

## Gambaran Stres Pengasuhan pada *Single Parent*

Erika Noviyanti<sup>1</sup>, Wanodya Kusumastuti<sup>2</sup>, Karsiyati<sup>3</sup>  
<sup>1, 2, 3</sup> Universitas Muhammadiyah Purworejo

### ABSTRACT

*This study aims to describe the description of parenting stress on single parents in Purworejo. Parenting stress is a psychological response as well as a physiological response that arises in a parenting process due to the demands of a single parent role. This study uses a qualitative method with a case study approach. Data collection was carried out using semi-structured interviews and observation. Three research participants were single parent respondents. The data analysis method used is step analysis from Miles and Huberman. The results of this study indicate that single parent respondents experience parenting stress. The three respondents experienced parenting stress with different backgrounds. The stress experienced by SR respondents occurred because of the demands of their role in raising children and economic factors. Respondent A experienced parenting stress because of the child's behavior which resulted in parenting stress. Meanwhile, respondent R has a background because they have cases of domestic violence (domestic violence) which are sometimes a source of conflict and have an impact on children. The three respondents carry out their role as single parents with gratitude and have a positive acceptance of the current situation.*

**Keywords:** Parenting Stress, Single Parent

### ABSTRAK

*Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran stres pengasuhan pada single parent di Purworejo. Stres pengasuhan adalah suatu respon psikologis serta respon fisiologis yang timbul didalam sebuah proses pengasuhan akibat tuntutan peranan single parent. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara semi terstruktur dan observasi. Partisipan penelitian berjumlah tiga responden single parent. Metode analisis data yang digunakan adalah langkah analisis dari Miles dan Huberman. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden single parent mengalami stres pengasuhan. Ketiga responden mengalami stres pengasuhan dengan latar belakang yang berbeda. Stres yang dialami responden SR terjadi karena tuntutan perannya dalam mengasuh anak-anak dan faktor ekonomi. Responden A mengalami stres pengasuhan karena perilaku anak yang mengakibatkan stres pengasuhan. Sedangkan responden R memiliki latar belakang karena memiliki kasus KDRT (Kekerasan Dalam Rumah Tangga) yang terkadang menjadi sumber konflik dan berdampak pada anak-anak. Ketiga responden menjalani perannya sebagai single parent dengan penuh kesyukuran serta memiliki penerimaan yang positif terhadap keadaan yang dialami hingga saat ini.*

**Katakunci:** Stres Pengasuhan, Single Parent

Received:	Revised:	Accepted:	Available online:
01.01.2020	12.01.2020	01.01.2021	01.01.2021

**Suggested citation:** Noviyanti, Erika (2023). Gambaran Stres Pengasuhan pada *Single Parent*. *Journal of Psychosociopreneur*, 2 (1), 21-26. DOI: .....Open Access |  
URL: <http://jurnal.umpwr.ac.id/index.php/jpsh>

<sup>1</sup> Corresponding Author: Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Muhammadiyah Purworejo, Jl. K.H Ahmad Dahlan No. 3 Purworejo; Email: [xxx@umpwr.ac.id](mailto:xxx@umpwr.ac.id)

## PENDAHULUAN

Keluarga merupakan kelompok terkecil dalam kehidupan sosial dan masyarakat, sehingga keluarga merupakan elemen yang paling dasar dalam masyarakat. Keluarga menjadi intensitas terpenting bagi kehidupan seseorang dimulai sejak masa kanak-kanak, dari keluarga karakter dan kebiasaan seseorang menjadi terbentuk. Pada dasarnya pendidikan pertama berlangsung di dalam keluarga, selanjutnya baru dimulai di sekolah.

Adapun fungsi keluarga menurut BKKBN (Badan Kependudukan Kepegawaian dan Keluarga Berencana Nasional) ada 8 fungsi keluarga, diantaranya ada fungsi agama, fungsi kasih sayang, fungsi perlindungan, fungsi sosial budaya, fungsi reproduksi, fungsi sosialisasi dan pendidikan, fungsi ekonomi dan fungsi pembinaan lingkungan. Dalam menjalankan fungsi secara menyeluruh tentunya tidaklah mudah. Jika sebuah keluarga tidak mampu berfungsi sebagaimana mestinya, maka tidak hanya anggota keluarga yang bersangkutan yang tidak bahagia, melainkan dapat berimbas pada karakter generasi mudanya (BKKBN, 2018)

Kehilangan figur akan peran pentingnya sebuah keluarga dapat menumbuhkan perilaku negatif yang nantinya dapat dibawa hingga anak tersebut dewasa seperti halnya pada keluarga dengan *single parent*. *Single parent* bertanggungjawab penuh atas perkembangan dan kemajuan anak termasuk dalam pemenuhan kebutuhan ekonomi. *Single parent* memiliki peran ganda serta tanggungjawab untuk memenuhi kebutuhan ekonomi, mendidik, dan mengasuh anak-anaknya untuk mencapai tahapan tertentu yang menghantarkan anak untuk siap dalam kehidupan bermasyarakat (dalam Ruli, 2020).

Menurut Baihaqi & Sumaerdi (dalam Zuhdi, 2019) mengungkapkan bahwa keluarga merupakan sekumpulan orang yang hidup bersama dalam suatu tempat tinggal yang sama dan masing-masing anggota keluarga merasakan ikatan batin sehingga saling mempengaruhi, memperhatikan dan menyerahkan diri. Keutuhan keluarga sangat berperan penting untuk membantu mengembangkan diri serta membentuk suatu kepribadian yang baik pula.

Menjadi keluarga yang utuh merupakan harapan setiap orang, tidak semua orang menginginkan untuk ditinggalkan pasangan hidupnya. Namun, pada kenyataannya terdapat pula kehidupan yang menjadikannya harus berpisah dengan pasangannya. Menurut Sudarso (dalam Zuhdi, 2019), pada hal ini bisa terjadi akibat karena perceraian maupun kematian. Perceraian atau kematian menyebabkan tidak adanya keseimbangan dalam keluarga sehingga menyebabkan perubahan peran dan beban tugas yang ditanggung untuk merawat anak.

Menjadi seorang ibu ataupun ayah *single parent* bukan hal mudah. Menjalani hidup tanpa adanya kehadiran dan dukungan dari pasangan hal ini membuat *single parent* merasa kesepian dan sendiri. Peran dan tanggungjawab yang harus dirasakan oleh *single parent* kepada dirinya dan anak-anaknya tentu bukanlah hal yang mudah, hal ini dapat menyebabkan *single parent* tertekan dengan tanggung jawab barunya. Menurut Helkenn ketika mereka menjadi *single parent*, maka akan menghadapi tuntutan terkait dengan peran pengasuhan yang menempatkan mereka pada resiko untuk mengalami stres.

Berbagai macam tuntutan dirasakan oleh *single parent* dari harus megasuh anak-anaknya secara mandiri, terlebih dalam memenuhi kebutuhan sosial – ekonominya. Permasalahan lain juga muncul seperti kurangnya dukungan sosial, masalah perilaku anak yang susah diatur, perasaan yang selalu merasa bersalah. Hal tersebut menjadi tantangan bagi *single parent*, tantangan tersebut diantaranya yaitu tanggung jawab menjadi lebih besar, harus mandiri karena sudah tidak adanya pasangan untuk saling berbagi terkait perkembangan anak.

Oleh karena itu dalam menghadapi stres pengasuhan yang dialami oleh orang tua *single parent* perlu memiliki keterampilan dalam mengelola emosi yang baik agar dapat mengendalikan stres pengasuhan yang dialami oleh orang tua. Sehingga kondisi stres pengasuhan yang tidak segera diatasi dapat menimbulkannya dampak negatif bagi orang tua *single parent* itu sendiri maupun bagi anak. Stres yang dialami *single parent* yang tadinya berlangsung tidak lama bisa jadi akan berubah menjadi stres jangka panjang. Terlebih bagi orang tua jika memiliki ketidakmampuan dalam mengelola stres pengasuhan dapat melakukan tindak kekerasan terhadap anaknya. Dari pemaparan diatasoleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana gambaran stres pengasuhan pada *single parent* di Kabupaten Purworejo

## METODE

Penelitian ini menggunakan tiga responden dengan teknik purposive sampling mix convenience sampling dengan karakteristik: (a) orang tua yang menjadi *single parent* (b) memiliki anak berusia masih kanak-kanak hingga menginjak remaja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan analisis data deskriptif. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode wawancara & observasi (catatan lapangan). Metode analisis data menggunakan teknik interactive model serta verifikasi teknik triangulasi data.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan temuan pada individu:

### 1. Responden I (SR)

SR merupakan seorang laki-laki yang menjadi *single parent* dengan status perceraianya yakni cerai mati. SR menjalani status *single parent* kurang lebih sudah 2 tahun. SR memiliki dua seorang anak yang masih kecil dan masih menginjakkan di bangku sekolah dasar (SD). Pekerjaan SR yakni seorang buruh kurir pengantar gas yang ikut dengan saudaranya. Pendapatan harian SR tergolong rendah sehingga dalam mencukupi kebutuhan hidupnya SR menjalankan dengan semampu dan sebisa diri SR. Faktor inilah yang menyebabkan diri SR mengalami stres pengasuhan, terlebih adanya tuntutan sosial-ekonomi dalam kehidupan SR sehingga membuat diri SR harus memenuhi kebutuhan tersebut dengan bekerja disambil dengan mengasuh anaknya dengan cara membawa anak-anaknya di lokasi kerjanya.

Hal yang menyebabkan stres pengasuhan bagi Responden SR yakni karena adanya faktor sosial-ekonomi yang mengakibatkan banyaknya peran serta tuntutan sehingga berdampak dalam proses pengasuhan. Meskipun SR memiliki peran ganda sebagai *single parent* namun SR menjalaninya dengan tenang dan berserah diri dan menjalani segala sesuatu semampunya. Karakteristik pribadi SR menjadikannya lebih menerima dan menjalani kehidupannya dengan penuh kebersyukuran.

Meski memiliki keterbatasan ekonomi yang rendah, SR selalu memprioritaskan kebutuhan anak-anaknya. Ketika menemukan kebutuhan mendesak yang lain SR akan tetap memprioritaskan kebutuhan anaknya terlebih dahulu. Ketika ada kebutuhan yang dirasa mendesak bagi SR maka SR akan menunda terlebih dahulu. Menurut Walker (dalam Chairini, 2013) orang tua dengan setatus ekonomi rendah mengalami parenting stres lebih tinggi secara signifikan sesuai dengan latar belakang SR yang memiliki sosial-ekonomi rendah sehingga membuat SR melangsungkan kebutuhan kehidupannya dengan semampunya.

Sejauh ini hubungan SR dengan anak-anak memiliki kedekatan yang begitu erat sehingga SR memiliki harapan-harapan yang SR inginkan terhadap kedua anaknya agar bisa melanjutkan sekolah kejenjang yang lebih tinggi. Bahkan kedua anaknya merespon dengan baik atas usaha yang selama ini SR berikan terhadap anak-anaknya. Hal ini tidak menjadi sebuah penghambat bagi SR dalam mengasuh anak-anaknya, terlebih bagi SR dengan memiliki kedua anak-anaknya yang mudah dalam di atur sehingga memberikan respon yang positif dalam menjalankan perannya mengasuh kedua anaknya.

Perilaku anak juga dapat memberikan dampak dalam keberlangsungan proses pengasuhan. Sejalan dengan hal tersebut SR memiliki kedua anak yang mudah di atur sehingga hal ini memberikan dampak yang positif dan mempermudah selama proses pengasuhannya. Anak-anak SR juga mudah dalam menerima setiap masukan dan informasi dengan apa yang didapatnya, tidak hanya itu saja anak-anak SR juga bisa melakukan aktivitas kegiatannya secara mandiri dan tidak bergantung kepada orang tua.

### 2. Responden II (R)

R merupakan seorang wanita *single parent* dan memiliki status perceraian yang berbeda dengan responden sebelumnya. R memiliki status perceraian yakni cerai hidup. R memiliki 2 seorang anak, kedua anak tersebut ikut dan diasuh sepenuhnya oleh R. Anak R

yang besar sudah menginjak di bangku pendidikan yakni Sekolah Menengah Pertama (SMP), sedangkan yang kecil masih menginjakkan bangku di Taman Kanak-kanak (TK).

Tuntutan akan perannya dalam mendidik serta mengasuh anak-anaknya sepenuhnya dijalani oleh R, mantan suami R tidak pernah sama sekali memberikan nafkah kepada kedua anaknya. Sehingga R harus mencukupi segala kebutuhan anak-anaknya dengan cara berdagang dan membuka usaha lainnya. Namun hal tersebut tidak mengurangi rasa semangat R dalam memberikan pengasuhan serta pendidikan kepada kedua anaknya. Meski R memiliki tuntutan terhadap kedua anaknya namun R menerima setiap keadaan yang dialaminya hingga saat ini.

Hal yang membuat R menjadi lebih semangat dan tangguh lagi dalam menjalani proses kehidupan ini karena R memiliki sosok seorang yang selalu memberikan dukung serta motivasi yang diberikan sehingga R bisa menjadi pribadi yang lebih tangguh lagi dalam menghadapi segala bentuk permasalahan yang dialami dalam kehidupannya, hal tersebut juga memberikan dampak positif bagi R dalam memberikan pengasuhannya kepada kedua anak-anaknya. Sehingga R memiliki kelekatan yang positif terhadap kedua anaknya.

Memiliki latar belakang perceraian dengan kasus KDRT (Kekerasan Dalam Rumah Tangga), serta pola komunikasi R dengan mantan suaminya yang tidak terjalin dengan baik. Tidak hanya terkait permasalahan itu saja bahkan mantan suami yang suka datang secara tiba-tiba ke rumah dan kadang marah-marah tanpa sebab sehingga membuat R kadang melampiaskan kekesalannya kepada anak-anaknya meskipun hanya dalam bentuk verbal. Disisi lain R mampu melakukan coping sehingga tidak memberikan dampak kepada proses pengasuhannya ke anak-anak. Seperti yang di ungkapkan oleh Weiten & Llyod (dalam Yusuf, 2018) bahwa coping merupakan upaya-upaya untuk mengatasi, mengurangi atau menoleransi ancaman yang membebani perasaan yang tercipta karena stres.

Hal lain yang menjadikan diri R menjadi lebih tangguh lagi dalam menjalani kehidupannya dalam mengasuh anak-anaknya yakni didukung karena faktor kepribadian R yang tenang sehingga dapat melangsungkan pengasuhannya. Kepribadian seseorang mempunyai pengaruh yang cukup berarti terhadap coping atau usaha dalam mengatasi stres yang dihadapinya (Yusuf, 2018). Didukung dengan kedua anak R juga dapat memahami keadaan R ketika R sedang dalam keadaan tidak baik.

Perilaku anak terkadang juga dapat mempermudah dan mempersulit proses pengasuhan orang tua, karakteristik anak juga mempengaruhi dalam proses pengasuhan. Karakteristik kedua anak R justru mudah diatur dan diberikan pengarahan sehingga hal tersebut juga memberikan dampak yang positif dalam pengasuhannya. Kedua anak-anak R juga mampu melakukan aktivitas kesehariannya secara mandiri tanpa bantuan orang tua.

### 3. Responden III (A)

A merupakan seorang *single parent* yang ditinggal pasangannya dengan status perceraian yakni cerai hidup. A menjalani kehidupan *single parent* selama kurang lebih lima tahun, berbeda dengan responden-responden sebelumnya dengan usia perceraian yang sudah dua tahun. A memiliki dua orang anak yang sudah menginjak remaja, namun karena adanya perceraian dengan istrinya sehingga membuat A mengasuh anaknya yang pertama, anak yang kedua ikut dengan mantan istrinya.

A mengasuh anaknya yang sudah menginjak remaja dan anaknya pun sudah lulus dari bangku SMA (Sekolah Menengah Atas) meskipun anak A sudah lulus namun anak A belum bekerja. Dengan adanya hal ini A mengalami hambatan yakni karena adanya karakteristik anak dengan perilakunya yang sulit di atur, terlebih usia anak A sudah remaja, sehingga hal tersebut menjadikan ketidakefektifan dalam proses pemenuhan pengasuhan terhadap anak.

Bagi A anak yang semakin besar membuat A semakin susah dalam memberikan arahan terhadap anaknya. Seperti dalam penelitian (Chairini 2013) yang mengatakan bahwa terdapat faktor karakteristik anak yang dapat menyebabkan stres pengasuhan. Meskipun begitu A menyalurkan wujud kekesalannya dalam bentuk verbal. Disisi lain hal yang membuat A kadang merasa kesal yakni karena anak kurang begitu memperhatikan akan pekerjaan-pekerjaan di rumah, terlebih pekerjaan mandiri sehingga kadang A melakukan pekerjaan

yang seharusnya anak tersebut bisa lakukan sendiri. Namun hal ini bukan karena anak A yang menginginkan melainkan karena keinginan orang tua dalam menjalankan.

Meskipun begitu, disisi lain juga anak A dapat melakukan aktivitasnya secara mandiri dilihat dari usia anak yang cukup dan mampu dalam melangsungkan segala aktivitasnya. Kedekatan dan interaksi dengan anak terjalin dengan baik.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti, dapat disimpulkan bahwa gambaran stres pengasuhan pada ketiga *single parent* memiliki latar belakang yang berbeda diantaranya :

1. Hal yang menyebabkan stres pengasuhan bagi Responden SR yakni karena adanya faktor sosial-ekonomi yang mengakibatkan banyaknya peran serta tuntutan sehingga berdampak dalam proses pengasuhan. Meskipun SR memiliki peran ganda sebagai *single parent* namun SR menjalaninya dengan tenang dan berserah diri dan menjalani segala sesuatu semampunya. Karakteristik pribadi SR menjadikannya lebih menerima dan menjalani kehidupannya dengan penuh kebersyukuran.
2. Responden A memiliki hambatan yang berbeda dengan responden R, responden A memiliki anak yang telah bertumbuh remaja. Hal inilah yang menjadikan A mengalami hambatan dalam pengasuhan karena memiliki anak remaja dan susah diatur. Hal tersebut yang mempengaruhi ketidak berlangsungan pengasuhan dengan baik karena adanya faktor karakteristik anak (temperament) yang sulit untuk diberikan arahan. Meskipun memiliki hambatan dalam pengasuhan anak, A tetap menjalani proses pengasuhan dengan penuh kebersyukuran.
3. Sedangkan responden R menjadi *single parent* dan bersetatus cerai hidup dengan mantan suaminya. Permasalahan yang menyebabkan terjadinya stres pengasuhan yakni adanya konflik pernikahan yang terkadang menjadikan ketidakefektifan dalam proses pengasuhan, namun responden R mengubah semua tuntutan dan hambatan tersebut menjadi sebuah tantangan dan harapan. Sehingga hal tersebut tidak membuat seorang R menjadi stres dalam mengasuh anaknya, dikarenakan adanya berbagai faktor yang membuat diri R menjadi lebih berharga dan berarti dalam menjalani kehidupannya. Diantara faktor yang mempengaruhinya meliputi karakteristik orangtua yang memiliki kepribadian yang tenang dan tangguh, karakteristik anak yang mudah diatur dan juga karakteristik demografik yang meliputi adanya dukungan sosial dan sosial ekonomi yang dapat memenuhi kehadiran didalam kehidupan R. Sehingga A menjalani kehidupannya hingga saat ini dengan penuh kebersyukuran.

## REFERENSI

- Chairini, Nurul. (2013). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Stres Pengasuhan pada Ibu dengan Anak Usia Prasekolah di Posyandu Kemiri Muka. Skripsi. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Dardas L. A., Ahmad M. M. (2013). Psychometric properties of the parenting stress index with parents of children with autistic disorder. *Journal of Intellectual Disability Research*, 1-12. Universitas Yordania. Doi:10.1111/j.12053.
- Fasicha, Nadhia. (2019). Hubungan Kesulitan Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan pada Orang Tua yang Memiliki Anak dengan Disabilitas Intelektual di SLB C Swasta Kota Semarang. Skripsi. Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang.
- Lestari, Stephanie dan Yapina. W (2016). Gambaran Parenting Stress dan Coping Stress pada Ibu yang Memiliki Anak Kembar. *Jurnal Psikogenesis*. Fakultas Psikologi. UNIKA. Vol 4 (1).
- Maysa, Putri dan Ummil Khairiyah. (2019). Hardiness dan Stres Pengasuhan pada Ibu dengan Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal RAP UNP*. Universitas Putra Indonesia YPTK Padang. Vol. 10 (1). Hal 88-101.

- Nurdiani, Astrid Febry dan Rachmat Mulyono. (2014). Pengaruh Dukungan Sosial dan AttachmentStyle Terhadap Perasaan Kesepian pada Remaja yang Tinggal Di Panti Asuhan Khazanah Kebijakan.Takiya *Journal of Psychology*. Uin Syarif Hidayatullah Jakarta. Vol. 2 (2).
- Pitasari, Astri Titiane. (2014). Coping pada Ibu yang Berperan Sebagai Orangtua Tunggal Pasca Kematian Suami. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*. Fakultas Psikologi Universitas Air Langga. Surabaya. Vol 3 (1).
- Rahayu, Ainur. D. R. Dkk. (2019). Religiusitas dan Stres Pengasuhan pada Ibu dengan Anak Autis. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang.Vol 07 (02).pISSN: 2301-826. eISSN: 2540-8291
- Rahmadani, Aulia Fauzya & Amalia Rahmadani. (2019). Pengalaman Pengasuhan Single Mother yang Memiliki Anak Disabilitas Intelektual (Studi Interactive Phenomenological Analysis). *Jurnal Empati. Fakultas Psikologi. Universitas Diponegoro*. Vol 8 (1).
- Ruli, Efrianus (2020). Tugas dan Peran Orang Tua dalam Mendidik Anak. *Jurnal Edukasi Nonformal. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Kristen Satya Wacana*. E-ISSN: 2715-2634.
- Smet, Bart. (1994). Psikologi Kesehatan. Jakarta: *PT Grasindo*.
- Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: *Alfabeta*.
- Yusuf, Syamsu. L. N. (2018). Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset. ISBN 978-602-446-232-1.
- Zuhdi, Muhammad Sholihuddin (2019). Resiliensi pada Ibu SingleParent. *Jurnal Perempuan dan Anak. IAIN Tulungagung*. Vol 3 (1) pp. 141-160. E-ISSN: 2581-04