

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keluarga adalah unit terkecil di masyarakat yang berperan penting dalam membentuk generasi penerus bangsa yang berkualitas. Menurut Puspitasari dan Haksama (2020), keluarga terbagi menjadi dua, yaitu keluarga inti (*nuclear family*) dan keluarga besar (*extended family*). Keluarga inti (*nuclear family*) terdiri dari ayah, ibu, dan anak-anaknya, sedangkan keluarga keluarga besar (*extended family*) mencakup kakek, nenek, dan kerabat lainnya. Keutuhan keluarga hingga akhir kehidupan menjadi harapan bagi setiap individu. Namun, kenyataannya keutuhan keluarga tidak selalu dapat dipertahankan. Ketidakutuhan suatu keluarga sering disebabkan oleh perpisahan orang tua, baik karena kematian pasangan maupun perceraian (Fajri & Indrawati, 2024). Kondisi yang dialami tersebut membuat pasangan yang ditinggalkan harus mengemban peran sebagai orang tua tunggal.

Orang tua tunggal adalah individu yang menjalani peran ganda sebagai pengasuh dan pencari nafkah bagi anak-anaknya (Mastika, dkk., 2021). Data Badan Statistik Indonesia (2024) menunjukkan peningkatan jumlah kepala rumah tangga perempuan, terutama di provinsi DKI Jakarta dengan persentase tertinggi 58,68% pada keluarga beranggotakan 2-3 orang. Kondisi ini menunjukkan bahwa semakin banyak perempuan yang mengemban tanggung jawab penuh dalam rumah tangga. Hutasoit dan Brahma (2021) menjelaskan bahwa ibu tunggal (*single mother*) merupakan seorang perempuan yang mengambil peran sebagai kepala keluarga dalam rumah tangga setelah pasangannya meninggal dunia, pergi tanpa alasan, dan bercerai. Seorang ibu yang juga bertanggung jawab sebagai kepala keluarga, membuat dirinya memiliki peran ganda.

Peran ganda merupakan kondisi ketika seorang ibu harus berperan sebagai pengasuh anak dan pencari nafkah untuk menggantikan ketidakhadiran ayah dalam keluarga (Larenggam, dkk., 2021). Adanya peran ganda yang diemban oleh ibu tunggal akan berpengaruh terhadap kondisi psikologisnya. Hasil penelitian Liang, Berger, dan Brand (2019) menunjukkan bahwa ibu tunggal lebih rentan terhadap gangguan kesehatan mental dibandingkan dengan ibu yang memiliki pasangan, terutama saat menghadapi kesulitan finansial, sosial, atau distal. Beberapa penelitian lainnya menyebutkan bahwa ibu tunggal cenderung mengalami kerentanan psikologis yang lebih tinggi seperti gejala kecemasan dan depresi (Taylor, et al., 2022). Menurut Afdal, dkk. (2022), tekanan psikologis yang dirasakan oleh ibu tunggal juga disebabkan oleh adanya masalah ekonomi, stigma negatif masyarakat, dan beban tanggung jawab dalam menjalankan perannya sebagai ibu tunggal.

Beban tanggung jawab sebagai ibu tunggal akan semakin berat ketika disertai dengan adanya tuntutan pekerjaan, salah satunya sebagai guru. Guru sebagai tenaga pendidik bertanggung jawab dalam memberikan pengajaran, membimbing, mengembangkan keterampilan, mengarahkan, dan menilai para siswa di sekolah (Sulistiani & Nugraheni, 2023). Seiring dengan perubahan zaman, guru dituntut untuk dapat beradaptasi dengan perkembangan teknologi agar kualitas pembelajaran dapat meningkat dan membangun karakter siswa berdaya saing tinggi (Ningrum & Suryani, 2022). Pernyataan tersebut juga didukung oleh Yasin, dkk (2024) yang menyatakan bahwa peran guru tidak hanya terbatas sebagai pengajar di dalam kelas, tetapi juga sebagai agen perubahan yang memberikan andilnya dalam membangun karakter siswa dan budaya yang positif, baik di sekolah maupun di luar sekolah. Hal tersebut menunjukkan bahwa peran guru sangat penting dalam sistem pendidikan.

Data Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah (2025) menunjukkan terdapat 1.515.103 guru Sekolah Dasar di Indonesia, dengan 36.907 diantaranya bertugas di provinsi DKI Jakarta, jumlah ini lebih banyak dibandingkan guru yang mengajar di Sekolah Menengah. Namun, jumlah guru Sekolah Dasar di Jakarta masih belum sepadan dengan banyaknya peserta didik yang diajar. Merujuk pada data Pendidikan

Dasar dan Menengah (Dikdasmen), tercatat 480.172 peserta didik jenjang Sekolah Dasar di Jakarta. Adanya ketimpangan jumlah guru dan peserta didik tersebut dapat memberikan beban tambahan bagi guru yang berperan sebagai ibu tunggal, terlebih di tengah keragaman sosial di kota metropolitan.

Guru Sekolah Dasar umumnya memiliki beban yang lebih besar dibandingkan dengan guru jenjang lain, karena guru Sekolah Dasar mengajar seluruh mata pelajaran sebagai wali kelas dari pagi hingga sore hari di sekolah (Zakira & Astuti, 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Ayuningtyas (2013) dalam Akbar dan Prataswi (2017) juga menyebutkan bahwa guru Sekolah Dasar cenderung lebih banyak memiliki tugas dalam mengajar. Jatmika dan Utomo (2019) menambahkan guru Sekolah Dasar khususnya di sekolah negeri menghadapi beban kerja yang tinggi, karena selain mengajar sebagai wali kelas, guru juga harus memenuhi minimal jam kerja 24 jam per minggu, mengelola kegiatan ekstrakurikuler, serta mengerjakan tugas administratif seperti pengelolaan dan pelaporan dana BOS (Bantuan Operasional Sekolah), BOP (Biaya Operasional Pendidikan), dan RKAS (Rencana Kerja Anggaran Sekolah). Kondisi ini tentunya semakin berat bagi guru yang juga menjalani peran sebagai ibu tunggal.

Ibu tunggal yang berprofesi sebagai guru Sekolah Dasar tentunya menghadapi beban ganda, yaitu sebagai pendidik dan pengasuh anak. Ibu tunggal yang berprofesi sebagai guru Sekolah Dasar dituntut untuk dapat membagi waktunya dengan baik antara membimbing siswa di sekolah serta bertanggung jawab dalam pengasuhan dan pemenuhan kebutuhan anaknya secara fisik, emosional, dan finansial (Noviandari & Rini, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Hartati (2024) mengungkapkan bahwa kompleksitas tantangan yang dijalani oleh ibu tunggal bekerja tentu berpengaruh terhadap kondisi *psychological well-being* dirinya. Jumlah anak yang diasuh oleh ibu tunggal juga menjadi berpengaruh terhadap tingkat *psychological well-being* ibu tunggal yang bekerja.

Pada budaya Indonesia, masyarakat meyakini bahwa anak adalah rejeki dan tidak memiliki anak merupakan ujian bagi pasangan suami istri (Tania, dkk., 2023). Menurut Haryono (2011) dalam Sihite, dkk (2024), keputusan untuk

memiliki anak sangat dipengaruhi oleh nilai budaya dan harapan yang dianut oleh para orang tua. Jumlah anak yang banyak diyakini dapat mencapai kehidupan yang lebih baik dan sejahtera. Namun, kondisi ini bisa menjadi tantang tersendiri bagi ibu tunggal yang harus menjalani peran ganda tanpa kehadiran pasangan. Temuan penelitian oleh Retnaningsih dan Dini (2016) menambahkan bahwa jumlah anak yang banyak akan berpengaruh terhadap kemampuan orang tua merawat dan memberikan kasih sayang kepada anak. Keldenich (2022) menambahkan bahwa tingkat *psychological well-being* ibu yang hanya memiliki satu anak cenderung lebih tinggi dibandingkan ibu yang memiliki anak lebih dari satu.

Menurut Ryff (1989) *psychological well-being* adalah kondisi individu dalam menerima dan mengevaluasi dirinya secara positif. Individu dengan tingkat *psychological well-being* tinggi cenderung lebih mudah dalam menerima dan mengontrol dirinya dibandingkan dengan individu yang tingkat *psychological well-being* rendah (Ryff, 2014 dalam Oktaviana, Widiana, & Tentama, 2022). *Psychological well-being* ini sangat berkaitan dengan efektivitas fungsi individu dalam kehidupan sosial, keluarga, dan pekerjaannya. Ryff (1989) mengemukakan terdapat 6 dimensi dalam pengukuran *psychological well-being*, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan diri. Selain itu, kondisi *psychological well-being* individu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia, jenis kelamin, dukungan sosial, status sosial ekonomi, budaya, religiusitas, dan kepribadian.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan kepala sekolah di tiga Sekolah Dasar di Jakarta pada tanggal 2, 8, dan 14 Mei 2025, diketahui bahwa guru yang berstatus ibu tunggal menghadapi tekanan ekonomi yang cukup berat, yakni guru tersebut melakukan peminjaman uang ke bank dengan cicilan selama lima tahun dan pemotongan gaji bulanan, serta melakukan peminjaman uang koperasi sekolah tanpa melalui prosedur resmi. Tekanan ekonomi ini tentu berdampak terhadap kondisi psikologis dan performa guru dalam bekerja. Performa ibu tunggal yang berprofesi sebagai guru Sekolah Dasar tersebut dinilai mengalami kendala, seperti ketidakhadiran di kelas, ketidaktepatan

dalam metode pembelajaran, kurang optimal dalam mengelola kelas, dan pengkondisian siswa. Selain itu, hal tersebut tentunya mempengaruhi penilaian kinerja dirinya dibandingkan dengan guru-guru yang lain.

Menjalani peran sebagai ibu tunggal terutama bagi yang bekerja dan memiliki anak yang masih dalam tanggungan merupakan sebuah tantangan besar. Meskipun telah banyak penelitian yang membahas terkait *psychological well-being* secara umum, studi yang secara khusus membahas ibu tunggal yang berprofesi sebagai guru Sekolah Dasar masih terbatas. Ibu tunggal yang berprofesi sebagai guru Sekolah Dasar memiliki tantangan yang rumit, mereka harus menjalankan peran ganda sebagai pengasuh, pencari nafkah, serta sesekali memenuhi tuntutan profesional dalam dunia pendidikan, termasuk beban administrasi, tanggung jawab sebagai wali kelas, dan tekanan sosial di lingkungan sekolah. Kompleksitas peran dan tanggung jawab tersebut berpengaruh terhadap kondisi *psychological well-being* Ibu tunggal yang berprofesi sebagai guru sekolah Dasar. Penelitian ini penting dilakukan untuk memahami secara mendalam dinamika *psychological well-being* pada ibu tunggal yang berprofesi sebagai guru Sekolah Dasar di wilayah urban seperti DKI Jakarta, mengingat tingginya tekan kerja, biaya hidup yang besar, serta kompleksitas tantangan sosial dan profesional yang dihadapi. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait **Dinamika *Psychological Well-Being* Ibu Tunggal: Studi Kasus Pada Guru Sekolah Dasar di Jakarta.**

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut;

- a. Untuk mengetahui dinamika *psychological well-being* pada ibu tunggal yang berprofesi sebagai guru Sekolah Dasar di Jakarta?
- b. Untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *psychological well-being* pada ibu tunggal yang berprofesi guru Sekolah Dasar di Jakarta?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut;

- a. Untuk mengetahui dinamika *psychological well-being* pada ibu tunggal yang berprofesi sebagai guru Sekolah Dasar di Jakarta.
- b. Untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *psychological well-being* pada ibu tunggal yang berprofesi guru Sekolah Dasar di Jakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dan menambah wawasan pengetahuan di bidang psikologi terutama terkait *psychological well-being* pada guru yang menghadapi peran ganda sebagai pendidik dan ibu tunggal. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya dengan topik yang sama.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman baru bagi peneliti terkait pengaplikasian ilmu psikologi yang telah dipelajari selama di perkuliahan secara langsung.

b. Bagi Guru Sekolah Dasar

Penelitian ini diharapkan dapat membantu guru Sekolah Dasar yang menghadapi peran ganda dalam meningkatkan *psychological well-being*, sehingga para guru dapat menjalankan perannya sebagai pendidik dan ibu tunggal dengan lebih berarti dan penuh makna.

c. Bagi Pihak Sekolah dan Pihak Terkait

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan baru terkait pentingnya *psychological well-being* guru, sehingga pihak sekolah dan pihak-pihak terkait dapat lebih memahami,

memperhatikan, dan memberikan dukungan yang efektif guna meningkatkan *psychological well-being* guru serta kinerja guru dalam bekerja.

