

PENGALAMAN *PARENTING* PADA *SINGLE MOTHER* YANG BEKERJA DAN BERCERAI AKIBAT PERSELINGKUHAN : ANALISIS FENOMENOLOGIS INTERPRETATIF

Ni Kadek Meilya Ditasari¹, Yohanis Franz La Kahija¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah, 50275

kadek.meilyaaa27@gmail.com

ABSTRAK

Fenomena perceraian akibat perselingkuhan kerap menimbulkan dampak psikososial yang kompleks, khususnya bagi perempuan yang berperan sebagai ibu tunggal sekaligus pencari nafkah. Penelitian ini menaruh perhatian pada pengalaman *parenting* pada *single mother* yang bekerja dan bercerai akibat perselingkuhan, suatu kondisi yang memunculkan berbagai tantangan dalam menjalankan pengasuhan anak. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman *parenting* pada *single mother* yang bekerja dan bercerai akibat perselingkuhan. Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari tiga ibu tunggal akibat perceraian dan bekerja yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dan proses analisis menggunakan pendekatan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Hasil analisis menemukan tiga tema induk: (1) Perjalanan internal Ibu tunggal dengan menjaga stabilitas pengasuhan dan diri, (2) Penguatan lewat dukungan sosial, (3) Pengasuhan sebagai ekspresi nilai dan makna dalam kehidupan ibu tunggal. Temuan menunjukkan bahwa menghadapi tantangan yang kompleks dalam menjalankan pengasuhan, para partisipan mampu menyeimbangkan peran ganda, menyesuaikan pola asuh, serta mendapatkan kekuatan dari lingkungan sosial. Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami dinamika pengasuhan ibu tunggal pasca perceraian akibat perselingkuhan, serta dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam konteks psikologi keluarga.

Kata kunci : *single mother*; *parenting*; perceraian; pola asuh; dukungan sosial

THE EXPERIENCE OF PARENTING ON SINGLE MOTHERS WHO WORK AND DIVORCE DUE TO INFIDELITY: AN INTERPRETATIVE PHENOMENOLOGY ANALYSIS

Ni Kadek Meilya Ditasari¹, Yohanis Franz La Kahija¹

¹The Faculty of Psychology Diponegoro University
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Central Java, 50275

kadek.meilyaaa27@gmail.com

ABSTRACT

The phenomenology of divorce due to infidelity often causes complex psychosocial effects, especially for a woman as a single mother and a breadwinner. This research pays attention to the experience of parenting on single mothers who work and divorce due to infidelity; a condition which raises various challenges in implementing children parenting. This research aims to understand the experience of parenting on single mothers who work and divorce due to infidelity. The participants in this research consisted of three single mothers which were chosen using purposive sampling technique. The data collecting was done by using a semi-structured thorough interview. The analysis process was done by using The Interpretative Phenomenology Analysis (IPA). The result of the analysis finds three main themes: (1) The internal journey of single mothers by maintaining the stability of parenting and themselves, (2) The strengthening through social support, (3) Parenting as meaning and value expressions in single mothers' life. Finding shows that in encountering the complex challenges in implementing the parenting, the participants are able to balance the double role, adjust the parenting pattern, and get power from the social environment. This study gives a significant contribution in understanding the parenting dynamics of single mothers after divorce due to infidelity, and becomes a reference for the future researchers in the context of family psychology.

Keywords: single mother ; parenting ; divorce ; parenting pattern ; social support

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pengasuhan merupakan proses penting dalam perkembangan psikologis, sosial, dan emosional anak (Kuppens & Ceulemans, 2019; Darling & Steinberg, 1993). Pada perkembangan psikologis, orang tua membentuk kepercayaan diri anak, seiring dengan perkembangan kemampuan anak. Pada perkembangan sosial, orang tua mengembangkan kemampuan anak dalam berinteraksi dengan orang lain sesuai dengan norma yang berlaku. Pada perkembangan emosional, orang tua memberikan validasi atas emosi anak sekaligus mengembangkan empati pada diri anak. Dalam hal ini, orang tua memegang peran sentral dalam pengasuhan sebagai lingkungan pertama dan paling penting bagi tumbuh kembang anak (Herviana, 2019). Peran tersebut digunakan untuk menyiapkan masa depan anak dan membentuk karakter anak, sehingga anak akan lebih siap dalam menghadapi tantangan kehidupan.

Peran sentral tersebut seharusnya dimiliki oleh ayah dan ibu sebagai pemilik wewenang di dalam pengasuhan anak. Akan tetapi, di dalam masyarakat Indonesia, terutama dalam kebudayaan Jawa, peran pengasuhan anak untuk hampir semua aspek kehidupan anak dimiliki dan dibebankan kepada ibu (Hanifatun dkk, 2022). Perempuan sering kali dilihat sebagai figur utama yang paling dekat secara emosional dengan anak, sehingga memiliki tanggung jawab dominan dalam

pengasuhan (Soge dkk., 2016). Dalam konteks ini, ibu tidak hanya berperan sebagai pengasuh, tetapi juga sebagai pengarah nilai dan pelindung moral anak-anaknya sejak dini (Amoakoa, 2024). Seorang ibu dituntut membentuk karakter anak yang positif, baik menggunakan ilmu parenting atau tidak.

Meskipun demikian, dinamika tersebut menjadi lebih kompleks ketika pengasuhan dijalankan di dalam sebuah keluarga yang tidak utuh (Monostor, 2023). Seorang ibu berada di dalam situasi sebagai orang tua tunggal. Dalam situasi ini, ibu dituntut untuk mengelola pekerjaan dan rumah tangga secara bersamaan, dimana hal tersebut dapat memunculkan stres psikologis, kelelahan emosional, bahkan kesepian sosial (Greenhaus & Beutell, 1985, dalam Suryani & Zakwan, 2024). Kondisi ini menempatkan ibu tunggal pada kerentanan psikososial yang tinggi dan berdampak langsung pada praktik pengasuhan. Hal tersebut sejalan dengan studi kuantitatif (Sartor dkk., 2023) bahwa ibu tunggal mengalami tingkat stres psikologi yang tinggi sebagai akibat dari beban ekonomi, rendahnya dukungan sosial, dan tanggung jawab terhadap perilaku anak. Dengan kerentanan yang sedemikian rupa, seorang ibu tunggal membutuhkan dukungan agar kerentanan tersebut tidak berdampak pada keluarganya.

Dukungan terhadap ibu tunggal tidak terlepas dari fenomena meningkatnya jumlah ibu tunggal di Indonesia semenjak tahun 2020 (Fajri & Indrawati, 2024). Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS, 2024), presentase rumah tangga beranggotakan 2-3 orang yang dipimpin oleh perempuan mencapai 48,34%. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2023 sebesar 46,61% dan tahun 2022 sebesar 48,72%. Sebagai bentuk respon terhadap tingginya persentase ibu

tunggal di Indonesia, beberapa komunitas telah didirikan, antara lain *Single Moms Indonesia* (SMI) yang berfokus pada penguatan resiliensi dan pemberdayaan ibu tunggal melalui dukungan sosial dan pelatihan (Tri Darmaningrum, 2023). Sementara itu, yayasan pulih berperan dalam membantu pemulihan trauma psikososial perempuan, termasuk ibu tunggal korban kekerasan, melalui layanan konseling dan psikoterapi (Fadilah, 2018). Komunitas-komunitas tersebut mendukung para ibu tunggal dengan cara memberdayakan anggotanya, membantu memulihkan trauma, dan memberi dukungan moral terhadap ibu tunggal. Dukungan moral diberikan kepada para orang tua tunggal untuk menghapus stigma yang menyatakan bahwa anak nakal berasal dari keluarga yang tidak utuh. Stigma tersebut berkembang di masyarakat, dimana keluarga yang bercerai akan berdampak pada pendidikan anak yang tidak terurus dan karakter anak yang tidak terkontrol.

Dukungan moral diberikan untuk mendukung ibu tunggal dalam menghadapi tantangan multidimensional dalam menjalankan peran pengasuhan. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa beban emosional, tuntutan ekonomi, serta keterbatasan dukungan sosial menjadi tekanan tersendiri. Ibu tunggal mengalami tingkat stres psikologis yang signifikan karena beban ekonomi, kurangnya dukungan sosial, dan kendala perilaku anak, temuan ini dipertegas melalui penelitian (Sartor dkk., 2023). Sementara itu, penelitian lainnya menurut Affandy (2023) memperkuat hal ini, bahwa tekanan finansial mendorong berbagi strategi koping seperti mencari pendapatan tambahan dan mengandalkan dukungan sosial. Yulfa dkk., (2022) menegaskan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam

meredam dampak tekanan ekonomi terhadap kesejahteraan mental ibu tunggal. Temuan ini menegaskan urgensi penyediaan intervensi terpadu pada ekonomi, sosial, dan psikologis untuk membantu ibu tunggal, terutama dalam menghadapi tekanan yang dialami setelah perceraian.

Intervensi atas trauma akibat perceraian terutama dibutuhkan ketika perceraian disebabkan oleh perselingkuhan. Jonathan & Herdiana (2020) menemukan bahwa ibu tunggal yang mengalami perceraian akibat perselingkuhan menunjukkan gejala stres berat, seperti tekanan darah tinggi, gangguan tidur, pola makan berubah, mudah marah, serta isolasi sosial. Muniroh & Hasanah (2020) menegaskan bahwa perselingkuhan menghasilkan luka emosional, trauma, dan menambah kompleksitas peran, ibu kini bertindak sebagai kepala keluarga sekaligus pendidik dan pelindung emosional anak. *Family System Theory* (Minuchin, 1974) menekankan bahwa keluarga merupakan suatu sistem yang utuh, di mana perubahan dalam salah satu bagian, misalnya kepergian ayah karena perselingkuhan akan memengaruhi keseimbangan seluruh sistem. Dalam konteks ini, ibu tidak hanya harus menyesuaikan diri secara struktural (menjadi kepala keluarga), tetapi juga secara emosional dan sosial dalam menghadapi stigma maupun beban tanggung jawab tunggal terhadap anak. Anak pun menjadi trauma dan *trust issue* terhadap orang dekat, terlebih apabila anak tersebut berada pada usia remaja (Indah Roziah & Siti, 2022).

Kondisi tersebut menuntut ibu tunggal untuk tetap memberikan perhatian dan kasih sayang yang cukup terhadap anak, meskipun berada dalam keterbatasan waktu, energi, dan sumber daya (Putra, 2020). Seorang ibu tunggal harus beradaptasi dengan perubahan status, peran, dan struktur keluarga. Adaptasi tersebut menjadi sangat krusial karena keberhasilan adaptasi akan berpengaruh terhadap pola pengasuhan yang akan diterapkan pasca terjadi perceraian. Belsky (1984, sebagaimana dikutip dalam Taraban & Shaw, 2018) menyatakan bahwa dalam model proses pengasuhannya diantaranya faktor stres orang tua, dukungan sosial, dan kondisi psikologis sangat berpengaruh terhadap kualitas pengasuhan. Ketika ibu mengalami tekanan pasca perceraian yang traumatis, seperti akibat perselingkuhan, ia berpotensi mengembangkan gaya pengasuhan yang lebih protektif, otoriter, atau bahkan permisif tergantung pada kapasitas adaptifnya (Zhai Y dkk., 2015). Sebagaimana disampaikan oleh Rahmatilah dkk. (2024) bahwa ibu tunggal akibat cerai hidup yang biasanya melibatkan perselingkuhan cenderung menghadapi stigma sosial dan tekanan emosional lebih berat dibandingkan ibu tunggal yang ditinggalkan karena kematian, sehingga pengasuhan dan strategi kopingnya berbeda.

Sebuah studi oleh Fatimah & Ismail (2023) menyatakan bahwa ibu tunggal yang bekerja cenderung mengalami *parenting stress* yang tinggi karena kesulitan dalam menyeimbangkan peran kerja dan keluarga, terutama bila tidak ada dukungan sosial yang memadai. Dari perspektif psikologi, beban ganda yang dialami ibu tunggal meningkatkan risiko stres, kelelahan emosional hingga burnout. Sementara itu, anak yang diasuh dalam kondisi penuh tekanan berpotensi

mengalami hambatan perkembangan psikososial. Studi oleh Lestari, Hidayati, & Hidayat (2024) menyebutkan bahwa tekanan psikologis pada ibu tunggal akibat peran ganda berdampak signifikan pada respons emosional mereka terhadap anak. Ximenes Dos Reis dkk. (2021) dalam tinjauan sistematiknya menyimpulkan bahwa ibu tunggal sering mengalami tekanan simultan dari hilangnya pasangan, beban ekonomi, dan stigma sosial, yang memaksa mereka menggunakan kombinasi *coping* berbasis masalah dan emosi.

Hapsari & Urbayatun (2022) yang mengidentifikasi bahwa koping efektif, baik *problem-focused* maupun *emotion-focused*, sangat bergantung pada dukungan sosial. Di Indonesia, tekanan terhadap ibu tunggal tidak hanya berasal dari tuntutan internal, tetapi juga tekanan eksternal berupa stigma sosial dan minimnya dukungan sistemik. Banyak ibu tunggal yang harus menghadapi stereotip negatif masyarakat, keterbatasan akses terhadap layanan psikologis, serta tanggung jawab ekonomi yang besar. Ibu tunggal memerlukan dukungan dari komunitas yang dapat memberikan ruang berbagi, konseling, serta pelatihan guna meningkatkan kapasitas pengasuhan (Pramesti, 2023). Menurut Badan Pusat Statistik (BPS, 2022), terdapat sekitar 7.9 juta ibu tunggal di Indonesia, dimana hal ini menunjukkan skala signifikan dari fenomena pengasuhan ibu tunggal.

Sebagaimana telah disebutkan sebelumnya tentang peran ganda ibu tunggal, seorang *single mother* tidak hanya bertanggung jawab terhadap kebutuhan emosional dan fisik anak, tetapi juga harus berperan sebagai pencari nafkah utama dalam keluarga (Loupatty & Kusumiati, 2024). Menurut PEKKA, perempuan kepala keluarga adalah perempuan yang menjalankan fungsi utama dalam keluarga,

baik dalam hal mencari nafkah, mengelola rumah tangga, menjaga keberlangsungan keluarga, maupun membuat keputusan penting dalam kehidupan keluarga (Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga [PEKKA], 2025). Seorang ibu tunggal yang mempunyai peran ganda harus menyeimbangkan pekerjaan dan peran sebagai pengasuh, serta menjaga stabilitas psikologis (Dewi, 2024). Hal tersebut harus ditelaah lebih mendalam untuk mengetahui sudut pandang seorang ibu tunggal dalam praktek pengasuhan anak dan strategi *coping* yang dijalani.

Pengasuhan yang dijalani oleh ibu tunggal, khususnya yang bekerja dan mengalami perceraian akibat perselingkuhan, memiliki dinamika yang kompleks dan belum banyak diteliti secara mendalam. Perspektif subjektif mengenai bagaimana mereka memaknai peran menjadi seorang ibu, merespons luka emosional, serta mengembangkan strategi pengasuhan dan koping masih jarang diangkat dalam studi-studi sebelumnya. Penelitian ini mencoba menangkap kedalaman pengalaman tersebut melalui pendekatan kualitatif yang memungkinkan suara partisipan yaitu ibu tunggal dipahami secara utuh dan kontekstual.

Pendekatan yang digunakan di dalam penelitian ini adalah *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Pendekatan ini menitikberatkan pada pengalaman seseorang untuk memahami gambaran peristiwa atau fenomena yang muncul dari pengalaman tersebut (La Kahija, 2017). Metode ini memungkinkan peneliti untuk menginterpretasikan makna dari pengalaman partisipan yakni memahami kompleksitas situasi yang dialami oleh *single mother*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada bagian latar belakang, ditemukan suatu rumusan masalah yaitu “Bagaimana pengalaman *parenting* pada *single mother* yang bekerja dan bercerai akibat perselingkuhan?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman *parenting* pada *single mother* yang bekerja dan bercerai akibat perselingkuhan. Penelitian ini memberikan pemahaman yang dapat diterapkan secara langsung guna membantu *single mother* yang bekerja dalam menjalani perannya dalam kondisi perceraian akibat perselingkuhan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Secara teoretis, penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi ilmu pengetahuan di cabang ilmu psikologi, khususnya Psikologi Keluarga, sekaligus memberikan sudut pandang baru mengenai fenomena pengalaman *parenting* pada *single mother* yang bekerja dan bercerai akibat perselingkuhan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi partisipan

Penelitian ini mampu menjadi sarana berbagi pengalaman dan refleksi diri bagi para partisipan dalam mengkaji kembali pengalaman hidupnya sebagai *single mother* yang bercerai akibat perselingkuhan. Melalui proses ini,

partisipan diharapkan mampu melihat pengalaman tersebut dari sudut pandang yang lebih positif serta memaknainya sebagai bentuk pembelajaran, khususnya dalam menjalani peran sebagai orang tua tunggal dan memberi inspirasi bagi lingkungan sekitarnya.

b. Bagi keluarga

Penelitian ini bermanfaat bagi keluarga untuk memahami tantangan dan strategi *parenting* yang dijalani oleh *single mother* yang bekerja dan bercerai akibat perselingkuhan. Temuan penelitian ini dapat meningkatkan empati, memperkuat dukungan keluarga, serta menjadi bahan refleksi untuk mencegah konflik rumah tangga.

c. Bagi masyarakat

Peneliti berharap penelitian ini bermanfaat bagi pembaca dalam menyampaikan informasi atau pengetahuan tentang pengalaman *parenting* pada *single mother* yang bekerja.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan atau referensi dalam penelitian selanjutnya mengenai pengalaman *parenting* pada *single mother* yang bekerja.