitu sebagai ibu yang mengurus rumah serta anak-anaknya dan juga berperan sebagai ayah sebagai kepala rumah tangga serta tulang punggung keluarga yang bertugas untuk menafkahi keluarganya. Status ini disandang oleh perempuan yang ditinggalkan oleh pasangan hidupnya, entah karena adanya perceraian atau disebabkan oleh kematian pasangan hidup.

2. Faktor Penyebab Terjadinya Ibu Tunggal

Ada dua penyebab yang menyebabkan seorang ibu menjadi ibu tunggal (*single mother*) adalah karena kematian suami atau juga karena adanya perceraian yang tidak dapat dihindari. Oleh karena itu, ibu tunggal mau tidak mau diharuskan untuk merawat serta memelihara anaknya sendirian tanpa adanya pendamping hidup (Hurlock, 1990)

a. Ibu Tunggal karena Perceraian

Ibu tunggal (*single mother*) karena terjadinya perceraian merupakan status janda karena adanya perceraian. Hurlock, (1993: 307) mengatakan bahwa perceraian adalah cara untuk menyelesaikan pernikahan dengan cara yang tidak baik ketika suami dan istri sudah tidak ingin atau tidak dapat mencari jalan keluar untuk masalah yang dialami dengan cara yang dapat memuaskan kedua belah pihak. Perceraian juga merupakan keadaan pecahnya struktur tatanan rumah tangga dan hilangnya peran dan kewajiban suami istri dalam rumah

tangga, dimana pasangan suami istri ini memutuskan untuk berpisah (Goode, William, 1991: 185).

Di Indonesia sendiri, terdapat beberapa penyebab terjadinya perceraian, yaitu, adanya ketidakharmonisan dalam rumah tangga, perselingkuhan, KDRT, adanya masalah ekonomi, dan masalah lainnya yang tidak menemukan titik terang. Tresnaningtyas berpendapat bahwa dalam kehidupan seseorang, perceraian adalah peristiwa yang menyakitkan karena dapat menyebabkan masalah emosional, kesehatan, dan kesulitan dalam penyesuaian diri (Fitriasri & Hadjam, 2019: 26-29).

Mitchel menyebutkan bahwa seseorang yang telah bercerai dan menjadi janda akan mengalami berbagai macam perasaan buruk, termasuk kemarahan, trauma, kesedihan, penyesalan, sakit hati, kehilangan, kekecewaan, dan perasaan buruk lainnya (Cahyani & Dwiyaniti, 2021: 54) Meski begitu, ibu tunggal yang telah bercerai biasanya bergantung pada dirinya sendiri dan tidak mengharapkan uang dari mantan suaminya. Akibatnya, mereka biasanya akan mengasuh anaknya sendiri tanpa mengharapkan bantuan dari mantan suaminya (Iganingrat & Eva, 2021: 445).

Terdapat enam tahap pascaperceraian yang dialami oleh orang tua tunggal, yaitu *shock* dan *denial*, mereka tidak percaya bahwa dirinya sudah menyandang status sebagai orang tua tunggal karena perceraian dan masih bertanya-tanya mengenai terjadinya perceraian tersebut. *Anger* dan *depression*, merupakan keadaan marah, kesal, dan depresi karena belum bisa menerima. *Grieving* dan *mourning*, merupakan perasaan sedih karena kesepian dan situasi baru yang harus dihadapi. *Acceptance* dan *understanding*, suatu penerimaan keadaan baru dan mencoba berpandangan lebih baik lagi. *Recovery* dan *growth*, keadaan orang tua tunggal mulai membaik dan meneruskan hidup dengan situasi yang baru. *Outreach stage*, pencapaian yang didapat oleh orang tua tunggal dalam situasi barunya (Fitriasri & Hadjam, 2019: 29).

b. Ibu Tunggal karena Kematian Pasangan Hidup

Ibu tunggal pascakematian pasangan hidup terjadi karena kematian dari suami, dimana ia harus menjalani kehidupannya seorang diri setelah kematian pasangan hidup (Rachman et al., 2023: 228). Dalam kehidupan manusia,

keadaan tidak selalu berjalan sesuai dengan harapan manusia. Kehilangan pasangan adalah sesuatu yang tidak dapat dicegah dalam sebuah hubungan. Sepeninggal pasangan hidup dapat mempengaruhi kehidupan emosional seseorang dan menimbulkan masalah bagi mereka yang ditinggalkan (Muzayanah, 2020: 2). Masalah kondisi psikologis pascakematian suami pun tidak dapat dihindari. Masalah psikologis yang muncul biasanya berupa gangguan tidur, meningkatnya kecemasan, stres, hingga depresi (Rachman et al., 2023: 233).

Perempuan sering mengalami kesulitan menjalani kehidupan setelah pasangan mereka meninggal. Pria memiliki status ekonomi yang lebih baik daripada wanita setelah pasangannya meninggal. Berbanding terbalik dengan wanita, pria tidak terpengaruh oleh keadaan keuangan mereka setelah pasangan mereka meninggal. Ibu tunggal harus mengatasi kesedihan dan tekanan serta mendefinisikan kembali status baru mereka setelah suami mereka meninggal. Dan hal tersulit yang dialami oleh ibu tunggal pascakematian pasangan hidup adalah transisi untuk menjadi orang tua tunggal. Perubahan-perubahan yang dialami oleh ibu tunggal menyebabkan adanya penambahan peran di dalam keluarga yang mengharuskan seorang ibu tunggal melakukan tugas-tugas ganda dan harus dilakukan tanpa adanya sosok pendamping hidup yang memberikan dukungan (Azizah & Septiningsih, 2022: 14).

Hoyer & Roodin menyebutkan bahwa perasaan duka yang dialami oleh individu yang ditinggalkan pasangannya karena kematian bertahan selama kurang lebih dua tahun (Sari et al., 2019: 80). Namun, setelah masa kedukaan berlalu, ibu tunggal masih mungkin mengalami keterpurukan karena harus menyesuaikan diri dengan berbagai tugas baru, yang membuatnya teringat masa-masa ketika pasangan masih hidup (Muzayanah, 2020: 03).

Seorang istri yang kehilangan pasangan yang dicintainya karena kematian, biasanya mengalami rasa sakit yang mendalam, gangguan dari gangguan fisik dan psikologis, kesepian, duka cita, kehilangan, dan frustrasi, dimana hal-hal tersebut, mungkin baru akan hilang setelah waktu yang cukup lama. Selain itu, istri selalu mengingat kenangan bersama suaminya, dan ini

akan berlangsung lama, ditambah lagi jika sang istri terus berada di lingkungan yang mengingatkannya akan kenangan tersebut (Aprilia, 2013: 157).

Dalam penelitian ini, berdasarkan dua faktor penyebab terjadinya status ibu tunggal yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti akan menggunakan ibu tunggal karena kematian pasangan hidup sebagai responden.

3. Permasalahan Ibu Tunggal (*Single Mother*)

Hurlock (1994: 199) memaparkan bahwa terdapat 6 masalah utama yang akan dihadapi oleh ibu tunggal. Permasalahan-permasalahan tersebut meliputi permasalahan ekonomi, permasalahan sosial, permasalahan keluarga, masalah praktis, permasalahan seksual, dan permasalahan tempat tinggal.

a. Permasalahan Ekonomi

Permasalahan utama yang pada umumnya dihadapi oleh ibu tunggal (*single mother*) adalah masalah mengenai penghasilan keuangan yang menurun setelah suami meninggal. Permasalahan ekonomi dapat terjadi sebab mereka para ibu tunggal harus mandiri dalam memenuhi kebutuhan keluarganya tanpa bantuan dari pasangannya (Lestari, 2021: 20).

Iganingrat & Eva (2020: 86) menyebutkan bahwa para *single mother* yang suaminya adalah tulang punggung keluarga mungkin menghadapi masalah keuangan atau menjadi kekurangan. Dan bagi ibu tunggal yang bekerja, kehilangan salah satu pendapatan dapat membuat mereka merasa tertekan. Dalam keadaan seperti ini, seorang ibu tunggal harus mampu untuk berperan ganda atau menjalankan peran sang ayah juga yaitu menafkahi keluarga. Sebagai *single mother*, mereka harus mampu mengatur segala hal termasuk mengatur keuangan dengan cara bekerja untuk memenuhi kebutuhan keluarganya.

b. Permasalahan Sosial

Masalah selanjutnya yang biasanya akan dialami oleh ibu tunggal adalah masalah sosial. Wanita *single mother* seringkali menghadapi masalah sosial berupa pandangan negatif (Iganingrat & Eva, 2020: 86). Ibu tunggal mau tidak mau harus menghadapi stigma yang bermunculan di masyarakat yang terkait dengan status mereka sebagai *single mother*. Mereka menghadapi tantangan

dari masyarakat yang umumnya menganggap status janda sebagai hal yang negatif. Hal ini disebabkan oleh budaya patriarki yang masih kental yang menyebabkan kurangnya pemahaman di kalangan masyarakat dalam memahami mengenai realitas kehidupan perempuan.

Tak hanya itu, media Indonesia cenderung menggambarkan janda dengan daya tarik yang terkesan sensual, hal tersebut menyebabkan pandangan negatif terhadap ibu tunggal. Masyarakat menganggap bahwa tempat terbaik bagi wanita adalah bersama suami mereka, sehingga ibu tunggal dipandang dengan berbagai stigma. Jika seseorang enggan melihat berbagai hal yang menyebabkan seorang wanita menjadi janda, mereka cenderung menghakimi dan menilai para ibu tunggal dengan penilaian yang buruk (Nuzula & Rizkiantono, 2021: 56).

c. Permasalahan Keluarga

Selanjutnya, masalah keluarga. Permasalahan keluarga seringkali berfokus pada pengasuhan anak. Orang tua adalah guru pertama untuk anak. Tugas mereka bukan hanya memenuhi kebutuhan anak dan menjaga rumah agar tetap damai, tetapi mereka juga mendidik anak, yang sangat penting untuk membangun karakter mereka. Melalui penerapan disiplin, kebebasan, dan penyerasian, orang tua memberikan perhatian dan pendidikan kepada anak-anak mereka untuk memperoleh dasar-dasar pola pergaulan hidup yang baik dan sesuai nilai-nilai yang berlaku di masyarakat (Suryati & Solina, 2019: 8).

Oleh karena itu, akan menjadi tantangan tersendiri untuk ibu tunggal dalam hal mengasuh anak tanpa adanya figur seorang suami. *Single mother* harus mampu melakukan kedua peran, baik peran ibu maupun ayah bagi anak-anak mereka (Muzayanah, 2020: 3).

d. Masalah Praktis

Masalah keempat adalah masalah praktis terkait hal-hal yang tidak biasa ibu tunggal kerjakan. Setelah suami meninggal, *single mother* menghadapi kesulitan karena tidak terbiasa dengan situasi ini, hal tersebut tentunya akan menjadi permasalahan bagi ibu tunggal dalam menjalani hidup karena tidak terbiasa melakukan hal-hal yang biasanya dilakukan oleh suaminya (Hurlock, 1994: 199).

Ibu tunggal secara otomatis harus menjadi tulang punggung dan pemimpin keluarga, peran ganda ini menjadi lebih sulit bagi ibu tunggal karena peran ibu untuk membesarkan dan mendidik anak-anaknya tetap ada (Iganingrat & Eva, 2020: 86).

e. Permasalahan Seksual

Permasalahan yang akan dihadapi selanjutnya adalah permasalahan yang akan dialami oleh *single parent* yaitu permasalahan terkait pemenuhan kebutuhan seksual. Hal seperti itu tentunya turut dirasakan oleh *single mother* pascakematian suami. Seorang ibu tanpa adanya pasangan tentu akan merasa kebutuhan biologisnya (seksual) tidak terpenuhi (Hurlock, 1994: 199). Karena seorang perempuan cenderung sulit untuk membentuk hubungan baru dan menikah lagi (Nurfitri & Waringah, 2019:13).

f. Permasalahan Tempat Tinggal

Masalah terakhir yang dihadapi oleh ibu tunggal masih berkaitan dengan masalah ekonomi yaitu masalah tempat tinggal, yang seringkali memaksa ibu tunggal untuk menjual rumahnya dan pindah ke rumah yang lebih kecil. Permasalahan tempat tinggal juga dapat disebabkan oleh masalah dengan keluarga mendiang suami. Hal tersebut dapat terjadi jika ibu tunggal tinggal bersama mertua dan keluarga suaminya, namun muncul masalah yang berkaitan dengan anggota keluarga dari pihak suami, hal tersebut tentu mempersulit hubungan ibu tunggal dengan orang-orang di lingkungannya (Iganingrat & Eva, 2020: 86). Ekonomi yang tidak stabil ini akan berdampak terhadap beberapa aspek kehidupan dan akan memengaruhi munculnya emosi negatif pada ibu tunggal (Zakaria et al., 2019: 71).

Jadi, permasalahan yang dihadapi oleh ibu tunggal menurut Hurlock meliputi masalah ekonomi yaitu berkaitan dengan finansial yang kian menurun pascakematian pasangan hidup, permasalahan sosial terkait pandangan negatif lingkungan sekitar, permasalahan keluarga terkait pengasuhan anak, masalah praktis yang merupakan hal-hal yang tidak biasa ibu kerjakan, permasalahan seksual yaitu permasalahan terkait kebutuhan biologis ibu tunggal, dan juga permasalahan tempat tinggal.

C. Kerangka Berpikir

Dalam penelitian ini, peneliti akan melakukan penelitian mengenai gambaran *self efficacy* ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. *Self efficacy* merupakan sebuah keyakinan individu akan kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas. *Self efficacy* merupakan sebuah puncak kenyamanan individu dimana hal tersebut dapat mempengaruhi tingkat motivasi, proses pikir, serta kondisi emosional yang berkaitan dengan adanya sebuah keyakinan pada diri sendiri untuk menyelesaikan suatu masalah yang akan berpengaruh terhadap kognisi dan juga perilaku individu tersebut. *Self efficacy* merupakan adanya sebuah keyakinan pada diri seseorang bahwa dirinya mampu untuk menyelesaikan tugas-tugas tertentu dengan sukses (Bandura, 1997: 31).

Sedangkan menurut Hoban & Hoban (2004: 17) *self efficacy* adalah sebuah kemampuan yang dapat memberikan pengaruh terhadap penguasaan diri. Hal ini, bergantung pada penguasaan dan terkait dengan keberhasilan dalam berbagai usaha. Efikasi diri dapat rendah maupun tinggi tergantung dengan situasi dan pengalaman pribadi. Persepsi tentang kemampuan diri memengaruhi pikiran, perasaan, dan tindakan secara psikologis. *Self efficacy* yang terbentuk cenderung tetap dan tidak dapat berubah (Lianto, 2019: 59). Perilaku akan dipengaruhi oleh kekuatan *self efficacy*. *Self efficacy* menentukan kekuatan dan daya tahan seseorang dalam mengatasi hambatan dan situasi yang tidak menyenangkan.

Terdapat tiga aspek dalam efikasi diri yang dapat mengukur tingkatan *self efficacy* pada setiap individu. *Self efficacy* dapat diukur melalui *magnitude* yaitu hal yang berkaitan dengan kesulitan tugas yang merupakan suatu tingkat keyakinan individu terhadap keputusan yang diambil, *strength* yaitu besarnya keteguhan yang dimiliki individu terhadap keyakinan akan kemampuannya, dan *generality* yaitu keyakinan akan kemampuannya dalam menghadapi sebuah situasi (Bandura, 1997: 42-43).

Ibu tunggal pascakematian pasangan hidup mengalami kesedihan yang amat mendalam. Karena peristiwa tersebut, ibu tunggal sulit untuk menerima kenyataan dan mengalami keterpurukan. Tidak hanya itu, ibu tunggal pascakematian pasangan hidup juga merasakan perasaan atau tekanan emosional lainnya seperti kebingungan, kesepian, kurangnya kasih sayang dari pasangan, gejala stres pascakematian pasangan hidup, keinginan untuk menyerah akan keadaan yang tengah ia alami, serta ketidakpercayaan

akan kemampuan yang dimiliki. Dapat dilihat bahwa ibu tunggal pascakematian pasangan hidup mempunyai karakteristik *self efficacy* yang rendah, yaitu seperti keinginan menghindari tugas, pesimis, menganggap kegagalan sebagai ketidakmampuan, serta lebih mudah mengalami stres.

Karena ibu tunggal memiliki beberapa kendala dalam rumah tangganya, sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Zakaria *et al* (2019:82) bahwa ibu tunggal cenderung mengalami permasalahan ekonomi, merasa kesulitan dalam hal pengasuhan anak, dan juga stigma yang diterima dari masyarakat sekitar. *Self efficacy* yang dimiliki oleh ibu tunggal sangatlah berpengaruh terhadap pola pikir serta perilaku, semangat serta motivasi, dan juga tingkat emosional dalam menjalankan aktivitas dan tugasnya serta menghadapi masalah-masalah yang dialami pascakematian pasangan hidup.

Sesuai dengan penelitian Mardiyah (2016: 23) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara rendahnya efikasi diri dan stres yang dialami oleh orang tua sebesar 32%. Hal tersebut membuktikan bahwa efikasi diri mempengaruhi tingkat stres yang dialami oleh seseorang. Tingkat stres pada individu dapat mempengaruhi usaha seseorang untuk bangkit dari keterpurukan.

Menjadi seorang ibu tunggal menyebabkan masalah-masalah yang dihadapi semakin bertambah. Permasalahan tersebut mulai dari kesulitan finansial sampai dengan menghadapi stigma yang bermunculan di lingkungan karena status baru sebagai seorang ibu tunggal. Sebagai ibu tunggal sudah semestinya mempunyai strategi untuk dapat bangkit kembali dari keterpurukan karena pengalaman duka yang dirasakan guna menghadapi kesulitan-kesulitan yang dialami (Perdana & Syafiq, 2013: 10). Perlu adanya keyakinan atas kemampuan diri untuk menghadapinya.

Simamora & Lidiawati, (2023: 183) menyebutkan bahwa seorang ibu tunggal perlu memiliki kemampuan bertahan dalam situasi yang sulit dan memiliki keyakinan untuk bangkit kembali karena permasalahan-permasalahan yang dihadapi dapat memicu stres. Efikasi diri merupakan salah satu faktor yang memengaruhi tingkat stres seseorang. Efikasi diri yang tinggi memengaruhi ketahanan seseorang untuk menghadapi tantangan dan melawan respon stres yang ada. Sedangkan efikasi diri yang rendah akan menyebabkan seseorang mudah untuk menyerah dengan keadaan (Sisca et al., 2021: 95).

Hurlock (1994: 199) memaparkan bahwa terdapat beberapa masalah utama yang akan dihadapi oleh ibu tunggal. Permasalahan-permasalahan tersebut meliputi permasalahan ekonomi yaitu mengenai penghasilan keuangan yang menurun pascakematian suami. Hal ini disebabkan karena para ibu tunggal harus mandiri dalam memenuhi kebutuhan keluarga, apalagi untuk ibu tunggal yang sebelumnya hanya mengandalkan pendapatan dari sang suami saja (Lestari, 2021: 20). Lalu terdapat permasalahan sosial yaitu berupa pandangan negatif terkait dengan status janda yang mereka sandang. Hal tersebut disebabkan oleh masih kentalnya budaya patriarki yang menyebabkan kurangnya pemahaman di kalangan masyarakat dalam memahami mengenai realitas kehidupan perempuan. Selanjutnya adalah permasalahan keluarga yang seringkali berfokus pada pengasuhan anak. Tugas sebagai ibu tunggal bukan hanya memenuhi kebutuhan anak, tetapi mereka juga mendidik anak, yang sangat penting untuk membangun karakter mereka. Lalu, masalah praktis terkait hal-hal yang tidak biasa ibu tunggal kerjakan. Dan terdapat juga permasalahan seksual yaitu berkaitan dengan kebutuhan biologis.

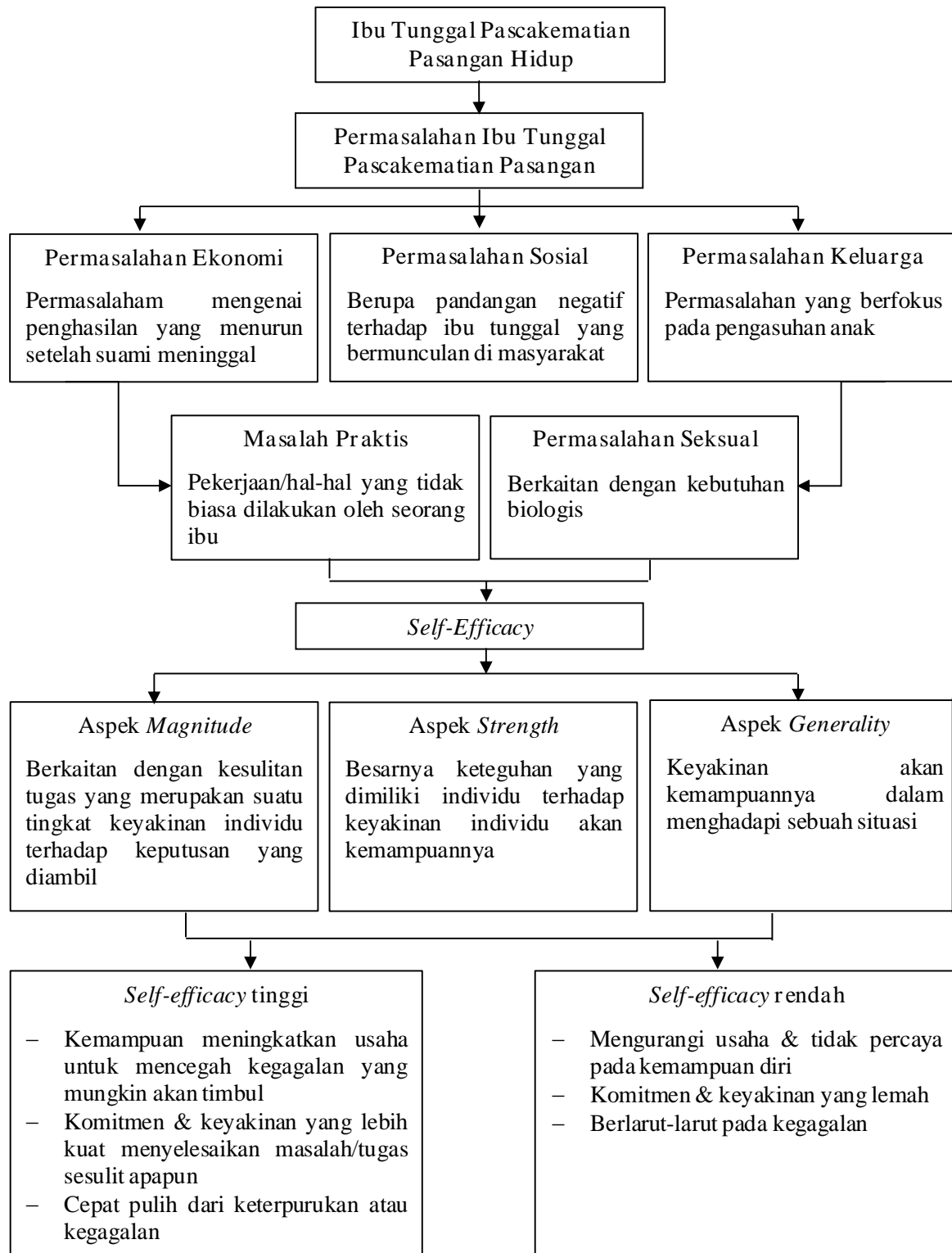
Pada kasus ibu tunggal dewasa awal yang tugasnya menekankan pada kesadaran, tanggung jawab dan kemampuan dalam menjalankan peran sosial baru yang diberikan kepadanya. Pada usia-usia tersebut menurut teori perkembangan Erikson merupakan tahapan dimana konflik antara keintiman atau keakraban *vs* keterasingan atau kesendirian mulai muncul dalam tahapan ini yang menjadi agen sosial adalah pasangan hidup suami atau istri, kekasih, dan termasuk sahabat (Krismawati, 2014: 51).

Oleh karena itu sangat penting bagi ibu tunggal untuk memiliki keyakinan tinggi dalam kemampuan menyelesaikan tugas atau masalah yang dialami (efikasi diri) untuk dapat bangkit kembali pascakematian pasangan hidup.

Seseorang yang memiliki tingkat *self efficacy* rendah cenderung percaya bahwa mereka tidak akan mampu menghadapi tantangan dan masalah. Mereka lebih sering merasa pesimis, putus asa, dan tertekan sehingga mereka akan mengurangi usahanya dalam upaya menyelesaikan masalah yang dihadapi, tidak memiliki komitmen dan keyakinan yang kuat, dan akan berlarut-larut pada kegagalan. Sebaliknya, individu yang memiliki tingkat *self efficacy* yang tinggi akan melihat tugas-tugas yang sulit sebagai tantangan yang menarik untuk diatasi pikiran dan perasaan mereka dengan cara yang lebih terbuka. Individu dengan tingkat *self efficacy* yang tinggi akan

meningkatkan usaha untuk mencegah kegagalan yang mungkin akan timbul ketika dihadapkan pada suatu masalah, mempunyai komitmen dan keyakinan yang lebih kuat dalam menyelesaikan masalah atau tugas sesulit apapun, dan akan cepat pulih dari keterpurukan atau kegagalan (Sisca et al., 2021: 95).

Gambar 2. 1 Skema Kerangka Berpikir



BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Dalam penelitian yang membahas gambaran *self efficacy* pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif karena penelitian ini bertujuan untuk memahami serta mempelajari sebuah fenomena yang tidak dapat menggunakan asumsi dan angka saja. Penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang menggunakan latar alamiah (*natural setting*) (Sugiyono, 2019: 17). Penelitian kualitatif menggunakan berbagai pendekatan saat ini untuk menemukan dan menggambarkan secara naratif aktivitas yang dilakukan individu dan bagaimana aktivitas tersebut berdampak pada kehidupan mereka (Bado, 2021: 27).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah fenomenologis guna mendapatkan pemahaman tentang makna pengalaman hidup seseorang. Studi fenomenologis menganalisis peristiwa dalam berbagai aspek pengalaman hidup manusia (Kahija, 2017: 26). Pengalaman nyata merupakan informasi mendasar tentang realistik dalam fenomenologi. Pendekatan fenomenologi bertujuan untuk mendeskripsikan pengalaman hidup berdasarkan kenyataan yang terjadi dan tanpa disertai oleh adanya prasangka (Littlejohn, 1996: 204). Dalam penelitian ini, penulis ingin mengetahui fenomena unik ibu tunggal tentang *self efficacy* pascakematian pasangan hidup. Salah satu cara untuk mencapai hal ini adalah dengan menggunakan pendekatan fenomenologis yang berpusat pada pemahaman pengalaman subjektif yang terjadi dalam hidup.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di rumah subjek karena dalam memperoleh informasi yang lebih terperinci, penting untuk menciptakan lingkungan yang nyaman bagi responden (Salama et al., 2020). Subjek dalam penelitian ini berasal dari Kendal, Jawa Tengah untuk memprioritaskan kemudahan peneliti dalam memperoleh data. Hal tersebut tidak lepas dari fakta bahwa di daerah Kendal cukup banyak ibu tunggal pascakematian pasangan hidup yang berusia 20 hingga 40 tahun.

C. Subjek Penelitian

Penelitian mengenai gambaran *self efficacy* pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup menggunakan sumber data primer yang merupakan data utama yang diperoleh langsung dari subjek (Sugiyono, 2019). Data utama berasal dari proses wawancara langsung dengan informan.

Subjek penelitian atau informan berfungsi sebagai narasumber selama penelitian yang dapat memberikan informasi mengenai keadaan latar penelitian (Creswell, 2013, p. 293). Pada penelitian ini menggunakan subjek yang dianggap mengerti garis besar permasalahan serta dapat menceritakan pengalaman yang dialami (Salama & Chikudate, 2021).

Dalam penelitian ini diharapkan bahwa informan dapat memberikan data yang empiris yang sesuai dengan teknik *purposive sampling* yang menggunakan penilaian peneliti untuk memilih sampel, dimana peneliti memiliki kriteria khusus untuk subjek yang menjadi sumber data (Greener, 2008, p. 49). Subjek dalam penelitian ini adalah ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. Peneliti menentukan kriteria subjek sebagai berikut:

1. Ibu tunggal akibat kematian suami
2. Ibu tunggal berusia 20-40 tahun
3. Mempunyai anak yang belum mandiri
4. Lama pascakematian suami 0-2 tahun
5. Ibu tunggal pascakematian pasangan hidup yang belum menikah kembali

Kriteria yang telah ditetapkan sekiranya dapat menjadi acuan dalam pemilihan subjek guna memberikan informasi terkait *self efficacy* pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *descriptive phenomenological analysis* dengan jumlah sampel yang kecil. Peneliti memilih empat orang subjek yang bersedia untuk memberikan informasi kepada peneliti terkait permasalahan yang diteliti dan diharapkan dapat mengikuti serangkaian wawancara.

Dalam penelitian ini memilih partisipan dengan usia dewasa awal karena pada tahapan ini, manusia akan mengalami berbagai masalah dan ketegangan emosional, periode isolasi sosial, periode komitmen, perubahan nilai-nilai serta penyesuaian dengan pola hidup yang baru (Putri, 2018, p. 36). Pada usia dewasa awal, menurut teori

perkembangan Erikson pada tahapan dimana konflik antara keintiman atau keakraban vs keterasingan atau kesendirian mulai muncul ini yang menjadi agen sosial adalah pasangan hidup suami atau isteri, kekasih, dan termasuk sahabat. Bila pada tahapan ini kebutuhan tidak terpenuhi, maka konsekuensinya adalah akan muncul perasaan kesepian, kesendirian dan perasaan tidak berharga (Krismawati, 2014, p. 50). Penelitian ini dilakukan guna memperoleh data yang jelas dan benar-benar akurat.

D. Teknik Pengumpulan Data

Salah satu langkah yang sangat penting dalam penelitian adalah pengumpulan data. Tujuan dari proses pengumpulan data adalah untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan benar sehingga hasil penelitian tidak keliru atau salah, oleh karena itu, peneliti terjun langsung ke lapangan untuk melakukan pengumpulan data melalui observasi dan wawancara.

Observasi hakikatnya adalah kegiatan dengan menggunakan pancaindera, guna mendapatkan informasi yang diperlukan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Hasil observasi dapat mencakup aktivitas, kejadian, peristiwa, objek, kondisi, atau suasana tertentu, serta perasaan emosi seseorang. Observasi dilakukan untuk mendapatkan gambaran langsung tentang suatu peristiwa atau kejadian untuk menjawab pertanyaan penelitian (Creswell, 2013: 172).

Wawancara merupakan sebuah proses interaksi atau komunikasi dengan tujuan mengumpulkan informasi melalui tanya jawab antara peneliti dan subjek penelitian. Pada dasarnya, wawancara adalah cara untuk mendapatkan informasi lebih lanjut tentang subjek penelitian (Creswell, 2013: 172–173). Untuk memastikan bahwa informasi dan data yang dikumpulkan dari subjek dapat dianalisis secara fenomenologis. Peneliti menggunakan metode wawancara terstruktur dimana peneliti telah menyiapkan panduan wawancara terlebih dahulu (Kahija, 2017: 80).

Data penelitian dikumpulkan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) guna mencapai kualitas data yang mendalam mengenai suatu fenomena. Wawancara mendalam dilakukan untuk menggali lebih dalam mengenai suatu fenomena yang menjadi tema penelitian. Pertanyaan yang diajukan oleh peneliti bersifat terbuka. Peneliti dapat mengembangkan pertanyaan berdasar atas jawaban yang diberikan oleh responden sehingga dapat menggali lebih dalam informasi yang diperlukan (Bado, 2021: 315). Dalam *in-depth interview*, peneliti berusaha untuk memahami respon yang diberikan responden secara mendalam. Penting bagi peneliti untuk memotivasi supaya

responden dapat menyampaikan pengalaman hidupnya secara lebih mendalam dan menjalin hubungan yang menimbulkan perasaan saling percaya dengan responden (Denzin & Lincoln, 2004).

Wawancara akan dilaksanakan langsung dengan responden secara terbuka, individual, dan bebas. Untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan mengenai gambaran *self efficacy* pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup, peneliti akan mengajukan beberapa pertanyaan dan responden memberikan jawaban yang luas sehingga peneliti dapat memperoleh fakta-fakta yang mengacu pada informasi yang dibutuhkan dalam penelitian.

Pedoman wawancara yang digunakan disusun berdasarkan teori untuk menggali informasi secara menyeluruh dan mendalam dari responden mengenai *self efficacy* pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. Berikut merupakan pedoman wawancara yang akan digunakan dalam penelitian ini:

Tabel 3.1 Pedoman Wawancara

No	Unsur	Aspek-Aspek	Informasi yang ingin diungkap
1.	Latar Belakang	Identitas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Inisial>Nama responden 2. Usia responden 3. Jumlah anak yang belum mandiri 4. Usia anak 5. Penghasilan/pemasukan responden 6. Waktu kematian suami
		Deskripsi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penyebab meninggalnya suami beserta waktu meninggalnya 2. Kehidupan sebelum kematian suami 3. Kehidupan pascakematian suami 4. Perbedaan sebelum dan setelah suami meninggal 5. Pandangan lingkungan sekitar
2.	Aspek <i>Self Efficacy</i>	Tingkatan kesulitan tugas (<i>Magnitude</i>)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Keyakinan akan kemampuan dalam menghadapi kesulitan masalah/tugas

			<ol style="list-style-type: none"> 2. Keyakinan akan tindakan-tindakan yang diambil ketika mengalami kesulitan atau menghadapi suatu masalah 3. Kemampuan adaptasi dengan situasi/peran baru sebagai ibu tunggal
		Kekuatan (<i>Strength</i>)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan dalam menghadapi hambatan 2. Usaha yang dilakukan untuk mencapai tujuan ketika dihadapkan dengan pengalaman yang memperlemah 3. Kesiapan dalam menghadapi masalah-masalah 4. Ketahanan dalam menghadapi masalah-masalah
		Dimensi generalisasi (<i>Generality</i>)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan untuk menilai kemampuan diri sendiri dalam menghadapi tugas/masalah 2. Keyakinan terhadap ketahanan menghadapi tugas/masalah 3. Keyakinan akan keberhasilan terhadap usaha yang telah dilakukan 4. Cakupan keyakinan baik melalui perilaku, kognisi, ataupun emosi

E. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan sebuah proses penyusunan data yang diperoleh dari observasi, wawancara, dan catatan lapangan lainnya. Proses ini melibatkan pengorganisasian data ke dalam kategori, membaginya menjadi subkategori, dan membuat rangkuman dari berbagai sumber rujukan yang sesuai dan sejalan dengan

kebutuhan penulis sehingga dapat ditarik kesimpulan yang mudah dipahami (Sugiyono, 2019).

Dalam penelitian ini, teknik analisis yang digunakan adalah *descriptive phenomenological analysis* (DPA). *Descriptive phenomenological analysis* merupakan metode untuk mendeskripsikan bagaimana responden mengartikan pengalamannya yang membantu peneliti untuk memahami arti inti seluruh pengalaman responden (Giorgi, 2016: 180). *Descriptive phenomenological analysis* (DPA) digunakan sesuai dengan fokus penelitian untuk menjawab bagaimana gambaran *self efficacy* pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.

Descriptive phenomenological analysis mempunyai tahapan analisis menurut Amedeo Giorgi sebagai berikut (Smith, 2009):

1. Peneliti melakukan epoche

Epoche merupakan sebuah konsep dimana peneliti membedakan data yang diberikan subjek dengan interpretasi peneliti dan menempatkan pandangan ke dalam sudut pandang subjek. Sikap epoche yaitu tidak mencampurkan pendapat dan pandangan pribadi ke dalam pemaknaan permasalahan subjek (Creswell, 2014: 450).

2. Membaca keseluruhan transkrip

Peneliti membaca keseluruhan transkrip dan menelaah secara berkala untuk memahami informasi yang didapatkan dari proses wawancara hingga menemukan suatu makna dari setiap fenomena. Pada tahapan ini, peneliti menetapkan *coding* guna mengelompokkan data berdasarkan kategori tertentu agar memperoleh pemahaman akan fenomena yang diteliti.

3. Menetapkan definisi khusus terhadap unit-unit makna

Pada tahapan ini disebut definisi tekstural yang mengharuskan peneliti mengasumsikan sikap reduksi psikologis fenomenologis tentang makna dari pengalaman subjek. Peneliti mendeskripsikan makna ke dalam bahasa psikologis terkait kondisi pikiran, perasaan, serta perilaku seseorang.

4. Membuat definisi struktural

Dalam tahapan ini, peneliti menciptakan bagian-bagian dengan menggambarkan unit-unit makna psikologis. Dalam menggambarkan suatu peristiwa peneliti menggunakan istilah dalam ilmu psikologis. Kemudian peneliti mengembangkan penjelasan tersebut menjadi lebih luas.

5. Menjelaskan definisi struktural

Dalam tahapan ini peneliti menuliskan hasil interpretasi secara logis mengenai pengalaman hidup subjek dengan penjelasan ilmiah dan empiris. Dalam tahapan ini, peneliti menjelaskan serta menghubungkan pengalaman hidup subjek melalui istilah dalam ilmu psikologi.

6. Menyimpulkan esensi atau manfaat dari pengalaman subjek

Tahapan terakhir adalah berisikan penjelasan esensi dari proses interpretasi terhadap pengalaman hidup subjek. Hal tersebut disimpulkan dari proses pemberian makna, definisi tekstural dan struktural yang telah dilakukan.

F. Keabsahan Data

Pengecekan keabsahan data diperlukan untuk mencegah kesalahan atau kekeliruan data yang telah dikumpulkan. Keabsahan data didefinisikan sebagai standar kebenaran hasil penelitian yang lebih menekankan pada data atau informasi. Dalam penelitian kualitatif, keabsahan data merupakan pemeriksaan terhadap akurasi hasil atau data dan dapat dinyatakan valid hanya jika tidak ada perbedaan antara apa yang dilaporkan peneliti dan keadaan sebenarnya dari subjek penelitian (Creswell, 2013: 253). Dalam penelitian kualitatif, data akan dianggap absah ketika mempunyai derajat kepercayaan (*credibility*), keterlibatan (*transferability*), kebergantungan (*dependability*), dan kepastian (*confirmability*). Uji keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah (Sugiyono, 2013: 364):

1. *Credibility*

Credibility merupakan sebuah cara yang dapat dilakukan melalui triangulasi. Triangulasi adalah sebuah metode yang digunakan untuk memeriksa kebenaran data tertentu yang sebelumnya telah dikumpulkan dengan cara membandingkan data dari sumber yang berbeda pada berbagai fase penelitian di lapangan pada waktu yang berbeda. Triangulasi juga dapat dilakukan dengan membandingkan hasil dua atau lebih peneliti yang menggunakan teknik yang berbeda (Harahap, 2020 : 70). Dalam penelitian ini menggunakan triangulasi teknik atau metode. Triangulasi teknik dilakukan dengan mengecek data dari sumber yang sama namun menggunakan metode yang berbeda. Data yang telah didapat melalui metode wawancara selanjutnya dicek menggunakan metode observasi.

2. *Transferability*

Transferabilitas adalah sebuah validitas eksternal atau standar yang dinilai oleh pembaca. Transferabilitas dapat dikatakan tinggi jika pembaca memiliki pemahaman mengenai fokus penelitian dengan kata lain pembaca dengan peneliti mempunyai kesamaan persepsi terhadap fokus dan isi penelitian.

3. *Dependability*

Dependability adalah cara untuk mengecek keseluruhan proses penelitian. *Dependability* berkaitan dengan adanya pengecekan terhadap ketetapan peneliti di dalam mengkonseptualisasikan data secara ajeg. Dependabilitas dapat dikatakan tinggi apabila peneliti mempunyai sikap konsistensi dalam keseluruhan proses penelitian, yaitu dalam proses memperoleh data, menciptakan pola serta konsep ketika membuat kesimpulan mengenai *self efficacy* ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.

4. *Confirmability*

Confirmability merupakan kepastian bahwa penelitian yang dilakukan bersifat objektif jika diterima dan disepakati secara luas dan hasilnya valid antara hasil dengan data yang terjadi sebenarnya pada subjek penelitian yang melalui telaah hasil penelitian yang berhubungan dengan proses penelitian. Dalam tahapan ini peneliti sebaik mungkin menjelaskan hasil penelitian dengan benar dan mengikuti kaidah penulisan.

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek

1. Proses Penemuan Subjek

Sebelum memaparkan lebih lanjut mengenai hasil penelitian, peneliti akan menjelaskan mengenai proses penemuan subjek hingga proses penelitian berlangsung. Subjek yang telah ditemukan sudah memenuhi segala karakteristik yang telah ditentukan dalam penelitian ini. Semua subjek yang didapat merupakan ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. Sebelumnya peneliti menghubungi subjek terlebih dahulu guna menjelaskan mengenai tujuan dari permohonan serta menggambarkan proses penelitian yang akan dilakukan dan meminta ketersediaan subjek untuk mengikuti segala rangkaian wawancara ke depannya. Setelah semua subjek memberikan persetujuan, peneliti menyusun pedoman wawancara yang akan digunakan selama proses penelitian.

Peneliti kemudian melakukan wawancara yang dilakukan secara langsung dengan keempat subjek. Selanjutnya, jadwal pertemuan dengan subjek guna melakukan penelitian disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Jadwal Wawancara

No	Inisial	Tanggal	Waktu	Tempat Wawancara	Keterangan	Keperluan
1	A	1) Selasa, 10 September 2024 2) Rabu, 11 September 2024	1) 12.00 WIB 2) 10.00 WIB	Rumah Subjek	<i>Offline</i>	Wawancara 1 dan Wawancara 2
2.	P	1) Kamis, 12 September 2024	1) 16.00 WIB	Rumah Subjek	<i>Offline</i>	Wawancara 1 dan Wawancara 2

		2) Jumat, 13 September 2024	2) 09.15 WIB			
3.	NE	1) Jumat, 13 September 2024 2) Sabtu, 14 September 2024	1) 15.00 WIB 2) 16.00	Rumah Subjek	<i>Offline</i>	Wawancara 1 dan Wawancara 2
4.	N	1) Minggu, 15 September 2024 2) Senin, 16 September 2024	1) 08.00 WIB 2) 08.30 WIB	Rumah Subjek	<i>Offline</i>	Wawancara 1 dan Wawancara 2

2. Deskripsi Subjek

a) Subjek 1 (A)

Subjek 1 yang berinisial A berusia 22 tahun. A merupakan seorang ibu tunggal pascakematian pasangan hidup yang juga masih menyandang status sebagai mahasiswa semester akhir yang kini tengah menyusun skripsi. A mempunyai satu anak yang berusia satu tahun tiga bulan. A telah menikah dengan suaminya selama 1 tahun. A dan suami memutuskan untuk menikah muda karena insiden yang mereka alami. Meski begitu, A dan suami menerima dan menjali kehidupan dengan bahagia layaknya pasangan pada umumnya. Setelah menikah, A tetap melanjutkan kuliahnya dan suami bekerja.

Sebelum suami meninggal, pemasukan A berasal hanya dari suaminya dan A hanya menjadi ibu rumah tangga sembari menjadi mahasiswa. A menyadari betul konsekuensi menikah muda, jadi ia siap untuk menjadi mahasiswa sekaligus ibu tunggal dalam waktu bersamaan. Begitu pun dengan suaminya, selain bekerja, suami A juga tetap ikut andil dalam mengasuh

anaknya yang saat itu masih bayi. Waktu meninggalnya suami A telah berjalan satu tahun yang disebabkan oleh sakit yang mendadak. Sebelumnya, suami A dalam keadaan yang sehat seperti hari-hari biasanya dan tidak mengeluhkan apapun. Namun, seketika kondisi kesehatan suami A menurun dalam waktu yang begitu singkat hingga akhirnya meninggal. Saat itu terjadi belum terlalu lama pasca A melahirkan, A mengaku mengalami *baby blues* serta stres, karena biasanya suami lah yang menemani ia terjaga untuk mengurus anak. Setelahnya A merasa kesepian dan kehilangan *support system* yang sebelumnya ia dapat dari kehadiran suami.

Pascakematian suami, untuk sekarang A tinggal bersama dengan mertuanya seperti sebelumnya. Meski seringkali merasa canggung, namun untuk pemasukan sehari-hari A mendapatkannya dari mertuanya, khususnya untuk kebutuhan anaknya. Namun A merasa bahwa mertuanya memang cenderung lebih acuh tak acuh setelah meninggalnya suami A. Untuk keperluan kuliah, A sesekali mencari pekerjaan paruh waktu. Setelah menyandang status sebagai ibu tunggal, A tidak mendapatkan stigma buruk dari lingkungan sekitarnya. Sebaliknya, A justru mendapatkan dukungan serta perilaku baik dari lingkungan sekitarnya.

b) Subjek 2 (P)

Subjek 2 berinisial P, ia berusia 39 tahun merupakan seorang ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. P mempunyai 2 anak. Anak pertama P adalah perempuan dan anak bungsunya adalah laki-laki. Anak pertama P yang berjenis kelamin perempuan berusia 20 tahun sudah bekerja namun belum berkeluarga, anak terakhir P berjenis kelamin laki-laki yang berusia 16 tahun dan kini tengah duduk di bangku sekolah menengah atas. Sehari-hari P menjadi ibu rumah tangga yang bekerja serabutan di kebun karet untuk mengumpulkan getah karet yang nantinya akan dijual dengan penghasilan yang tidak menentu.

P telah menikah dua kali, suami pertama P meninggal karena kecelakaan 20 tahun lalu sedangkan suami keduanya meninggal satu tahun lalu karena penyakit ginjal. Meski kehilangan keduanya sama-sama menyebabkan kesedihan dan duka yang mendalam bagi P, namun P lebih merasakan kesedihan mendalam ketika ditinggalkan oleh suami keduanya karena ia menyaksikan dan menemani perjuangan suaminya selama masa berobat. Jadi, P merasakan ikatan emosional yang lebih mendalam dengan suami keduanya yang menikahinya 19

tahun lalu. Sebelumnya P mendapatkan pemasukan dari suaminya, sementara P menjadi ibu rumah tangga. P merasa kebutuhannya tercukupi oleh penghasilan mendiang suaminya karena rutin tiap bulannya, berbeda dengan sekarang yang hasil pemasukannya tidak menentu. Untuk sekarang P mendapatkan pemasukan sehari-hari dari hasil kerja serabutan yang ia lakukan.

Waktu meninggalnya suami P telah berjalan satu tahun yang disebabkan oleh sakit ginjal. Sekarang P tinggal dan menjalani kesehariannya hanya bersama dengan kedua anaknya. P terkadang mendapat stigma buruk karena statusnya sebagai ibu tunggal dari lingkungan sekitarnya, namun P memilih untuk tidak memperdulikan hal tersebut.

c) Subjek 3 (NE)

Subjek 3 berinisial NE yang berusia 32 tahun merupakan seorang ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. NE mempunyai 2 anak yang belum mandiri. Anak pertamanya berjenis kelamin laki-laki yang tengah duduk di bangku kelas 2 sekolah menengah pertama, berusia 13 tahun. Sementara itu, anak bungsunya berusia 6 setengah tahun yang juga berjenis kelamin laki-laki. Kehidupan sehari-hari NE saat ini menjadi ibu rumah tangga dan berjualan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari pascakematian suami. Untuk sekarang NE mendapatkan pemasukan sehari-hari hanya dari berjualan di sekolahan yang ia lakukan dari pagi hingga dzuhur.

NE sudah menjalani pernikahan dengan mendiang suaminya kurang lebih 13 tahun sampai suaminya meninggal 40 hari yang lalu karena sakit yang telah diidap kurang lebih 5 bulan. NE tidak menyangka bahwa penyakit yang awalnya didiagnosa sebagai syaraf kejepit hingga menyebabkan tidak bisa bergerak hingga tidak bisa buang air kecil dan besar, yang ternyata adalah tumor yang penyebarannya sangat cepat. Dalam waktu 5 bulan tersebut kondisi kesehatan suami NE kian menurun hari demi hari hingga akhirnya meninggal.

NE mulai berjualan semenjak suaminya sudah tidak bisa bergerak karena penyakit yang diidapnya. Sebelum suaminya meninggal, NE mendapatkan penghasilan dari suaminya secara rutin dan mencukupi kehidupan sehari-harinya hingga ke kebutuhan anak-anaknya. Sedangkan NE sebelumnya hanya menjadi ibu rumah tangga yang mengurus anak-anaknya. Sejauh ini NE tidak mendapatkan stigma buruk dari lingkungan sekitar. Sekarang NE tinggal hanya

bersama dengan kedua anaknya. NE juga berhubungan baik dengan keluarga mendiang suaminya.

d) Subjek 4 (N)

Subjek berinisial N yang berusia 38 tahun merupakan seorang ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. Sehari-hari ia menjadi ibu rumah tangga. N mempunyai 2 anak laki-laki. Anak pertamanya berusia 20 tahun dan sudah bekerja di pelayaran, sedangkan anak keduanya berusia 13 tahun berjenis kelamin laki-laki yang tengah duduk di bangku kelas 2 sekolah menengah pertama.

N menjalani pernikahan dengan suaminya selama 19 tahun hingga suaminya meninggal 2 tahun lalu karena jatuh ketika tengah bekerja. Namun, sebelumnya almarhum suami N mempunyai riwayat darah tinggi yang diduga menjadi pemicu meninggalnya suami N. Sebelum suaminya meninggal, N menjadi ibu rumah tangga sembari berjualan di warung dan mendapatkan penghasilan tiap bulannya dari suami. Setelah meninggalnya suami, N menutup warungnya dan hanya mengandalkan pemasukan dari anak pertamanya yang bekerja. Beberapa kali, N juga mendapatkan penghasilan dari mengantar keponakannya sekolah. Namun, untuk sekarang N hanya menjadi ibu rumah tangga yang juga fokus untuk merawat orang tuanya yang sudah berumur.

N pernah mendapatkan stigma buruk dari lingkungan sekitar yang menganggap N lebih bebas saat sudah menjadi ibu tunggal, karena sebelumnya di mata para tetangga N seperti banyak dilarang oleh suaminya. Namun N memilih tidak menanggapi karena N merasa hal tersebut tidak benar. Sekarang N tinggal dan hidup hanya dengan anak bungsunya, karena anak pertamanya bekerja di tempat yang jauh dari rumah. Hal tersebut seringkali mengakibatkan kekhawatiran N karena jauh dari anak pertamanya. N juga masih berhubungan baik dengan mertuanya.

Tabel 4.2 Identitas Subjek

Subjek	Usia subjek	Jumlah anak	Usia anak	Jumlah anak yang belum mandiri	Asal penghasilan	Waktu kematian suami
Subjek 1 (A)	22 tahun	Satu	1 tahun 3 bulan	Satu	Mertua	1 tahun
Subjek 2 (P)	39 tahun	Dua	20 tahun dan 16 tahun	Satu	Bekerja serabutan	1 tahun
Subjek 3 (NE)	32 tahun	Dua	13 tahun dan 6 tahun	Dua	Berjualan	40 hari
Subjek 4 (N)	38 tahun	Dua	20 tahun dan 13 tahun	Satu	Anak pertama	2 tahun

B. Hasil Temuan

1. Deskripsi Hasil Temuan

Pada deskripsi hasil temuan ini akan menguraikan mengenai hasil yang berkaitan dengan fokus penelitian. Hasil temuan ini berisikan informasi dari subjek yang diperoleh melalui proses wawancara. Setelah informasi didapatkan melalui proses wawancara, data yang diperoleh akan diubah menjadi transkrip dan horisontalisasi dengan tujuan mempermudah peneliti untuk meninjau kembali hasil temuan. Untuk memastikan keakuratan data, peneliti juga membuat deskripsi dari data mentah yang dihasilkan dari penelitian. Lalu data mentah tersebut disusun menjadi beberapa bagian yang diberi kode supaya lebih mudah untuk dipahami. Kode-kode tersebut dibuat berdasar dengan sumber serta pengelompokan data saat proses pengkodean. Misalnya, sebagai contoh, kode (W1.S1.30). W1 diartikan sebagai wawancara pertama, S1 adalah subjek pertama, dan 30 dalam konteks tersebut merupakan baris ke 30 pada tabel transkrip wawancara.

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, peneliti menemukan hasil dari proses wawancara terhadap 4 subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Data-data yang telah didapat kemudian ditelaah dengan cara memahami maknanya secara

menyeluruh. Kemudian penelitian ini menghasilkan beberapa tema yang meliputi: 1) Kesedihan 2) Kesulitan akan peran baru 3) Pemilihan tingkah laku 4) Ketidakyakinan 5) Pengharapan yang lemah 6) Respon emosional 7) Tekanan 8) Dedikasi dan komitmen 9) Keyakinan akan keberhasilan. Berikut merupakan deskripsi dari hasil data yang diperoleh peneliti melalui proses wawancara dengan subjek yang termasuk kutipan dari wawancara tersebut.

A. Aspek Tingkat/Level Kesulitan Tugas (*Magnitude*)

1) Kesedihan

Dalam penelitian ini keempat subjek mengalami kesedihan mendalam pascakematian pasangan hidup. Hal tersebut terungkap dalam wawancara sebagai berikut:

a) Subjek 1 (A)

S1 mengungkapkan bahwa dirinya terkejut atas meninggalnya pasangan hidup karena ia anggap terlalu mendadak. Hal tersebut memicu adanya perasaan sedih, sekaligus bersalah.

“Kaget banget karena mendadak juga kan, dan tentunya sedih, *syok*, sama terpukul banget. Dan itu aku juga nyesel karena berasa gak tahu apa-apa soal keadaan suami aku sendiri dan nggak bisa jagain dia terus pas sakit. Merasa bersalah banget sih aku.”
(W1.S1.36).

S1 terlalu berlarut pada perasaan menyesal yang mendalam karena S1 menganggap dirinya tidak cukup tahu akan keadaan kesehatan suaminya. S1 juga merasa bersalah karena tidak bisa selalu menjaga suaminya ketika sakit.

b) Subjek 2 (P)

Meski mendiagnosa suami S2 sudah mengidap penyakit ginjal sudah cukup lama, namun kepergiannya sangat membuat S2 terkejut dan menimbulkan rasa tidak percaya bagian dari respon kesedihan yang S2 alami.

“Ya, kaget. Hmmm, di sebelah itu ada orang yang meninggal juga, jadi suami saya ikut *ngedrop*. Karena yang di sebelah itu pada nangis.” (W1.S2.24)

S2 merasa kepergian suaminya juga dipengaruhi oleh situasi pada saat itu yang membuat kesehatan suami S2 kian menurun.

c) Subjek 3 (NE)

S3 merasa beratnya beban emosional yang dirasakan pascakematian pasangan hidup. S3 merasa terkejut dan merasakan kesedihan mendalam ketika suaminya meninggal dan masih belum bisa menerima kenyataan bahwa orang yang dicintainya telah tiada.

“Rasanya, ya hancur. Seketika itu, tidak percaya kalau om tu udah gak ada tu seketikapun gak percaya. Hatinya terasa teriris-iris, sakit. Biasanya kan ditemenin, sekarang gak ditemenin. Ya sulit diungkapkan lah. Ya rasanya, beginilah, dek.” (W1.S3.20).

Selain merasakan kesedihan, S3 juga merasakan kesepian pascakematian pasangan hidup karena harus melalui masa transisi menjadi ibu tunggal.

d) Subjek 4 (N)

S4 merasakan rasa sakit yang mendalam karena peristiwa yang tiba-tiba ia alami yaitu kepergian sang suami untuk selamanya.

“Sakit lah. Kaget. Dan itu tu terbilang mendadak. Sebelumnya itu baik-baik aja. Pas berangkat kerja itu masih baik-baik aja, nggak ada keluhan apa-apa gitu. Kayak biasanya aja, sehat-sehat aja.” (W1.S4.31).

S4 merasa syok karena meninggalnya sang suami terjadi sangat mendadak, bahkan sebelumnya tidak ada gejala sakit sama sekali sebelum berangkat bekerja.

2) Kesulitan akan peran baru

Keempat subjek dalam penelitian ini mengalami kesulitan akan peran baru sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup, hal tersebut terjadi karena belum terbiasa akan peran baru tersebut. Hal tersebut terungkap dalam wawancara sebagai berikut:

a) Subjek 1 (A)

S1 mengalami peran baru yang berupa peran ganda yaitu sebagai ibu dan juga menggantikan peran ayah. S1 merasakan kesulitan ketika dihadapkan dengan peran ganda pascakematian pasangan hidup.

“Kesulitannya kalau anak lagi sakit, rewel, dan ngerjain skripsi. Jadinya aku harus berperan ganda kan. Menggantikan peran ayahnya. Mau gak mau aku harus memiliki dua peran biar anak aku gak ngerasa minder atau sedih.” (W1.S1.40).

Kesulitan itu makin dirasa ketika ia harus dihadapkan dengan kejadian yang tidak terduga diluar kendalinya. Namun keadaan yang memaksanya harus mampu untuk berperan ganda.

b) Subjek 2 (P)

S2 merasakan kesulitan ketika merawat anak tanpa adanya kehadiran suami dan juga kesulitan keuangan setelah suami meninggal, sehingga ia harus berperan ganda.

“Ya mungkin, merawat dan mendidik anak. Kalau tidak ada suami tetap ada perbedaan, mbak. Siapa yang mau menjadi janda, sih? Kan tidak ada yang mau. Inginnya merawat dan mendidik anak bersama dengan suami. Dan juga kalau ada suami, ada penghasilan yang masuk. Sekarang harus kerja sendiri.” (W1.S2.27).

Ada keinginan mendalam untuk berbagi tanggung jawab dan pengalaman membesarkan anak bersama suami. Kesulitan kehidupan sehari-hari S2 pascakematian pasangan hidup yaitu dalam menyeimbangkan tanggung jawab antara keluarga dan pekerjaan, serta tantangan ekonomi pascakematian pasangan hidup.

c) Subjek 3 (NE)

S3 menghadapi tantangan baru serta kesulitan-kesulitan sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup berupa peran ganda menggantikan peran seorang ayah.

“Ya itu tadi, bulik harus menggantikan peran om. Yang biasanya anak-anak nurut sama om, bulik harus menggantikannya. Dan bulik juga harus berperan menghidupi keluarga juga sekarang.” (W1.S3.34).

S3 menunjukkan adanya perubahan peran dalam keluarga yang berhubungan dengan kesulitan dalam proses mendidik anak dan beban tanggung jawab yang harus dipikul olehnya pascakematian pasangan hidup untuk menghidupi keluarganya yang sebelumnya bergantung oleh suaminya.

d) Subjek 4 (N)

S4 menyoroti bahwa cara mendidik anak, kondisi ekonomi, serta rasa kesepian karena kehilangan sebagai kesulitan-kesulitan yang ia hadapi ketika berperan menjadi ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.

“Ya itu lah, cara mendidik anaknya berkurang. Kayaknya gimana ya ekonomi juga. Terus nggak ada yang bisa ngajak ngobrol kayak biasane.” (W1.S4.36).

S4 merasakan kesepian pascakematian pasangan hidup yang menggambarkan rasa kehilangan pascakematian pasangan hidup dimana S4 harus melalui masa transisi dan menghadapi kesulitan-kesulitan sebagai ibu tunggal.

3) Pemilihan tingkah laku

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa terdapat perbedaan pemilihan tingkah laku pada keempat subjek untuk menghadapi kesulitan sebagai ibu tunggal. Hal tersebut terungkap dalam wawancara sebagai berikut:

a) Subjek 1 (A)

S1 mampu untuk menemukan cara atau upaya untuk mengatasi berbagai tantangan-tantangan baru yang ia hadapi sebagai ibu tunggal

pascakematian pasangan hidup, meski S1 kerap kali kesulitan untuk mengontrol emosi. S1 menyebutkan tantangan-tantangan baru yang ia hadapi sebagai ibu tunggal meliputi peran ganda, mengelola emosi, mengelola waktu, menjaga mental, dan juga mengelola keuangan.

“Cara ngatasinnya itu kalau mengelola waktu itu biasanya aku udah ada jadwal sendiri atau gak aku sempet-sempetin kalau anak lagi tidur aku melakukan apa gitu, kegiatan yang pokoknya aku suka deh. Terus kalau masalah mental biasanya aku nyempetin sehari untuk *me time* buat diri sendiri. Anak aku titipin biar ada *refreshing* lah. Kalau emosi biasanya aku diem dulu baru nenangin anak. Tapi jujur, kadang kalau aku gak bisa ngontrol emosi kadang yaudah nangis atau marahin anak, tapi habis itu nyesel marahin anak. Padahal kita tahu anak kita tuh gak salah. Kalau keuangan sih ya aku kerja dikit-dikit lah, meski tetap dibantu masalah uang sama mertua.” (W2.S1.9).

b) Subjek 2 (P)

S2 mengatasi kesulitan-kesulitan peran sebagai ibu tunggal dengan cara menerima realita hidup dan sabar, berpasrah terhadap takdir yang telah ditetapkan.

“Terima saja sih, mbak. Semua kan sudah takdirnya mau bagaimana lagi? Tetap dijalani saja soalnya sudh takdir.” (W1.S2.40).

Tidak ada tindakan spesifik yang S2 akan lakukan untuk menghatasi atau menghadapi peran baru sebagai ibu tunggal. S2 hanya menekankan pada kesabaran dan penerimaan akan takdir.

c) Subjek 3 (NE)

S3 merasakan ketidakpastian dan keraguan mengenai langkah yang akan ia ambil kedepannya untuk mengatasi segala kesulitan, tugas, serta tantangan peran sebagai ibu tunggal, karena situasi yang ia alami sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup masih relatif baru.

“Kan baru sekitar 40 hari ya, dek. Kalau pandangan itu sudah ada cuma kalau pergerakan belum ada. Soalnya bulik sendiri masih bingung kedepannya mau bagaimana.” (W1.S3.39).

d) Subjek 4 (N)

Dalam mengatasi segala tugas, tantangan, serta peran baru sebagai ibu tunggal, S4 menekankan pada pentingnya kombinasi antara usaha dan spiritualitas dalam menghadapi tantangan.

“Berusaha, jalani aja sama terus berdoa semoga dimudahkan semuanya.” (W2.S4.10).

Seperti subjek 2, S4 pun tidak mempunyai tindakan yang secara spesifik dapat mengatasi tantangan peran baru yang ia hadapi. S4 menekankan pentingnya berdoa untuk kemudahan menjalani peran baru sebagai ibu tunggal.

B. Kekuatan (*Strength*)

4) Ketidakyakinan

Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa keempatnya tidak yakin akan kemampuan yang dimiliki. Hal tersebut terungkap dalam wawancara sebagai berikut:

a) Subjek 1 (A)

Masih terdapat ketidakyakinan atau keraguan pada diri S1 ketika menilai atau memandangkan kemampuannya untuk menghadapi tugas serta tantangan baru sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.

“Ya namanya juga manusia ya kadang pernah ngerasa enggak bisa menghadapinya. Tapi hidup kan akan terus berjalan jadi ya mau enggak mau kan harus tetep dijalanin ya meski yakin nggak yakin.” (W2.S1.20).

b) Subjek 2 (P)

S2 merasakan perasaan bingung akan keadaan yang ia alami. S2 juga merasakan perasaan cemburu terhadap kehidupan orang lain yang masih mempunyai suami.

“Ya gimana ya, mbak? Yakin gak yakin. Ya, aku inginnya seperti orang lain yang masih punya suami.” (W2.S2.3).

Terdapat konflik batin S2 mengenai kemampuan dirinya setelah mengalami pengalaman berduka.

c) Subjek 3 (NE)

S3 merasa belum yakin dengan kemampuan yang ia miliki ketika menghadapi segala tantangan dan peran baru sebagai ibu tunggal karena waktu meninggalnya sang suami pun masih terhitung baru.

“Kalau sejauh mana itu, bulik juga belum tahu. Bulik kemampuane seberapa juga belum tahu, soalnya kan masih baru juga.” (W2.S3.8).

d) Subjek 4 (N)

S4 menunjukkan proses pemulihan yang cukup lama pascakematian pasangan hidup. S4 belum yakin akan mampu secara sepenuhnya menghadapi situasi sebagai ibu tunggal yang mana mencerminkan kerentanan.

“Ya meskipun sudah segitu tahun, masih tetap berat. Meski sudah dua tahunan. Saya rasakan ya belum yakin kalau mampu. Ya tetap merasa butuh dukungan, apalagi dukungan dari suami.” (W2.S4.15).

S4 juga menekankan pentingnya dukungan, terutama dari suami. Ini menunjukkan bahwa dukungan sangat penting dalam menghadapi kesulitan dan dapat berkontribusi pada proses penyelesaian masalah.

5) Pengharapan yang lemah

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa keempat subjek mempunyai pengharapan yang lemah yang ditandai dengan mudah terpengaruh dengan hal negatif atau pengalaman yang memperlemah. Hal tersebut terungkap dalam wawancara sebagai berikut:

a) Subjek 1 (A)

Ketika dihadapkan dengan pengalaman yang memperlemah, ketika terdapat kejadian yang mengingatkan dengan mendiang sang suami, S1 cenderung mengalami kesedihan mendalam serta masih

diselimuti oleh rasa sesal dan bersalah yang mendalam atas meninggalnya pasangan hidupnya.

“Aku bakalan sedih banget ya dan keinget merasa bersalah. Karena aku sebagai istrinya gak tahu apa-apa kalau suami sakit. Eh, tiba-tiba langsung diambil.” (W2.S1.30).

b) Subjek 2 (P)

S2 merasakan kesedihan tiap kali menghadapi pengalaman yang memperlemah. S2 menceritakan kesedihannya ketika dihadapkan dengan pengalaman yang mengingatkannya akan kehadiran suami.

“Ya pastinya sedih. Apalagi sebelumnya aku juga sudah pernah ditinggal suami pertama meninggal. Tapi, beda. Karena untuk suami yang kedua aku menemani dari awal.” (W2.S2.12).

S2 juga menceritakan adanya kesedihan yang berulang karena kepergian pasangan hidup yang membuat ia bernostalgia dengan kepergian suami pertamanya. Namun S2 lebih merasa terikat secara emosional dengan almarhum suami keduanya karena ia menemani dari awal sakit hingga ajal.

c) Subjek 3 (NE)

Ketika dihadapkan dengan pengalaman yang memperlemah yang mengingatkan akan kehadiran pasangan hidup, S3 menunjukkan emosi mendalam yang muncul, seperti kesedihan akan pengalaman berdukanya, ketidakpercayaan akan meninggalnya suami, serta kesepian akibat kehilangan. S3 menunjukkan bahwa masih terdapat perasaan untuk sulit menerima kenyataan.

“Ya, sedih. Masih suka tidak percaya kalau om itu udah tidak ada, biasanya apa-apa sama om, sekarang jadi sendiri, bulik jadi ngerasa kesepian.” (W2.S3.15).

d) Subjek 4 (N)

S4 masih merasakan kesedihan mendalam ketika dihadapkan pada peristiwa yang memperlemah, yang mengingatkannya pada suaminya yang telah meninggal dan juga menimbulkan rasa rindu. S4

membandingkan kehidupannya dengan orang lain mengakibatkan rasa kehilangan lebih dalam.

“Ya pastinya sedih setiap teringat dengan almarhum ayahnya anak-anak. Kadang ya ingin seperti teman-teman yang lain, yang masih punya suami buat nemenin.” (W2.S4.25).

C. Dimensi Generalisasi (*Generality*)

6) Respon emosional

Dalam penelitian ini keempat subjek yang berpartisipasi mengalami respon emosional yang negatif dampak dari kepergian pasangan hidup. Hal tersebut terungkap dalam wawancara sebagai berikut:

a) Subjek 1 (A)

Respon emosional yang dialami S1 yaitu sering mengalami gejala *stress* seperti perasaan cemas, sulit tidur, bingung, resah, dan juga tidak tenang. S1 secara spesifik menyebutkan bahwa mengalami sulit tidur ketika awal-awal setelah meninggalnya sang suami. Perasaan-perasaan tidak menyenangkan tersebut, membuat S1 melalui proses berpikir mendalam sehingga menimbulkan dampak yang mengarah pada kelelahan.

“Sering sih. Kalau sulit tidur itu pas awal-awal suami meninggal.” (W2.S1.33).

“Mikir sampe akhirnya capek terus nenangin pake lagu.” (W2.S1.34).

b) Subjek 2 (P)

S2 menyebutkan bahwa ia seringkali mengalami gejala stres pascakematian pasangan hidup dan menunjukkan bahwa ia terjebak dalam berbagai pikiran. Menunjukkan bahwa adanya hubungan antara gejala stres yang ia alami dengan kesedihan mendalam akan pengalaman pribadi sebagai ibu tunggal serta menunjukkan adanya perbedaan antara tampilan luar S2 dengan perasaan batinnya. Dalam menghadapi tantangan emosional yang muncul sebagai respon terhadap situasi yang sulit S2 menekankan pentingnya kesabaran.

“Ya kalau itu pasti. Pikirannya sangat kalut. Apalagi kalau lagi sholat malam, pasti keinget suami. Kelihatannya saja dari luar kuat, tapi aslinya sering nangis.” (W2.S2.19).

c) Subjek 3 (NE)

S3 mengalami tanda-tanda atau respon akibat tekanan atau beban emosional pascakematian pasangan hidup yang muncul yang merupakan gejala-gejala stres.

“Pastinya ada. Rasa cemas, rasa sedih, rasa khawatir.” (W2.S3.18).

“Sering rasanya dada sesak. Tidak nafsu makan, rasanya gemetar itu semua tetep ada, dek.” (W2.S3.19).

d) Subjek 4 (N)

S4 mengakui bahwa ia seringkali mengalami gejala stres pascakematian pasangan hidup. Menggambarkan kekhawatiran, menunjukkan dampak fisik dari kecemasan, keadaan batin yang tidak nyaman, dan kegelisahan yang terus menerus. Perasaan cemas, kekhawatiran, resah, dan tidak tenang S4 sekarang lebih tertuju kepada anak, terutama anak pertama yang berada jauh darinya. Untuk menghadapinya sebagai bentuk usaha dan harapan, S4 hanya mampu berdoa agar segalanya baik-baik saja.

“Iya sering ada.” (W2.S4.28).

“Ketika anak, apalagi anak yang pertama itu kan kerjanya jauh, ya pikirannya pasti aneh-aneh lah.” (W2.S4.29).

7) Tekanan

Keempat subjek dalam penelitian ini mengalami tekanan sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup yang berbeda-beda. Hal tersebut terungkap dalam wawancara sebagai berikut:

a) Subjek 1 (A)

S1 menyampaikan bahwa ia mendapatkan tekanan-tekanan ketika menjadi ibu tunggal pascakematian pasangan hidup yang terjadi di luar kontrolnya. Tekanan-tekanan yang ia alami muncul karena perasaan

keseharian yang ia alami pascakematian pasangan hidup. S1 juga menyampaikan bahwa adanya beban karena tidak lagi dapat merasakan dukungan dan kehadiran suaminya. Menggambarkan keadaan emosional dan keadaan sosial S1 sebagai ibu tunggal yang tidak lagi mendapatkan dukungan dari suami yang memunculkan dampak psikologis dari situasi tersebut.

“Pernah banget. Itu terasa ketika anak lagi sakit apalagi kalau sampe dirawat. Tekanannya tuh biasanya yang muncul karena kita melakukannya sendirian tanpa ada yang menemani dan mendukung.” (W2.S1.35).

b) Subjek 2 (P)

Perjalanan S2 sebagai ibu tunggal menghadapi berbagai tantangan yang berupa tantangan ekonomi dan emosional, sembari dihadapkan pada tanggung jawab sebagai ibu tunggal. Hal tersebut menunjukkan bagaimana pengalaman kehilangan S2 berhubungan erat dengan tanggung jawab baru. S2 juga merasa tertekan dengan keadaan tersebut.

“Kalau tekanan pasti ada ya, mbak, namanya juga janda. Seperti tadi masalah ekonomi, sebelumnya almarhum yang menafkahi, sekarang mau tidak mau harus bekerja sendiri, yang penting ada penghasilan untuk anak sekolah. Dan juga ketika teringat dengan almarhum suami. Sangat terasa karena menemani sejak awal sampai meninggal.” (W2.S2.26).

c) Subjek 3 (NE)

S3 mempunyai kemauan untuk berusaha mengatasi tekanan atau kesulitan yang ia alami, karena ia menyadari akan mengalami berbagai tekanan pascakematian pasangan hidup.

“Kalau tekanan pasti ada. Semua bulik akan hadapi semampu bulik.” (W2.S3.21).

d) Subjek 4 (N)

Selama menjadi ibu tunggal, S4 mengalami tekanan yang berupa komentar dari orang lain. S4 memilih untuk tidak peduli dengan omongan jelek tersebut. S4 menyampaikan ia yang mengalami atau

menjalani status sebagai ibu tunggal dan merasakan dampaknya, sehingga ia merasa tidak perlu memikirkan komentar orang lain.

“Omongan jelek, saya sih cuek aja. Sejauh ini tekanan-tekanannya ya itu saja kalau buat saya. Pokoknya dibuat bodo amat, soalnya yang ngerasain kan saya sendiri.” (W2.S4.32).

8) Dedikasi dan Komitmen

Dalam penelitian ini keempat subjek menunjukkan dedikasi serta komitmen yang berbeda-beda satu dengan yang lainnya saat menjalani peran baru sebagai ibu tunggal. Hal tersebut terungkap dalam wawancara sebagai berikut:

a) Subjek 1 (A)

S1 merasakan putus asa dan sempat memiliki keinginan untuk menyerah dan menghindari tuntutan tugas sebagai ibu tunggal. Namun S1 mempunyai kesadaran bahwa menyerah tidak akan memberikan solusi apa-apa. S1 merefleksikan keputusannya terhadap keputusannya di masa lalu serta S1 berkomitmen untuk tetap menjalani perannya demi anaknya. Menunjukkan pengungkapan emosi S1 yang diikuti oleh refleksi serta kesadaran atas pilihan hidup yang telah diambil, serta adanya ketahanan dan kasih S1 sebagai ibu terhadap anaknya.

“Pernah kok. Tapi mau gimana lagi ya, walaupun aku menyerah buat apa juga? Toh aku yang memilih untuk menikah di usia muda dan aku juga gak bakal tahu kedepannya mau gimana, jadi ya jalanin aja. Lagian anak aku masih butuh aku buat dia bertahan hidup.” (W2.S1.39)

b) Subjek 2 (P)

S2 tidak mempunyai keinginan untuk menghindari tugas atau perannya sebagai ibu tunggal. Hal tersebut mencerminkan dedikasinya sebagai ibu tunggal yang berkomitmen untuk memberikan yang terbaik bagi anaknya meskipun menghadapi kesulitan.

“Tidak. Saya bertahan demi anak.” (W2.S2.33).

c) Subjek 3 (NE)

S3 tidak mempunyai pikiran untuk menyerah dengan keadaan, sehingga ia tidak mempunyai pikiran untuk menghindari segala tugas-tugas serta tanggung jawabnya sebagai ibu tunggal. S3 juga mengungkapkan tekad, komitmen, dan harapannya dalam menghadapi tantangan hidup sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. S3 mendapatkan semangat, kekuatan serta motivasi untuk tetap menjalani perannya sebagai ibu tunggal dari anak-anaknya.

“Insyaallah tidak. Insyaallah apa yang di hadapan bulik itu akan bulik hadapi. Insyaallah bulik bisa, dengan kekuatan anak-anak bulik bisa.” (W2.S3.24).

d) Subjek 4 (N)

S4 pernah mempunyai keinginan untuk melepaskan diri dari tanggung jawab sebagai ibu tunggal dan menyerah. S4 juga mengekspresikan rasa frustrasi dan ketidakpuasan terhadap kondisi hidup.

“Ada sih. Kadang tu ‘aduh hidup kok begini banget” (W2.S4.34).

9) Keyakinan akan keberhasilan

Penelitian ini menghasilkan bahwa keempat subjek mempunyai keyakinan akan keberhasilan yang berbeda-beda. Hal tersebut terungkap dalam wawancara sebagai berikut:

a) Subjek 1 (A)

Masih terdapat keraguan dari ungkapan S1 yang menggambarkan adanya perjalanan emosional ke pengakuan diri. Adanya keraguan yang dialami S1, diikuti dengan pengalaman berduka, lalu menggambarkan penjelasan tentang kekuatan yang berasal dari kondisi yang S1 alami dan diakhiri dengan kerentanan yang diakui oleh S1. Menciptakan gambaran tentang harapan, perjuangan, dan ketahanan.

“Yakin gak yakin sih. Tapi aku udah beberapa kali kehilangan orang yang disayang dan alhamdulillah hidup aku tetap berjalan. Karena tuntunan kondisi aja yang membuat aku harus kuat. Aslinya aku gak sekuat itu, kok.” (W2.S1.54)

b) Subjek 2 (P)

S2 menganggap segala pengalaman sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup yang ia alami serta pengalaman kehilangan merupakan sebuah takdir yang harus diterima. S2 memandang pengalaman berdukanya dengan cara positif dengan berusaha menjalani hidup dengan penuh kesadaran akan tanggung jawab dan ikhlas. S2 juga menunjukkan keyakinan dalam meraih keberhasilan dengan dukungan sosial dari lingkungan dan motivasi dari anak-anaknya.

“Ya namanya takdir, mau bagaimana lagi. Kalau aku berusaha ikhlas.” (W2.S2.39).

“Insyaallah mbak. Saudara-saudara juga memberi dukungan dan juga ada anak-anak. Insyaallah ya berhasil.” (W2.S2.43).

c) Subjek 3 (NE)

S3 mempunyai keyakinan dan harapan yang tinggi terhadap masa depan, mencerminkan adanya sikap optimis. S3 berkomitmen untuk berjuang demi kesejahteraan anak-anaknya, menunjukkan adanya impian atau tujuan yang ingin dicapai, baik untuk dirinya maupun untuk anak-anak meski dihadapkan dengan tantangan.

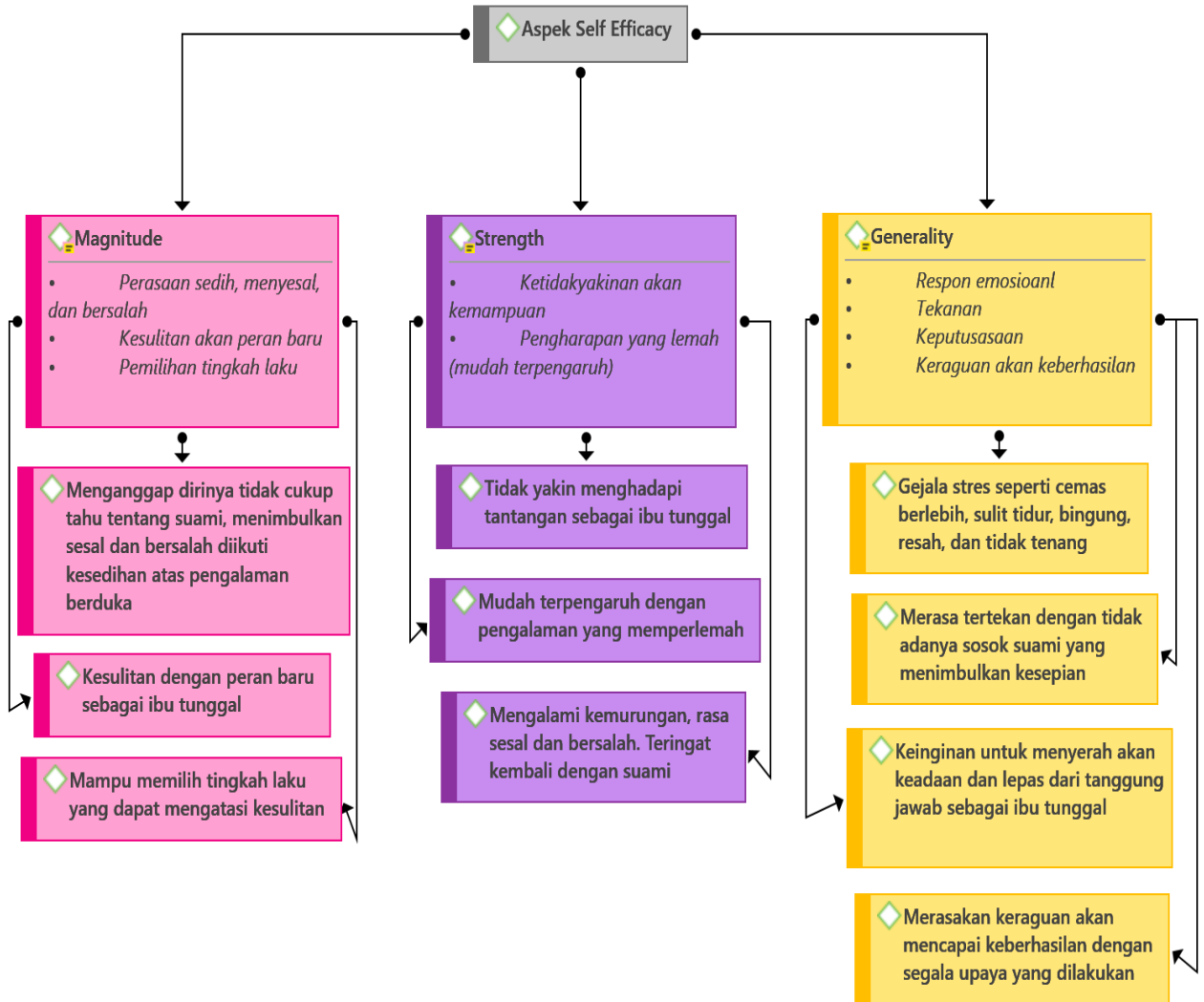
“Insyaallah. Bulik berusaha buat anak-anak. Yang dicita-citakan semoga tercapai, bulik juga sehat, bisa menghadapi anak-anak bisa membesarkan anak-anak tanpa bapaknya bulik bisa insyaallah bisa semangat bulik.” (W2.S3.34).

d) Subjek 4 (N)

S4 memiliki optimisme dan keyakinan dalam mencapai tujuan, mencerminkan komitmen dan kerja keras yang telah dilakukan untuk mencapai keberhasilan. Dalam hal ini, S4 menunjukkan fokus pada tanggung jawab dalam mendidik dan membesarkan anak-anak.

“Ya insyaallah saya yakin. Demi anak-anak, motivasi saya tuh ya anak-anak. Buat mendidik dan membesarkan anak-anak.” (W2.S4.41).

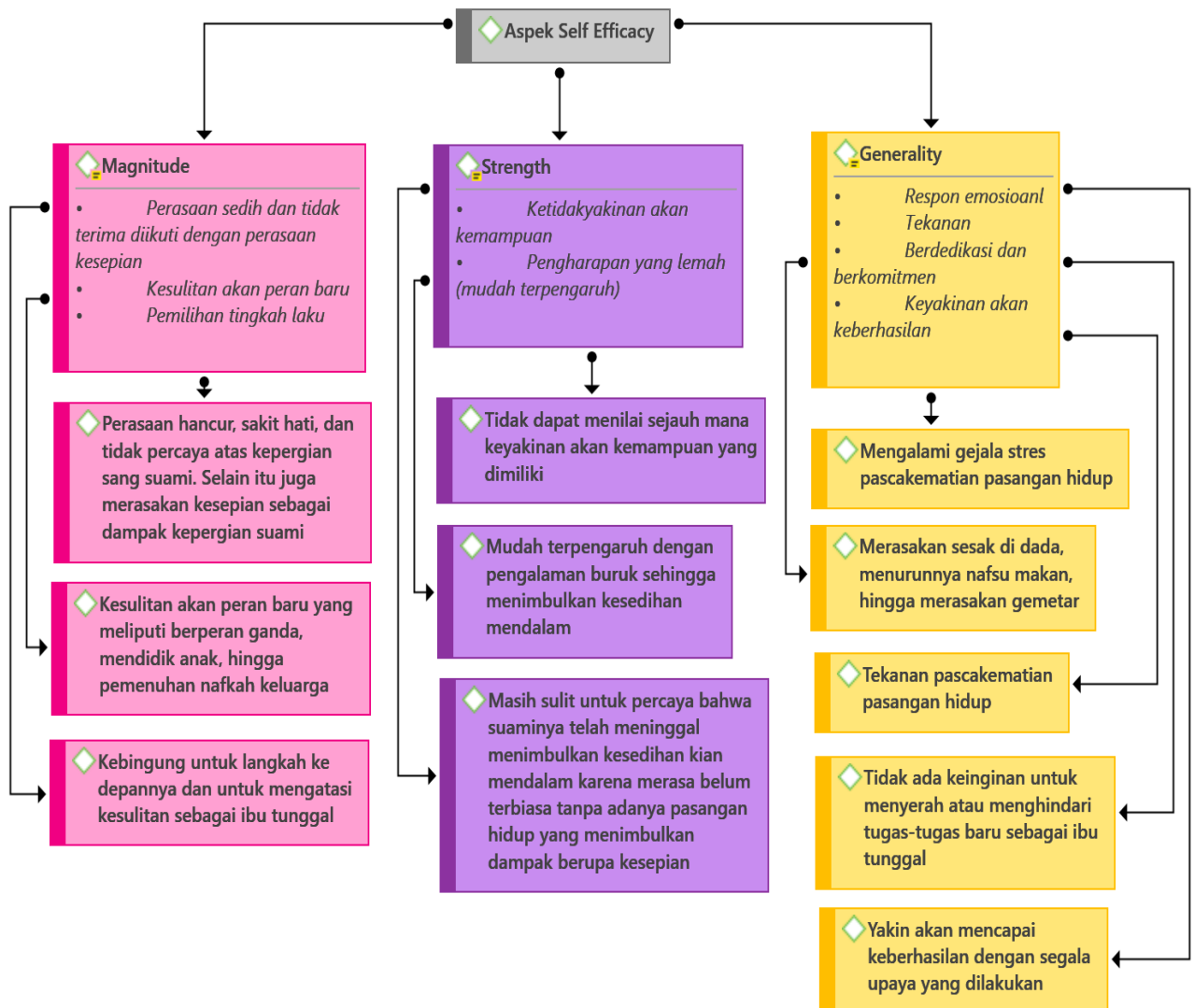
Gambar 4.1 Skema *self efficacy* subjek I



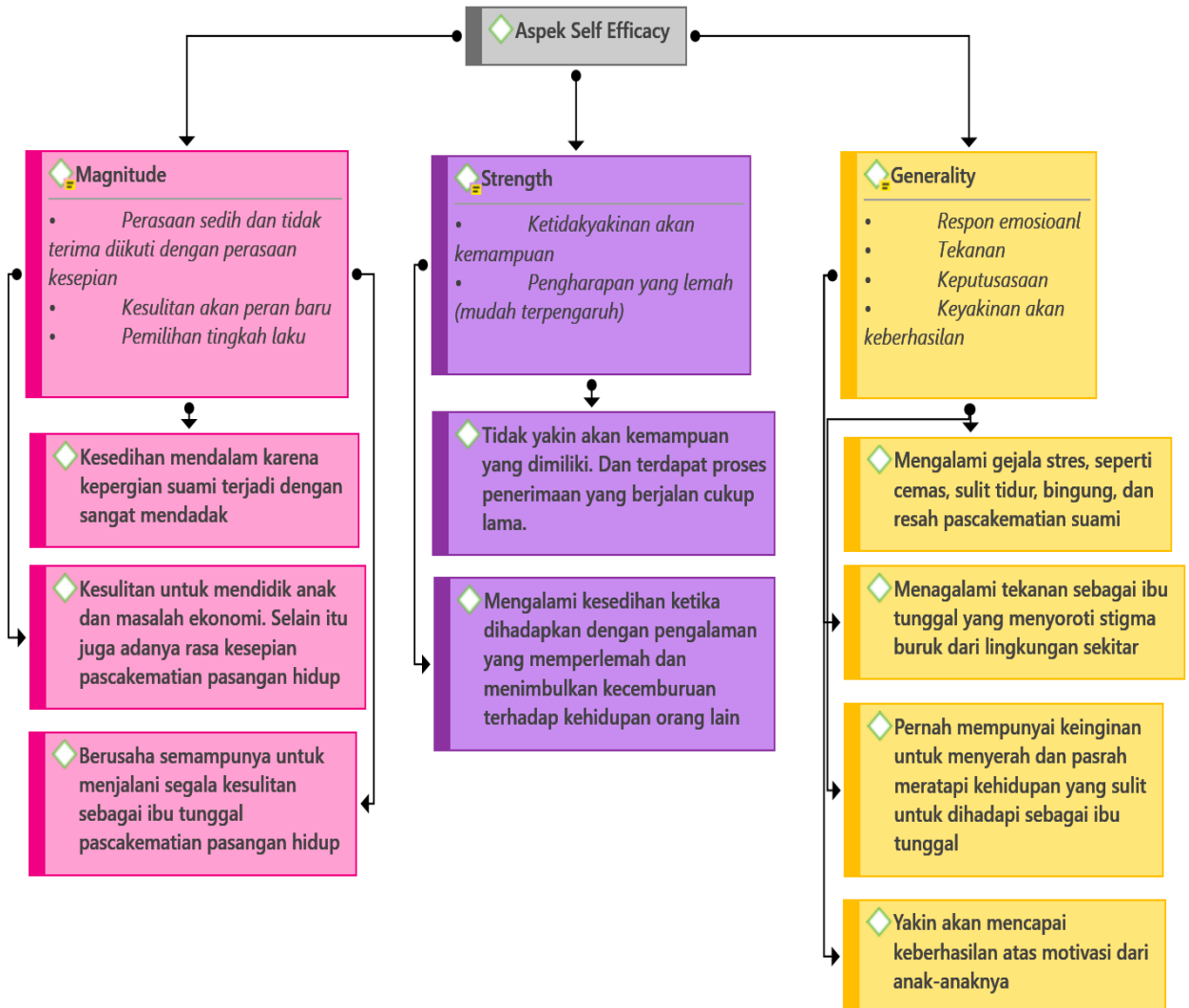
Gambar 4.2 Skema *self efficacy* subjek II



Gambar 4.3 Skema *self efficacy* subjek III



Gambar 4.4 Skema *self efficacy* subjek IV



2. Analisis Hasil Temuan

Setelah menjelaskan keseluruhan hasil penelitian masing-masing informan mengenai *self efficacy* pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup peneliti kemudian melakukan analisis data hasil penelitian dan memaparkan *self efficacy* pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. dalam tahapan ini, peneliti akan memaparkan berdasar dengan temuan tema yang telah dihasilkan yang membentuk gambaran *self efficacy* yang meliputi: kesedihan, kesulitan akan peran baru, pemilihan tingkah laku, ketidakyakinan, pengharapan yang lemah, respon emosional, tekanan, dedikasi dan komitmen, serta keyakinan akan keberhasilan. *Self efficacy* sendiri merupakan sebuah keyakinan pada diri seseorang mengenai kemampuannya menyelesaikan tugas-tugas tertentu dengan sukses (Bandura, 1997: 31).

a) Kesedihan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keempat subjek mengalami kesedihan yang mendalam yang diikuti dengan perasaan tidak menyenangkan seperti syok, menyesal, bersalah, dan perasaan tidak menyenangkan lainnya. Terdapat perasaan menyesal dalam kesedihan pada Subjek A karena ia merasa ia tidak cukup tahu mengenai keadaan pasangannya. Hal tersebut terjadi karena ketika almarhum suami A mendadak sakit, A mempunyai keharusan untuk merawat anaknya yang saat itu baru saja lahir. Selain itu, A yang berusia 22 tahun juga masih menyandang status sebagai mahasiswi tingkat akhir yang tengah mengerjakan skripsinya. Subjek P yang sudah satu tahun ditinggal suaminya meninggal karena penyakit ginjal dan kini berusia 39 tahun juga mengalami kesedihan yang disertai dengan ketidakpercayaan. Subjek NE berusia 32 tahun yang ditinggal suaminya meninggal baru 40 hari merasakan beban emosional, ia merasa masih tidak percaya jika suaminya telah meninggal dan merasa sulit untuk menerima kenyataan. NE juga merasakan kesepian dampak dari kepergian pasangan hidup. Subjek N berusia 38 tahun yang telah ditinggalkan suami meninggal 2 tahun juga merasakan hal yang sama. N merasa terkejut karena suaminya meninggal secara tiba-tiba di tempat kerja. Suami N sebelumnya tidak mengalami sakit apapun. Hal tersebut membuat N sangat terpukul.

b) Kesulitan akan peran baru

Keempat subjek dalam penelitian ini mengalami kesulitan akan peran baru sebagai ibu tunggal merasakan kesulitan dalam menjalankan peran baru sebagai ibu tunggal karena belum merasa terbiasa. Hal-hal tersebut menunjukkan adanya kompleksitas tugas yang sulit yang belum terbiasa mereka hadapi sebelumnya, yaitu seputar perubahan peran yang diakibatkan karena kematian pasangan hidup. Subjek A yang mendapatkan penghasilan dari mertua mengalami kesulitan peran baru berupa peran ganda dalam artian menggantikan peran ayah, hal tersebut kian dirasa sulit ketika A dihadapkan dengan kejadian di luar kendalinya yang berkaitan dengan peran seorang ayah. Subjek P yang sebelumnya hanya mengandalkan penghasilan dari suami selain mengalami kesulitan peran dalam mendidik anak juga dalam hal ekonomi karena harus berperan dalam menghidupi keluarganya. Subjek NE yang sebelumnya juga hanya mengandalkan penghasilan dari suami selain merasakan kesulitan peran ganda juga mengalami kesulitan dalam pemenuhan nafkah yang kini ia tanggung. Sedangkan subjek N meski juga mengalami kesulitan ekonomi namun pemenuhan nafkah kini ditanggung oleh anak pertama yang sudah bekerja, namun N juga merasakan kesulitan untuk berperan ganda dalam mendidik anak tanpa adanya pasangan hidup.

c) Pemilihan tingkah laku

Dalam pemilihan tingkah laku keempat subjek mempunyai perbedaan. Subjek A yang tidak mendapat stigma buruk dari lingkungan sekitar dapat mengambil tindakan nyata untuk menghadapi status baru serta peran baru sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. Subjek P meski tidak ada tindakan spesifik untuk menghadapi status serta peran baru sebagai ibu tunggal namun P menekankan pada penerimaan realita hidup dan kesabaran dalam menghadapinya. Subjek NE karena baru 40 hari pascakematian pasangan hidup belum mampu menentukan langkah atau tindakan yang akan diambil. NE merasakan ketidakpastian serta keraguan mengenai langkah kedepannya. Sedangkan N mengalami stigma buruk dari lingkungan sekitar semenjak suaminya meninggal berupa omongan buruk tentang N, dalam hal menghadapi status dan peran barunya N menekankan pada pentingnya usaha dan spiritualitas.

d) Ketidakyakinan

Penelitian ini juga menemukan tema mengenai ketidakyakinan. Keempat subjek menunjukkan kecenderungan bahwa mereka tidak yakin akan kemampuan

yang dimiliki dalam menghadapi tugas serta peran baru sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. Subjek A merasakan ketidakpercayaan dan keraguan pada dirinya sendiri ketika menilai kemampuannya dalam menghadapi tugas serta tantangan baru sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. Subjek P mengalami kebingungan akan keyakinan yang dimiliki, P juga membandingkan kehidupannya dengan kehidupan orang lain. Sedangkan subjek NE yang terhitung masih baru dalam menjalani kehidupan sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup juga belum yakin akan kemampuan yang dimiliki. Subjek N juga yang waktu meninggalnya suami sudah 2 tahun masih belum yakin akan kemampuan yang dimilikinya.

e) Pengharapan yang lemah

Dalam penelitian ini juga menghasilkan tema berupa pengharapan yang lemah. Dalam konteks ini, pengharapan yang lemah ditandai dengan mudahnya ibu tunggal terpengaruh dengan pengalaman buruk atau negatif yang mengingatkan dengan kehadiran pasangan hidup. Subjek A ketika dihadapkan dengan hal negatif akan merasakan kesedihan dan munculnya kembali perasaan menyesal serta bersalah pada almarhum suaminya karena A merasa tidak cukup tahu akan kondisi suaminya saat itu. Subjek P juga mengalami hal serupa dan juga adanya kesedihan yang berulang karena sebelumnya P sudah pernah mengalami kehilangan suami pertamanya. Subjek NE akan mengalami kesedihan yang mendalam ketika dihadapkan dengan peristiwa yang memperlemah, selain itu NE juga masih mengalami ketidakpercayaan akan kepergian suami untuk selamanya, menunjukkan bahwa masih terdapat perasaan sulit menerima akan meninggalnya sang suami. Subjek N selain merasakan kesedihan mendalam juga merasakan kecemburuan terhadap orang lain yang mempunyai suami.

f) Respon emosional

Tema selanjutnya yang ditemukan dalam penelitian ini adalah adanya respon emosional negatif berupa gejala stres yang meliputi cemas, sulit tidur, bingung, dan perasaan tidak tenang. Subjek A mengalami gejala stres dan juga mengalami kesulitan tidur saat awal-awal pascakematian suami. Akibat perasaan tidak menyenangkan tersebut, A mengalami kelelahan fisik dan psikis. Subjek P juga mengalami hal serupa. P menunjukkan bahwa ia terjebak dalam berbagai pikiran. P menyatakan bahwa apa yang ia lihat sebagai individu yang kuat tidak seperti yang ia rasakan sebenarnya. Subjek NE selain mengalami gejala stres

yang telah disebutkan juga mengalami penurunan nafsu makan, dada yang sesak, dan juga gemetar. Subjek N juga mengalami gejala stres, namun untuk saat ini kekhawtiran N tertuju pada anak pertamanya yang tengah bekerja jauh dari N.

g) Tekanan

Tema selanjutnya yaitu adanya tekanan-tekanan yang dirasakan para ibu tunggal pascakematian pasangan hidup dalam penelitian ini. Tekanan-tekanan yang dialami pun berbeda-beda. Subjek A yang mendapat dukungan emosional dari lingkungan sekitar dan tidak mendapat stigma buruk sebagai ibu tunggal, mengalami tekanan berupa rasa kesepian karena tidak lagi merasakan dukungan dari pasangan hidup. Subjek P yang memang menjadi tulang punggung pascakematian suami mengalami tekanan dalam hal ekonomi dan emosional karena sekarang P mencari penghasilan sendiri dengan hasil yang tidak menentu karena kerja serabutan. Sedangkan subjek NE meski baru ditinggalkan suaminya meninggal 40 hari, NE sadar betul akan menghadapi berbagai tekanan sebagai ibu tunggal dari berbagai aspek kehidupan. Sedangkan subjek N yang telah ditinggalkan suaminya meninggal 2 tahun mengalami tekanan dari stigma buruk yang ia terima. Lingkungan N menganggap bahwa ibu tunggal merupakan status yang buruk.

h) Dedikasi dan komitmen

Adanya dedikasi dan juga komitmen sangat penting dimiliki oleh ibu tunggal dalam menjalani peran barunya. Dalam penelitian ini menghasilkan tema dedikasi serta komitmen di mana keempat subjek mempunyai gambaran yang berbeda-beda. Subjek A yang masih berusia 22 tahun merasakan putus asa dan mempunyai keinginan untuk menyerah serta menghindari tuntutan tugas sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. Sedangkan Subjek P (39 tahun) dan NE (32 tahun) tidak pernah mempunyai keinginan untuk menyerah ataupun menghindari tuntutan tugas sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup menggambarkan adanya dedikasi serta komitmen. Subjek N yang berusia 38 tahun pernah mempunyai keinginan untuk menyerah dan lepas dari tanggung jawabnya sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.

i) Keyakinan akan keberhasilan

Tema terakhir yang ditemukan dalam penelitian ini adalah keyakinan akan keberhasilan. Penelitian ini menghasilkan temuan bahwa keempat subjek mempunyai keyakinan akan keberhasilan yang berbeda-beda. Subjek A yang

berusia 22 tahun dan waktu kematian suaminya 1 tahun masih ragu akan meraih keberhasilan untuk bangkit kembali. Subjek P berusia 39 tahun dengan waktu kematian suami 1 tahun menganggap pengalaman berdukanya adalah sebuah takdir yang harus diterima sehingga P menunjukkan keyakinan akan meraih keberhasilan untuk bisa bangkit kembali. Subjek NE berusia 32 tahun dengan waktu kematian 40 hari juga mempunyai keyakinan akan keberhasilan, mencerminkan sikap optimis. Subjek NE berusia 38 tahun dengan waktu kematian pasangan hidup 2 tahun juga mempunyai keyakinan akan meraih keberhasilan mencapai tujuan.

3. Pembahasan Hasil Penelitian

Setelah pemaparan mengenai hasil penelitian secara menyeluruh dari masing-masing subjek terkait gambaran *self efficacy* pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup, langkah selanjutnya adalah menganalisis serta menyajikan hasil pemaparan analisis dari data yang telah didapatkan dari proses penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan aspek *self efficacy* yang dipaparkan oleh Bandura (1997: 42–43) di mana efikasi diri tingkatannya pada setiap individu akan berbeda, hal tersebut diukur melalui 3 aspek yaitu yang meliputi tingkat/level kesulitan tugas (*magnitude*), kekuatan (*strength*), dan dimensi generalisasi (*generality*). *Self efficacy* sendiri merupakan sebuah keyakinan pada diri seseorang mengenai kemampuannya menyelesaikan tugas-tugas tertentu dengan sukses (Bandura, 1997: 31).

Psikologis, emosi, serta perilaku individu dipengaruhi oleh persepsinya terhadap kapasitas diri yang ia miliki. Hal-hal tersebut dilakukan oleh individu bergantung pada tingkat efikasi diri yang dimiliki. Efikasi diri sendiri memiliki peran untuk menentukan pemilihan perilaku, menentukan besarnya upaya dan juga daya juang ketika dihadapkan dengan tantangan dalam menjalankan tugas, menentukan cara pikir dan reaksi emosional, dan prediksi perilaku yang akan muncul (Lianto, 2019: 59).

Berdasar temuan dalam penelitian ini melalui proses wawancara dan observasi, masing-masing subjek memiliki gambaran *self efficacy* yang berbeda-beda. Hal tersebut dapat dilihat dari pemilihan perilaku ataupun pandangan subjek terhadap kesulitan tugas baru sebagai ibu tunggal. Selain itu juga dapat dilihat dari besarnya keteguhan terhadap keyakinan akan kemampuan yang dimiliki ibu tunggal pascakematian pasangan hidup, besarnya upaya dalam mengatasi kesulitan-kesulitan

sebagai ibu tunggal, cara pikir serta reaksi emosional, dan juga prediksi perilaku yang akan dilakukan di masa mendatang.

Dalam penelitian ini ditemukan hasil bahwa subjek yang mempunyai *self efficacy* cenderung rendah akan berlarut dalam kesedihan yang diikuti dengan perasaan tidak menyenangkan seperti syok, menyesal, bersalah, dan perasaan tidak menyenangkan lainnya. Hal-hal tersebut dialami oleh keempat subjek. Terdapat perasaan menyesal dalam kesedihan pada Subjek I (A) karena ia merasa ia tidak cukup tahu mengenai keadaan pasangannya. Hal tersebut memperkeruh keadaannya pascakematian pasangan hidup yang diikuti dengan kesulitan peran baru sebagai ibu tunggal. Sedangkan tiga subjek lainnya yaitu P, NE, dan N merasakan syok dan kesedihan tanpa diikuti perasaan menyesal, serta merasakan kesulitan dalam menjalankan peran baru sebagai ibu tunggal karena belum merasa terbiasa. Hal-hal tersebut menunjukkan adanya kompleksitas tugas yang sulit yang belum terbiasa mereka hadapi sebelumnya, yaitu seputar perubahan peran yang diakibatkan karena kematian pasangan hidup. Seperti yang telah dipaparkan oleh Setiawan (2013: 62) bahwa *self efficacy* seseorang dapat ditandai dengan seberapa besar ia menyelesaikan tantangan atau tugas yang tengah dihadapi. Seseorang yang mempunyai *self efficacy* tinggi cenderung sudah terbiasa dan dapat mengatasi tugas-tugas yang ia hadapi (Mardhiyah, 2016: 27).

Memiliki keteguhan yang besar terhadap keyakinan akan kemampuan yang dimiliki merupakan hal yang penting dimiliki oleh ibu tunggal pascakematian pasangan hidup untuk dapat bangkit kembali. Namun, ibu tunggal yang dengan mudah goyah akan pengalaman-pengalaman yang memperlemah, sehingga tidak yakin akan kemampuannya dalam menghadapi status, peran, serta tanggung jawab baru sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. Keempat subjek menunjukkan kecenderungan bahwa mereka tidak yakin akan kemampuan yang dimiliki. Subjek I (A) merasa tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki dan akan semakin berlarut ketika dihadapkan dengan pengalaman buruk yang menimbulkan perasaan bersalah atas meninggalnya sang suami. Subjek II (P) yang dua kali mengalami peristiwa duka atas meninggalnya pasangan hidup pun masih belum merasa yakin akan kemampuannya dalam menghadapi tantangan baru sebagai ibu tunggal. Terdapat perasaan cemburu akan kehidupan orang lain menyebabkan Subjek II (P) mudah terpengaruh sehingga kembali dalam kesedihan dan keterpurukan. Subjek III (NE) juga tidak yakin akan kemampuannya dan akan merasakan kesedihan serta kesepian yang mengingatkannya

terhadap sang suami ketika menghadapi hal-hal buruk. Dan Subjek IV (N) pun juga mengalami hal serupa dan juga terdapat kecemburuan dengan kehidupan orang lain.

Hal tersebut sejalan dengan yang dipaparkan Lianto (2019: 60) dalam penelitiannya bahwa seseorang yang mempunyai *self efficacy* rendah akan mengurangi upayanya ketika menghadapi hal negatif. Dan begitu pula sebaliknya, jika seseorang mempunyai *self efficacy* tinggi akan merespon hal buruk yang dihadapi dengan upaya serta motivasi yang lebih tinggi untuk mencapai keberhasilan yang diinginkan. Hal serupa pun disebutkan oleh Putri & Fakhruddiana (2019: 7) dalam penelitiannya bahwa seseorang dengan *self efficacy* yang tinggi cenderung bertindak berdasar keyakinan yang dimilikinya.

Ibu tunggal pascakematian pasangan hidup mengalami berbagai tekanan emosional dan gejala stres yang juga mempengaruhi kehidupan sehari-harinya pascakematian pasangan hidup. Ibu tunggal pascakematian pasangan hidup mengalami rasa cemas, bingung, resah, dan juga tidak tenang. Subjek I (A) selain mengalami gejala stres tersebut juga merasakan kesepian yang menyebabkan ia tertekan karena hal tersebut belum terbiasa baginya. Subjek I (A) juga mengalami keputusan sehingga menyebabkan dirinya berpikir untuk menyerah untuk menghindari tugas serta peran barunya sebagai ibu tunggal, hal tersebut memengaruhi keyakinan Subjek I (A) akan keberhasilan. Hal serupa dirasakan oleh Subjek IV (N) namun keinginan untuk menyerah pada N tidak memengaruhi keyakinan N untuk mencapai keberhasilan. Sedangkan Subjek II (P) dan Subjek III (NE) meski merasakan respon emosional serta gejala stres yang sama, bahkan Subjek III (NE) mengalami sulit tidur sampai tidak mau makan, mereka mempunyai dedikasi serta komitmen kuat untuk menjalankan perannya sebagai ibu tunggal meski tidak mudah, mereka juga tidak mempunyai keinginan untuk menyerah, serta mempunyai keyakinan dan harapan akan keberhasilan atas segala upaya yang telah mereka lakukan.

Ibu tunggal yang memiliki *self efficacy* rendah seringkali memiliki pikiran untuk menyerah terhadap keadaan dan tanggung jawab barunya sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. Hal tersebut tentunya menunjukkan tidak adanya dedikasi serta komitmen yang kuat. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Mardhiyah (2016: 23) bahwa *self efficacy* yang rendah ikut mempengaruhi tingginya tingkat stres. Individu-individu yang mengalami kecemasan akan fokus terhadap ketidakmampuan untuk menghadapi tugas baru sebagai ibu tunggal. Hal inilah di beberapa kasus ibu

tunggal pascakematian pasangan hidup akan mempengaruhi pilihan tindakan yang dalam kasus ini menimbulkan keinginan untuk menyerah.

Namun dalam beberapa kasus juga menunjukkan bahwa ibu tunggal pascakematian pasangan hidup mempunyai dedikasi serta komitmen untuk bertanggung jawab dengan perannya sehingga tidak mempunyai keinginan untuk menyerah dan tetap yakin akan keberhasilan karena usaha yang telah mereka lakukan. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengalaman yang berupa usaha dalam menyelesaikan tantangan menimbulkan penguasaan terhadap tantangan yang telah mereka hadapi dan juga meningkatkan keyakinan akan keberhasilan menyelesaikan tantangan-tantangan tersebut (Putri & Fakhruddiana, 2019: 6).

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian beserta pembahasan yang sebelumnya telah dijelaskan oleh peneliti, maka dapat diambil kesimpulan bahwa keempat subjek memiliki kesamaan respon dalam menyikapi pengalaman berdukanya, yang keempatnya belum menunjukkan secara signifikan usaha membangun aspek positif dalam diri masing-masing. Meskipun tetap terdapat perbedaan, akan tetapi keempat subjek belum dapat menyelesaikan permasalahan berdukanya sehingga belum dapat bangkit sepenuhnya dari keterpurukan yang pada akhirnya ibu tunggal pascakematian pasangan hidup dalam penelitian ini belum yakin secara sepenuhnya pada kemampuannya untuk bangkit kembali (*self efficacy*).

Jika dilihat dari aspek-aspek yang mengukur gambaran *self efficacy* yang meliputi: Aspek *Magnitude* keempat subjek memiliki kesamaan dalam tingkat kesulitan tugas yang menyebabkan munculnya perasaan sedih yang mendalam serta terdapat kompleksitas tugas berupa peran baru sebagai ibu tunggal. Meski begitu, Subjek NE masih mengalami kebingungan untuk menghadapi kompleksitas tugas pascakematian pasangan hidup karena waktu kematian suami yang cenderung masih baru. Aspek *Strength* keempat subjek memiliki kesamaan dalam aspek *strength* yang keempatnya masih belum yakin terhadap kemampuannya dalam menghadapi peran baru sebagai ibu tunggal. Selain itu, keempat subjek juga mempunyai pengharapan yang lemah sehingga dengan mudah terpengaruh dengan pengalaman-pengalaman yang bersifat negatif atau memperlemah upaya yang dilakukan. Aspek *Generality* pascakematian pasangan hidup, keempat subjek mengalami respon emosional berupa stres serta merasa tertekan akan keadaan yang memengaruhi kehidupan sehari-hari dari berbagai aspek. Meski begitu pada aspek *generality* ini dua dari empat subjek pernah mempunyai keinginan untuk menyerah dan lepas dari tanggung jawab sebagai ibu tunggal menandakan rendahnya motivasi dan lemahnya komitmen. Namun, hanya satu dari empat subjek yang tidak yakin akan meraih keberhasilan atas segala upaya yang telah dilakukan yang menandakan sikap pesimis.

B. Keterbatasan Penelitian

Meski penelitian ini menghasilkan gambaran empiris yang berdasar pada pengumpulan data yang diamati dan diperoleh secara langsung terhadap pengalaman ibu tunggal pascakematian pasangan hidup, namun terdapat keterbatasan yang dialami dan dapat menjadi faktor yang menjadi perhatian bagi peneliti-peneliti berikutnya. Berikut merupakan keterbatasan dalam penelitian ini:

1. Dalam penelitian ini hanya menggunakan triangulasi teknik untuk keabsahan data *credibility*. Alangkah lebih baik jika penelitian selanjutnya menggunakan semua triangulasi, supaya dalam proses membandingkan data guna memeriksa kebenarannya dapat dilakukan dengan lebih mendalam.
2. Memilih subjek yang menghasilkan temuan berupa *self efficacy* tinggi sehingga lebih dapat membangkitkan motivasi untuk ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.
3. Penelitian ini hanya melakukan pengkajian yang berfokus pada gambaran *self efficacy* ibu tunggal pascakematian pasangan hidup, sehingga perlu dikembangkan dalam penelitian selanjutnya untuk menambahkan fokus penelitian lainnya supaya menghasilkan data yang lebih mendalam.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, berikut beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan:

1. Bagi Ibu Tunggal Pascakematian Pasangan Hidup

Berdasar dengan penelitian yang telah dilakukan, diharapkan ibu tunggal untuk lebih bisa mengelola pikiran, emosi, dan stres, sehingga hal tersebut tidak akan mengganggu atau mempengaruhi usaha yang telah dilakukan sehingga akan meraih *self efficacy* yang tinggi. Serta diharapkan pula agar pengalaman buruk, tidak dijadikan hal yang akan memperlemah. Sebaliknya, jadikan hal tersebut sebagai motivasi untuk memperkuat usaha yang dikeluarkan agar dapat mencapai keberhasilan.

2. Bagi Keluarga Ibu Tunggal dan Masyarakat

Bagi keluarga ibu tunggal pascakematian pasangan hidup beserta masyarakat sekitar dapat mengambil manfaat dari penelitian ini sebagai edukasi untuk selalu memberikan dukungan kepada ibu tunggal terutama secara emosional. Peneliti berharap dengan adanya penelitian ini yang selain memaparkan gambaran *self efficacy* ibu tunggal pascakematian pasangan hidup juga di dalamnya memaparkan kesulitan tugas yang diemban oleh ibu tunggal pascakematian pasangan hidup, sehingga diharapkan untuk lingkungan sekitar tidak menaruh stigma buruk lagi terhadap ibu tunggal.

3. Bagi Dinas Pemberdayaan Perempuan

Diharapkan dapat menjadi perhatian bagi Dinas Pemberdayaan Perempuan supaya dapat melaksanakan dan membina peningkatan kualitas hidup para ibu tunggal yang penting dilakukan untuk meningkatkan kapasitas diri ibu tunggal agar memiliki kepercayaan diri akan kemampuan yang dimiliki.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian mengenai *self efficacy* ibu tunggal pascakematian pasangan hidup dengan jangkauan yang lebih luas serta dapat memberikan gambaran yang lebih kompleks, sehingga penting untuk lebih membangun kepercayaan terhadap subjek agar dapat mengungkap permasalahan dengan lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfinuha, S, N. L. F. (2017). Bahagia dalam Meraih Cita-cita: Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Teknik Arsitektur Ditinjau dari Regulasi Emosi dan Efikasi Diri. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 12–18.
- Aprilia, W. (2013). Resiliensi dan Dukungan Sosial pada Orang Tua Tunggal (Studi Kasus pada Ibu Tunggal di Samarinda). *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(3), 157–163. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i3.3326>
- Arquisola, M. J., & Walid Ahlisa, S. U. (2019). Do Learning and Development Interventions Motivate Employees at PT Danone Indonesia? Applying McClelland's Theory of Motivation to FMCG Industries. *FIRM Journal of Management Studies*, 4(2), 160. <https://doi.org/10.33021/firm.v4i2.780>
- Azizah, N. K., & Septiningsih, D. S. (2022). HARDINESS IBU TUNGGAL: Studi Fenomenologis Pada Ibu Tunggal Yang Cerai Hidup dan Cerai Mati. *PSIMPHONI*, 3(2), 113–120.
- Bado, B. (2021). Model Pendekatan Kualitatif: Telaah Dalam Metode Penelitian Ilmiah. In *Pengantar Metode Kualitatif*.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundation of Thought and Action : A Social Cognitive Theory*. Prentice Hall.
- Bandura, A. (1992). *Exercise of personal agency through the self-efficacy mechanism*. In Scharzer, R. (Ed.), *Self-efficacy: Thought control of action*. Hemisphere Publishing Corp.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy: The Exercis of Control*.
- Bandura, A. (2009). Cultivate Self-efficacy for Personal and Organizational Effectiveness. *The Blackwell Handbook of Principles of Organizational Behaviour*, 125–141. <https://doi.org/10.1002/9781405164047.ch9>
- Cahyani, A. I., & Dwiyanti, R. (2021). Psychological Well- Being pada Janda Dewasa Awal Karena Perceraian. *Psimphoni*, 1(2), 53. <https://doi.org/10.30595/psimphoni.v1i2.8135>

- Corsini, R. J. (1994). *Encyclopedia of psychology (2nd ed). Vol 3.*
- Creswell, J. W. (2013). *Research design pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed.* Pustaka Pelajar.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran.* Pustaka Belajar.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2004). *Handbook of Qualitative Research. (2 Nd Edition).* Sage Publication.
- Diener, E., Napa Scollon, C., & Lucas, R. E. (2003). *The Evolving Concept of Subjective Well-Being: The Multifaceted Nature of Happiness.* 67–100. https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_4
- Ennis, J., & Majid, U. (2020). The widowhood effect: Explaining the adverse outcomes after spousal loss using physiological stress theories, marital quality, and attachment. *The Family Journal, 28*(3), 241–246.
- Fajrianiiii, N., Maghfiroh, V. S., & Arumsari, A. (2018). *Kepercayaan diri dalam prespektif islam. September.*
- Ferdiansyah, A., Rohaeti, E. E., & Suherman, M. M. (2020). GAMBARAN SELF EFFICACY SISWA TERHADAP PEMBELAJARAN. *Jurnal Mahasiswa IKIP Siliwangi, 3*(1), 16–23.
- Fitriasri, A., & Hadjam, M. N. R. (2019). Subjective Well-Being Ditinjau Dari Forgiveness Dan Proactive Coping Pada Ibu Tunggal Karena Perceraian Yang Bekerja Sebagai PNS. *Jurnal Spirits, 9*(1), 24. <https://doi.org/10.30738/spirits.v9i1.6341>
- Ghufron, N., & Risnawita S, R. (2010). *Teori-teori Psikologi.* Ar-ruz Media.
- Giorgi, A. (2016). The descriptive phenomenological psychological method. *Journal of Phenomenological Psychology, 47*(1), 3–12. <https://doi.org/10.1163/156916212X632934>
- Goode, William, J. (1991). *Sosiologi Keluarga.* Bumi Aksara.

- Greener, S. (2008). *Business Research Methods*. Bookboon.
- Hadi, W. (2019). Peran Ibu Single Parent dalam Membentuk Kepribadian Anak; Kasus dan Solusi. *EL-BANAT: Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam*, 9(2), 301–320. <https://doi.org/10.54180/elbanat.2019.9.2.301-320>
- Haleman, D. L. (2004). Great expectations: Single mothers in higher education. *International Journal of Qualitative Studies in Education*, 17(6), 769–784. <https://doi.org/10.1080/0951839042000256448>
- Hamka. (1982). *Tafsir al-Azhar Juzu' 13 Surat 13*. Pustaka Panjimas.
- Harfika, M., Liestyaningrum, W., Nurlela, L., & Watiningrum, L. (2020). Gambaran Self Efficacy dalam Keberhasilan Kesembuhan pada Pasien Tuberculosis Paru di Surabaya Utara. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 4(1), 41–46. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v4i1.791>
- Hoban, S., & Hoban, G. (2004). SELF-ESTEEM, SELF-EFFICACY AND SELF-DIRECTED LEARNING: ATTEMPTING TO UNDO THE CONFUSION. *International Journal of Self-Directed Learning*, 1(2), 7–25.
- Hurlock, E. B. (1990). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Edisi Ke-V*. Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1993). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1994). *A Life Span Approach (5th ed)*. (Istiwidayanti & Soedjarwo, Trans). Erlangga.
- Iganingrat, A., & Eva, N. (2020). Kesejahteraan Psikologis pada Ibu sebagai Orang Tua Tunggal di Kota Malang. *Jurnal Penelitian Kualitatif Ilmu Perilaku*, 1, 84–95.
- Kahija, Y. F. La. (2017). *Penelitian fenomenologis*. Kanisius.
- Krismawati, Y. (2014). Teori Psikologi Perkembangan Erik H . Erikson dan Manfaatnya Bagi Tugas Pendidikan Kristen Dewasa Ini. *Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*,

2(1), 46–56.

Lestari, D. W. P. (2021). Subjective Well-Being pada Ibu Tunggal Dewasa Awal yang Bercerai. *Acta Psychologia, 1*(1), 15–22. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i1.43304>

Lianto, L. (2019). Self-Efficacy: A Brief Literature Review. *Jurnal Manajemen Motivasi, 15*(2), 55. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>

Littlejohn, S. W. (1996). *Theories of Human Communication*. Belmont: Thomson Learnig Academic Resource Center.

Mardhiyah, A. (2016). *GAMBARAN SELF-EFFICACY IBU DENGAN ANAK YANG SEDANG MENJALANI PENGOBATAN TUBERKULOSIS DI POLIKLINIK SPESIALIS ANAK RSUD CIBABAT CIMAHI*. 21–30.

Mokalu, V. R., & Boangmanalu, C. V. J. (2021). TEORI PSIKOSOSIAL ERIK ERIKSON : IMPLIKASINYA BAGI PENDIDIKAN AGAMA KRISTEN DI SEKOLAH. *VOX EDUKASI : Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, 12*, 180–192.

Muzayanah, A. (2020). Dinamika resiliensi pada single mother. *Jurnal Psikologi, 1*, 1–10.

Nurfitri, D., & Waringah, S. (2019). Ketangguhan Pribadi Orang tua Tunggal : Studi Kasus pada Perempuan Pasca Kematian Suami. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP), 4*(1), 11. <https://doi.org/10.22146/gamajop.45400>

Nuroctavia, M. M., Supriatin, T., & Cikwanto. (2020). *ANALISIS SELF-EFFICACY IBU DENGAN ANAK YANG SEDANG MENJALANI PENGOBATAN TUBERKULOSIS DI RUANG POLIKLINIK RS MITRA PLUMBON CIREBON*. 159–168.

Nuzula, K. F., & Rizkiantono, R. E. (2021). Perancangan Kampanye Mengurangi Stigma terhadap Ibu Tunggal akibat Perceraian. *Jurnal Sains Dan Seni ITS, 10*(1), 56–63. <https://doi.org/10.12962/j23373520.v10i1.59987>

Nuzulia, S. (2010). *Dinamika Stress Kerja, Self Efficacy dan Strategi Coping*. Semarang. Penerbit UNDIP. Penerbit UNDIP.

Perdana, T. P., & Syafiq, M. (2013). Menjalani Hidup Setelah Kematian Suami : Studi

- Fenomenologi Perempuan Single Mother. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 2(1), 1–11.
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Putri, F. A. R., & Fakhruddiana, F. (2019). Self-efficacy guru kelas dalam membimbing siswa slow learner. *JPK (Jurnal Pendidikan Khusus)*, 14(1), 1–8. <https://doi.org/10.21831/jpk.v14i1.25161>
- Rachman, A. W., Fadlillah, A. R., & Rucitra, D. N. (2023). Perjuangan Ibu Tunggal Menghadapi Perubahan Peran Dalam Memenuhi Kebutuhan Anaknya. *Jurnal Pendidikan Dan Keguruan*, 1(4), 227–245. <https://jpk.joln.org/index.php/2/article/view/27>
- Radu Lefebvre, M., & Laviolette, E. M. (2008). Symbolic role models and entrepreneurial intention. *International Council for Small Business, World Conference, June 22-25, Halifax, Nova Scotia, Canada., June 2008.*
- Ramadhani, V., Hanifah, S., Fikri, M., Hariko, R., Syapitri, D., Konseling, B., Pendidikan, F. I., & Padang, U. N. (2022). *KEMAMPUAN RESILIENSI: STUDI KASUS DARI PERSPEKTIF IBU TUNGGAL Resilience Ability : A Case Study from Single Mothers Perspective Abstract*. 15(3), 218–230.
- Salama, N., & Chikudate, N. (2021). Religious influences on the rationalization of corporate bribery in Indonesia: a phenomenological study. *Asian Journal of Business Ethics*, 10(1), 85–102.
- Salama, N., El-Rahman, M. J., & Sholihin, M. (2020). Investigation into obedience in the face of unethical behavior. *Psikohumaniora*, 5(2), 207–218. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v5i2.7074>
- Santrock., J. W. (2007). *Perkembangan Anak, terjemahan Mila Rachmawati dan Anna Kuswanti*. Erlangga.
- Sari, I. P., Ifdil, I., & Yendi, F. M. (2019). Resiliensi Pada Single Mother Setelah Kematian

- Pasangan Hidup. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 4(3), 78.
<https://doi.org/10.23916/08411011>
- Setiawan, D. (2013). SELF EFFICACY: STUDI INDIGENOUS PADA GURU BERSUKU JAWA. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 2(1), 10–18.
- Shelda, C., Psikologi, F., Diri, E., & Pendidikan, A. (2020). Kontribusi Sumber Informasi Pembentuk Efikasi Diri Terhadap Perilaku Berwirausaha Alumni Pendidikan Contribution Of Infomation Sources Forming Self Efficacy Toward Entrepreneurship Behavior Among Education Alumni Of Alternative Entrepreneurs Keyword : Ent. *Jurnal Ecopsy*, 7(April), 31–40.
- Shihab, M. Q. (2007). *Tafsir al-Mishba: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Lentera Hati.
- Simamora, S. C. N., & Lidiawati, K. R. (2023). Regulasi Emosi Sebagai Prediktor Resiliensi Pada Ibu Tunggal Yang Ditinggal Pasangan Karena Kematian. *Jurnal Psikologi*, 16(1), 179–195. <https://doi.org/10.35760/psi.2023.v16i1.7526>
- Sisca, R., Dede, R. H., & Badrujaman, A. (2021). Self-Efficacy : Literatur Review. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Universitas Negeri Malang*, 90–99.
<https://doi.org/10.47560/kep.v8i2.211>
- Siti Marziah Zakaria, Nurul Shafini Shafurdin, Noremy Md Akhir, Suzana Mohd Hoesni, & Manap, J. H. (2019). Life challenges of a single-mother: its' impact on emotional well-being. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 4(24), 69–84.
- Smith, J. A. (2009). *Psikologi Kualitatif*. Pustaka Pelajar.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (II)*. Alfabeta.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta, CV.
- Suryati, M., & Solina, E. (2019). Peran Ibu Sebagai Orang Tua Tunggal Dalam Mendidik Anak Di Desa Lancang Kuning Utara. *Jurnal Masyarakat Maritim*, 3(2), 1–9.
<https://doi.org/10.31629/jmm.v3i2.1711>

- Ulfah, A. A., & Fauziah, P. Y. (2020). Identifikasi Pola Asuh Orang Tua Tunggal Pada Anak Usia Dini. *JIV-Jurnal Ilmiah Visi*, 15(2), 153–160. <https://doi.org/10.21009/jiv.1502.7>
- Wan Sulaiman, W. S., bin Shariff, M. I. A., & Khairudin, R. (2023). The role of psychological capital in flourishing among job seekers: Grit as a mediator. *Psikohumaniora*, 8(1), 119–136. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v8i1.14939>
- Watkins, N., & Waldron, M. (2017). Timing of remarriage among divorced and widowed parents. *Journal of Divorce & Remarriage*, 58(4), 244–262.
- Yulikhah, S., Bukhori, B., & Murtadho, A. (2019). Self concept, self efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student. *Psikohumaniora*, 4(1), 65–76. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v4i1.3196>

LAMPIRAN 1

Panduan Wawancara, Pedoman Observasi, dan Jadwal Pelaksanaan Penelitian

PANDUAN WAWANCARA

A. Identitas Subjek

1. Nama/Inisial :
2. Usia :
3. Jumlah anak yang belum mandiri :
4. Usia anak :
5. Asal Penghasilan/Pemasukan :
6. Waktu kematian suami :

No	Variabel	Aspek	Informasi yang ingin diungkap	Pertanyaan
1.		Deskripsi Kehidupan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Penyebab meninggalnya suami beserta waktu meninggalnya 2) Kehidupan sebelum kematian suami 3) Kehidupan pascakematian suami 4) Perbedaan sebelum dan setelah suami meninggal 5) Pandangan lingkungan sekitar 	<ol style="list-style-type: none"> 1) Apa penyebab meninggalnya suami anda dan kapan meninggalnya suami anda? 2) Bagaimana kehidupan anda sebelum kematian pasangan hidup? 3) Bagaimanakah kehidupan anda pascakematian pasangan hidup? 4) Adakah perbedaan yang signifikan dalam kehidupan anda pascakematian suami anda? 5) Bagaimanakah respon atau pandangan lingkungan sekitar anda terhadap status baru anda sebagai ibu tunggal?
2.	<i>Self</i>	Tingkat	1) Keyakinan akan	1) Dapatkah anda ceritakan

	<i>Efficacy</i>	Kesulitan Tugas (<i>Magnitude</i>)	<p>kemampuan dalam menghadapi kesulitan masalah/tugas</p> <p>2) Keyakinan akan tindakan-tindakan yang diambil ketika mengalami kesulitan atau menghadapi suatu masalah</p> <p>3) Kemampuan adaptasi dengan situasi/peran baru sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup</p>	<p>bagaimana perasaan anda ketika ditinggalkan oleh pasangan anda untuk selamanya?</p> <p>2) Kesulitan-kesulitan apa saja yang anda hadapi pascakematian suami?</p> <p>3) Pascakematian suami, apa saja peran yang berubah sebagai ibu tunggal?</p> <p>4) Tugas-tugas atau tantangan baru apa saja yang anda hadapi sebagai ibu tunggal?</p> <p>5) Bagaimana cara anda untuk mengatasi kesulitan serta peran baru tersebut sebagai ibu tunggal?</p>
		Kekuatan (<i>Strength</i>)	<p>1) Kemampuan dalam menghadapi hambatan</p> <p>2) Usaha yang dilakukan untuk mencapai tujuan ketika dihadapkan dengan pengalaman yang memperlemah</p> <p>3) Kesiapan dalam menghadapi masalah-masalah</p> <p>4) Ketahanan dalam menghadapi masalah-masalah</p>	<p>1) Ketika dihadapkan dengan berbagai tugas-tugas serta tantangan-tantangan baru tersebut, apakah anda merasa yakin dengan kemampuan anda untuk menghadapinya?</p> <p>2) Sejauh mana penilaian anda terhadap kemampuan diri anda ketika menghadapi peran baru sebagai ibu tunggal?</p> <p>3) Apa yang akan anda lakukan jika anda menghadapi sebuah</p>

				<p>tantangan baru yang sebelumnya belum pernah anda alami?</p> <p>4) Bagaimana tanggapan atau respon anda jika dihadapkan dengan pengalaman yang mengingatkan anda akan kehadiran seorang pendamping hidup?</p>
		<p>Dimensi Generalisasi (<i>Generality</i>)</p>	<p>1) Kemampuan untuk menilai kemampuan diri sendiri dalam menghadapi tugas/masalah</p> <p>2) Keyakinan terhadap ketahanan menghadapi tugas/masalah</p> <p>3) Keyakinan akan keberhasilan terhadap usaha yang telah dilakukan</p> <p>4) Cakupan keyakinan baik melalui perilaku, kognisi, ataupun emosi</p>	<p>1) Ketika menghadapi berbagai tantangan baru sebagai ibu tunggal, apakah anda merasa ada perasaan cemas, sulit tidur, bingung, tidak tenang, dan resah?</p> <p>2) Dapatkah anda ceritakan bagaimana perasaan anda? Serta bagaimana cara anda mengatasinya perasaan-perasaan tidak nyaman tersebut?</p> <p>3) Adakah tekanan tersendiri yang anda rasakan sebagai ibu tunggal? Dan bagaimanakah cara anda mengatasinya?</p> <p>4) Pernahkah anda mempunyai pikiran untuk menghindari tugas-tugas baru anda sebagai ibu tunggal?</p>

				<p>5) Upaya apa yang anda lakukan untuk memenuhi tuntutan peran baru sebagai ibu tunggal dalam keluarga?</p> <p>6) Sudahkah anda merasa cukup bertanggung jawab terhadap tugas anda sebagai orang tua tunggal dalam keluarga?</p> <p>7) Bagaimanakah tanggapan anda mengenai segala kesulitan yang telah anda sebutkan serta pengalaman menjadi ibu tunggal?</p> <p>8) Apakah anda yakin akan mencapai keberhasilan dengan upaya-upaya yang telah anda lakukan?</p>
--	--	--	--	---

PEDOMAN OBSERVASI

1. Keadaan dan kondisi partisipan
2. Sikap awal partisipan saat wawancara
3. Perilaku yang ditunjukkan partisipan selama proses wawancara
4. Reaksi emosional yang ditunjukkan partisipan selama proses wawancara

Jadwal Pelaksanaan Penelitian

No	Inisial	Tanggal	Waktu	Tempat Wawancara	Keterangan	Keperluan
1.	A	Selasa, 10 September 2024	12.00 WIB	Rumah Subjek	<i>Offline</i>	Wawancara 1
2.	A	Rabu, 11 September 2024	10.00 WIB	Rumah Subjek	<i>Offline</i>	Wawancara 2
3.	P	Kamis, 12 September 2024	16.00 WIB	Rumah Subjek	<i>Offline</i>	Wawancara 1
4.	P	Jumat, 13 September 2024	09.15 WIB	Rumah Subjek	<i>Offline</i>	Wawancara 2
5.	NE	Jumat, 13 September 2024	15.00 WIB	Rumah Subjek	<i>Offline</i>	Wawancara 1
6.	NE	Sabtu, 14 September 2024	16.00 WIB	Rumah Subjek	<i>Offline</i>	Wawancara 2
7.	N	Minggu, 15 September 2024	08.00 WIB	Rumah Subjek	<i>Offline</i>	Wawancara 1
8.	N	Senin, 16 September 2024	08.30 WIB	Rumah Subjek	<i>Offline</i>	Wawancara 2

LAMPIRAN 2
Lembar Persetujuan Subjek

Lembar Informasi

(*INFORMATION SHEET*)

- Judul Penelitian** : Gambaran *Self Efficacy* pada Ibu Tunggal Pascakematian Pasangan Hidup
- Peneliti** : Rismalinda
- Status** : Mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Sebelum Anda menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, penting bagi Anda untuk membaca mengenai tujuan, prosedur pelaksanaan, serta kerahasiaan penelitian yang akan dilakukan.

Tujuan Penelitian:

Guna mendeskripsikan serta mengkaji mengenai gambaran *self efficacy* ibu tunggal pascakematian pasangan hidup secara metodologis.

Prosedur Penelitian:

Proses pengambilan data pada penelitian ini menggunakan metode wawancara. Peneliti akan mengajukan beberapa pertanyaan yang telah disiapkan berdasarkan topik penelitian yaitu gambaran *self efficacy* pada ibu tunggal pascakematian pasangan hidup, lalu subjek menjawab berdasarkan apa yang subjek alami sebenarnya. Serta diminta ketersediaannya untuk mengizinkan peneliti mengambil dokumentasi berupa foto. Waktu yang diperlukan untuk proses wawancara yaitu berkisar 1-2 jam dan berkemungkinan akan dilakukan lebih dari satu kali. Selama proses wawancara, peneliti akan menggunakan alat bantu perekam suara guna memudahkan seluruh proses pengelolaan data. Oleh karena itu, peneliti memohon ketersediaan subjek untuk mengikuti serangkaian prosedur wawancara tersebut. Informasi yang telah diterima nantinya akan ditranskripsi untuk proses analisis data

Kerahasiaan:

Informasi yang telah diperoleh berdasarkan keseluruhan proses pengambilan data akan dijaga kerahasiaannya dan dipergunakan hanya untuk kepentingan penelitian. Ketika hasil penelitian ini diterbitkan, segala bentuk identitas serta keterangan yang berhubungan dengan subjek akan disamarkan dan hanya diketahui oleh peneliti dan dosen pembimbing. Sehingga Anda diharapkan dapat memberikan informasi yang jujur dan apa adanya. Dalam proses pengambilan data ini, Anda memiliki kesempatan untuk menyampaikan pengalaman, perasaan, serta pemikiran yang Anda miliki. Selanjutnya Anda memiliki hak untuk mengajukan keberatan jika merasa terdapat hal yang tidak sejalan dengan kehendak Anda. Penelitian ini bersifat sukarela tanpa paksaan dari pihak manapun, sehingga Anda berhak untuk menolak dan bebas mengundurkan diri. Partisipasi Anda sebagai subjek sangat dihargai dalam penelitian ini. Dalam melakukan penelitian ini, peneliti dibimbing oleh dosen pembimbing Ibu Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si dan Hj. Siti Hikmah, S.Pd.,M.Si Yang merupakan dosen Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang. Anda dapat menghubungi peneliti Rismalinda melalui nomor seluler dan *whatsapp* (082-218-605-559) atau melalui *e-mail*: rismalinda3003@gmail.com.

FORMULIR PERSETUJUAN PARTISIPAN

(*INFORMED CONSENT*)

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh Rismalinda, Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang, yang berjudul “**Gambaran *Self Efficacy* pada Ibu Tunggal Pascakematian Paangan Hidup**” dengan ini saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti serangkaian proses penelitian. Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama/Inisial :

Usia :

Dengan ini saya menyatakan **bersedia/tidak bersedia** untuk mengikuti rangkaian wawancara guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses penelitian (jika ada):

- 1.
- 2.

Kendal, 2024

(.....)

FORMULIR PERSETUJUAN PARTISIPAN
(INFORMED CONSENT)

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh Rismalinda, Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang, yang berjudul "**Gambaran *Self Efficacy* pada Ibu Tunggal Pascakematian Pasangan Hidup**" dengan ini saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti serangkaian proses penelitian. Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama/Inisial : **A**

Usia : **22 tahun**

Dengan ini saya menyatakan ~~bersedia~~ ~~tidak bersedia~~ **bersedia** untuk mengikuti seluruh rangkaian wawancara. Guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses penelitian (jika ada):

- 1.
- 2.

Kendal, 10 - 09 - 2024


(.....**A**.....)

FORMULIR PERSETUJUAN PARTISIPAN
(INFORMED CONSENT)

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh Rismalinda, Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang, yang berjudul "**Gambaran *Self Efficacy* pada Ibu Tunggal Pascakematian Pasangan Hidup**" dengan ini saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti serangkaian proses penelitian. Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama/Inisial : P

Usia : 39

Dengan ini saya menyatakan ~~tidak bersedia~~ **bersedia** untuk mengikuti seluruh rangkaian wawancara. Guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses penelitian (jika ada):

- 1.
- 2.

Kendal, 12 - September 2024



(.....P.....)

FORMULIR PERSETUJUAN PARTISIPAN

(INFORMED CONSENT)

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh Rismalinda, Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang, yang berjudul "**Gambaran *Self Efficacy* pada Ibu Tunggal Pascakematian Pasangan Hidup**" dengan ini saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti serangkaian proses penelitian. Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

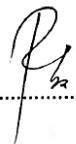
Nama/Inisial : Ne

Usia : 39 th

Dengan ini saya menyatakan ~~bersedia~~ **bersedia** untuk mengikuti seluruh rangkaian wawancara. Guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses penelitian (jika ada):

- 1.
- 2.

Kendal, 13 Sept 2024

()

FORMULIR PERSETUJUAN PARTISIPAN

(INFORMED CONSENT)

Sehubungan dengan pelaksanaan wawancara yang akan dilakukan untuk keperluan penelitian oleh Rismalinda, Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang, yang berjudul “*Gambaran Self Efficacy pada Ibu Tunggal Pascakematian Pasangan Hidup*” dengan ini saya mengisi lembar kesediaan informan guna mengikuti serangkaian proses penelitian. Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama/Inisial : N

Usia : 38 th

Dengan ini saya menyatakan ~~bersedia/tidak bersedia~~ untuk mengikuti seluruh rangkaian wawancara. Guna menghindari beberapa hal yang tidak diinginkan, maka saya sebagai informan memutuskan terdapat beberapa catatan selama proses penelitian (jika ada):

- 1.
- 2.

Kendal, 15-09 - 2024

(.....)

LAMPIRAN 3

**Transkrip Verbatim Wawancara, Tabel Horizontalisasi, Hasil
Observasi, Dokumentasi**

Verbatim Wawancara 1 Subjek 1

Nama/Inisial : A

Hari, Tanggal Wawancara : Selasa, 10 September 2024

Waktu : 12.00

Lokasi Wawancara : Rumah Subjek

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No	Ket	Verbatim
	P	“Halo kak, selamat siang. Gimana nih kabarnya kak?”
1.	S	“Alhamdulillah baik.”
	P	“Maaf ya kak sebelumnya karena mengganggu waktunya.”
2.	S	“Iya kak. Ini anak aku juga lagi tidur kok, jadi santai.”
	P	“Baiklah. Saya langsung mulai ya, kak?”
3.	S	“Oke, kak. Silahkan.”
	P	“Kalo boleh tau, penyebab meninggalnya suami kakak karena apa ya?”
4.	S	“Awal suami meninggal itu dia sakit dan sakitnya itu cuman sehari doang.”
5.	S	“Jadi pagi sakit besok siangnya meninggal.”
	P	“Berarti mendadak banget ya kak itu?”
6.	S	“Banget.”
7.	S	“Dan sebelumnya aku enggak pernah tahu kalau dia sakit.”
8.	S	“Karena selama pacaran sampai nikah tuh dia enggak pernah ngeluh”
9.	S	“apa-apa bahkan terlihat sangat fit banget.”
	P	“Berarti sebenarnya almarhum suami kakak udah sakit lama enggak kelihatan aja gitu kak? Atau memang tiba-tiba sakit pas hari itu?”

10.	S	“Aku sama keluarganya sih enggak tahu pasti ya dia punya penyakit”
11.	S	“apa enggak soalnya emang dianya enggak pernah mau ngecek ke rumah sakit.”
12.	S	“Jadi kita tahunya pas dari H-nya aja gitu.”
	P	“Pasti terpukul banget ya kak? Apalagi sebelumnya emang baik-baik aja. Almarhum suami kakak meninggalnya sudah berapa tahun kak, kalau boleh tahu?”
13.	S	“Banget sih, merasa bersalah aja gitu.”
14.	S	“Kok aku yang udah bertahun-tahun sama dia enggak tahu gimana”
15.	S	“keadaan fisiknya dia, punya penyakit atau enggak.”
16.	S	“Pas di ICU pun aku enggak jagain soalnya anakku masih 1 bulan,”
17.	S	“jadi mamahnya dia yang jagain.”
18.	S	“Untuk meninggalnya udah satu tahunan kurang lebih.”
	P	“Lanjut ya kak. Bagaimana kehidupan kakak sebelum meninggalnya almarhum suami kakak?”
19.	S	“Sebelum dia pergi, aku tuh ngerasa sempurna banget pokoknya <i>happy</i> deh.”
	P	“Bagaimanakah kehidupan kakak pascakematian almarhum suami kakak?”
20.	S	“Sesudah dia pergi tuh berasa berat banget ya.”
21.	S	“Apalagi anakku waktu itu umurnya masih 1 bulan ya masih suka”
22.	S	“bangun pagi, begadang, minta gendong, gak mau di tinggal.”
23.	S	“Ditambah juga aku harus nyusun skripsi yang dimana harus”
24.	S	“bimbingan terus menerus dan mau gak mau anakku aku titipin ke”
25.	S	“tante aku yang kebetulan juga punya anak dan dia gak kerja.”
26.	S	“Wah <i>baby blues</i> banget aku.”
27.	S	“Ditambah juga kan aku tinggal bareng mertua kan jadi ya rada”
28.	S	“ <i>awkward</i> banget ya.”
	P	“Adakah perbedaan yang signifikan dalam kehidupan kakak pascakematian suami anda?”
29.	S	“Kasih sayang suami, sih.”

30.	S	“Karena tanpa kasih sayang dia tuh kek sepi banget gitu.”
31.	S	“Walaupun ada anak dan mertua tapi ya rasanya kan beda ya.”
32.	S	“Kadang mertua mungkin juga ngerasa aku bukan anaknya dia, jadi”
33.	S	“ya dia cuek aja gitu.”
	P	“Lingkungan sekitar kakak sendiri, bagaimana pandangan mereka mengenai kakak yang harus menjadi ibu tunggal? Apalagi usia kakak masih muda banget.”
34.	S	“Alhamdulillah sih tetangga disini pada baik-baik dan ramah ya,”
35.	S	“sama aku bahkan banyak banget yang doain aku dan anakku.”
	P	“Alhamdulillah ya kak kalau gak ada omongan-omongan yang gak ngenakin hati. Lalu, dapatkah kakak ceritakan bagaimana perasaan kakak ketika ditinggalkan oleh pasangan untuk selamanya?”
36.	S	“Kaget banget karena mendadak juga kan, dan tentunya sedih, <i>syok</i> ”
37.	S	“sama terpukul banget. Dan itu aku juga nyesel karena berasa gak tahu”
38.	S	“apa-apa soal keadaan suami aku sendiri dan nggak bisa jagain dia”
39.	S	“terus pas sakit. Merasa bersalah banget sih aku.”
	P	“Kesulitan-kesulitan apa saja yang kakak hadapi sebagai ibu tunggal?”
40.	S	“Kesulitannya kalau anak lagi sakit, rewel, dan ngerjain skripsi.”
41.	S	“Jadinya aku harus berperan ganda kan.”
	P	“Lalu peran apa saja yang kakak rasa berubah drastis di hidup kakak setelah kepergian suami?”
42.	S	“Menggantikan peran ayah sih.”
43.	S	“Mau gak mau aku harus memiliki dua peran biar anak aku gak”
44.	S	“ngerasa minder atau sedih.”
	P	“Oke kak baiklah alhamdulillah wawancara untuk hari ini sudah selesai, ya. Terima kasih ya kak atas ketersediaannya.”
45.	S	“Oke kak. Sama-sama ya.”

Verbatim Wawancara 2 Subjek 1

Nama/Inisial : A

Hari, Tanggal Wawancara : Rabu, 11 September 2024

Waktu : 10.00

Lokasi Wawancara : Rumah Subjek

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No	Ket	Verbatim
	P	“Halo kak A, kita ketemu lagi nih. Maaf ya kak aku ganggu waktunya lagi.”
1.	S	“Iya kak. Santai aja, gak ganggu kok.”
	P	“Oke. Aku izin melanjutkan wawancara kemarin ya kak?”
2.	S	“Baik, kak. Silahkan.”
	P	“Ada gak kak tantangan-tantangan baru yang kakak hadapi sebagai ibu tunggal? Kalo ada bagaimana kakak mengatasinya?”
3.	S	“Banyak sih, salah satunya ya harus memiliki dua peran sekaligus,”
4.	S	“terus juga bagaimana cara mengelola emosi kita,”
5.	S	“terus gimana cara ngelola waktu antara ngurus anak, rumah, sama kuliah,”
6.	S	“menjaga mental kita agar tetap kuat dan gak berpikir <i>negative</i> , ”
7.	S	“dan gimana cara mengelola keuangan apalagi aku sama mertua ya”
8.	S	“gak mungkin terus-terusan ditanggung mertua kan ya.”
9.	S	“Cara ngatasinnya itu kalau mengelola waktu itu biasanya aku udah”
10.	S	“ada jadwal sendiri atau gak aku sempet-sempetin kalau anak lagi”
11.	S	“tidur aku melakukan apa gitu, kegiatan yang pokoknya aku suka deh.”

12.	S	“Terus kalau masalah mental biasanya aku nyempetin sehari untuk”
13.	S	“ <i>me time</i> buat diri sendiri. Anak aku titipin biar ada <i>refreshing</i> lah.”
14.	S	“Kalau emosi biasanya aku diem dulu baru nenangin anak.”
15.	S	“Tapi jujur, kadang kalau aku gak bisa ngontrol emosi kadang yaudah”
16.	S	“nangis atau marahin anak, tapi habis itu nyesel marahin anak.”
17.	S	“Padahal kita tahu anak kita tuh gak salah.”
18.	S	“Kalau keuangan sih ya aku kerja dikit-dikit lah, meski tetap dibantu”
19.	S	“masalah uang sama mertua.”
	P	“Ketika dihadapkan dengan berbagai tugas-tugas serta tantangan-tantangan baru tersebut, apakah kakak merasa yakin dengan kemampuan kakak untuk menghadapinya?”
20.	S	“Ya namanya juga manusia ya kadang pernah ngerasa enggak”
21.	S	“bisa menghadapinya.”
22.	S	“Tapi hidup kan akan terus berjalan jadi ya mau enggak mau kan”
23.	S	“harus tetep dijalanin ya meski yakin nggak yakin.”
	P	“Sejauh mana penilaian kakak terhadap kemampuan diri kakak ketika menghadapi peran baru sebagai ibu tunggal?”
24.	S	“Ya, gimana ya? Pokoknya aku bakalan ikutin aja sesuai alurnya.”
25.	S	“Ntar juga ada petunjuk buat menyelesaikannya kok.”
	P	“Apa yang akan kakak lakukan jika menghadapi sebuah tantangan baru yang sebelumnya belum pernah dialami?”
26.	S	“Iya seperti yang tadi udah aku bilang, aku akan tetap jalanin dan”
27.	S	“tetep menghadapi tantangan barunya kan mau gak mau.”
28.	S	“Dengan cara ikutin aja alurnya dulu ntar juga kita bakal tahu apa”
29.	S	“yang harus kita lakuin dan pasti ada petunjuk buat nyelesainnya kok.”
	P	“Kak, kalau kakak dihadapkan dengan pengalaman yang mengingatkan kakak dengan kehadiran sosok pendamping hidup, bagaimanakah respon atau tanggapan kakak?”

30.	S	“Aku bakalan sedih banget ya dan keinget merasa bersalah. Karena”
31.	S	“aku sebagai istrinya gak tahu apa-apa kalau suami sakit. Eh, tiba-tiba”
32.	S	“langsung diambil.”
	P	“Apakah kakak pernah merasakan perasaan cemas, sulit tidur, bingung, resah, dan juga tidak tenang selama menyandang status sebagai ibu tunggal?”
33.	S	“Sering sih. Kalau sulit tidur itu pas awal-awal suami meninggal.”
	P	“Dapatkan kakak ceritakan bagaimana perasaan kakak saat itu dan bagaimana cara mengatasi perasaan-perasaan tidak nyaman tersebut?”
34.	S	“Mikir sampe akhirnya capek terus nenangin pake lagu.”
	P	“Kalau merasa tertekan selama menjadi ibu tunggal, pernah gak kak?”
35.	S	“Pernah banget. Itu terasa pas anak lagi sakit apalagi kalau sampe dirawat.”
	P	“Tekanan seperti apa yang kakak rasakan?”
36.	S	“Tekanannya tuh biasanya yang muncul karena kita melakukannya”
37.	S	“sendirian tanpa ada yang menemani dan mendukung.”
	P	“Biasanya apa yang akan kakak lakukan jika di situasi seperti itu?”
38.	S	“Dibawa nangis aja sih biar lega.”
	P	“Kak maaf, tapi pernah kepikiran buat menghindari dari tuntutan tugas sebagai ibu tunggal/nyerah gitu gak?”
39.	S	“Pernah kok. Tapi mau gimana lagi ya, walaupun aku menyerah buat”
40.	S	“apa juga? Toh aku yang memilih untuk menikah di usia muda dan”
41.	S	“aku juga gak bakal tahu kedepannya mau gimana, jadi ya jalanin aja.”
42.	S	“Lagian anak aku masih butuh aku buat dia bertahan hidup.”
	P	“Lalu, upaya apa yang kakak lakukan untuk memenuhi tuntutan peran baru sebagai ibu tunggal?”
43.	S	“Ya tetap bertahan aja sih buat menjalaninya. Apalagi aku punya”
44.	S	“anak. Kalau aku gak ada, anak aku siapa yang ngurus? Ya”

45.	S	“walaupun ada keluarga pasti beda gak sih rasanya? Terus juga aku”
46.	S	“mikir hidupnya apa bakal bahagia tanpa aku? Suatu saat dia bakal”
47.	S	“sedih sudah kehilangan papanya dan enggak kenal sama papanya”
48.	S	“masa iya dia juga harus kehilangan mamanya?”
	P	“Sudahkah kakak merasa cukup memenuhi peran dan tugas sebagai ibu tunggal dalam keluarga kakak?”
49.	S	“Sebisa mungkin aku tetep berusaha yang terbaik soalnya motivasiku”
50.	S	“itu anak. Dan dia masih kecil juga.”
	P	“Lalu, bagaimana tanggapan kakak dengan segala tantangan tersebut serta pengalaman baru kakak sebagai ibu tunggal?”
51.	S	“Aku sih nganggap itu sebagai cobaan ya, dan aku meyakinkan”
52.	S	“diriku kalau hidup aku tetap berjalan meski kehilangan orang yang”
53.	S	“disayang.”
	P	“Apakah kakak yakin akan mencapai keberhasilan dengan upaya-upaya yang telah dilakukan?”
54.	S	“Yakin gak yakin sih. Tapi aku udah beberapa kali kehilangan orang”
55.	S	“yang disayang dan alhamdulillah hidup aku tetap berjalan.”
56.	S	“Karena tuntunan kondisi aja yang membuat aku harus kuat.”
58.	S	“Aslinya aku gak sekuat itu, kok.”
	P	“Baiklah kak, karena sesi wawancaranya sudah selesai, aku berterimakasih banyak ya kak atas waktunya. Ngerepotin kakak nih jadinya. Dan mohon maaf ya kak, sekiranya selama sesi wawancara ada perkataanku yang tidak berkenan buat kakak.”
59.	S	“Santai kak. Sama-sama ya. Aku malah jatuhnya jadi curhat.”

Verbatim Wawancara 1 Subjek 2

Nama/Inisial : P

Hari, Tanggal Wawancara : Kamis, 12 September 2024

Waktu : 16.00

Lokasi Wawancara : Rumah Subjek

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No	Ket	Verbatim
	P	“Selamat sore budhe. Izin ganggu waktunya <i>njih</i> ?”
1.	S	“Iya dek Risma.”
	P	“Gimana kabarnya, budhe? Baik?”
2.	S	“Alhamdulillah baik.”
	P	“Alhamdulillah. Baik, langsung saya mulai <i>njih</i> budhe?”
3.	S	“ <i>Njih mangga.</i> ”
	P	“Apa penyebab meninggalnya suami budhe?”
4.	S	“Karena sakit
	P	“Kalau boleh tahu penyakit <i>nopo njih</i> , budhe?”
5.	S	“Penyakit ginjal.”
	P	“Dan sudah berapa lama sejak meninggalnya almarhum?”
6.	S	“Sudah sekitar satu tahunan.”
	P	“Bagaimana kehidupan budhe sebelum meninggalnya pasangan hidup?”
7.	S	“Kalau ada bojo kan ono sing ngekki gaji, ya. Nak ngene kan golek”
8.	S	“dhewe podo karo to, dek.”
	P	“Bagaimanakah kehidupan budhe pascakematian pasangan hidup? Adakah perbedaan yang signifikan?”

9.	S	“Piye ya? Yo gadhog lah. Koyok mau sing wis tak omongke, duit”
10.	S	“golek dhewe ora koyo mbiyen meneh.”
	P	“Berarti sebelum penghasilane bergantung kalah almarhum njih?”
11.	S	“Njih.”
	P	“Bagaimanakah respon atau pandangan lingkungan sekitar budhe terhadap status baru sebagai ibu tunggal?”
12.	S	“Yo kan ngene to mbak, karang wong ki kadang ono sing seneng”
13.	S	“ono sing ora seneng. Pandangane wong kan jenenge wong rondo”
14.	S	“ki elek mesti pikirane wong. Tapi kan, wong ndelok keadaan”
15.	S	“yo mungkin nak koyo aku wong yo onone mung ning omah, kerjo”
16.	S	“dene ono wong serik yo monggo, dene ora yo alhamdulillah, ngono”
17.	S	“to mbak.”
	P	“Berarti nak omongan-omongan ngonten tetep enten njih?”
18.	S	“Njih, pen enten. Omongan elek tetep ono, tapi yo luweh. Kabeh ki”
19.	S	“sing penting aku ora koyo sing diomongke ngono wae.”
	P	“Niku meninggale almarhum pakdhe itungane mendadak nopo mboten njih?”
20.	S	“Njih pripun njih? Kulo obatke njih enten kacek’e. Terus dirujuk”
21.	S	“ke Kariyadi niku, kan intine ajeng padhos berobat lagi kan disuruh”
22.	S	“ning Kariyadi ngambil ginjalnya sing sebelah. Tapi, ternyata sampai”
23.	S	“disana kok enggak ada.”
	P	“Bagaimana perasaan budhe ketika ditinggalkan oleh almarhum untuk selamanya?”
24.	S	“Njih kaget. Hmmm, corone kan sebelah ente tiang mboten ente”
25.	S	“njur kan ngedrop ngonten lho. Soale podo nangis niku sing sebelah”
26.	S	“dadine njur ngedrop.”
	P	“Kesulitan-kesulitan apa saja yang budhe hadapi pascakematian suami?”
27.	S	“Yo mungkin, njih ngopeni anak nak ora ono bojo ki tetep beda lah,”
28.	S	“mbak. Sopo gelem to sing dikei rondo gasik? Kan rak gelem.”
29.	S	“Pengene ngopeni anak-anak bareng-bareng karo bojo. Njih kalah”

30.	S	“wau niko. Nak ono bojo kan enten sing ngekki gaji ya, mbak. Saiki”
31.	S	“kudu golek dewe.”
	P	“Pascakematian suami, apa saja peran yang berubah sebagai ibu tunggal?”
32.	S	“Yo wau niku kudu ngopeni anak tapi kalah kudu tetep kerja. Yo”
33.	S	“masalah ekonomi kui mau, mbak. Soale sedurunge ono sing mbantu”
	P	“Tantangan nopo mawon yang dihadapi sebagai ibu tunggal, budhe?”
34.	S	“Apa ya mbak? Ketokke aku ngopeni anak yo biasa wae ki mbak. Yo”
35.	S	“corono anak niku manut lah, karang sakwene pakne ora ono kan yo”
36.	S	“mungkin bocah ki koyo rodok mikir sitik lah, soale wis meh SMA”
37.	S	“pas pakne ora ono.”
38.	S	“Masalah ekonomi mbak kalah ngasuh anak. Pokoke yo bedho lah”
39.	S	“diurus dewe karo nak wong loro mbe bojo.”
	P	“Bagaimana cara budhe untuk mengatasi kesulitan serta peran baru tersebut sebagai ibu tunggal?”
40.	S	“Legowo wae sih, mbak. Kabeh kan wis takdire meh piye meneh?”
41.	S	“Tetep dijalani wae soale wis takdire.”
	P	“Njih ngonten mawon budhe untuk wawancara hari ini. Matur suwun sanget njih budhe malah ngerepoti.”
42.	S	“Njih mbak, mboten nopo-nopo.”

Verbatim Wawancara 2 Subjek 2

Nama/Inisial : P

Hari, Tanggal Wawancara : Jumat, 13 September 2024

Waktu : 09.15

Lokasi Wawancara : Rumah Subjek

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No	Ket	Verbatim
	P	“Selamat pagi, budhe. Maaf ya mengganggu waktunya lagi.”
1.	S	“ <i>Njih</i> , pagi.”
	P	“Izin melanjutkan wawancara yang kemarin, <i>njih</i> budhe?”
2.	S	“Iya mbak. <i>Monggo</i> .”
	P	“Baik budhe. Saya mulai ya? Ketika dihadapkan dengan berbagai tugas-tugas serta tantangan-tantangan baru tersebut, apakah budhe merasa yakin dengan kemampuan budhe untuk menghadapinya?”
3.	S	“Yo piye ya mbak? Yakin ora yakin. Yo, aku pengene yo koyo-koyo”
4.	S	“kancane sing ijek ndue bojo. Tapi, ki kabeh wis takdire to mbak.”
5.	S	“Dadi yo tak anggap wae aku mampu ngono to, mbak.”
	P	“Sejauh mana penilaian budhe terhadap kemampuan diri budhe ketika menghadapi peran baru sebagai ibu tunggal?”
6.	S	“Sebenere diarani mampu yo ora, diarani ora mampu yo aku nganggap”
7.	S	“awakku tak anggap aku mampu ngono wae lah, mbak.”
	P	“Apa yang akan budhe lakukan jika menghadapi sebuah tantangan baru yang sebelumnya belum pernah anda alami?”
8.	S	“Kabeh kan wis takdire to, mbak. Saiki aku umpamane ameh ngeluh”

9.	S	“yo percumah to aku ngeluh. Sing penting kan aku kan nenuwun”
10.	S	“karo sing ngatur urip lah ngono wae. Sing penting aku wis berusaha”
11.	S	“semampuku.”
	P	“Bagaimana tanggapan atau respon budhe jika dihadapkan dengan pengalaman yang mengingatkan budhe akan kehadiran seorang pendamping hidup?”
12.	S	“Yo sedih to mbak . Opo meneh aku kan sakdurunge wis tau ditinggal”
13.	S	“bojo sing pertama. Tapi, yo bedho lah nak sing iki kan aku ngencani”
14.	S	“ket awal sakit.”
	P	“Sakite almarhum berarti sampun lama njih budhe?”
15.	S	“Sekitare yo 8 bulan. Ket awal sakit kan aku ngeterke berobat rono”
16.	S	“rene mbak. Seko presan ning puskesmas nganti dirujuk ning Kariyadi”
17.	S	“aku sing ngancani. Soale anak sing gede kan kerja, sing cilik ijek”
18.	S	“sekolah.”
	P	“Ketika menghadapi berbagai tantangan baru sebagai ibu tunggal, apakah budhe merasa ada perasaan cemas, sulit tidur, bingung, tidak tenang, dan resah?”
19.	S	“Yo nak kui mesti ono, mbak. Pikirane tetep wis werno-werno lah.”
20.	S	“Opo meneh nak sholat mbengi ngono ya mbak, mesti kelingan.”
21.	S	“Ketokke wae mbak ning jobo aku koyok ngene tapi asline yo nak”
22.	S	“sholat mbengi ngono kui nangis.”
	P	“Berarti tekan sakniki taseh ngonten njih, budhe?”
23.	S	“Njih tekan sakiki ijek sok nangis. Ketokke wae mbak tegar ning”
24.	S	“ngarep anak-anak, tapi asline yo jek kerep nangis.”
	P	“Dapatkah budhe ceritakan bagaimana perasaan budhe? Serta bagaimana caranya mengatasi perasaan-perasaan tidak nyaman tersebut?”
25.	S	“Yo, sepenting awakke dhewe sabar lah mbak. Sabar lah, ngono wae.”

	P	“Adakah tekanan tersendiri yang dirasakan sebagai ibu tunggal? Dan bagaimanakah cara budhe mengatasinya?”
26.	S	“Nak tekanan ki yo mesti ono ya, mbak, jenenge rondo. Koyok mau”
27.	S	“ekonomi. Kan pakne sakdurunge sing kerja. Saiki yo aku gelem rak”
28.	S	“gelem kudu kerja to mbak. Yo rak kethang kerja ning karetan tok”
29.	S	“sing penting ono penghasilan gawe sekolah anak sing paling cilik.”
30.	S	“Paling yo mbek sok kelingan pakne. Ijek sok kebayang. Ora koyo”
31.	S	“almarhum bojo sing pertama kui aku dikabari nak kecelakaan.”
32.	S	“Nak sing pakne iki kan aku sing ngancani tekan pas dijupuk.”
	P	“Pernah mboten budhe, kepikiran untuk menghindari tugas-tugas baru sebagai ibu tunggal?”
33.	S	“Mboten. Kan kulo nak nganu, pandangane ning anak, mbak. Anak,”
34.	S	“nomor siji anak.”
	P	“Lalu, upaya nopo sing budhe lakukan untuk memenuhi tuntutan peran baru sebagai ibu tunggal dalam keluarga?”
35.	S	“Yo nak umpamane lelah, yo lelah to mbak. Sopo sing ora lelah”
36.	S	“ditinggal suami, kudu kerja, ngurus anak. Tapi kan ono anak-anak”
37.	S	“sing kudu dipikir. Dadi opo-opo yo kudu dijalani wae to mbak.”
	P	“Menurut budhe, budhe sampun merasa cukup bertanggung jawab terhadap tugas anda sebagai orang tua tunggal dalam keluarga dereng?”
38.	S	“Yo nak menurutku uwis yo mbak.”
	P	“Bagaimanakah tanggapan budhe mengenai segala kesulitan yang telah budhe sebutkan wau serta pengalaman menjadi ibu tunggal?”
39.	S	“Yo jenenge takdire seko sing ngeki urip meh piye meneh, mbak.”
40.	S	“Nak aku yo berusaha ikhlas wae ngono, mbak. Legowo. Sepenting”
41.	S	“Aku wis berusaha nambakke almarhum pakne. Sampe saiki ngrusui”
42.	S	“anak mbek kerja.”
	P	“Apakah budhe yakin akan mencapai keberhasilan dengan upaya-upaya yang telah budhe lakukan?”
43.	S	“Insyaallah mbak. Sedulur-sedulur njih maringi dukungan, kaleh”

44.	S	“enten anak-anak. Insyaallah njih yakin.”
	P	“Njih sampun budhe ngonten mawon. Matur suwun njih budhe sampun dibantu.”
45.	S	“Njih mbak, sami-sami.”

Verbatim Wawancara 1 Subjek 3

Nama/Inisial : NE

Hari, Tanggal Wawancara : Jumat, 13 September 2024

Waktu : 15.00

Lokasi Wawancara : Rumah Subjek

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No	Ket	Verbatim
	P	“Assalamualaikum bulik. Selamat sore.”
1.	S	“Waalaikumsalam. Sore, dek Risma.”
	P	“Maaf <i>njih</i> bulek jadi ganggu waktunya.”
2.	S	“Iya gakpapa dek Risma.”
	P	“Langsung saya mulai <i>njih</i> bulik untuk wawancaranya?”
3.	S	“Iya. <i>Monggo</i> silahkan.”
	P	“Apa penyebab meninggalnya suami bulik dan kapan waktu meninggalnya?”
4.	S	“Karena sakit. Sakitnya itu, terhitung mendadak ya, dek. Om itu sakit”
5.	S	“sejak puasa. Awalnya pas diperiksain itu cuma syaraf kecepit. Tapi”
6.	S	“kok malah gak bisa jalan dan gak bisa bab dan bak. Ternyata tumor.”
7.	S	“Kalau waktu meninggalnya berarti sudah sekitar 40 harian.”
	P	“Bagaimana kehidupan bulik sebelum meninggalnya almarhum om?”
8.	S	“Dulu waktu suami masih ada, penghasilan tetep ada. Penghasilan”
9.	S	“tetaplah. Soalnya kerjanya kan di pabrik. Sekarang pemasukan itu”
10.	S	“kan bulik jualan. Jualan di sekolahan. Penghasilan tiap harinya tidak”
11.	S	“menentu. Ya kotor, kotor itu seratus lebih dikit. Itu kotor jualan”

12.	S	“setengah hari. Duhur kan bulik sudah pulang.”
	P	“Lalu, bagaimanakah kehidupan bulik setelah om meninggal? Adakah perbedaan yang bulik anggap signifikan?”
13.	S	“Kalau perbedaan tu, tetep ada. Sebelumnya kan om yang bekerja”
14.	S	“punya pekerjaan tetap. Sekarang bulik tu penghasilan pun tidak”
15.	S	“menentu. Terus, perbedaannya juga ada. Biasanya ada suami. Ada”
16.	S	“suaranya, ramai. Sekarang pulang-pulang tuh, bulik rasanya sepi.”
	P	“Kalau untuk respon atau pandangan lingkungan sekitar terhadap status baru bulik sebagai ibu tunggal apakah ada perbedaannya?”
17.	S	“Kalau untuk itu ndak ada perbedaannya. Tapi, juga ndak tahu,”
18.	S	“ndak ada atau belum ada. Bulik juga belum tahu. Tapi, untuk saat”
19.	S	“alhamdulillah masih sama.”
	P	“Dapatkah bulik ceritakan bagaimana perasaannya ketika ditinggalkan oleh pasangan untuk selamanya?”
20.	S	“Rasanya, yo hancur. Seketika itu, ndak percaya kalau om tu udah”
21.	S	“ndak ada tu seketikapun gak percaya. Atine rasane teriris-iris, sakit.”
22.	S	“Biasane kan ditemeni, sekarang gak ditemeni. Yo sulit diungkapkan lah.”
23.	S	“Yo rasane, beginilah, dek.”
	P	“Saya lanjut njih, bulik. Kesulitan-kesulitan apa saja yang bulik hadapi setelah meninggalnya om?”
24.	S	“Kesulitan itu, soal mendidik anak. Biasane itu yang besar itu, biasane”
25.	S	“takute sama bapaknya. Cuman sekarang itu, kan ndak ada yang”
26.	S	“ditakutin. Cuman bulik kui nek ngandani A itu cuman mbek nangis.”
27.	S	“Istone mbek nangis karang yo bulik ki yo koyo ngene iki lah. Bulik ki”
28.	S	“yo cengeng. Sithik-sithik nak nganu kelingan bapake. Makane nak”
29.	S	“ngandani yo bulik isone nangis, ngandani A. Kesulitane cuma itu”
30.	S	“tok kalau A. Terus kesulitane buat anake bulik yang kecil, enam”
31.	S	“setengah tahun itu, kesulitane dia tu orange pemikir. Tiap diajak ke”

32.	S	“sarean, dia itu panas, sering ngalamun. Itu sing gaweke pikiran”
33.	S	“bulik tu ya sing kayak gitu. Kesulitanya tu yang itu.”
	P	“Menurut bulik, peran apa saja yang berubah semenjak menjadi sebagai ibu tunggal?”
34.	S	“Ya itu tadi, bulik harus menggantikan peran om. Yang biasanya”
35.	S	“anak-anak nurut sama om, bulik harus menggantikannya. Dan bulik”
36.	S	“juga harus berperan menghidupi keluarga juga sekarang.”
	P	“Tugas-tugas atau tantangan baru apa saja yang bulik hadapi sebagai ibu tunggal?”
37.	S	“Untuk mendidik anak sendirian itu yang menjadi tantangan kalau”
38.	S	“menurut bulik, dan membuat kepikiran terus.”
	P	“Sejauh ini apakah bulik sudah mempunyai cara tersendiri untuk mengatasi kesulitan serta peran baru tersebut sebagai ibu tunggal?”
39.	S	“Kan nembe sekitar 40 hari ya, dek. Kalau pandangan itu sudah ada”
40.	S	“cuman kalau pergerakannya itu masih belum ada. Soale bulik sendiri”
41.	S	“masih bingung kedepane itu mau gimana. Bulik itu masih bingung.”
42.	S	“Yo insyaallah, Allah memberi jalan bulik yang terbaik.”
	P	“Aamiin. Alhamdulillah bulik untuk wawancara hari ini sampun selesai. Terima kasih banyak <i>njih</i> bulik sudah mau bantu.”
43.	S	“Iya dek Risma. Sami-sami.”

Verbatim Wawancara 2 Subjek 3

Nama/Inisial : NE

Hari, Tanggal Wawancara : Jumat, 14 September 2024

Waktu : 16.00

Lokasi Wawancara : Rumah Subjek

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No	Ket	Verbatim
	P	“Assalamualaikum bulik. Maaf <i>njih</i> bulik ganggu waktunya lagi.”
1.	S	“Gakpapa dek. Selagi bisa bulik bantu.”
	P	“Izin melanjutkan wawancara kemarin <i>njih</i> bulik?”
2.	S	“Iya. Silahkan.”
	P	“Ketika dihadapkan dengan berbagai tugas-tugas serta tantangan-tantangan baru tersebut, apakah bulik merasa yakin dengan kemampuan bulik untuk menghadapinya?”
3.	S	“Namanya kesulitan itu pasti ada. Cuman kalau mau menyikapinya”
4.	S	“diam dulu. Diam dulu, tahan napas dulu. Bulik sambil mikir, sambil”
5.	S	“berdoa. Insyaallah Allah ngasih jalan yang terbaik untuk bulik.”
6.	S	“Cuman itu tok. Doa dulu, istighfar dulu, bulik itu gitu. Terus kedepane”
7.	S	“bulik lihat situasine itu gimana.”
	P	“Sejauh mana penilaian bulik terhadap kemampuan diri bulik ketika menghadapi peran baru sebagai ibu tunggal?”
8.	S	“Kalau sejauh mana itu, bulik juga belum tahu. Bulik kemampuane”
9.	S	“seberapa juga belum tahu, soale masih nembe kemarin. Cuman ya”
10.	S	“itu, bulik itu cuman berdoa. Insyaallah bulik bisa. Sepenting ki bulik”

11.	S	“diparingi sehat. Mintae sama Allah itu, bulik diparingi sehat, diparingi”
12.	S	“kuat, diparingi tabah, gitu. Buat menghidupi anak-anak, cuman itu tok.”
	P	“Apa yang bulik akan lakukan jika menghadapi sebuah tantangan baru yang sebelumnya belum pernah dialami?”
13.	S	“Kalau bulik ya sing penting tawakal saja sama Allah. Yang penting”
14.	S	“bulik sudah berusaha sebisa dan semampu bulik.”
	P	“Bagaimana tanggapan atau respon bulik jika dihadapkan dengan pengalaman yang mengingatkan akan kehadiran seorang pendamping hidup? ”
15.	S	“Ya, sedih. Masih suka ndak percaya kalau om itu udah ndak ada”
16.	S	“biasanya apa-apa sama om, sekarang jadi sendiri, bulik jadi ngerasa.”
17.	S	“kesepian.”
	P	“Ketika menghadapi berbagai tantangan baru sebagai ibu tunggal, apakah pernah bulik merasa cemas, sulit tidur, bingung, tidak tenang, dan resah?”
18.	S	“Pastine ada. Rasa cemas, rasa sedih, rasa khawatir.”
	P	“Boleh bulik ceritakan bagaimana perasaannya saat mengalami itu? Serta bagaimana cara bulik mengatasinya?”
19.	S	“Sering rasane dadane sesek. Maem emoh, rasane gemeter itu semua tetep”
20.	S	“ada, dek. Bulik cuma berdoa, dan insyaallah bulik bisa mengatasinya.”
	P	“Adakah tekanan tersendiri yang bulik rasakan sebagai ibu tunggal? Dan bagaimanakah cara mengatasinya?”
21.	S	“Kalau tekanan pasti ada. Semua bulik akan hadapi semampu bulik.”
22.	S	“Bulik insyaallah yakin dan bulik yakin semua pasti ada bantuan”
23.	S	“dari Allah untuk bulik.”
	P	“Pernahkah bulik mempunyai pikiran untuk menghindari tugas-tugas baru sebagai ibu tunggal?”
24.	S	“Insyaallah mboten. Insyaallah apa yang di hadapan bulik itu tak”

25.	S	“hadapi. Insyallah bulik bisa, dengan kekuatan anak-anak bulik bisa.”
	P	“Lalu, upaya apa yang bulik lakukan untuk memenuhi tuntutan peran baru sebagai ibu tunggal dalam keluarga?”
26.	S	“Bulik akan terus berusaha untuk menghidupi dan mendidik anak-anak”
27.	S	“selama bulik masih sehat. Semoga bulik tetep sehat supaya bisa”
28.	S	“ngurus anak-anak. Motivasi bulik itu ya anak-anak itu, dek.”
	P	“Sudahkah bulik merasa cukup bertanggung jawab terhadap tugas sebagai orang tua tunggal dalam keluarga?”
29.	S	“Sudah. Karena bulik sudah berusaha, bulik itu menganggap insyaallah”
30.	S	“sudah cukup bertanggung jawab terhadap keluarga bulik.”
	P	“Bagaimanakah tanggapan bulik mengenai segala kesulitan yang bulik hadapi serta pengalaman menjadi ibu tunggal?”
31.	S	“Menurut bulik memang sulit ya, dek jadi ibu tunggal itu. Tapi, semua”
32.	S	“kan sudah jalannya. Jadi, bulik mau tidak mau ya harus menerima.”
33.	S	“Namanya takdir, ya bulik harus hadapi.”
	P	“Niki terakhir njih bulik. Apakah bulik yakin akan mencapai keberhasilan dengan usaha-usaha yang sudah bulik lakukan?”
34.	S	“Insyallah. Bulik berusaha buat anak-anak. Yang dicita-citakan”
35.	S	“semoga tercapai, bulik juga sehat, bisa menghadapi anak-anak”
36.	S	“bisa membesarkan anak-anak tanpa bapaknya bulik bisa insyaallah”
37.	S	“bisa semangat bulik.”
	P	“Aamiin. Insyallah njih bulik. Alhamdulillah bulik wawancaranya sampun selesai. Terima kasih banyak njih bulik dan mohon maaf jika selama sesi wawancara ini terdapat salah-salah kata.”
38.	S	“Iya dek Risma. Sama-sama njih.”

Verbatim Wawancara 1 Subjek 4

Nama/Inisial : N

Hari, Tanggal Wawancara : Minggu, 15 September 2024

Waktu : 08.00

Lokasi Wawancara : Rumah Subjek

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No	Ket	Verbatim
	P	“Selamat pagi, mbak N.”
1.	S	“Selamat pagi.”
	P	“Gimana nih mbak N kabarnya?”
2.	S	“Alhamdulillah baik.”
	P	“Alhamdulillah. Maaf ya mbak mengganggu waktunya pagi-pagi gini.”
3.	S	“Iya mbak. Mumpung saya di rumah.”
	P	“Baik mbak. Saya mulai <i>njih</i> wawancaranya?”
4.	S	“ <i>Njih.</i> ”
	P	“Apa penyebab meninggalnya suami anda dan kapan waktu meninggalnya suami anda?”
5.	S	“Kalau penyebabnya itu, jatuh. Jatuh waktu lagi kerja. Berarti kalau”
6.	S	“meninggalnya itu sudah kurang lebih ya dua tahunan.”
	P	“Itu sebelumnya apakah tidak ada keluhan sakit, mbak?”
7.	S	“Sebelumnya itu ada riwayat darah tinggi, mbak. Terus kan itu jatuh”
8.	S	“langsung gak ada setelah jatuh itu.”
	P	“Bagaimana kehidupan anda sebelum kematian pasangan hidup?”
9.	S	“Kalau sebelum suami meninggal itu, kan mendidik anak jadi ada yang”

10.	S	“bantu, mbak. Ada yang dampingi lah istilahnya itu. Sekarang beda”
11.	S	“mendidik anak jadi kurang karena sendirian to, mbak.”
	P	“Bagaimanakah kehidupan anda setelah meninggalnya almarhum? Adakah perbedaan yang signifikan?”
12.	S	“Yo piye ya? Ekonomi dan mendidik anak yang kurang yang paling”
13.	S	“beda ya, mbak. Soale kan biasane mereka itu manutnya sama ayahnya.”
14.	S	“Sekarang ayahnya udah gak ada, jadi lebih ekstra buat mendidiknya.”
15.	S	“Apalagi kan sekrang saya bolak-balik buat ngurusi orang tua saya”
16.	S	“sing lagi sakit. Yang kecil tu ya kurang pengawasanku ya mbak”
17.	S	“Soale disini yo cuman sama mbahe, yo pastine beda nak diawasi”
18.	S	“penuh sama orang tua.”
19.	S	“Kalau ekonomi ya beda mbak, biasane ayahe yang kerja terus tambahan”
20.	S	“yo cuman dari warung. Dulu-dulu saya juga nyambi antar jemput”
21.	S	“sekolah anak sedulur buat nambah-nambah lah. Yo meski sekarang”
22.	S	“udah dapet penghasilan dari anak pertama yang sudah kerja.”
	P	“Kalau sekarang, berarti sampun mboten kerja sampingan ngonten njih mbak?”
23.	S	“Sudah enggak. Sekarang cuman di rumah. Warungnya juga udah ndak”
24.	S	“buka. Jarang buka. Soale sering saya tinggal bolak-balik. Saya paling”
25.	S	“di rumahe yo nak pagi gini. Balik lagi udah gelap.”
	P	“Bagaimanakah respon atau pandangan lingkungan sekitar anda terhadap status baru anda sebagai ibu tunggal? Ada yang berubah mboten, mbak? Terus bagaimana mbak N menyikapinya?”
26.	S	“Ya, ada. Banyak. Sekarang tu banyak yang bilang nganu ‘N uripe”
27.	S	“kepenak. Dolan rono-rene, wis rak ono sing ngelarang’ tapi ya yang”
28.	S	“namanya hidup, namanya tetangga kan beda-beda. Ya ada yang baik”
29.	S	“ada yang enggak. Yang namanya ucapan sih beda-beda, jadi yo biarin”

30.	S	“aja. Saya sih nggak terlalu ambil pusing kalau masalah omongan seperti”
31.	S	“itu. Karena namanya orang kan beda-beda. Jadi, biarin aja.”
	P	“Dapatkah anda ceritakan bagaimana perasaan anda ketika ditinggalkan oleh pasangan anda untuk selamanya? Pas pertama dikabarin niku gimana respon mbak N?”
33.	S	“Nyesek lah. Kaget. Dan itu tu itungane mendadak. Sebelum itu baik-”
34.	S	“aja. Pas berangkat kerja itu masih baik-baik aja, nggak ada keluhan”
35.	S	“apa-apa gitu. Kayak biasanya aja, sehat-sehat aja.”
	P	“Kesulitan-kesulitan apa saja yang anda hadapi setelah meninggalnya suami?”
36.	S	“Ya itu lah, cara mendidik anaknya berkurang. Kayaknya gimana ya”
37.	S	“ekonomi juga. Terus nggak ada yang bisa ngajak ngobrol kayak”
38.	S	“biasane.”
	P	“Baik segitu saja njih mbak N untuk wawancara hari ini. Alhamdulillah untuk sesi wawancara hari ini sudah selesai.”
39.	S	“Oh, njih.”
	P	“Terima kasih banyak ya mbak N untuk partisipasinya hari ini.”
40.	S	“Njih sami-sami.”

Verbatim Wawancara 2 Subjek 4

Nama/Inisial : N

Hari, Tanggal Wawancara : Senin, 16 September 2024

Waktu : 08.30

Lokasi Wawancara : Rumah Subjek

Keterangan (P: Peneliti) (S: Subjek)

No	Ket	Verbatim
	P	“Selamat pagi mbak N. Izin melanjutkan wawancara lagi ya, mbak?”
1.	S	“Iya monggo silahkan.”
	P	“Baik. Saya langsung mulai njih. Menurut mbak N apa saja peran yang berubah sebagai ibu tunggal?”
2.	S	“Kalau sebagai ibu tunggal ya itu menggantikan ayahe anak-anak”
3.	S	“dalam mendidik anak. Soale beda ya yang biasane manut sama ayahe.”
4.	S	“Kalau ekonomi yo ada bedane tapi sekarang anak sing pertama sudah”
5.	S	“bekerja jadi njih insyaallah sudah cukup.”
	P	“Tugas-tugas atau tantangan baru apa saja yang anda hadapi sebagai ibu tunggal?”
6.	S	“Yo apa ya? Membesarkan dan mendidik anak. Terutama yang kecil kan masih”
7.	S	“sekolah. Sekarang kan mendidik anak susah to. Pergaulan bebas,”
8.	S	“segala macem. Yo nak di rumah kelihatan diam, baik. Kan, lewat HP”
9.	S	“itu, kita gak tahu to.”

	P	“Bagaimana cara mbak N untuk mengatasi kesulitan serta peran baru tersebut sebagai ibu tunggal?”
10.	S	“Berusaha, jalani aja sama terus berdoa semoga dimudahkan semuanya.”
11.	S	“Untuk anak yo perlahan-lahan dibilangin dengan kata-kata yang”
12.	S	“baik. Corono yo di ‘ayo nang sholat’ dengan perlahan-lahan gak usah”
13.	S	“dibentak ngono kan, pikiran anak kan beda-beda kan malah ‘ih mamah”
14.	S	“malah ndadak ngono.”
	P	“Ketika dihadapkan dengan berbagai tugas-tugas serta tantangan-tantangan baru yang sudah mbak N sebutkan, apakah mbak N merasa yakin dengan kemampuan mbak N untuk menghadapinya?”
15.	S	“Yo meskipun sudah segitu tahun, masih tetep berat. Meski sudah”
16.	S	“dua tahunan. Saya rasakan yo belum mampu. Yo tetep merasa”
17.	S	“butuh dukungan, apalagi dukungan dari suami.”
	P	“Sejauh mana penilaian mbak N terhadap kemampuan diri mbak N ketika menghadapi peran baru sebagai ibu tunggal?”
18.	S	“Yo sejauh mana yo? Yo meski belum mampu tapi ya saya”
19.	S	“usahakan demi anak-anak.”
	P	“Apa yang akan mbak N lakukan jika menghadapi sebuah tantangan baru yang sebelumnya belum pernah dialami?”
20.	S	“Mau tidak mau yo tetep dihadapi. Karena tantangan itu kan akan”
21.	S	“selalu ada. Jangankan sebagai janda, orang biasa juga akan dapat”
22.	S	“tantangan-tantangan baru. Ya, mau nggak mau to harus kita hadapi.”
23.	S	“Mau nanti kayak gimana yang penting dihadapi dulu. Nanti juga”
24.	S	“kan ada jalane.”
	P	“Bagaimana tanggapan mbak N jika dihadapkan dengan pengalaman yang mengingatkan terhadap kehadiran seorang pendamping hidup?”
25.	S	“Yo pastine sedih nak setiap kelingan sama almarhum ayahe anak-anak.”
26.	S	“Kadang yo ingin seperti temen-temen yang lain, yang masih punya”

27.	S	“suami buat nemenin.”
	P	“Ketika menghadapi berbagai tantangan baru sebagai ibu tunggal, apakah mbak N merasa ada perasaan cemas, sulit tidur, bingung, tidak tenang, dan resah?”
28.	S	“Iya sering ada.”
	P	“Dapatkah mbak N ceritakan bagaimana perasaannya ketika dihadapkan dengan perasaan-perasaan seperti itu? Serta bagaimana cara mengatasinya?”
29.	S	“Ketika anak, apalagi anak yang pertama itu kan kerjanya jauh, ya”
30.	S	“pikirannya pasti aneh-aneh lah. Ya, kalau saya berdoa saja untuk”
31.	S	“mengatasinya. Semoga semuanya baik-baik saja.”
	P	“Adakah tekanan tersendiri yang dirasakan sebagai ibu tunggal? Dan bagaimanakah cara mbak N mengatasinya?”
32.	S	“Tergantung tekanannya. Kalau untuk omongan jelek, saya sih cuek aja.”
33.	S	“Sejauh ini tekanan-tekanannya ya itu tok kalau buat saya. Pokoknya”
34.	S	“dibuat bodo amat, soale yang ngerasain kan saya sendiri.”
	P	“Pernahkah mbak N mempunyai pikiran untuk menghindari tugas-tugas baru sebagai ibu tunggal?”
34.	S	“Ada sih. Kadang-kadang ada. Kadang tu ‘aduh urip kok koyo ngene””
35.	S	“Ya Allah Gusti. Yo kembali ke Allah lagi.”
	P	“Lalu, upaya apa yang mbak N lakukan untuk memenuhi tuntutan peran baru sebagai ibu tunggal dalam keluarga?”
36.	S	“Berusaha saja semampunya. Yakin pasti ada pertolongan dari Allah.”
	P	“Sudahkah mbak N merasa cukup bertanggung jawab terhadap tugas mbak N sebagai orang tua tunggal dalam keluarga?”
37.	S	“Kalau sejauh ini alhamdulillah saya sih sudah merasa bertanggung”
38.	S	“jawab sebagai ibu yang menggantikan perane ayahe anak-anak.”
	P	“Menurut mbak N mengenai segala kesulitan yang telah mbak N sebutkan serta pengalaman menjadi ibu tunggal bagaimana mbak N meresponnya atau menanggapi?”

39.	S	“Yo gimana ya? Yang penting sing tabah, sing sabar ngehadapinya.”
40.	S	“Namanya ujian hidup nggak tahu to kapan tekone.”
	P	“Apakah mbak N yakin akan mencapai keberhasilan dengan upaya-upaya yang telah mbak N lakukan?”
41.	S	“Yo insyaallah saya yakin. Demi anak-anak, motivasi saya tuh ya”
42.	S	“anak-anak. Buat mendidik dan membesarkan anak-anak.”
	P	“Njih mbak N, memang anak-anak niku yang memotivasi njih biar semangat terus. Alhamdulillah wawancara hari ini sampun selesai. Saya matur suwun sanget njih mbak sampun dibantu. Semisal enten salah-salah kata kulo minta maaf.”
43.	S	“Iya mbak Risma, sami-sami njih.”

Horizontalisasi Subjek 1 (A)

Baris	Unit Makna	Deskripsi Unit Makna (Coding)	Deskripsi Psikologi	Deskripsi Struktural	Tema
W1. 36	<p>“Kaget banget karena mendadak juga kan, dan tentunya sedih, syok, sama terpukul banget. Dan itu aku juga nyesel karena berasa gak tahu apa-apa soal keadaan suami aku sendiri dan nggak bisa jagain dia terus pas sakit. Merasa bersalah banget sih aku.”</p>	<p>S1 menceritakan bahwa dirinya merasakan kesedihan mendalam pascakematian pasangan hidup. S1 juga merasa menyesal dan merasa bersalah atas kepergian almarhum suaminya karena S1 merasa dirinya tidak cukup tahu tentang suaminya dan tidak dapat berbuat apa-apa.</p>	<p>S1 merasakan kesedihan, bersalah dan menyesal atas meninggalnya suaminya.</p>	<p>S1 mengungkapkan bahwa dirinya terkejut atas meninggalnya pasangan hidup karena ia anggap terlalu mendadak. Hal tersebut memicu adanya perasaan sedih, sekaligus bersalah dan perasaan menyesal karena S1 menganggap dirinya tidak cukup tahu akan keadaan suaminya. S1 juga merasa bersalah karena tidak bisa selalu menjaga suaminya</p>	<p>Kesedihan.</p>

				ketika sakit.	
W1. 40	“Kesulitannya kalau anak lagi sakit, rewel, dan ngerjain skripsi. Jadinya aku harus berperan ganda kan. ”	Kesulitan bagi S1 pascakemtain pasangan hidup adalah ketika ia berperan ganda dan dihadapkan dengan berbagai peristiwa atau kejadian diluar kendalinya, seperti ketika anaknya sedang sakit dan tidak ada lagi pasangan yang membantunya.	S1 merasa kesulitan dengan peran ganda pascakemtian pasangan hidup.	S1 mengungkapkan bahwa peran ganda yaitu sebagai ibu sekaligus ayah merupakan kesulitan yang ia hadapi pascakematian pasangan hidup apalagi jika ia harus dihadapkan dengan kejadian yang tidak terduga diluar kendalinya.	Kesulitan pascakematian pasangan hidup.
W1. 42	“ Menggantikan peran ayah sih. Mau gak mau aku harus memiliki dua peran biar anak aku gak ngerasa minder atau sedih.”	S1 menyebutkan peran ganda yaitu menggantikan peran ayah merupakan sebuah tantangan baru yang harus ia hadapi sebagai	S1 menyebutkan peran baru pascakematian pasangan hidup adalah menggantikan peran ayah.	S1 mengungkapkan bahwa ia harus bisa memenuhi peran sebagai ibu dan ayah sekaligus supaya tidak berdampak terhadap kehidupan anaknya. S1	Peran ganda sebagai ibu tunggal.

		ibu tunggal agar tidak memengaruhi keadaan anaknya supaya anaknya tidak merasakan minder.		menganggap bahwa peran kedua orang tua penting agar anak tidak merasakan minder karena menganggap dirinya berbeda.	
W2. 3	“Banyak sih, salah satunya ya harus memiliki dua peran sekaligus, terus juga bagaimana cara mengelola emosi kita, terus gimana cara ngelola waktu antara mengurus anak, rumah, sama kuliah, menjaga mental kita agar tetap kuat dan gak berpikir <i>negative</i>, dan gimana cara mengelola keuangan apalagi aku sama mertua ya gak mungkin terus-terusan ditanggung mertua kan ya.”	S1 menyebutkan berbagai tantangan-tantangan yang ia hadapi sebagai ibu tunggal.	S1 menyebutkan berbagai tantangan-tantangan baru yang dihadapi pascakematian pasangan hidup.	S1 menganggap bahwa tantangan-tantangan baru yang ia hadapi sebagai ibu tunggal meliputi peran ganda, mengelola emosi, mengelola waktu, menjaga mental, dan juga mengelola keuangan.	Kompleksitas tugas sebagai tantangan ibu tunggal (<i>magnitude</i>).

<p>W2. 9</p>	<p>“Cara ngatasinnya itu kalau mengelola waktu itu biasanya aku udah ada jadwal sendiri atau gak aku sempet- sempetin kalau anak lagi tidur aku melakukan apa gitu, kegiatan yang pokoknya aku suka deh. Terus kalau masalah mental biasanya aku nyempetin sehari untuk me time buat diri sendiri. Anak aku titipin biar ada <i>refreshing</i> lah. Kalau emosi biasanya aku diem dulu baru nenangin anak. Tapi jujur, kadang kalau aku gak bisa ngontrol emosi kadang yaudah nangis atau marahin anak, tapi habis itu nyesel marahin anak. Padahal</p>	<p>S1 menyebutkan berbagai upaya yang ia lakukan untuk mengatasi tantangan- tantangan baru sebagai ibu tunggal yaitu dengan cara melakukan kegiatan yang disukai, melakukan <i>me time</i>, mengatasi emosi dengan berdiam diri dahulu, dan bekerja sampingan untuk menambah pemasukan agar tidak selalu bergantung pada mertua yang membiayainya serta anaknya. S1 menyebutkan bahwa</p>	<p>Bagaimana cara S1 untuk mengatasi berbagai tantangan- tantangan baru sebagai ibu tunggal.</p>	<p>S1 mampu untuk menemukan cara mengatasi berbagai tantangan baru yang dihadapi sebagai ibu tunggal .</p>	<p>Pemilihan tindakan/tingkah laku (<i>magnitude</i>)</p>
------------------	---	---	--	--	---

	kita tahu anak kita tuh gak salah. Kalau keuangan sih ya aku kerja dikit-dikit lah, meski tetap dibantu masalah uang sama mertua. ”	terkadang ia lepas kontrol dan menangis atau memarahi anak, dan setelahnya S1 merasa menyesal karena memarahi anak yang tidak bersalah.			
W2. 20	“Ya namanya juga manusia ya kadang pernah ngerasa enggak bisa menghadapinya. Tapi hidup kan akan terus berjalan jadi ya mau enggak mau kan harus tetep dijalani ya meski yakin enggak yakin. ”	S1 menganggap hidup akan terus berjalan apapun keadaannya sehingga ia memilih untuk menjalani dan menghadapi berbagai tugas dan tantangan baru yang ia terima sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.	Cara S1 memandang kemampuannya untuk menghadapi tugas serta tantangan baru sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.	Mencerminkan bahwa masih terdapat ketidakyakinan pada diri S1, namun harus tetap maju menghadapi kesulitan.	Ketidakyakinan akan kemampuan (<i>strength</i>)
W2.	“Ya, gimana ya? Pokoknya aku	S1 mengungkapkan	Cara S1 menilai	Menggambarkan	Penilaian

24	<p>bakalan ikutin aja sesuai alurnya. Ntar juga ada petunjuk buat menyelesaikannya kok.”</p>	<p>bagaimana ia memandang kemampuan yang dimilikinya ketika dihadapkan dengan peran baru sebagai ibu tunggal yaitu dengan cara mengikuti alur kehidupan.</p>	<p>sejauh mana kemampuannya ketika menghadapi peran baru sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.</p>	<p>pandangan S1 akan kemampuannya ketika dihadapkan dengan peran baru sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup melalui penegasan rencana tindakan hingga harapan untuk menemukan solusi.</p>	<p>terhadap kemampuan yang masih terdapat keraguan.</p>
W2. 26	<p>“Iya seperti yang tadi udah aku bilang, aku akan tetap jalanin dan tetep menghadapi tantangan barunya kan mau gak mau. Dengan cara ikutin aja alurnya dulu ntar juga kita bakal tahu apa yang harus kita lakuin dan pasti ada petunjuk buat nyelesainnya kok.”</p>	<p>S1 menegaskan tekadnya untuk tetap menjalani hidup dan menghadapi tantangan sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup. S1 juga menggambarkan strategi untuk menghadapi tantangan-</p>	<p>Cara S1 menghadapi tantangan baru yang sebelumnya belum pernah S1 alami.</p>	<p>Menunjukkan alur pemikiran S1 yang mempunyai komitmen, gambaran cara bertindak, serta sikap optimis tentang masa depan.</p>	<p>Kesiapan dalam menghadapi tantangan baru.</p>

		tantangan baru dengan cara mengikuti perkembangan yang ada hingga harapan serta keyakinan akan adanya sebuah solusi.			
W2. 30	“Aku bakalan sedih banget ya dan keinget merasa bersalah . Karena aku sebagai istrinya gak tahu apa-apa kalau suami sakit. Eh, tiba-tiba langsung diambil.”	S1 menceritakan bahwa dirinya mengalami kesedihan mendalam serta masih diselimuti oleh rasa sesal dan bersalah atas meninggalnya pasangan hidupnya.	Cara S1 merespon pengalaman yang mengingatkannya terhadap kehadiran sosok pendamping hidup.	S1 dihadapkan pada pengalaman yang memperlemah.	Mudah terpengaruh dengan pengalaman buruk, menggambarkan pengharapan yang lemah (<i>strength</i>).
W2. 33	“ Sering sih . Kalau sulit tidur itu pas awal-awal suami meninggal.”	S1 mengungkapkan sering mengalami gejala <i>stress</i> seperti perasaan cemas, sulit tidur,	Respon emosional dan keadaan mental yang dialami S1 pascakematian	Gambaran kondisi <i>stress</i> yang dialami S1 yang ia tekankan pada kesulitan untuk tidur pascakematian	Kondisi emosional.

		bingung, resah, dan juga tidak tenang. S1 secara spesifik menyebutkan bahwa mengalami sulit tidur ketika awal-awal setelah meninggalnya sang suami.	pasangan hidup.	pasangan hidup.	
W2. 34	“Mikir sampe akhirnya capek terus nenangin pake lagu.”	S1 mengalami <i>stress</i> pascakematian pasangan hidup yang melalui proses berpikir mendalam sehingga menimbulkan dampak yang mengarah pada kelelahan dan menemukan ketenangannya kembali melalui musik.	Cara S1 dalam mengatasi <i>stress</i> yang dialami pascakematian pasangan hidup.	Menunjukkan bahwa S1 melalui proses mental yang melelahkan dan S1 menemukan cara untuk mengatasinya melalui musik.	Respon emosional (<i>generality</i>)
W2.	“Pernah banget. Itu terasa pas	S1 menyatakan bahwa	Adanya tantangan	Menjelaskan pengalaman	Timbulnya

35	<p>anak lagi sakit apalagi kalau sampe dirawat.”</p>	<p>terdapat tekanan tersendiri sebagai ibu tunggal. S1 dengan spesifik menyebutkan bahwa ia merasa tekanan ketika harus menghadapi anaknya yang tengah sakit dan sampai dirawat di rumah sakit.</p>	<p>psikologis yang dihadapi S1.</p>	<p>subjektif S1 dalam menjalani peran sebagai ibu tunggal yang menimbulkan sebuah tekanan untuk S1.</p>	<p>tekanan dari pengalaman subjektif.</p>
W2. 36	<p>“Tekanannya tuh biasanya yang muncul karena kita melakukannya sendirian tanpa ada yang menemani dan mendukung.”</p>	<p>S1 menyampaikan bahwa tekanan yang ia alami muncul karena perasaan kesepian yang ia alami pascakematian pasangan hidup. S1 juga menyampaikan bahwa adanya beban karena tidak lagi dapat</p>	<p>Adanya dinamika kompleks antara tanggung jawab serta emosi yang dihadapi S1 sebagai ibu tunggal.</p>	<p>Menggambarkan keadaan emosional dan keadaan sosial S1 sebagai ibu tunggal yang tidak lagi mendapatkan dukungan dari suami yang memunculkan dampak psikologis dari situasi tersebut.</p>	<p>Dampak dari tekanan yang dihadapi.</p>

		merasakan dukungan dan kehadiran suaminya.			
W2. 38	“Dibawa nangis aja sih biar lega. ”	S1 menunjukkan pemahaman serta usahanya menghadapi serta meredakan tekanan emosional yang dialami melalui ekspresi tangisan yang S1 anggap efektif untuk mendapatkan sebuah ketenangan.	Cara S1 untuk mengatasi tekanan-tekanan sebagai ibu tunggal serta menunjukkan bahwa emosi seperti kesedihan merupakan bagian penting dari proses penyembuhan.	S1 mengatasi tekanan emosional dengan tindakan sederhana namun ia anggap efektif. Dengan harapan untuk mencapai kondisi emosional yang lebih baik.	Respon emosional (indikator <i>generality</i>)
W2. 39	“ Pernah kok. Tapi mau gimana lagi ya, kalaupun aku menyerah buat apa juga? Toh aku yang memilih untuk menikah di usia muda dan aku juga gak bakal tahu	S1 menyebutkan bahwa dirinya sempat memiliki keinginan untuk menyerah dan menghindari tuntutan tugas sebagai ibu	Dinamika emosi S1 antara rasa putus asa, tanggung jawab, untuk beradaptasi melanjutkan hidup meski menghadapi	Mencerminkan pengungkapan emosi S1 akan keputusan.	Keinginan untuk menyerah dan memilih pasrah menjalani kehidupan (indikator

	kedepannya mau gimana, jadi ya jalanin aja . Lagian anak aku masih butuh aku buat dia bertahan hidup.”	tunggal.	tantangan.		<i>generality</i>).
W2. 43	“Ya tetap bertahan aja sih buat menjalaninya. Apalagi aku punya anak . Kalau aku gak ada, anak aku siapa yang ngurus? Ya walaupun ada keluarga pasti beda gak sih rasanya? Terus juga aku mikir hidupnya apa bakal bahagia tanpa aku? Suatu saat dia bakal sedih sudah kehilangan papanya dan enggak kenal sama papanya masa iya dia juga harus kehilangan mamanya?”	S1 menjelaskan upayanya dalam memenuhi tuntutan sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup, dengan berjuang memenuhi tanggung jawabnya dan memberikan yang terbaik untuk anaknya di tengah tantangan emosional yang ia alami pascakematian pasangan hidup.	Gambaran upaya S1 dalam memenuhi tuntutan sebagai ibu tunggal.	Menjelaskan gambaran psikologis S1 sebagai ibu tunggal yang berjuang dengan berbagai emosi yang dihadapi serta tanggung jawab dalam upaya untuk memastikan bahwa anaknya mendapatkan dukungan yang diperlukan untuk tumbuh dan berkembang dengan baik.	Upaya yang dilakukan untuk anak sebagai ibu tunggal.
W2.	“Sebisa mungkin aku tetep	S1 mengungkapkan	Perjuangan S1 dalam	Mencerminkan komitmen	Usaha

49	<p>berusaha yang terbaik soalnya motivasiku itu anak. Dan dia masih kecil juga.”</p>	<p>bagaimana ia telah berkomitmen dan berusaha yang terbaik untuk kebahagiaan anaknya meski menyandang status sebagai ibu tunggal.</p>	<p>memenuhi tanggung jawabnya serta perannya sebagai orang tua tunggal.</p>	<p>dan motivasi S1 sebagai ibu tunggal dalam menjalankan tugasnya dengan penuh perhatian terhadap anaknya.</p>	<p>memenuhi tanggung jawab.</p>
W2. 51	<p>“Aku sih nganggap itu sebagai cobaan ya, dan aku meyakinkan diriku kalau hidup aku tetap berjalan meski kehilangan orang yang disayang.”</p>	<p>S1 menyebutkan bahwa apa yang ia alami adalah sebuah cobaan. Dan terdapat penerimaan serta harapan yang diungkapkan S1 dalam menghadapi kehidupan sebagai ibu tunggal.</p>	<p>Perjalanan psikologis S1 ketika menanggapi keadaan yang ia alami.</p>	<p>Menngambarkan refleksi S1 terhadap pengalaman hidupnya dan usaha S1 dalam menemukan makna serta kekuatan di tengah kesulitan yang ia hadapi sebagai ibu tunggal. Ada kesinambungan antara pemikiran dan perasaan, serta pengakuan terhadap situasi emosional yang ia hadapi.</p>	<p>Pandangan terhadap peristiwa berduka.</p>

<p>W2. 54</p>	<p>“Yakin gak yakin sih. Tapi aku udah beberapa kali kehilangan orang yang disayang dan alhamdulillah hidup aku tetap berjalan. Karena tuntunan kondisi aja yang membuat aku harus kuat. Aslinya aku gak sekuat itu, kok.”</p>	<p>S1 menceritakan bahwa masih terdapat keraguan untuk mencapai keberhasilan dan adanya ketidakpastian S1 atas kemampuannya meski dia telah berusaha. S1 juga mengungkapkan bahwa meski telah melalui pengalaman berduka ia meyakini hidup akan tetap berlanjut dan ia harus beradaptasi dan bertahan. S1 mengaku bahwa kekuatan yang terlihat bukanlah yang sebenarnya.</p>	<p>Perasaan S1, di mana ketidakpastian, kehilangan, dan ketahanan saling berinteraksi dalam membentuk pengalaman emosional.</p>	<p>Menggambarkan adanya perjalanan emosional dari keraguan ke pengakuan diri. Adanya keraguan yang dialami S1, diikuti dengan pengalaman berduka, lalu menggambarkan penjelasan tentang kekuatan yang berasal dari kondisi yang S1 alami dan diakhiri dengan kerentanan yang diakui oleh S1. Menciptakan gambaran tentang harapan, perjuangan, dan ketahanan.</p>	<p>Ketidakyakinan dan keraguan akan keberhasilan (indikator <i>generality</i>).</p>
-------------------	--	--	---	---	---

Horizontalisasi Subjek 2 (P)

Baris	Unit Makna	Deskripsi Unit Makna (Coding)	Deskripsi Psikologi	Deskripsi Struktural	Tema
W1. 24	“Njih kaget. Hmm, corone kan sebelah enten tiang mboten enten njur kan ngedrop ngonten lho. Soale podo nangis niku sing sebelah dadine njur ngedrop.”	S2 mengungkapkan bahwa dirinya merasa kaget akan kepergian suaminya. S2 merasa kepergian suaminya juga dipengaruhi oleh situasi pada saat itu.	Gambaran pengalaman berduka yang dialami S2.	Mencerminkan ungkapan reaksi emosional S2 akan pengalaman berduka yang ia alami. Diikuti dengan konteks situasional yang menambah beban emosional serta menyoroti bagaimana lingkungan emosional memengaruhi kesehatan suami.	Keadaan pascakematian pasangan hidup.
W1. 27	“Yo mungkin, njih ngopeni anak nak ora ono bojo ki tetep beda lah, mbak. Sopo	S2 menceritakan akan kesedihannya pascakematian pasangan	Gambaran kesulitan S2 sebagai ibu tunggal yang	Mencerminkan kesedihan serta kesulitan S2 sebagai ibu tunggal yang harus	Perbedaan sebelum dan pascakematian

	<p>gelem to sing dikei rondo gasik? Kan rak gelem. Pengene ngopeni anak-anak bareng-bareng karo bojo. Njih kalah wau niko. Nak ono bojo kan enten sing ngekki gaji ya, mbak. Saiki kudu golek dewe.”</p>	<p>hidup dan kesulitan yang harus ia hadapi ketika merawat anak tanpa adanya kehadiran suami. Ada keinginan yang mendalam untuk berbagi tanggung jawab dan pengalaman membesarkan anak bersama suami, serta kesulitan keuangan setelah suami meninggal yang diungkapkan oleh S2.</p>	<p>digambarkan oleh adanya konflik internal di mana harapan akan kebersamaan dan dukungan bergeser menjadi tantangan untuk bertahan hidup dan membesarkan anak.</p>	<p>merawat anak setelah kehilangan suami. S2 membandingkan antara masa lalu dan masa kini yang menekankan perubahan situasi yang menunjukkan keinginannya untuk berbagi tanggung jawab dalam keluarga.</p>	
<p>W1. 32</p>	<p>“Yo wau niku kudu ngopeni anak tapi kalah kudu tetep kerja. Yo masalah ekonomi kui mau, mbak. Soale sedurunge ono sing</p>	<p>S2 menceritakan bahwa ia mengalami kesulitan kehidupan sehari-hari pascakematian pasangan hidup yaitu dalam</p>	<p>Peran S2 pascakematian pasangan hidup untuk menyeimbangkan tanggung jawab</p>	<p>S2 menyampaikan kompleksitas dan ketegangan yang ia alami dalam menjalani peran ganda dan menghadapi</p>	<p>Kompleksitas tugas (indikator <i>magnitude</i>)</p>

	mbantu.”	menyeimbangkan tanggung jawab antara keluarga dan pekerjaan, serta tantangan ekonomi.	keluarga dan pekerjaan, serta tantangan yang dihadapi dalam konteks ekonomi.	tantangan ekonomi.	
W1. 34	“Apa ya mbak? Ketokke aku ngopeni anak yo biasa wae ki mbak. Yo corono anak niku manut lah, karang sakwene pakne ora ono kan yo mungkin bocah ki koyo rodok mikir sitik lah, soale wis meh SMA pas pakne ora ono. Masalah ekonomi mbak kaleh ngasuh anak. Pokoke yo bedho lah diurus dewe karo nak wong loro mbe bojo.”	S2 menjelaskan bahwa terdapat perubahan pengasuhan anak dalam konteks kehilangan pasangan hidup yang ia alami, serta bagaimana faktor ekonomi dan dukungan pasangan berperan dalam pengalaman pengasuhan.	Proses adaptasi psikologis S2 pascakematian pasangan hidup yang ditekankan pada normalisasi pengalaman, kesadaran akan tantangan baru, dan dampak emosional dari kehilangan dukungan pasangan.	Menggambarkan perjalanan emosional dan kognitif S2 dalam menghadapi tantangan pengasuhan dan ekonomi pascakematian pasangan hidup.	Kompleksitas tugas (indikator <i>magnitude</i>).
W1.	“ Legowo wae sih, mbak.	S2 berpikir bahwa dalam	Cara S2 mengatasi	Mencerminkan sikap S2	Pasrah akan

40	Kabeh kan wis takdire meh piye meneh? Tetep dijalani wae soale wis takdire. ”	mengatasi kesulitan dan peran baru sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup ia harus menerima kenyataan hidup yang ditekankan pada keikhlasan, kesabaran, serta keyakinan terhadap takdir yang ia terima.	kesulitan di mana S2 menerima realita hidup dan menemukan makna dalam perjalanan hidup.	yang menciptakan keseimbangan psikologis, di mana ia menerima takdir dan dengan penuh kesadaran mengambil tindakan sebagai respon terhadap keadaan yang tengah S2 alami.	keadaan.
W2. 3	“Yo piye ya mbak? Yakin ora yakin. Yo, aku pengene yo koyo-koyo kancane sing ijek ndue bojo. Tapi, ki kabeh wis takdire to mbak. Dadi yo tak anggap wae aku mampu ngono to, mbak.”	S2 merasakan perasaan bingung akan keadaan yang ia alami. S2 juga merasakan perasaan cemburu terhadap kehidupan orang lain yang masih mempunyai suami. Meski begitu, S2 mencoba untuk bersikap	Perjalanan emosional S2 yang menunjukkan bagaimana S2 dapat berjuang dengan perasaan yang bertentangan dalam menghadapi situasi hidup yang dianggap	Mencerminkan proses berpikir dan perasaan S2 dalam menghadapi situasi hidup yang sulit. S2 memperlihatkan dinamika antara keraguan dan penerimaan.	Kecemburuan dan keraguan akan kemampuan (indikator <i>strenth</i>).

		realistis dan mengubah perspektifnya serta melihat dirinya sebagai individu yang mampu mengatasi tantangan.	sulit.		
W2. 6	“Sebenere diarani mampu yo ora, diarani ora mampu yo aku ngangap awakku tak anggap aku mampu ngono wae lah, mba.”	S2 mengekspresikan keraguan akan kemampuan dirinya meskipun begitu, ia menganggap dirinya mampu untuk menghadapi tantangan baru.	Perjuangan S2 untuk menemukan keseimbangan antara keraguan dan keyakinan dalam menghadapi peran baru sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.	Mencerminkan konflik batin S2 mengenai kemampuan dirinya setelah mengalami pengalaman berduka.	Memaksakan kemampuan meski mengalami keraguan.
W2. 8	“Kabeh kan wis takdire to, mbak. Saiki aku umpamane ameh ngeluh yo percumah to aku ngeluh. Sing penting	S2 memberikan gambaran ketidakpastian, meski begitu S2 menganggap bahwa	Gambaran sikap mental S2 dalam menerima kenyataan, menjaga harapan	S2 menunjukkan penerimaan akan takdir, penolakan untuk terjebak dalam keluhan atau	Penerimaan dan pasrah akan takdir.

	<p>kan aku kan nenuwun karo sing ngatur urip lah ngono wae. Sing penting aku wis berusaha semampuku.”</p>	<p>mengeluh tidak akan merubah apapun sehingga ia tetap berusaha. Dalam hal ini S2 mencerminkan pandangan optimis tentang menerima takdir dan tetap berusaha serta berdoa dalam menghadapi tantangan.</p>	<p>melalui spiritualitas, dan tetap termotivasi untuk berusaha, meskipun menghadapi ketidakpastian.</p>	<p>ketidakpastian, lalu diikuti dengan tindakan proaktif yaitu berdoa dan berusaha ketika dihadapkan dengan tantangan yang belum pernah ia alami.</p>	
<p>W2. 12</p>	<p>“Yo sedih to mbak . Opo meneh aku kan sakdurunge wis tau ditinggal bojo sing pertama. Tapi, yo bedho lah nak sing iki kan aku ngencani ket awal sakit.”</p>	<p>S2 menceritakan kesedihannya ketika dihadapkan dengan pengalaman yang mengingatkannya akan kehadiran suami. S2 juga menceritakan adanya kesedihan yang berulang karena kepergian</p>	<p>Pengalaman emosional S2 serta tantangan psikologis yang dihadapi S2 dalam menghadapi kehilangan dan perasaan nostalgia yang menyertainya.</p>	<p>Menggambarkan tentang bagaimana pengalaman masa lalu S2 membentuk reaksi emosional terhadap pengalaman kehilangan yang dialaminya di waktu sekarang namun dengan nuansa yang berbeda.</p>	<p>Mudah terpengaruh dengan pengalaman buruk, menggambarkan pengharapan yang lemah (indikator</p>

		pasangan hidup, namun S2 lebih merasa terikat secara emosional dengan almarhum suami keduanya karena ia menemani dari awal sakit.			<i>strength</i>).
W2. 19	“Yo nak kui mesti ono, mbak. Pikirane tetep wis werno-werno lah. Opo meneh nak sholat mbengi ngono ya mbak, mesti kelingan. Ketokke wae mbak ning jobo aku koyok ngene tapi asline yo nak sholat mbengi ngono kui nangis. ”	S2 menyebutkan bahwa ia seringkali mengalami gejala stres pascakematian pasangan hidup dan menunjukkan bahwa ia terjebak dalam berbagai pikiran. S2 juga menekankan tangisan saat sholat malam menunjukkan bahwa meskipun tampak kuat di luar, ada emosi yang	Adanya interaksi antara stres, pemikiran reflektif, dan spiritual saling berinteraksi dalam cara mencerminkan pengalaman S2 yang mendalam dan rentan.	S2 menunjukkan bahwa adanya hubungan antara gejala stres yang ia alami dengan pengalaman pribadi sebagai ibu tunggal serta menunjukkan adanya perbedaan antara tampilan luar S2 dengan perasaan batinnya.	Respon dan kondisi emosional (indikator <i>generality</i>)

		mendalam dan kebutuhan untuk mengekspresikannya.			
W2. 23	“Njih tekan sakiki ijek sok nangis. Ketokke wae mbak tegar ning ngarep anak-anak, tapi asline yo jek kerep nangis. ”	S2 menegaskan bahwa masih mengalami kesedihan yang mendalam pascakematian suami yang ia ekspresikan lewat tangisan. S2 berusaha tampak kuat atau tegar di hadapan anak-anak, di mana menunjukkan perbedaan antara penampilan dan perasaan sebenarnya. Meskipun ada usaha untuk terlihat kuat, rasa kehilangan yang S2 rasakan tetap	Cara S2 mengekspresikan pengalaman berdukanya.	S2 menggambarkan masih adanya kesedihan yang mendalam meskipun ada usaha untuk terlihat kuat di depan orang lain.	Respon emosional (indikator <i>generality</i>)

		menyayat hati.			
W2. 25	“Yo, sepeenting awakke dhewe sabar lah mbak. Sabar lah, ngono wae.”	S2 menekankan pentingnya kesabaran dalam menghadapi tantangan emosional yang muncul sebagai respon terhadap situasi yang sulit.	Proses adaptasi S2 dan penekanan pada pentingnya kesabaran dan pengelolaan emosi.	S2 mengekspresikan pentingnya kesabaran dalam menghadapi gejala stres yang muncul akibat situasi yang sulit.	Kesabaran dalam menghadapi tantangan emosional.
W2. 26	“Nak tekanan ki yo mesti ono ya, mbak, jenenge rondo. Koyok mau ekonomi . Kan pakne sakdurunge sing kerja. Saiki yo aku gelem rak gelem kudu kerja to mbak. Yo rak kethang kerja ning karetan tok. sing penting ono penghasilan gawe sekolah anak sing paling cilik.	S2 menceritakan bagaimana perjalanannya sebagai janda yang menghadapi tantangan ekonomi dan emosional, sembari berfokus pada tanggung jawab sebagai ibu tunggal dan mengingat kenangan bersama suami yang telah tiada.	Pengalaman S2 sebagai ibu tunggal yang memfokuskan pada tekanan yang ia alami.	Menunjukkan bagaimana pengalaman kehilangan S2 berhubungan erat dengan tanggung jawab baru dan kenangan masa lalu S2.	Pengalaman sebagai ibu tunggal saat menghadapi tekanan.

	<p>Paling yo mbek sok kelingan pakne. Ijek sok kebayang. Ora koyo almarhum bojo sing pertama kui aku dikabari nak kecelakaan. Nak sing pakne iki kan aku sing ngancani tekan pas dijupuk.”</p>				
<p>W2. 33</p>	<p>“Mboten. Kan kulo nak nganu, pandangane ning anak, mbak. Anak, nomor siji anak.”</p>	<p>S2 tidak mempunyai keinginan untuk menghindari tugas atau perannya sebagai ibu tunggal. S2 mencerminkan adanya dedikasinya sebagai ibu tunggal yang berkomitmen untuk memberikan yang terbaik bagi anaknya meskipun</p>	<p>Gambaran ketahanan dan dedikasi yang dimiliki S2 terhadap peran barunya sebagai ibu tunggal. Sekaligus menunjukkan keseimbangan antara tantangan dan fokus pada kebahagiaan anak.</p>	<p>Mencerminkan komitmen, fokus, dan nilai emosional S2 serta dedikasi S2 sebagai ibu tunggal yang berfokus kepada anak.</p>	<p>Ketahanan untuk tidak menyerah (<i>indikator generality</i>).</p>

		menghadapi kesulitan.			
W2. 35	“Yo nak umpamane lelah, yo lelah to mbak. Sopo sing ora lelah ditinggal suami, kudu kerja, ngurus anak. Tapi kan ono anak-anak sing kudu dipikir. Dadi opo-opo yo kudu dijalani wae to mbak. ”	S2 menceritakan bagaimana perjuangannya dan keteguhannya sebagai ibu tunggal yang menghadapi tantangan emosional dan praktis setelah kehilangan suami, sambil tetap berfokus pada anak-anak sebagai bentuk tanggung jawab terhadap tuntutan peran baru sebagai ibu tunggal.	Cara S2 memenuhi tuntutan peran baru sebagai ibu tunggal di mana mencerminkan ketahanan dan cinta mendalam yang dimiliki S2 terhadap anak-anaknya.	Menggambarkan pengalaman dan perjuangan S2 sebagai ibu tunggal yang berusaha menghadapi kesedihan sekaligus memenuhi tanggung jawabnya.	Pengalaman kehidupan ibu tunggal.
W2. 38	“Yo nak menurutku uwis yo mbak.”	S2 mengekspresikan perasaan pencapaian dan tanggung jawab yang dirasakan olehnya	Perjalanan emosional yang positif, di mana S2 merasakan keberhasilan dalam	S2 menyampaikan bahwa ia merasa telah memenuhi perannya dalam keluarga sebagai seorang ibu	Pemenuhan tanggung jawab sebagai ibu tunggal.

		sebagai seorang ibu tunggal dalam menjalani peran serta komitmennya terhadap keluarganya.	menjalani perannya meskipun menghadapi tantangan.	tunggal.	
W2. 39	<p>“Yo jenenge takdire seko sing ngeki urip meh piye meneh, mbak. Nak aku yo berusaha ikhlas wae ngono, mbak. Legowo. Sepenting Aku wis berusaha nambakke almarhum pakne. Sampe saiki ngrusui anak mbek kerja.”</p>	<p>S2 menceritakan perjalanan emosionalnya yang memandang pengalaman kehilangan dengan cara yang positif, berusaha menjalani hidup dengan penuh kesadaran akan tanggung jawab dan menerima takdir.</p>	<p>Pandangan S2 terhadap situasi yang ia alami serta usaha S2 dalam mengendalikan proses berduka dengan cara yang adaptif, mengandalkan penerimaan, tanggung jawab, dan strategi coping yang sehat untuk menjaga keseimbangan emosi dan memenuhi</p>	<p>Menunjukkan perjalanan emosional dan komitmen S2 dalam menghadapi tantangan hidup pascakematian suami.</p>	<p>Menganggap pengalaman berduka sebagai takdir.</p>

			kebutuhan keluarga.		
W2. 43	“Inshaallah mbak. Sedulur-sedulur njih maringi dukungan, kaleh enten anak-anak. Inshaallah njih yakin. ”	S2 menuturkan bahwa ia yakin untuk mencapai keberhasilan dengan segala usaha, dukungan yang ia dapat dari lingkungan sekitar dan juga anak-anak yang menjadi motivasinya.	Kondisi psikologis S2 yang positif, di mana optimisme, dukungan sosial, serta saling berinteraksi untuk mendukung pencapaian keberhasilan.	Menekankan keyakinan dan usaha S2 serta menunjukkan dukungan sosial dari saudara-saudara dan keterlibatan anak-anak yang menjadi faktor pendukung keyakinan akan keberhasilan S2.	Yakin akan keberhasilan (indikator <i>generality</i>).

Horizontalisasi Subjek 3 (NE)

Baris	Unit Makna	Deskripsi Unit Makna (Coding)	Deskripsi Psikologi	Deskripsi Struktural	Tema
W1. 20	<p>“Rasanya, yo hancur. Seketika itu, ndak percaya kalau om tu udah ndak ada tu seketikapun gak percaya. Atine rasane teriris-iris, sakit. Biasane kan ditemeni, sekarang gak ditemeni. Yo sulit diungkapkan lah. Yo rasane, beginilah, dek.”</p>	<p>S3 menunjukkan betapa beratnya beban emosional yang dirasakan di mana S3 masih merasa terkejut dan masih belum bisa menerima kenyataan bahwa orang yang dicintainya telah tiada.</p>	<p>Dinamika kompleks dari proses berduka S3, yang meliputi rasa sakit, ketidakpercayaan, kesepian, dan usaha untuk menerima kehilangan.</p>	<p>Mencerminkan pengalaman emosional dan perjalanan psikologis S3 tentang pengalaman berdukanya yang berurutan, mulai dari pengungkapan rasa sakit, ketidakpercayaan, sampai pada penerimaan yang sulit.</p>	<p>Respon emosional pascakematian pasangan hidup.</p>
W1. 24	<p>“Kesulitan itu, soal mendidik anak. Biasane itu yang besar itu, biasane takute sama bapaknya. Cuman</p>	<p>Menggambarkan kesulitan yang dihadapi S3 dalam proses mendidik anak. S3</p>	<p>Kesulitan yang dihadapi S3 sebagai ibu tunggal dalam mendidik anak dalam</p>	<p>Mencerminkan gambaran yang jelas mengenai tantangan emosional dan psikologis dalam mendidik</p>	<p>Kompleksitas tugas (indikator <i>magnitude</i>).</p>

	<p>sekarang itu, kan ndak ada yang ditakutin. Cuman bulik kui nek ngandani A itu cuman mbek nangis. Ison mbek nangis karang yo bulik ki yo koyo ngene iki lah. Bulik ki yo cengeng. Sithik-sithik nak nganu kelingan bapake. Makane nak ngandani yo bulik isone nangis, ngandani A. Kesulitane cuma itu tok kalau A. Terus kesulitane buat anake bulik yang kecil, enam setengah tahun itu, kesulitane dia tu orange pemikir. Tiap diajak ke sarean, dia itu panas, sering ngalamun. Itu sing gaweke pikiran bulik tu ya sing kayak</p>	<p>menganggap bahwa pendidikan emosional juga merupakan bagian dari kesulitan dalam hal mendidik anak. S3 menekankan pada kompleksitas mendidik anak dengan berbagai dinamika emosional dan karakter yang berbeda.</p>	<p>konteks kehilangan, komunikasi emosional, dan perbedaan karakter.</p>	<p>anak-anak yang dialami oleh S3.</p>	
--	---	--	--	--	--

	gitu. Kesulitannya tu yang itu.”				
W1. 34	“Ya itu tadi, bulik harus menggantikan peran om. Yang biasanya anak-anak nurut sama om, bulik harus menggantikannya. Dan bulik juga harus berperan menghidupi keluarga juga sekarang.”	S3 menunjukkan adanya perubahan peran dalam keluarga dan beban tanggung jawab yang harus dipikul olehnya pascakematian pasangan hidup.	Tantangan psikologis yang dihadapi oleh S3 dalam menghadapi perubahan besar dalam struktur keluarga dan peran sosialnya.	Menggambarkan tentang peran dan tanggung jawab baru yang dialami S3.	Perubahan peran.
W1. 37	“ Untuk mendidik anak sendirian itu yang menjadi tantangan kalau menurut bulik, dan membuat kepikiran terus. ”	S3 menjelaskan mengenai gambaran tugas atau tantangan baru yang ia hadapi sebagai ibu tunggal yang meliputi tanggung jawab untuk mendidik anak tanpa bantuan pasangan hidup serta bagaimana hal tersebut	Tantangan yang dihadapi S3 dalam peran pengasuhan, serta bagaimana hal tersebut dapat mempengaruhi kesehatan mental dan kesejahteraan emosionalnya.	Mencerminkan tanggung jawab mendidik anak sendirian yang berkontribusi pada tantangan yang dihadapi, di mana hal tersebut memicu pikiran yang berulang.	Tantangan ibu tunggal (indikator <i>magnitude</i>).

		mempengaruhi pikiran dan perasaan S3.			
W1. 39	<p>“Kan nembe sekitar 40 hari ya, dek. Kalau pandangan itu sudah ada cuman kalau pergerakannya itu masih belum ada. Soale bulik sendiri masih bingung kedepane itu mau gimana. Bulik itu masih bingung. Yo insyaallah, Allah memberi jalan bulik yang terbaik.”</p>	<p>S3 menceritakan bahwa situasi yang tengah ia alami sebagai ibu tunggal masih relatif baru, sehingga untuk mengatasi kesulitan masih terdapat ketidakpastian dan keraguan mengenai langkah ke depan. Pernyataan S3 mencerminkan adanya harapan atau rencana yang belum terwujud.</p>	<p>Perasaan ketidakpastian, konflik antara harapan dan realitas, serta pencarian makna dalam situasi yang membingungkan.</p>	<p>Mencerminkan upaya S3 dalam mengatasi kesulitan sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup dengan cara menaruh harapan kepada Allah.</p>	<p>Kebingungan akan tindakan yang diambil (indikator <i>magnitude</i>)</p>
W2. 3	<p>“Namanya kesulitan itu pasti ada. Cuman kalau mau menyikapinya diam</p>	<p>S3 menggambarkan adanya proses menghadapi kesulitan</p>	<p>Keseimbangan antara penerimaan, refleksi, spiritualitas, dan</p>	<p>Pengakuan S3 terhadap kesulitan, langkah untuk merespons dengan tenang,</p>	<p>Sikap menghadapi kesulitan.</p>

	<p>dulu. Diam dulu, tahan napas dulu. Bulik sambil mikir, sambil berdoa. Inshaallah Allah ngasih jalan yang terbaik untuk bulik. Cuman itu tok. Doa dulu, istighfar dulu, bulik itu gitu. Terus kedepane bulik lihat situasine itu gimana.”</p>	<p>dengan sikap tenang, refleksi, spiritualitas dan harapan, serta observasi terhadap situasi yang dihadapi.</p>	<p>optimisme, yang dapat membantu S3 dalam menghadapi kesulitan dengan lebih tenang dan bersifat membangun.</p>	<p>refleksi, optimisme, serta evaluasi situasi. Hal ini menciptakan suatu proses yang terintegrasi dalam menghadapi dan mengatasi kesulitan.</p>	
<p>W2. 8</p>	<p>“Kalau sejauh mana itu, bulik juga belum tahu. Bulik kemampuane seberapa juga belum tahu, soale masih nembe kemarin. Cuman ya itu, bulik itu cuman berdoa. Inshaallah bulik bisa. Sepenting ki bulik diparingi sehat. Mintae sama Allah itu, bulik diparingi</p>	<p>S3 belum yakin akan kemampuannya. Namun, S3 menunjukkan sikap optimis dan tetap berusaha meskipun berada dalam ketidakpastian demi keluarga, dengan mengandalkan doa dan</p>	<p>Penilaian S3 terhadap kemampuannya yang menghasilkan kombinasi antara kerentanan dan kekuatan yang memperkaya pengalaman psikologisnya.</p>	<p>Menggambarkan perjalanan emosional dan spiritual S3 yang berjuang dengan ketidakpastian dan ketidakyakinan, sembari tetap berpegang pada harapan dan tanggung jawab terhadap keluarga.</p>	<p>Ketidakyakinan akan kemampuan (indikator <i>strength</i>)</p>

	sehat, diparingi kuat, diparingi tabah, gitu. Buat menghidupi anak-anak, cuman itu tok.”	kesehatan sebagai pilar utama.			
W2. 13	“Kalau bulik ya sing penting tawakal saja sama Allah. Yang penting bulik sudah berusaha sebisa dan semampu bulik. ”	S3 menggambarkan sikap positif dalam menghadapi tantangan hidup yang sebelumnya belum pernah dihadapi, dengan penekanan pada usaha dan kepercayaan kepada Tuhan.	Cara S3 untuk menghadapi tantangan-tantangan hidup yang sebelumnya belum pernah dihadapi	Menyampaikan pesan yang jelas tentang sikap hidup yang seimbang S3 antara usaha dan penyerahan kepada Tuhan.	Bentuk kesiapan menghadapi tantangan
W2. 15	“Ya, sedih. Masih suka ndak percaya kalau om itu udah ndak ada biasanya apa-	S3 menceritakan tentang perasaan sedih dan kehilangan yang	Perjalanan emosi S3 yang berjuang menghadapi	Menjelaskan kesedihan, kondisi dan pengalaman ketidakpercayaan, serta	Mudah terpengaruh dengan

	apa sama om, sekarang jadi sendiri, bulik jadi ngerasa kesepian. ”	dialami ketika dihadapkan pada kenangan yang memperlemah, menunjukkan emosi mendalam yang muncul saat mengingat peristiwa atau kenangan yang berkaitan dengan suami yang telah meninggal. Masih terdapat perasaan sulitnya menerima kenyataan dan perasaan kesepian yang mendalam.	kesedihan, kehilangan, dan kesepian setelah ditinggal orang tercinta.	menekankan dampak kesepian akibat kehilangan. Struktur ini menciptakan gambaran yang jelas tentang pengalaman psikologis dan sosial setelah kehilangan yang dialami S3.	pengalaman buruk (indikator <i>strength</i>)
W2. 18	“ Pastine ada. Rasa cemas, rasa sedih, rasa khawatir.”	S3 menyebutkan bahwa terdapat tanda-tanda atau respons yang	Gejala yang berkaitan dengan stres yang dialami S3	Mencerminkan hubungan sebab-akibat yang jelas antara gejala stres dan	Kondisi emosional

		muncul akibat tekanan atau beban emosional pascakematian pasangan hidup.	pascakematian pasangan hidup.	emosi yang muncul pascakematian pasangan hidup yang dialami S3.	
W2. 19	“Sering rasane dadane sesek. Maem emoh, rasane gemeter itu semua tetep ada, dek. Bulik cuma berdoa, dan insyaallah bulik bisa mengatasinya.”	S3 mendeskripsikan perasaan tidak nyaman mengenai tekanan emosional yang kuat yang ia alami. Namun S3 masih memiliki harapan dan keyakinan untuk mengatasi masalah.	Gambaran S3 menghadapi stres pascakematian pasangan hidup. Yang menyoroti pentingnya pemahaman tentang kondisi psikologis dan strategi coping yang digunakan S3 dalam menghadapi tantangan emosional.	S3 menunjukkan perasaan tidak nyaman dan harapan untuk pemulihan.	Respon emosional (indikator <i>generality</i>)
W2. 21	“Kalau tekanan pasti ada. Semua bulik akan hadapi semampu bulik. Bulik insyaallah yakin dan bulik	S3 menunjukkan bahwa ia pastinya menghadapi tantangan atau kesulitan. S3 berusaha	Kombinasi penerimaan, optimisme, dan dukungan spiritual	Menyampaikan bahwa S3 menghadapi tekanan dengan keyakinan terhadap Tuhan, usaha,	Tekanan ibu tunggal

	yakin semua pasti ada bantuan dari Allah untuk bulik.”	untuk menghadapi tekanannya sesuai dengan kemampuannya menunjukkan adanya upaya dan ketahanan.	yang dapat meningkatkan ketahanan psikologis S3 dalam menghadapi tekanan hidup.	dan harapan.	
W2. 24	“Inshaallah mboten. Inshaallah apa yang di hadapan bulik itu tak hadapi. Inshaallah bulik bisa, dengan kekuatan anak-anak bulik bisa.”	S3 mengungkapkan bahwa ia tidak mempunyai pikiran untuk menghindari tugas-tugas sebagai ibu tunggal serta mengungkapkan tekad, komitmen, dan harapannya dalam menghadapi tantangan hidup. Semangat dan motivasinya berasal dari anak-anak, yang menjadi sumber	Menekankan sikap proaktif dan optimis, serta kesiapan S3 untuk menghadapi segala rintangan yang ada.	Secara keseluruhan, kalimat ini mencerminkan optimisme, tanggung jawab, dan kekuatan yang ditemukan dalam hubungan dengan anak-anak, menciptakan gambaran seorang ibu yang berjuang dengan penuh harapan dan keyakinan.	Ketahanan untuk tidak menyerah (<i>indikator generality</i>)

		kekuatan dan inspirasi.			
W2. 26	“Bulik akan terus berusaha untuk menghidupi dan mendidik anak-anak selama bulik masih sehat. Semoga bulik tetap sehat supaya bisa mengurus anak-anak. Motivasi bulik itu ya anak-anak itu, dek.”	S3 berupaya untuk berkomitmen memberikan kehidupan yang baik serta pendidikan bagi anak-anaknya sebagai upayanya memenuhi tuntutan sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.	Motivasi S3 yang sangat terikat pada kesejahteraan anak-anaknya, serta menunjukkan bagaimana hubungan tersebut memberikan makna dan tujuan dalam hidupnya.	Mencerminkan dedikasi dan kasih sayang S3 terhadap anak-anaknya.	Upaya ibu tunggal.
W2. 29	“Sudah. Karena bulik sudah berusaha, bulik itu menganggap insyaallah sudah cukup bertanggung jawab terhadap keluarga bulik.”	S3 menunjukkan kesadaran, dedikasi dan komitmennya terhadap perannya dalam keluarga sebagai ibu tunggal, di mana ia menekankan tindakan nyata yang diambilnya	Perjalanan emosional dari S3 sebagai seorang ibu tunggal yang berjuang, tetapi tetap berusaha optimis dan bertanggung jawab terhadap keluarganya.	Mencerminkan perjalanan S3 dalam menjalankan perannya, dengan penekanan pada usaha, tanggung jawab, dan harapan untuk memenuhi tuntutan sebagai ibu tunggal pascakematian	Pemenuhan tanggung jawab.

		<p>untuk memenuhi tanggung jawabnya. S3 juga mencerminkan adanya harapan dan keyakinan bahwa usahanya telah memadai, mengisyaratkan rasa optimisme meskipun ada tantangan yang dihadapi.</p>		<p>pasangan hidup.</p>	
<p>W2. 31</p>	<p>“Menurut bulik memang sulit ya, dek jadi ibu tunggal itu. Tapi, semua kan sudah jalannya. Jadi, bulik mau tidak mau ya harus menerima. Namanya takdir, ya bulik harus hadapi.”</p>	<p>S3 memandang pengalaman berdukanya dengan menunjukkan adanya elemen penerimaan terhadap situasi, menunjukkan ada keyakinan bahwa</p>	<p>Empati, penerimaan, keyakinan, dan ketahanan S3 ketika berhadapan dengan situasi sulit dalam hidup.</p>	<p>S3 mengekspresikan adanya kombinasi antara kesadaran akan tantangan yang dihadapi sebagai ibu tunggal dan sikap penerimaan terhadap kondisi yang ada, mencerminkan filosofi</p>	<p>Pandangan terhadap pengalaman berduka.</p>

		segala sesuatu terjadi sesuai dengan rencana atau takdir. S3 mempunyai dorongan untuk menghadapi kenyataan, meskipun situasi yang dihadapi sulit, mencerminkan pandangannya bahwa ada hal-hal dalam hidup yang tidak bisa diubah dan harus diterima dengan lapang dada.		tentang takdir dan keberanian untuk menghadapi kenyataan dalam memaknai pengalaman berdukanya.	
W2. 34	“Inshaallah. Bulik berusaha buat anak-anak. Yang dicita-citakan semoga tercapai, bulik juga sehat, bisa menghadapi anak-anak bisa membesarkan anak-anak	S3 menunjukkan keyakinan dan harapan yang tinggi terhadap masa depan, mencerminkan adanya sikap optimis. S3	Gambaran keyakinan S3 dengan segala upaya yang meliputi harapan, tanggung jawab, dan tekad meskipun	Menyampaikan keyakinan, cinta, harapan, dan perjuangan S3 yang dituangkan dalam segala upayanya di tengah berbagai tantangan yang ia	Yakin akan meraih keberhasilan (indikator <i>generality</i>)

	tanpa bapaknya bulik bisa insyaallah bisa semangat bulik.”	berkomitmen untuk berjuang demi kesejahteraan anak-anaknya, menunjukkan adanya impian atau tujuan yang ingin dicapai, baik untuk dirinya maupun untuk anak-anak meski dihadapkan dengan tantangan.	menghadapi tantangan besar.	hadapi.	
--	--	--	-----------------------------	---------	--

Horizontalisasi Subjek 4 (N)

Baris	Unit Makna	Deskripsi Unit Makna (Coding)	Deskripsi Psikologi	Deskripsi Struktural	Tema
W1. 33	“Nyesek lah. Kaget. Dan itu tu itungane mendadak. Sebelum itu baik-aja. Pas berangkat kerja itu masih baik-baik aja, nggak ada keluhan apa-apa gitu. Kayak biasanya aja, sehat-sehat aja.”	S4 menunjukkan rasa sakit hati yang mendalam karena peristiwa yang tiba-tiba ia alami dan ia anggap sangat mengejutkan yaitu meninggalnya sang suami.	Respon S4 atas kematian sang suami menghasilkan emosi mendalam yang dialami S4 dari kejadian tak terduga.	Menggambarkan transisi dari keadaan normal ke situasi yang mengejutkan dan menyakitkan, yang dialami S4 memperkuat gambaran rasa kehilangan yang ia alami.	Respon akan kepergian suami.
W1. 36	“Ya itu lah, cara mendidik anaknya berkurang. Kayaknya gimana ya ekonomi juga. Terus nggak ada yang bisa ngajak ngobrol kayak	S4 menceritakan kesulitannya sebagai ibu tunggal. S4 menyoroti bahwa cara mendidik anak, kondisi ekonomi, serta rasa kesepian	Mencerminkan kompleksitas emosi dan kesulitan yang dihadapi S4 dalam konteks mendidik anak, ekonomi, dan	Menggambarkan kerisauan mengenai perubahan dalam cara mendidik anak pascakematian suami yang dialami S4, kondisi	Kesulitan ibu tunggal (indikator <i>magnitude</i>)

	biasane.”	karena kehilangan sebagai kesulitan-kesulitan yang ia hadapi sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.	rasa kehilangan.	ekonomi dan rasa kesepian.	
W2.2	“ Kalau sebagai ibu tunggal ya itu menggantikan ayahe anak-anak dalam mendidik anak. Soale beda ya yang biasane manut sama ayahe. Kalau ekonomi yo ada bedane tapi sekarang anak sing pertama sudah bekerja jadi njih insyaallah sudah cukup.”	S4 menyatakan bahwa ia sebagai ibu tunggal memiliki tanggung jawab atau peran baru yaitu menggantikan peran ayah dalam mendidik anak-anak di mana terdapat perbedaan dalam cara mendidik antara ibu dan ayah. S4 Menyampaikan bahwa anak sulung kini sudah bekerja, yang memberikan rasa cukup	Perjalanan emosional S4 yang berjuang untuk menghadapi perubahan peran.	Menunjukkan kompleksitas emosi dan dinamika yang dihadapi S4 dalam mendidik anak-anaknya, serta bagaimana ia beradaptasi dengan perubahan yang terjadi.	Peran ganda ibu tunggal.

		dalam aspek ekonomi bagi keluarga meski tetap ada perbedaan yang dirasa pascakematian pasangan hidup.			
W2.6	<p>“Yo apa ya? Membesarkan dan mendidik anak. Terutama yang kecil kan masih sekolah. Sekarang kan mendidik anak susah to. Pergaulan bebas, segala macam. Yo nak di rumah kelihatan diam, baik. Kan, lewat HP itu, kita gak tahu to.”</p>	<p>S4 menggambarkan tantangan atau tugas baru yang ia hadapi dengan kekhawatiran dan refleksi tentang tantangan dalam mendidik anak, khususnya yang masih kecil dan bersekolah. S4 mengungkapkan bahwa membesarkan dan mendidik anak adalah tugas yang sulit, terutama di era sekarang yang</p>	<p>Tantangan atau tugas baru yang dihadapi S4 yang menyoroti cara mendidik anak yang disertai kekhawatiran.</p>	<p>Menggambarkan perasaan cemas dan tantangan yang dihadapi S4 dalam mendidik anak di tengah perubahan statusnya.</p>	<p>Tantangan ibu tunggal.</p>

		<p>penuh dengan pengaruh negatif dari pergaulan bebas yang dapat memengaruhi anak. Sehingga hal tersebut menjadi tantangan tersendiri bagi S4 sebagai ibu tunggal.</p>			
<p>W2. 10</p>	<p>“Berusaha, jalani aja sama terus berdoa semoga dimudahkan semuanya. Untuk anak yo perlahan-lahan dibilangin dengan kata-kata yang baik. Corono yo di ‘ayo nang sholat’ dengan perlahan-lahan gak usah dibentak ngono kan, pikiran anak kan beda-beda kan malah ‘ih</p>	<p>S4 menggambarkan pentingnya kombinasi antara usaha dan spiritualitas dalam menghadapi tantangan. S4 juga dengan spesifik menekankan cara yang lembut dan baik dalam berkomunikasi dengan anak, agar anak dapat memahami dan</p>	<p>Pendekatan yang seimbang antara usaha aktif dan faktor eksternal (spiritualitas), yang dapat membantu S4 dalam menghadapi tantangan sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.</p>	<p>Menyampaikan pesan tentang pentingnya kesabaran, komunikasi yang baik, dan keseimbangan antara usaha serta doa dalam mendidik dan menghadapi tantangan hidup sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.</p>	<p>Pemilihan tindakan dalam menghadapi kesulitan (indikator <i>magnitude</i>)</p>

	mamah malah ndadak ngono.”	menerima pesan dengan lebih baik. Di mana hal ini mengindikasikan bahwa cara orang tua berkomunikasi sangat mempengaruhi bagaimana anak merespons.			
W2. 15	“Yo meskipun sudah segitu tahun, masih tetep berat. Meski sudah dua tahunan. Saya rasakan yo belum mampu. Yo tetep merasa butuh dukungan, apalagi dukungan dari suami.”	S4 mengungkapkan perasaannya yang menghadapi kesulitan meskipun sudah cukup lama perasaan berat masih ada, hal ini menunjukkan bahwa proses pemulihan mungkin lebih lama dari yang diharapkan. S4 mengaku belum mampu	Gambaran keyakinan S4 akan kemampuannya, harapannya, kenyataan, dan kebutuhan emosional, serta menunjukkan pentingnya dukungan sosial dalam	Mencerminkan perjuangan emosional S4 pascakematian pasangan hidup, kebutuhan untuk dukungan, dan realitas bahwa proses pemulihan bisa berlangsung panjang dan sulit.	Ketidakyakinan akan kemampuan (indikator <i>strength</i>)

		menghadapi situasi yang mana mencerminkan kerentanan. S4 juga menekankan pentingnya dukungan, terutama dari suami. Ini menunjukkan bahwa dukungan sosial sangat penting dalam menghadapi kesulitan dan dapat berkontribusi pada proses penyelesaian masalah.	menghadapi tantangan.		
W2. 18	“Yo sejauh mana yo? Yo meski belum mampu tapi ya saya usahakan demi anak-anak.”	S4 menunjukkan upaya untuk merenungkan dan mengevaluasi kemampuan yang dimiliki untuk menghadapi segala tantangan sebagai ibu	Mencerminkan dinamika kompleks antara kesadaran diri, penerimaan keterbatasan, motivasi, tanggung jawab, dan resiliensi	Menggambarkan perjalanan refleksi diri S4 yang berujung pada komitmen untuk berusaha meskipun menyadari keterbatasan, dengan motivasi yang kuat.	Penilaian terhadap kemampuan.

		<p>tunggal pascakematian pasangan hidup. Meski begitu S4 mengakui ketidakmampuannya, namun S4 juga mempunyai dorongan dan komitmen untuk berusaha meskipun ada keterbatasan.</p>	S4.		
<p>W2. 20</p>	<p>“Mau tidak mau yo tetep dihadapi. Karena tantangan itu kan akan selalu ada. Jangankan sebagai janda, orang biasa juga akan dapat tantangan-tantangan baru. Ya, mau nggak mau to harus kita hadapi. Mau nanti kayak gimana yang penting dihadapi dulu.</p>	<p>S4 menunjukkan bahwa tantangan adalah bagian dari kehidupan setiap manusia tanpa memandang status. S4 menyikapi segala tantangan yang belum pernah ia hadapi dengan sikap proaktif dalam menghadapi situasi sulit.</p>	<p>Mencerminkan tindakan dan pola pikir adaptif, di mana S4 menghadapi tantangan dengan keberanian, optimisme, dan penerimaan.</p>	<p>Menggambarkan sikap positif dan realistis terhadap kehidupan. S4 berusaha menerima tantangan sebagai bagian tak terpisahkan dari perjalanan hidup, serta menekankan pentingnya tindakan sebagai langkah awal dalam mengatasi</p>	<p>Kesiapan menghadapi tantangan</p>

	Nanti juga kan ada jalane.”	Daripada menghindar, lebih baik untuk menghadapinya dan mencari jalan keluar, S4 yakin bahwa setiap kesulitan pasti akan teratasi.		kesulitan.	
W2. 25	“Yo pastine sedih nak setiap kelingan sama almarhum ayahe anak-anak. Kadang yo ingin seperti temen-temen yang lain, yang masih punya suami buat nemenin.”	S4 merasa sedih ketika dihadapkan pada peristiwa yang mengingatkannya pada suaminya yang telah meninggal dan juga menimbulkan rasa rindu yang diungkap S4. S4 membandingkan kehidupannya dengan orang lain mengakibatkan rasa kehilangan lebih	Kondisi psikologis S4 di mana ia berjuang dengan rasa kehilangan, nostalgia, dan kebutuhan akan koneksi sosial di tengah kesedihan yang mendalam.	Menggambarkan kompleksitas perasaan kehilangan, nostalgia, dan keinginan untuk kembali ke keadaan ketika suami masih hidup menunjukkan betapa kuatnya ikatan emosional yang masih ada meskipun suami telah tiada.	Mudah terpengaruh dengan pengalaman yang memperlemah (indikator <i>strength</i>)

		dalam.			
W2. 28	“Iya sering ada.”	S4 mengakui bahwa ia seringkali mengalami gejala stres pascakematian pasangan hidup. Menggambarkan keadaan ketidakpastian atau kekhawatiran, menunjukkan dampak fisik dari kecemasan, kebingungan akan situasi, keadaan batin yang tidak nyaman, dan kegelisahan yang terus menerus.	Gambaran gejala stres yang dialami S4 saat menyangang status sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup.	Mencerminkan pengalaman emosional, di mana S4 merasa tertekan dan tidak nyaman dalam kehidupan sehari-hari pascakematian pasangan hidup. Merupakan gambaran menyeluruh tentang perasaan yang dialami S4.	Kondisi emosional
W2. 29	“Ketika anak, apalagi anak yang pertama itu kan kerjanya jauh, ya pikirannya pasti aneh-	S4 menyebutkan bahwa perasaan cemas, kekhawatiran, resah, dan tidak tenang sekarang	Kompleksitas emosional yang dialami oleh S4, di mana kekhawatiran,	Mencerminkan perasaan S4 yang khawatir terhadap anak, sambil menunjukkan upaya untuk mengatasi	Respon emosional (indikator <i>generality</i>)

	<p>aneh lah. Ya, kalau saya berdoa saja untuk mengatasinya. Semoga semuanya baik-baik saja.”</p>	<p>lebih tertuju kepada anak, terutama anak pertama yang berada jauh darinya. Cara S4 menghadapinya yaitu dengan berdoa, sebagai bentuk harapan dan usaha yang menyiratkan optimisme dan keyakinan bahwa segala sesuatunya akan baik-baik saja.</p>	<p>harapan, dan strategi koping saling berinteraksi dalam konteks pengasuhan anak yang mandiri.</p>	<p>kekhawatiran tersebut melalui doa dan harapan.</p>	
<p>W2. 32</p>	<p>“Tergantung tekanannya. Kalau untuk omongan jelek, saya sih cuek aja. Sejauh ini tekanan-tekanannya ya itu tok kalau buat saya. Pokoknya dibuat bodo amat, soale yang ngerasain kan saya sendiri.”</p>	<p>S4 mengungkapkan bahwa tekanan yang ia terima selama ini merujuk pada tekanan atau komentar dari orang lain. S4 memilih untuk tidak peduli dengan omongan jelek tersebut.</p>	<p>Pendekatan psikologis yang sehat dalam menghadapi tekanan sosial, di mana S4 memilih untuk melindungi kesejahteraan emosionalnya</p>	<p>Secara keseluruhan, kalimat ini mencerminkan ketahanan mental S4, menunjukkan pemikiran yang terorganisir dengan baik dan penekanan pada sikap yang diambil S4 dalam menghadapi</p>	<p>Tekanan sebagai ibu tunggal.</p>

		S4 menyampaikan ia yang merasakan dampak dari tekanan tersebut, sehingga ia merasa tidak perlu memikirkan komentar orang lain.	dengan cara mengabaikan hal-hal yang tidak relevan atau merugikan.	tekanan sosial, serta penekanan pada pentingnya pengalaman pribadi dalam menghadapi tekanan.	
W2. 34	“Ada sih. Kadang-kadang ada. Kadang tu ‘aduh urip kok koyo ngene’ Ya Allah Gusti. Yo kembali ke Allah lagi.”	S4 mengungkapkan mengindikasikan adanya keinginan untuk melepaskan diri dari tanggung jawab sebagai ibu tunggal, namun perasaan tersebut bersifat fluktuatif; tidak selalu muncul. S4 juga mengekspresikan rasa frustrasi dan ketidakpuasan terhadap kondisi hidup. Tetapi S4	Perjalanan emosional yang kompleks S4 sebagai seorang ibu tunggal yang berjuang dengan beban tanggung jawab sambil berusaha menemukan ketenangan. Hal ini mencerminkan dinamika antara tekanan, pencarian	Menggambarkan perjalanan emosional dan spiritual S4 dalam menghadapi tantangan sebagai ibu tunggal.	Keinginan untuk menyerah (indikator <i>generality</i>)

		menunjukkan sikap reflektif dan kembali kepada iman sebagai sumber harapan dan ketenangan.	makna, dan mekanisme coping.		
W2. 36	“Berusaha saja semampunya. Yakin pasti ada pertolongan dari Allah.”	S4 menceritakan mengenai tindakan atau upaya yang dilakukan sesuai dengan kapasitas yang dimiliki, menekankan pentingnya realistis dalam berusaha dalam menghadapi tantangan sebagai ibu tunggal, serta pentingnya kepercayaan kepada kekuatan spiritual, mengindikasikan bahwa iman dapat memberikan	Sikap positif dan adaptif yang dapat membantu S4 menghadapi tantangan sebagai ibu tunggal, serta menyoroti pentingnya dukungan spiritual dalam perjalanan tersebut.	Mencerminkan kombinasi antara usaha pribadi dan keyakinan spiritual S4 dalam menghadapi tanggung jawab yang berat sebagai ibu tunggal.	Upaya untuk menghadapi tantangan

		dukungan moral dan emosional dalam menjalani hidup yang penuh tantangan.			
W2. 37	“Kalau sejauh ini alhamdulillah saya sih sudah merasa bertanggung jawab sebagai ibu yang menggantikan perane ayahe anak-anak. ”	S4 menyatakan sudah cukup bertanggung jawab terhadap keluarganya pascakematian suami. S4 menunjukkan bahwa ia mengambil alih peran yang biasanya diemban oleh ayah.	Perjalanan psikologis S4 yang berusaha menyesuaikan diri dengan perubahan dalam hidup sambil tetap berkomitmen dan bertanggung jawab pada perannya sebagai ibu.	Menggambarkan pengalaman dan perasaan S4 yang merasa puas dan bertanggung jawab dalam peran yang diembannya, terutama dalam konteks mengisi kekosongan peran ayah.	Pemenuhan tanggung jawab sebagai ibu tunggal.
W2. 39	“Yo gimana ya? Yang penting sing tabah, sing sabar ngehadapinya. Namanya ujian hidup nggak tahu to kapan tekone.”	S4 menggambarkan caranya merespon atau menghadapi tantangan dan pengalaman sebagai ibu tunggal, menekankan	Cara S4 merespon situasi yang dialami sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup dan	Mengekspresikan pandangan S4 bahwa meskipun situasi sulit sebagai ibu tunggal, sikap tabah dan sabar adalah hal	Pandangan terhadap pengalaman berduka.

		<p>pentingnya ketahanan dengan sikap tabah dan sabar sebagai kunci dalam menghadapi ujian hidup.</p> <p>S4 menyiratkan bahwa kesulitan adalah bagian dari kehidupan yang tidak terduga dan harus dihadapi dengan sikap positif.</p>	<p>gambaran dinamika psikologis yang kompleks antara tantangan, coping, dan pengembangan diri dalam konteks peran sebagai ibu tunggal.</p>	<p>yang penting untuk dipegang.</p>	
<p>W2. 41</p>	<p>“Yo insyaallah saya yakin. Demi anak-anak, motivasi saya tuh ya anak-anak. Buat mendidik dan membesarkan anak-anak.”</p>	<p>S4 menunjukkan optimisme dan keyakinan dalam mencapai tujuan, mencerminkan komitmen dan kerja keras yang telah dilakukan untuk mencapai keberhasilan.</p>	<p>Pola pikir yang positif dan terfokus pada tanggung jawab, yang dapat mendukung kesejahteraan mental dan emosional S4.</p>	<p>Mengekspresikan keyakinan, usaha, dan komitmen S4 yang terdorong oleh tanggung jawab terhadap anak-anaknya.</p>	<p>Yakin akan keberhasilan (indikator <i>generality</i>)</p>

		Dalam hal ini, S4 menunjukkan fokus pada tanggung jawab dalam mendidik dan membesarkan anak-anak.			
--	--	---	--	--	--

Hasil Observasi

Partisipan	Observasi
Subjek 1	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek 1 berpakaian santai dalam kondisi yang baik • Bersikap ramah dan terbuka kepada peneliti • Subjek 1 menceritakan latar belakang dengan ekspresi biasa saja • Raut wajah Subjek 1 berubah sedih ketika membahas penyebab meninggalnya sang suami • Rasa sesal ditunjukkan oleh Subjek 1 ketika membahas kematian suami • Ketika menceritakan kesulitan yang dialami pascakematian pasangan hidup, suara Subjek 1 agak bergetar • Keputusan ditunjukkan oleh Subjek 1 ketika menceritakan seputar kehidupannya sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup • Pandangan Subjek 1 selama proses wawancara jarang melakukan kontak mata dengan peneliti • Subjek 1 menahan diri supaya tidak menangis
Subjek 2	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek 2 berpakaian santai layaknya ibu rumah tangga pada umumnya • Sedikit terlihat tertutup pada awalnya ketika peneliti memulai proses wawancara • Suara dan intonasi Subjek 2 terdengar tegar • Terdapat penekanan ketika menjawab mengenai pengalaman berduka yang Subjek 2 alami yaitu ketika membahas kesedihan pascakematian pasangan hidup dan kesulitan-kesulitan yang dialami selama menyandang status baru sebagai ibu tunggal • Ketika menjawab pertanyaan wawancara intonasi Subjek 2 cenderung tegar, namun raut wajahnya sedih dan matanya berkaca-kaca • Subjek 2 melakukan kontak mata dengan peneliti selama

	<p>proses wawancara</p>
Subjek 3	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek 3 berpakaian santai layaknya ibu rumah tangga pada umumnya • Bersikap ramah dan terbuka terhadap peneliti • Raut wajah Subjek 3 lesu dan terlihat lelah sebelum proses wawancara dimulai • Nada bicara Subjek 3 sebelum proses wawancara dimulai cenderung ramah • Dari awal proses wawancara dimulai, intonasi atau nada bicara Subjek 3 cenderung lemah dan terdapat kesedihan dalam nada bicara Subjek 3 • Sepanjang proses wawancara suara Subjek 3 bergetar ketika menjawab pertanyaan • Selama proses wawancara Subjek 3 lebih sering berkontak mata dengan peneliti, sesekali melihat atas seperti menerawang kejadian-kejadian yang ia alami dari suaminya sakit sampai meninggal hingga pengalamannya selama menjadi ibu tunggal • Saat proses wawancara berlangsung, anak Subjek 3 yang terakhir sesekali rewel menanyakan mengenai <i>gadget</i>. Subjek 3 menanggapi dengan lemah lembut • Subjek 3 tidak menangis selama proses wawancara, namun matanya berkaca-kaca selama proses wawancara berlangsung
Subjek 4	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek 4 berpakaian santai layaknya ibu rumah tangga pada umumnya • Subjek 4 bersikap ramah terhadap peneliti • Raut wajah Subjek 4 terlihat biasa saja ketika menceritakan latar belakang kehidupannya • Nada bicara Subjek 4 dari awal hingga proses wawancara berakhir cenderung tegar, namun saat membahas mengenai keyakinannya sebagai ibu tunggal dan yang berkaitan dengan anak, Subjek 4 menjawab dengan penekanan yang

	<p>berbeda, yang menggambarkan kesulitan dan kesedihannya sebagai ibu tunggal pascakematian pasangan hidup</p> <ul style="list-style-type: none">• Keputusan ditunjukkan oleh Subjek 4 ketika menceritakan mengenai kehidupannya sebagai ibu tunggal• Subjek 4 lebih sering melakukan kontak mata dengan peneliti selama proses wawancara berlangsung• Meski nada bicara Subjek 4 terdengar tegar, namun mata Subjek 4 berkaca-kaca ketika membahas kesulitan dan kesedihannya selama menjadi ibu tunggal
--	---

Dokumentasi Wawancara



RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Rismalinda
2. Tempat, Tanggal Lahir : Kendal, 30 Maret 2001
3. Alamat Rumah : Ds. Merbuh RT 05/RW 03, Kab. Kendal, Jawa Tengah
4. No. HP : 082218605559
5. Email : rismalinda_2007016165@walisongo.ac.id

B. Riwayat Pendidikan

1. Sekolah Dasar : SD Negeri 2 Kedungsari
2. Sekolah Menengah Pertama : SMP Negeri 1 Boja
3. Sekolah Menengah Atas : SMA Negeri 1 Boja
4. Universitas : Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

C. Pengalaman Magang

1. RSJD Dr. Amino Gondohutomo 2023
2. Badan Kepegawaian, Pendidikan dan Pelatihan (BKPP) Kota Semarang 2023