

DINAMIKA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS IBU TUNGGAL DEWASA AWAL YANG *MARRIED BY ACCIDENT*

¹Claudia Marie Krista Anindita, ¹Dinie Ratri Desiningrum

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50725

Email: claudiaanindita.ca@gmail.com

ABSTRAK

Pembentukan sebuah keluarga adalah salah satu tugas perkembangan yang harus dipenuhi pada usia dewasa awal. Akan tetapi, pemenuhan itu menjadi sebuah tantangan apabila terjadi peristiwa *married by accident* dan perceraian. Ibu tunggal yang *married by accident* dengan segala perannya bagi keluarga dapat mengalami stigma di masyarakat sehingga mengancam kondisi kesejahteraan psikologisnya. Padahal, kesejahteraan psikologis ibu tunggal menjadi hal yang penting agar mereka tetap dapat bertahan dan melanjutkan hidup pada kondisi keluarga yang telah berubah. Penelitian ini bertujuan memahami dinamika kesejahteraan psikologis ibu tunggal dewasa awal yang *married by accident* serta faktor-faktor yang menjadi pembentuknya. Partisipan dalam penelitian ini adalah tiga orang ibu tunggal berusia 18-40 tahun yang pernah mengalami *married by accident*. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan metode fenomenologis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan terdapat delapan tema sintesis meliputi: (1) dampak negatif psikologis akibat perpisahan pasangan, (2) pemaknaan hidup, (3) anak sebagai kekuatan, (4) tantangan peran ganda, (5) usaha *coping*, (6) keluarga sebagai pendukung utama, (7) penerimaan diri, serta (8) harapan di masa depan. Faktor yang berkontribusi dalam pembentukan *psychological well-being* antara lain faktor dukungan sosial, spiritualitas, serta faktor demografis. Melalui temuan penelitian ini, diharapkan dapat menjadi masukan baru bagi dunia ilmu psikologi di bidang psikologi sosial, psikologi keluarga, dan psikologi perkembangan serta pemahaman lebih lanjut mengenai dinamika kesejahteraan psikologis pada ibu tunggal dewasa awal yang *married by accident*.

Kata kunci: ibu tunggal, kesejahteraan psikologis, penelitian fenomenologis deskriptif

DYNAMICS OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF EARLY ADULT SINGLE MOTHERS MARRIED BY ACCIDENT

¹Claudia Marie Krista Anindita, ¹Dinie Ratri Desiningrum

¹Faculty of Psychology, Universitas Diponegoro
Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, Central Java 50725

Email: claudiaanindita.ca@gmail.com

ABSTRACT

The formation of a family is one of the developmental tasks that must be fulfilled in early adulthood. However, this fulfillment becomes a challenge when “married by accident” and divorce occur. Single mothers who experienced a “married by accident” may face societal stigma, which poses a threat to their psychological well-being. Nevertheless, maintaining the psychological well-being of single mothers is crucial so that they can continue to survive and move forward despite changes in their family structure. This study aims to understand the dynamics of psychological well-being in early adult single mothers who experienced “married by accident” and to identify the contributing factors. The participants in this study were three single mothers aged 18-40 years who had undergone “married by accident”. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using descriptive phenomenological methods. The findings reveal eight synthesized themes: (1) the negative psychological impact of separation from the partner, (2) life meaning, (3) children as a source of strength, (4) challenges of dual roles, (5) coping efforts, (6) family as the primary support system, (7) self-acceptance, and (8) future aspirations. Factors contributing to the formation of psychological well-being include social support, spirituality, and demographic factors. These research findings are expected to provide new insights for the field of psychology, particularly in social psychology, family psychology, and developmental psychology, and to enhance the understanding of the dynamics of psychological well-being in early adult single mothers who experienced “married by accident”.

Keywords: single mother, psychological well-being, descriptive phenomenological analysis

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keluarga yang berencana untuk memiliki anak akan mempersiapkan segala sesuatunya dengan harapan seorang anak dapat berkembang dan tumbuh dalam keluarga yang berfungsi secara optimal. Kesiapan yang dimaksud misalnya dari aspek psikologis, aspek finansial dan lingkungan, serta aspek kondisi kesehatan fisik (Hasma, 2015). Kesiapan untuk memiliki anak akan berpengaruh pada kondisi orang tua nantinya, misalnya pada keadaan efikasi diri orang tua (Pratiwi & Rahmi, 2022). Orang tua dengan keyakinan diri yang tinggi akan kemampuan dirinya dalam mengasuh anak akan merasa lebih siap untuk memiliki anak. Pada beberapa keluarga, kesiapan untuk memiliki anak dapat saja tidak terwujud. Ketidaksiapan ini dapat timbul karena anak lahir sebagai akibat dari terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan (Mubasyaroh, 2016).

Sebuah survei yang dilakukan oleh GoodStats (2023) mencatat bahwa dari sekitar 1.087 responden, didapatkan hasil bahwa Generasi Z menyumbang angka terbesar dalam hal generasi dengan usia pernikahan paling banyak dibandingkan dengan generasi lainnya, yakni sebesar 69% dari total keseluruhan responden. Hal ini dapat diartikan bahwa individu yang berusia 11-27 tahun mendominasi tren pernikahan saat ini. Seorang individu yang usianya masih masuk ke kategori pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) atau jenjang pendidikan di atasnya telah melangsungkan pernikahan. Data yang serupa juga ditemukan oleh Badan

Pusat Statistik Indonesia (2023) tentang proporsi perempuan umur 20-24 tahun yang berstatus kawin atau berstatus hidup bersama sebelum umur 15 tahun yang menunjukkan adanya kenaikan pada tahun 2020 hingga 2021, yakni dari 0.5% menjadi 0.58%. Kemudian, di tahun 2021 hingga 2022 angkanya turun menjadi 0.46% tetapi kembali mengalami kenaikan di tahun 2023 menjadi 0.50%.

Adanya peningkatan prevalensi perempuan berstatus kawin dari tahun ke tahun serta tren pernikahan yang didominasi usia remaja hingga dewasa awal bukanlah tanpa sebab. Menurut Hurlock (2002), terdapat tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi seseorang ketika mereka berada di masa perkembangan tertentu. Pada masa dewasa awal misalnya, seseorang akan memiliki tugas perkembangan untuk menentukan teman hidup hingga melakukan pembentukan sebuah keluarga. Individu tersebut ketika memutuskan untuk menikah pasti memiliki alasan dan faktor tersendiri. Apapun faktornya, pernikahan haruslah diimbangi dengan persiapan pernikahan yang matang agar tercipta keluarga yang harmonis dan sejahtera. Hal ini ditemukan pula dalam penelitian Fatma dan Sakdiyah (2015) yang mengatakan bahwa kebahagiaan pernikahan pada pasangan yang melakukan persiapan pernikahan berada di tingkat kategori yang tinggi. Kesiapan untuk menikah adalah hal yang penting, tetapi nyatanya tidak semua pernikahan dapat dilangsungkan dengan persiapan yang matang. Salah satu hal yang menyebabkan terjadinya pernikahan tanpa persiapan yang matang adalah karena terjadinya kehamilan pranikah.

Pengadilan Tinggi Agama (PTA) Semarang melaporkan bahwa masih ada 11.392 kasus dispensasi pernikahan di Jawa Tengah di tahun 2022. Pemberian

dispensasi pernikahan mayoritas diberikan karena adanya kasus kehamilan di luar pernikahan (Komisi IX DPR, 2023). Dispensasi pernikahan merupakan hak yang diberikan kepada seseorang yang usianya belum mencapai batas usia pernikahan yang sewajarnya dikarenakan terdapat hal tertentu yang mendesak berdasarkan adanya persetujuan dari kedua calon mempelai (KESRA, 2021). Pemberian dispensasi pernikahan dengan angka yang tinggi juga dijumpai di daerah Jawa Timur dan Yogyakarta. Situs berita *online* CNN Indonesia (2023) melaporkan bahwa Pengadilan Agama Ponorogo telah menerima sebanyak 191 permohonan dispensasi pernikahan anak, sedangkan Pengadilan Tinggi Agama Surabaya melaporkan bahwa di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2022 kasusnya telah mencapai 15.212 kasus dengan 80% diantaranya merupakan kasus kehamilan pranikah. Pada daerah Yogyakarta, dilansir dari situs berita Harian Jogja (2024), 88% dispensasi pernikahan itu diberikan pada pasangan di bawah umur 19 tahun yang menikah karena adanya faktor kehamilan di luar nikah.

Kenaikan jumlah kehamilan pranikah juga dibarengi dengan kenaikan jumlah aktivitas seksual pranikah. Berita dari Solopos.com (2023) mencatat ada sebanyak 60% remaja usia 16-17 tahun di Indonesia yang sudah melakukan aktivitas seksual pranikah. Pada urutan kedua, disusul oleh usia 14-15 tahun sebanyak 20% dan usia 19-20 tahun sebanyak 20% pula. Data ini didapatkan menurut survei yang diadakan oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) berdasarkan data Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2017. Selain itu, prevalensi Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia yang dilakukan tiap lima tahun untuk melihat statistik perilaku seksual

pranikah remaja dan dewasa muda yang berusia 15-24 tahun di Indonesia juga telah menunjukkan tren yang meningkat. Pada tahun 2007 dan 2012 misalnya, angkanya meningkat dari 6.1% menjadi 7.34%. Sedangkan pada tahun 2017, terdapat sebanyak 7.6% untuk pria dan 1.5% untuk wanita yang telah melakukan perilaku seksual pranikah.

Perilaku seksual pranikah dapat dijelaskan sebagai perilaku atas dasar dorongan untuk melakukan aktivitas seksual tanpa adanya ikatan perkawinan yang sah dengan lawan jenis, baik secara agama maupun hukum (Sarwono dalam Tiara dkk., 2013). Perilaku seksual pranikah dapat disebabkan karena dua hal, yakni dari faktor eksternal maupun internal (Hurlock, 2002). Faktor internal misalnya karena adanya dorongan seksual melalui hormon alat reproduksi, sedangkan faktor eksternal dapat berasal dari hubungan dengan keluarga atau sumber lainnya yang menyediakan informasi mengenai seksualitas. Perilaku seksual pranikah seseorang yang masuk ke masa dewasa awal dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor psikologis. Faktor psikologis tersebut misalnya motivasi, keyakinan dan sikap, serta persepsi dan pemahaman pada diri individu (Turangan dkk., 2020).

Pada beberapa kebudayaan, perilaku seksual pranikah dapat dipandang secara beragam (Hamon & Ingoldsby dalam Santrock, 2012). Jika dilihat dari sudut pandang agama misalnya, Islam sangat menekankan adanya kesucian pada pria dan wanita sebelum mereka menikah. Hal ini berarti adanya larangan untuk berhubungan seksual di luar pernikahan. Pandangan tersebut masih sangat dipegang teguh di berbagai negara dengan mayoritas penduduk beragama muslim, misalnya di Indonesia sendiri. Seseorang yang berhubungan seksual sebelum menikah akan

dinilai sebagai hal yang tidak pantas dan tabu jika dilihat dari norma agama. Sama halnya dengan salah satu agama lain yang dianut oleh masyarakat Indonesia, yakni agama Kristen. Pada ajaran agama Kristen sendiri, Kitab Keluaran menyebutkan mengenai sepuluh perintah Allah dan salah satunya juga tidak membenarkan adanya perilaku berzina.

Kehamilan pranikah yang disebabkan karena aktivitas seksual pranikah dapat memunculkan permasalahan baru bagi keluarga mereka, yakni bahwa hal tersebut merupakan sebuah aib karena bertentangan dengan norma agama (Wibisana, 2017). Norma agama adalah anjuran, peraturan hidup, larangan, atau perintah yang memiliki posisi mutlak dan tidak dapat diubah-ubah karena asalnya dari Tuhan (Fauziah & Erianjoni, 2019). Segala sesuatu yang bertentangan dengan norma agama, seperti misalnya perbuatan seksual pranikah, dianggap sebagai suatu hal yang tidak pantas untuk dilakukan. Selain norma agama, respons masyarakat terhadap fenomena kehamilan pranikah juga dipengaruhi oleh norma-norma masyarakat yang berlaku di suatu daerah. Misalnya pada penelitian Fauziah dan Erianjoni (2019) didapatkan temuan bahwa respons penolakan yang ditunjukkan oleh masyarakat Minang terhadap perempuan yang hamil sebelum menikah didasari oleh berbagai nilai adat serta budaya yang telah dianut di lingkungan masyarakat tempat mereka bertempat tinggal. Penolakan tersebut dapat muncul dari stigma yang diberikan oleh masyarakat akan peristiwa kehamilan pranikah (Itriyati & Asriani, 2014).

Berdasarkan data yang didapatkan oleh Guttmacher Institute (2022), menunjukkan bahwa pada tahun 2015 hingga 2019 terdapat sebanyak 40%

kehamilan yang termasuk ke dalam kehamilan yang tidak diinginkan. Sehubungan dengan hal tersebut, data WHO juga menunjukkan bahwa sebanyak 38% (75 juta) dari total 200 juta kehamilan yang terjadi di Indonesia adalah kehamilan yang tidak diinginkan. Kehamilan yang tidak diinginkan (KTD) adalah kehamilan yang timbul di luar perencanaan sehingga pasangan yang mengalaminya tidak siap atau menolak terjadinya kehamilan (Astuti & Nurfadhilah, 2022). Faktor-faktor yang menyebabkan wanita mengalami kehamilan yang tidak diinginkan dapat beragam, misalnya kondisi lingkungan, kurangnya pengetahuan mengenai risiko aktivitas seksual, usia, keadaan finansial, serta keseimbangan antara faktor-faktor tersebut (Wulandari & Laksono, 2021). Mendukung hal tersebut, temuan Rohmatin dan Sunarya (2021) menunjukkan hal yang sama, yakni kehamilan yang tidak diinginkan di diri remaja dapat disebabkan karena adanya perilaku seksual berisiko, faktor tingkat pendapatan keluarga, sikap remaja terhadap seksualitas, serta pola asuh yang dilakukan oleh orang tua. Penelitian Sari dan Desiningrum (2017) menunjukkan bahwa kehamilan yang tidak diinginkan dapat disebabkan karena adanya perilaku seksual pranikah yang kemudian berakibat pada terjadinya pernikahan.

Kehamilan yang tidak diinginkan dapat menyebabkan seorang wanita dihadapkan pada dua opsi, yakni untuk menggugurkan kandungannya (aborsi) atau tetap mempertahankan janinnya. Jika mengacu pada Pasal 75 ayat (1) Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan, pemerintah sebenarnya telah membuat larangan mengenai praktik aborsi yang dilakukan tanpa adanya pengecualian seperti kondisi darurat medis atau kehamilan akibat perkosaan yang

mengakibatkan trauma psikologis. Berbagai regulasi telah dirancang untuk menghindarkan risiko dari adanya aborsi tanpa prosedur medis yang tepat dan baik, tetapi masih saja ada oknum yang melakukan hal tersebut untuk menghindari kelahiran tidak diinginkan. Sehubungan dengan hal itu, WHO juga menyatakan bahwa aborsi yang dilakukan tanpa adanya prosedur medis telah menjadi penyebab dari 14% kematian ibu di Asia Tenggara.

Pilihan lain selain dilakukannya aborsi adalah dengan melangsungkan pernikahan. Pada masyarakat saat ini, hal ini lebih dikenal dengan istilah *married by accident*. *Married by accident* adalah suatu istilah yang merujuk kepada terjadinya kehamilan di luar pernikahan atau hamil karena kecelakaan pada pasangan laki-laki dan perempuan (Mubasyaroh, 2016). Istilah “kecelakaan” yang dimaksud pada pengertian tersebut menurut Irfan (dalam Hasbi, 2013) dijelaskan sebagai suatu kehamilan yang tidak diinginkan. Sedangkan menurut Imawanto dkk. (2018) *married by accident* dapat dijelaskan kata demi kata, yakni *married*, *by*, serta *accident*. *Married* artinya “perkawinan” atau “pernikahan”. *By*, artinya “karena” atau “dengan”. *Accident*, dapat diartikan sebagai “sebuah kejadian yang mengejutkan” atau diartikan juga sebagai “kecelakaan”. Oleh karena itulah, *married by accident* dapat dijelaskan sebagai terjadinya pernikahan karena adanya kehamilan yang telanjur terjadi dan tidak direncanakan oleh pasangan yang melakukan hubungan seksual.

Perkawinan karena kehamilan di luar nikah (*married by accident*) masih menimbulkan berbagai masalah walaupun dianggap sebagai suatu upaya penyelesaian masalah dan menutup aib bagi keluarga kedua pasangan. Hasil studi

Lujeng dkk. (2016) menunjukkan bahwa perkawinan karena kehamilan di luar nikah dapat menjadi salah satu faktor dari terjadinya kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Temuan serupa juga dilaporkan dalam penelitian Suratmi dan Agustina (2019) mengenai pernikahan dini yang dilakukan karena terjadinya kehamilan pranikah dan risiko terjadinya kekerasan dalam rumah tangga.

Pernikahan karena kehamilan pranikah juga memberikan dampak pada pengasuhan yang dilakukan pada anak hasil kehamilan pranikah. Surawan (dalam Ikhsan, 2023) menyatakan bahwa orang tua memegang tanggung jawab yang besar untuk memastikan anaknya dapat bertahan di masa depannya melalui pengembangan karakter anak, edukasi anak, serta memastikan keberlangsungan hidup anaknya hingga di masa depan. Lebih lanjut, menurut Ikhsan (2023) pada kasus *married by accident* adanya peran baru yang harus dipenuhi sebagai orang tua dapat membuat mereka sulit untuk menyesuaikan diri dengan peran tersebut karena harus dipenuhi secara tiba-tiba. Kesulitan itu muncul sebagai akibat dari adanya kebingungan untuk menentukan pola pengasuhan seperti apa yang harus mereka terapkan pada anak mereka. Temuan serupa juga dinyatakan oleh Finer dan Zolna (2016) yang menyatakan bahwa hubungan antara ibu dan anak yang dilahirkan dari kehamilan yang tidak diinginkan cenderung sulit untuk dekat dan menimbulkan rasa aman. Sebuah studi yang dilakukan oleh Gipson dkk. (2008) menunjukkan bahwa anak yang lahir dari kehamilan yang tidak diinginkan cenderung tidak mendapatkan kesempatan menyusui secara langsung dengan ibunya. Padahal, telah banyak penelitian yang menunjukkan bahwa pemberian ASI

secara langsung kepada bayi dari ibunya dapat mendekatkan hubungan anak dan ibu, misalnya pada penelitian Calin dkk. (2021).

Terwujudnya keharmonisan dan kebahagiaan keluarga yang jauh dari kekerasan dan kesulitan tentunya merupakan keinginan dari tiap pasangan yang menikah. Salah satu hal yang berperan dalam pembentukan keluarga yang harmonis adalah faktor kesejahteraan psikologis sang ibu (Iganingrat & Eva, 2021). Kesejahteraan psikologis sendiri dapat dijelaskan sebagai pencapaian dari potensi psikologis atau kondisi individu ketika mereka telah mampu untuk menerima kekurangan dan kekuatan diri, dapat memiliki tujuan hidup, dapat mengembangkan relasi yang baik dengan orang lain, dapat mandiri, mampu mengelola lingkungan sekitarnya, serta bertumbuh menjadi pribadi yang positif (Ryff & Keyes, 1995). Kesejahteraan psikologis telah terbukti berhubungan secara positif dengan dukungan suami (Yosita dkk., 2022). Hal tersebut serupa dengan temuan dari penelitian Arfianto dkk. (2020) yang mengatakan bahwa dukungan sosial sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan ibu, terutama dukungan dari suaminya. Kehadiran suami dapat memberikan dampak yang baik bagi ibu, tetapi sayangnya tidak semua keluarga memiliki orang tua (ayah dan ibu) yang lengkap. Salah satu dari penyebab ketidaklengkapan orang tua dalam keluarga adalah karena terjadinya perceraian.

Perceraian atau perpisahan antara pasangan yang telah menikah adalah hal yang dapat sewaktu-waktu terjadi. Menurut Hurlock (dalam Maghfiroh, 2023) perceraian tidaklah mudah untuk dilalui oleh individu karena memiliki efek yang menyebabkan timbulnya perasaan trauma. Berdasarkan data dari Badan Pusat

Statistik Indonesia (2024), angka perceraian sempat mengalami fluktuasi dari tahun 2020 hingga 2023. Angka perceraian yang awalnya berada pada 291.677 kasus di tahun 2020 menjadi memuncak di tahun 2022, yakni mencapai 448.126 kasus. Pada tahun 2023 angka perceraian sempat mengalami penurunan menjadi 408.347. Akan tetapi, angka tersebut tetap menunjukkan bahwa perceraian masih menjadi salah satu hal yang mengancam kesejahteraan keluarga di Indonesia.

Faktor penyebab perceraian dapat beragam, misalnya karena adanya permasalahan ekonomi, adanya perbedaan usia, keinginan untuk memperoleh anak, serta terjadinya perbedaan prinsip antar pasangan (Sari dkk., 2015). Selain penyebab tersebut, perceraian juga dapat terjadi sebagai akibat dari pernikahan yang dilakukan karena kehamilan pranikah (*married by accident*). Dilansir dari situs berita *online* TribunJakarta.com (2019), pasangan yang menikah karena kehamilan pranikah (*married by accident*) menyumbang sebanyak 30% perceraian di daerah Jawa Barat dari sebanyak 4.884 pasangan yang bercerai di tahun 2018 hingga bulan Maret 2019. Perceraian dapat terjadi pada pasangan yang *married by accident* sebagai dampak dari permasalahan seperti kekerasan dalam rumah tangga dan kesulitan finansial. Hal ini didukung oleh penelitian dari Guterman (2015) yang menyatakan bahwa kekerasan dalam rumah tangga dapat terjadi sebagai akibat dari munculnya perilaku agresi fisik dari sosok ayah pada keluarga yang terbentuk karena kehamilan tidak diinginkan.

Selain itu, ketidaksiapan finansial juga dapat menjadi penyebab tidak langsung perceraian pada pasangan yang *married by accident* (Marsiah, 2020). Keluarga yang telah berencana untuk menikah akan mempersiapkan segala

sesuatunya, termasuk dari segi kondisi finansialnya. Pada kasus *married by accident*, kesiapan kondisi finansial menjadi sesuatu yang sulit untuk dipenuhi (De-La Rochebrochard & Joshi, 2013). Ketidaksiapan dari segi kondisi finansial itu dapat menimbulkan kesulitan ketika telah berkeluarga, ditambah dengan adanya kehadiran sang anak. Hal ini dapat terjadi ketika adanya kebutuhan yang harus dipenuhi berbanding terbalik dengan jumlah pendapatan. Dampak dari kesulitan finansial ini adalah rendahnya kesejahteraan keluarga (Nuevo-Chiquero dalam UNFPA, 2022). Adanya tuntutan pada seorang ayah sebagai pencari nafkah untuk memenuhi kondisi finansial yang stabil dapat memberikan tekanan pada kondisi psikologisnya (Megan dkk., 2018). Tekanan akan tanggung jawab dalam hal kondisi finansial yang terjadi secara tiba-tiba ini dapat membuat sosok ayah meninggalkan tugasnya sebagai seorang pencari nafkah dan menelantarkan keluarga begitu saja hingga berujung pada perceraian atau perpisahan dengan pasangannya. Keputusan untuk bercerai atau berpisah pada pasangan yang menikah karena adanya kehamilan pranikah dapat disebabkan karena faktor-faktor tersebut, yakni kekerasan dalam rumah tangga serta adanya kondisi finansial yang belum stabil.

Pasangan yang memutuskan untuk bercerai atau berpisah dapat membuat mereka menjadi seorang orang tua tunggal (*single parent*). Sebutan untuk orang tua tunggal (*single parent*) dapat dibedakan menjadi dua, yakni ibu tunggal (*single mother*) dan ayah tunggal (*single father*). Data yang dihimpun oleh Badan Pusat Statistik (BPS) Indonesia pada tahun 2022 menunjukkan bahwa kepala rumah tangga berjenis kelamin perempuan berada pada angka 12.72% dari total jumlah

seluruh keluarga yang ada di Indonesia. Angka ini sempat mengalami tren peningkatan selama tahun 2012-2020 walaupun pada dua tahun terakhir angkanya telah menurun sebanyak 1.66% jika dibandingkan dengan tahun 2021 yang berada pada 14.38%. Pada tahun 2023, angka ini kembali mengalami kenaikan menjadi 12.73%. Jumlah statistik tersebut tentunya menandakan bahwa masih terdapat kepala rumah tangga wanita yang harus menjalankan dua peran di keluarganya.

Seorang ibu yang menjadi ibu tunggal memiliki dua peran (peran ganda), yakni sebagai pemimpin keluarga serta menjadi seorang pengasuh bagi anak-anaknya (Yosita dkk., 2022). Kondisi ini tentunya bukanlah kondisi yang mudah untuk dilakukan. Hasil studi Thania dkk. (2021) menyatakan bahwa seorang ibu tunggal dapat mengalami stres karena terjadinya konflik antara peran ganda yang ia alami. Kondisi ini juga akan semakin diperparah apabila ibu belum siap untuk mengemban peran yang harus ia lakukan. Apabila seorang ibu tidak memiliki pengelolaan emosi, relasi interpersonal, serta pengambilan keputusan yang baik, maka hal ini dapat berpengaruh kepada penurunan tingkat kesejahteraan psikologisnya (Iganingrat & Eva, 2020). Selain itu, keterpaksaan selama mengasuh dapat muncul pada ibu tunggal ketika anak dianggap menyulitkan perannya sebagai seorang pekerja. Misalnya pada penelitian Kusumastuti (2020) yang mengatakan bahwa seorang ibu tunggal terkadang terpaksa mengasuh anaknya dengan memberikan perlakuan yang keras akibat rasa frustrasi dalam menjalani peran tersebut.

Tidak hanya harus memikirkan kondisi psikologisnya sendiri, seorang *single mother* juga harus dapat mendidik serta membesarkan anaknya sendirian. Ibu

yang mengasuh anaknya sendirian harus menghadapi kebingungan sang anak atas adanya perubahan dalam keluarga. Perubahan dalam keluarga yang dimaksud adalah ketidakhadiran ayah dalam keluarganya. Hal ini seringkali menjadi kesulitan tersendiri bagi *single mother* untuk memberikan waktu bagi anak serta mengasuh anak dengan baik agar tumbuh kembang anak menjadi optimal (Baxter, 2015).

Selain itu, kesulitan ibu tunggal juga dapat datang dari adanya kebutuhan untuk tetap mencukupi kondisi finansial keluarga. Setelah ditinggalkan oleh pasangannya, ibu tunggal harus memikirkan cara agar kebutuhan hidup tetap dapat terpenuhi. Pada keluarga Indonesia sendiri, peran untuk mencari nafkah biasanya akan dilakukan oleh pihak sang suami, sementara urusan rumah tangga diberikan pada istri (Fahmi, 2023). Oleh karena itulah, jika sang suami telah meninggalkan keluarga, maka tanggung jawab untuk memenuhi kondisi finansial juga akan ditanggung oleh sang ibu. Seorang ibu tunggal dapat mencukupi kebutuhan hidup sehari-hari dengan bekerja sambil mengurus rumah tangga. Penelitian yang dilakukan oleh Pearl dkk. (dalam Febrianto, 2023) menemukan bahwa pendapatan yang menurun membuat orang tua tunggal mengembangkan sebuah strategi serta mekanisme bertahan hidup, yakni mengubah perilaku ekonomi keluarga dengan menjadi seorang pencari nafkah pula disamping mengurus anak. Terkadang, kondisi finansial anak juga dapat tetap ditanggung oleh pihak sang suami sebagai bentuk pertanggungjawaban meskipun telah berpisah ataupun ditanggung oleh keluarga seperti pada penelitian Utari dan Razif (2014). Akan tetapi, bagi mereka yang benar-benar ditinggalkan oleh suami, tanggung jawab itu sepenuhnya harus dilakukan oleh ibu tunggal seorang diri. Oleh sebab itulah, walaupun secara umum

tugas untuk menjadi orang tua telah sangat berat, tetapi akan bertambah berat apabila menjadi seorang ibu tunggal (*single mother*). Hal ini tentunya juga membuat keadaan kesejahteraan psikologis ibu tunggal menjadi hal yang penting untuk dicapai agar masa sulit tersebut dapat terlewati dengan baik.

Kesejahteraan psikologis *single mother* yang mengalami *married by accident* menjadi sukar untuk dicapai apabila tidak ada dukungan yang diberikan dari orang-orang di sekeliling mereka. Berdasarkan penelitian Sari dan Desiningrum (2017) dukungan dari lingkungan sekitar dapat membuat seseorang yang mengalami *married by accident* berani untuk melanjutkan kehidupannya. Hal serupa ditemukan pada saat peneliti melakukan wawancara studi pendahuluan pada salah seorang ibu tunggal usia dewasa awal yang mengaku bahwa ia sangat memerlukan *support system* atau bantuan dari orang-orang terdekatnya agar ia tidak merasa sendiri dalam masa-masa sulitnya. Selain itu, ia juga mengatakan bahwa walaupun seseorang telah mencapai usia yang cukup untuk melangsungkan pernikahan, seseorang yang mengalami *married by accident* dapat merasa tidak siap secara mentalnya. Sari dan Desiningrum (2017) juga mengatakan hal yang sama, yakni pasangan yang melakukan pernikahan karena adanya kehamilan pranikah dapat menimbulkan perasaan tidak siap untuk memulai sebuah keluarga.

Menurut pemaparan dari Kepala Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) dilansir dari Kompas.com (2022), batas umur yang sah bagi perempuan untuk melangsungkan pernikahan adalah minimal berusia 21 tahun dan untuk pria minimal berusia 25 tahun. Sedangkan, pada UU No. 16 tahun 2019, usia minimal laki-laki dan perempuan untuk menikah adalah 19 tahun. Pada usia

tersebut, seorang individu telah dapat dikategorikan memasuki masa usia dewasa awal dalam siklus perkembangan hidup manusia menurut Hurlock (2003). Masa dewasa awal umumnya akan dilalui oleh seseorang ketika mereka menginjak usia 18 hingga 40 tahun. Masa dewasa awal adalah periode kehidupan seseorang ketika mereka mengalami penyesuaian terhadap pola kehidupan serta harapan sosial yang baru (Hurlock, 2003). Pada masa ini, seseorang akan memiliki kemampuan kognitif yang lebih matang dibandingkan pada saat remaja sehingga dinilai dapat lebih dewasa secara mentalnya.

Salah satu karakteristik penting pada masa dewasa awal adalah memuncaknya kematangan fisik dan psikologis seseorang (Jannah dkk., 2021). Ini artinya, organ reproduksi seseorang juga akan mencapai masa produktifnya. Mereka yang berada pada masa dewasa awal akan mencoba untuk mencari dan menemukan pasangan hidup hingga memiliki anak. Oleh karena itulah, pada masa ini seseorang dapat melakukan pernikahan. Undang-undang Nomor 1 Tahun 1974 Pasal 1 tentang perkawinan menjelaskan bahwa pernikahan adalah “ikatan lahir batin antara seorang pria dan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa”. Pernikahan menjadi salah satu dari tugas perkembangan dewasa awal, yakni termasuk didalamnya adalah membina keluarga, mengasuh anak, hingga mengelola rumah tangga (Hurlock, 2003). Pernikahan yang ideal memang sejatinya dilakukan dengan tujuan yang jelas. Menurut Undang Undang Dasar 1945 Pasal 28B Ayat 1, tujuan pernikahan dijelaskan sebagai salah satu hal yang dilakukan untuk melanjutkan keturunan, yakni “setiap orang berhak

membentuk keluarga dan melanjutkan keturunan melalui perkawinan yang sah”. Akan tetapi, pada kenyataannya masih terdapat individu usia dewasa awal yang tidak siap untuk menjalankan tugas perkembangannya, yakni untuk menikah dan membangun keluarga. Salah satunya pada individu yang menikah karena adanya kehamilan pranikah (*married by accident*).

Studi pada penelitian terdahulu telah mencoba untuk meneliti mengenai dinamika pernikahan yang terjadi karena kehamilan pranikah. Akan tetapi, fokus penelitiannya banyak meneliti pada subjek dengan usia yang masih remaja (Fauziah dkk., 2022; Kalsum dkk., 2021; Wulandari dkk., 2019). Padahal, berdasarkan data yang telah dipaparkan peneliti di atas, kasus pernikahan karena kehamilan pranikah juga dapat terjadi pada kelompok usia dewasa awal yang seharusnya telah lebih matang dalam berpikir dibandingkan dengan mereka yang berusia remaja. Mereka yang termasuk dalam kategori ibu tunggal dewasa awal yang pernah mengalami *married by accident* dapat menerima perlakuan yang buruk serta mengalami stigma sosial di masyarakat yang kemudian juga berakibat pada terancamnya kondisi kesejahteraan psikologisnya. Adapun tren pernikahan karena kehamilan pranikah dan angka perceraian menunjukkan adanya peningkatan dari tahun ke tahun sehingga penelitian terkait dengan kesejahteraan psikologis pada ibu tunggal dewasa awal yang mengalami *married by accident* perlu dilakukan guna memperkaya hasil penelitian yang telah ada. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan bahan referensi mengenai potensi permasalahan kesejahteraan psikologis yang dialami oleh ibu tunggal dewasa awal yang *married by accident* di masa yang akan datang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dijabarkan, maka rumusan masalah yang ingin diteliti adalah “Bagaimana dinamika kesejahteraan psikologis ibu tunggal dewasa awal yang *married by accident*?”

C. Tujuan Penelitian

Married by accident pada penelitian ini merujuk pada pernikahan yang terjadi karena adanya faktor kehamilan di luar pernikahan yang sah secara hukum, baik itu hukum perkawinan yang berlaku di suatu negara atau hukum agama. Pada konteks penelitian ini, pernikahan dikategorikan sebagai *married by accident* apabila memenuhi beberapa kriteria, yakni terjadi kehamilan yang tidak direncanakan pada pasangan yang kemudian berujung pada pernikahan serta memiliki bukti atau dokumen pernikahan yang sesuai dengan standar hukum atau norma agama di Indonesia.

Ibu tunggal pada penelitian ini didefinisikan sebagai ibu yang membesarkan anaknya tanpa ada sosok suami karena perceraian atau ditinggalkan begitu saja oleh pasangannya tanpa diberikan bantuan, baik itu bantuan yang bersifat material (uang, barang, fasilitas) atau nonmaterial (dukungan psikologis). Selanjutnya, dewasa awal pada penelitian ini dijelaskan sebagai individu yang berusia 19-40 tahun, yang mengalami transisi dari tahap perkembangan remaja ke dewasa awal dengan tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi, seperti mencari dan menemukan pasangan serta menikah.

Sementara itu, kesejahteraan psikologis pada penelitian ini didefinisikan sebagai pengalaman subjektif yang dialami oleh individu dan dieksplorasi melalui beberapa dimensi menurut Ryff & Keyes (1995), yakni penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan perkembangan pribadi.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan memahami lebih dalam dinamika kesejahteraan psikologis dari ibu tunggal dewasa awal yang mengalami pernikahan karena kehamilan pranikah serta faktor-faktor pembentuk kesejahteraan psikologis ibu tunggal dewasa awal yang *married by accident*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Secara teoretis, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah bagi bidang keilmuan dalam dunia psikologi, khususnya ilmu psikologi sosial, psikologi perkembangan, dan psikologi keluarga.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti

Penelitian ini memberikan wawasan baru bagi peneliti serta menjadi media penerapan pengetahuan psikologis yang telah didapatkan selama perkuliahan ke dalam kasus yang nyata.

b. Bagi subjek penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sebuah refleksi bagi subjek akan pengalaman yang telah dilalui sebagai seorang ibu tunggal yang mengalami *married by accident*.

c. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi serta menjadi referensi bagi peneliti lain yang juga memiliki ketertarikan untuk melakukan studi lanjutan dengan topik yang serupa.

d. Bagi masyarakat umum

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan memberikan informasi kepada masyarakat luas mengenai bagaimana dinamika kesejahteraan psikologis yang terjadi pada seorang ibu tunggal dewasa awal yang *married by accident*.