

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perubahan struktur keluarga merupakan salah satu dinamika sosial yang semakin terlihat dalam masyarakat modern, salah satunya ditandai dengan meningkatnya jumlah keluarga dengan orang tua tunggal (*single parent*). Orang tua tunggal merujuk pada kondisi ketika seorang ayah atau ibu menjalankan peran pengasuhan dan tanggung jawab terhadap anak seorang diri setelah berpisah dengan pasangan karena perceraian maupun kematian. Hurlock, (1999) menjelaskan bahwa orang tua tunggal adalah individu yang berstatus duda atau janda yang bertanggung jawab dalam memelihara serta membesarkan anak tanpa kehadiran pasangan, sementara Haryanto (2012) menyatakan bahwa orang tua tunggal menjalankan fungsi pengasuhan dan pembesaran anak secara mandiri tanpa keterlibatan pasangan.

Fenomena ini terlihat secara global seiring perubahan kondisi sosial, ekonomi, dan budaya masyarakat. Data *Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD)* menunjukkan bahwa persentase anak yang tinggal bersama orang tua tunggal mencapai 12,3% di Jepang, 13,5% di Prancis, 14,3% di Austria, 15% di Jerman, 21,5% di Inggris, 23,7% di Selandia Baru, dan 25,8% di Amerika Serikat, serta diproyeksikan terus meningkat pada periode 2025-2030 (Aslantürk & Mavili, 2020; Organisation for Economic Co-operation and Development, 2011).

Fenomena keluarga dengan orang tua tunggal juga semakin terlihat dalam konteks masyarakat Indonesia. Menurut Monnica et al. (2020), jumlah orang tua tunggal di Indonesia mencapai sekitar 18,25% dari total populasi keluarga dengan angka sekitar 1.970.446 individu dan mengalami peningkatan sekitar 0,1% setiap tahunnya. Dari jumlah tersebut, proporsi ibu tunggal tercatat lebih besar yaitu sekitar 14,84%, sedangkan ayah tunggal sekitar 4,05%. Data ini menunjukkan

bahwa jumlah anak yang tumbuh dalam keluarga dengan orang tua tunggal semakin meningkat.

Kondisi keluarga dengan orang tua tunggal tidak hanya memengaruhi struktur keluarga, tetapi juga dapat memberikan dampak psikologis terhadap anak yang tumbuh di dalamnya. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak yang dibesarkan dalam keluarga orang tua tunggal memiliki kerentanan yang lebih tinggi terhadap berbagai permasalahan emosional dan sosial dibandingkan dengan anak yang tinggal bersama kedua orang tuanya. Studi yang dilakukan oleh Richter & Lemola (2017) menemukan bahwa individu yang dibesarkan oleh ibu tunggal sepanjang masa kanak-kanaknya cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup yang sedikit lebih rendah hingga usia dewasa dan lanjut usia dibandingkan individu yang tumbuh bersama kedua orang tua. Remaja yang dibesarkan oleh orang tua tunggal rentan mengalami tingkat depresi dan kecemasan yang lebih parah dibandingkan mereka yang memiliki orang tua lengkap, sebagaimana diungkapkan dalam studi Abedini et al. (2017).

Dampak dari kondisi keluarga dengan orang tua tunggal juga dapat dirasakan ketika individu memasuki masa perkuliahan sebagai mahasiswa. Fase peralihan dari remaja menjadi dewasa yang dialami mahasiswa usia 18-25 tahun diistilahkan sebagai *emerging adulthood* oleh Arnett (2007), yaitu sebuah tahapan yang sarat akan perubahan dan adaptasi terhadap perkembangan. Pada fase ini, mahasiswa mulai menghadapi berbagai tantangan, seperti proses pembentukan identitas diri, peningkatan kemandirian, serta penyesuaian terhadap lingkungan sosial dan akademik di perguruan tinggi. Meskipun dituntut untuk menjadi lebih mandiri, mahasiswa pada fase *emerging adulthood* belum sepenuhnya mencapai kemandirian emosional maupun finansial. Pada periode ini, mereka juga mulai dihadapkan pada berbagai keputusan penting yang berkaitan dengan pendidikan, karier, serta kehidupan di masa depan.

Namun, mahasiswa yang berasal dari keluarga dengan orang tua tunggal sering kali menghadapi berbagai tantangan tambahan yang dapat memengaruhi proses penyesuaian diri mereka, karena mahasiswa masih membutuhkan dukungan keluarga pada fase ini, kondisi orang tua tunggal dapat membuat proses transisi menuju dewasa menjadi lebih menantang dibandingkan mahasiswa yang tumbuh

dalam keluarga utuh. Studi pendahuluan yang dilakukan oleh Anggraini et al. (2022) terhadap 30 mahasiswa dengan orang tua tunggal menunjukkan bahwa 83% responden mengalami perubahan situasi kehidupan yang disertai perubahan emosi setelah kehilangan salah satu orang tua, 46% mengalami keterpurukan, dan 30% mengalami stres, bahkan sebagian lainnya mengalami frustrasi hingga trauma. Selain itu, sekitar 76% responden merasakan tekanan untuk menjadi lebih cepat dewasa, 60% harus memikul tanggung jawab yang melebihi kapasitasnya, serta 56% menghadapi kesulitan finansial. Kondisi tersebut juga berdampak pada kehidupan akademik, di mana sekitar 40% mahasiswa dengan orang tua tunggal mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan hidup maupun kebutuhan akademik selama menjalani perkuliahan (Anggraini et al., 2022). Sejalan dengan itu, Jalal (2025) menyatakan bahwa mahasiswa dengan latar belakang keluarga orang tua tunggal cenderung menghadapi tekanan emosional serta keterbatasan sumber daya yang dapat memengaruhi proses belajar dan kesejahteraan psikologis mereka di perguruan tinggi.

Kesejahteraan psikologis seseorang sangat erat kaitannya dengan konsep *subjective well-being*. Diener (2000) mendefinisikan *subjective well-being* sebagai bentuk evaluasi seseorang terhadap kehidupannya, yang meliputi tingkat kepuasan hidup serta intensitas emosi positif dan negatif. Lebih lanjut, Diener et al. (1999) membaginya ke dalam tiga dimensi utama: kepuasan hidup, kehadiran emosi positif, dan minimnya emosi negatif. Sejalan dengan hal tersebut, Yıldırım & Tanrıverdi (2020) menyatakan bahwa individu dengan *subjective well-being* yang memadai akan lebih sering merasakan emosi positif, jarang mengalami emosi negatif, dan puas dengan kehidupannya. Bagi mahasiswa, konsep ini sangat krusial dalam membantu mereka mengelola tekanan dan tuntutan akademik perkuliahan. Meskipun demikian, temuan Yustia et al. (2021) mengindikasikan bahwa mahasiswa dengan latar belakang orang tua bercerai umumnya memiliki kepuasan hidup yang lebih rendah, di mana mereka kerap kesulitan menerima realitas keluarga dan merasa kurang bahagia.

Resiliensi, menurut Masten (2001), adalah kemampuan adaptasi individu dalam mempertahankan kondisi psikologis yang positif saat dihadapkan pada tekanan. Dengan daya lenting ini, seseorang dapat bangkit dan merespons rintangan

hidup secara lebih adaptif, sehingga kesehatan mentalnya tetap terjaga. Dampak positif dari kemampuan ini dibuktikan oleh Bitsika et al. (2010), yang menemukan bahwa tingginya resiliensi mampu menekan risiko depresi dan secara bersamaan meningkatkan *subjective well-being* seseorang. Oleh karena itu, resiliensi dapat berperan sebagai faktor pelindung (*protective factor*) yang membantu individu mempertahankan kesejahteraan psikologis ketika menghadapi berbagai tantangan kehidupan.

Sejalan dengan hal tersebut, berbagai teori dan penelitian juga menunjukkan bahwa resiliensi memiliki hubungan yang positif dengan *subjective well-being*. Masten (2001) menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk mempertahankan kesehatan mental yang positif ketika menghadapi kesulitan atau stres dalam kehidupan. Ungar (2011) menyatakan bahwa resiliensi dapat tetap berkembang meskipun individu menghadapi berbagai faktor risiko, terutama jika didukung oleh lingkungan sosial seperti keluarga dan teman (Höltge et al., 2021). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa individu dengan resiliensi yang tinggi cenderung memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih baik (Bajaj & Pande, 2016; Dong et al., 2023; Yildirim & Belen, 2019).

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa resiliensi memiliki hubungan positif dengan *subjective well-being*, kajian yang meneliti kedua variabel tersebut pada konteks mahasiswa dengan orang tua tunggal masih terbatas. Beberapa penelitian sebelumnya lebih banyak menyoroti faktor lain yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis pada kelompok tersebut. Misalnya, penelitian Berdasarkan temuan Ananda et al. (2024), tingkat *self-compassion* pada mahasiswa dengan orang tua tunggal berbanding lurus dengan *subjective well-being* mereka. Selain itu, resiliensi kelompok ini dalam menghadapi rintangan hidup juga dipengaruhi secara signifikan oleh kehadiran dukungan sosial keluarga (Anggraini et al., 2022). Sayangnya, eksplorasi mengenai bagaimana resiliensi berkorelasi langsung dengan *subjective well-being* pada mahasiswa berorang tua tunggal masih minim dilakukan. Oleh karena itu, penelitian ini dirancang untuk menjawab kekosongan tersebut dengan mengkaji hubungan resiliensi dan *subjective well-being* pada populasi mahasiswa dengan orang tua tunggal.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti memilih resiliensi sebagai variabel bebas yang dihipotesiskan memiliki ikatan dengan *subjective well-being*. Selanjutnya, peneliti melakukan penelitian untuk mengeksplorasi pengaruh antara resiliensi dan *subjective well-being* di kalangan mahasiswa yang diasuh oleh orang tua tunggal.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan penjabaran pada latar belakang, maka masalah yang dapat teridentifikasi adalah sebagai berikut:

1. Anak yang tumbuh dalam keluarga dengan orang tua tunggal cenderung menghadapi berbagai permasalahan psikologis, seperti kesedihan, stres, kecemasan, hingga penurunan kepuasan hidup akibat kehilangan salah satu figur orang tua.
2. Pada konteks mahasiswa, individu dengan orang tua tunggal menghadapi tekanan yang lebih kompleks, seperti tuntutan untuk lebih cepat dewasa, beban tanggung jawab yang melebihi kapasitas, kesulitan finansial, serta tekanan akademik yang harus dihadapi secara bersamaan.
3. Berbagai tekanan tersebut berpotensi memengaruhi tingkat *subjective well-being* mahasiswa, yang ditandai dengan rendahnya kepuasan hidup serta kesulitan dalam merasakan emosi positif. Diperlukan kemampuan psikologis berupa resiliensi sebagai faktor pelindung yang membantu mahasiswa dalam menghadapi tekanan serta mempertahankan kesejahteraan psikologisnya.

1.3 Batasan Masalah

Peneliti membatasi masalah penelitian ini dengan menetapkan secara spesifik subjek dan variabel. Subjek yang ditargetkan adalah mahasiswa aktif yang berasal dari keluarga single parent, dikarena perpisahan orang tua ataupun kematian salah satu pihak. Adapun variabel yang dikaji adalah resiliensi (independen) dan *subjective well-being* (dependen).

1.4 Rumusan Masalah

Merujuk pada latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah untuk menjawab pertanyaan: apakah terdapat pengaruh antara resiliensi dan *subjective well-being* pada mahasiswa dengan status orang tua tunggal?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Untuk memperoleh gambaran resiliensi pada mahasiswa dengan orang tua tunggal.
2. Untuk memperoleh gambaran *subjective well-being* pada mahasiswa dengan orang tua tunggal.
3. Untuk menganalisis pengaruh antara resiliensi dengan *subjective well-being* pada populasi tersebut.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun praktis.

1.6.1 Manfaat Teoritis

Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memajukan keilmuan psikologi. Kontribusi utamanya menyasar bidang psikologi positif dan psikologi perkembangan. Di samping itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menambah wawasan ilmiah tentang pengaruh resiliensi terhadap *subjective well-being* pada mahasiswa dengan orang tua tunggal, serta menjadi sumber referensi bagi penelitian-penelitian di masa depan.

1.6.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan serta saran untuk individu mahasiswa dengan orang tua tunggal sebagai acuan refleksi diri dalam mengembangkan kemampuan resiliensi guna meningkatkan *subjective well-being* selama masa perkuliahan. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber referensi bagi profesional, konselor, maupun pihak institusi perguruan tinggi yang ingin mengembangkan program intervensi atas variabel resiliensi dan *subjective well-being* pada mahasiswa dengan orang tua tunggal.

