BAB I
PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang penuh tantangan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Remaja mengalami berbagai perubahan signifikan yang menuntut penyesuaian diri terhadap lingkungan dan tuntutan kehidupan. Salah satu kondisi yang berpotensi menjadi sumber stres bagi remaja adalah latar belakang keluarga, khususnya jika mereka tumbuh dalam keluarga dengan orang tua tunggal (*single parent*). Kehilangan salah satu figur orang tua, baik karena perceraian, kematian, atau alasan lainnya, dapat memberikan tekanan psikologis yang cukup besar bagi remaja. (Hurlock, E. B. 2002).

Kondisi keluarga dengan orang tua tunggal dapat timbul karena berbagai faktor, seperti perceraian, kematian salah satu orang tua, atau ketidakhadiran orang tua dalam pengasuhan. Remaja yang hidup dalam keluarga single parent berpotensi menghadapi tekanan psikologis yang lebih besar dibandingkan remaja dengan keluarga utuh. Mereka bisa mengalami perasaan kehilangan, konflik keluarga, keterbatasan dukungan emosional, maupun beban tanggung jawab rumah tangga yang lebih besar. Semua tekanan ini dapat menimbulkan stres psikologis pada remaja. (Santrock, J. W. 2012).

Remaja dari keluarga *single parent* sering kali menghadapi beban psikososial yang lebih besar dibandingkan dengan remaja dari keluarga utuh. Mereka dapat mengalami perasaan tidak lengkap dalam keluarga, tekanan ekonomi, tanggung jawab yang lebih besar di rumah, hingga konflik loyalitas antar orang tua. Kondisi-kondisi ini memicu stres yang jika tidak dikelola dengan baik dapat berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis remaja tersebut. (Fatimah dkk 2020).

Permasalahan yang terjadi pada remaja dengan orangtua tunggal adalah mereka merasa dirugikan karena telah kehilangan sosok orangtua. Anak dari keluarga orangtua tunggal seringkali kurang mampu melakukan berbagai hal dengan baik dibandingkan dengan anak dari keluarga utuh (Taufik, 2014).

Fenomena single parent terus menerus terjadi, situasi dimana hanya ada orangtua, baik ayah atau ibu yang dibebani tanggung jawab merawat anaknya. Peristiwa traumatis akibat kehilangan sesuatu yang berarti akan berdampak pada hubungan dalam keluarga (Christine et al., 2024). Keluarga yang tidak utuh merupakan fenomena yang terjadi di Indonesia dan mengalami peningkatan dari tahun 2021 ke 2022 sebesar 15,31 persen (BPS, 2022).

Berdasarkan survei Badan Pusat Statistik tahun 2019, jumlah orang tua tunggal di Indonesia sebanyak 18,25% dari total penduduk, dengan kenaikan 0,1% setiap tahunnya. Jumlah ibu tunggal sebanyak 14,84%, lebih besar dibanding ayah tunggal yang hanya 4,05%. Pada tahun 2020, sekitar 11,44 juta perempuan menjadi orang tua tunggal, meningkat 30% dibanding tahun 2016 (Ketahanan et al., 2014).

Berdasarkan penelitian, terlihat bahwa kesejahteraan anak dan tipe keluarga saling terkait erat. Beberapa tinjauan pustaka menunjukkan bahwa tumbuh dalam keluarga dengan orang tua tunggal meningkatkan masalah psikologis dan menyebabkan rendahnya rasa kesejahteraan bagi kehidupan remaja secara umum. Terkait perceraian ibu dan ayah, penelitian menunjukkan bahwa remaja dari orang tua yang bercerai lebih cenderung memiliki rasa kesejahteraan yang lebih rendah dibandingkan remaja dari orang tua yang menikah (Nahdlatul et al., 2015).

Rendahnya *subjective well being* remaja akibat diskriminasi terjadi karena hubungan sosial masyarakat yang buruk. Seperti yang terjadi di Inggris dalam penelitian Laurence, (2019) pada kaum muda berusia 16-17 tahun. Ditemukan bahwa remaja yang tinggal di lingkungan masyarakat yang kurang baik menunjukkan *subjective well-being* yang rendah dengan persentase hampir 40%, yang disebabkan oleh interaksi sosial masyarakat yang negatif.

Tidak hanya pada hubungan sosial masyarakat saja, hubungan dengan orang tua dapat mempengaruhi rendahnya subjective well-being remaja. Pada penelitian Fauzi et al., (2022) terhadap remaja usia 15-18 tahun di Kota Bekasi, menunjukkan *subjective well-being* yang rendah dengan persentase sebesar (53,1%), disebabkan dari pola asuh orang tua yang kurang. Pengasuhan yang kurang, seperti tidak adanya kehangatan, kasih sayang, dan apresiasi yang diberikan orang tua kepada remaja akan menimbulkan perasaan negatif pada remaja dan akan mencari perhatian

ditempat lain, menyebabkan remaja berperilaku acuh serta agak sulit untuk mengikuti peraturan yang dibuat oleh orang tua. Sehingga, remaja akan menunjukkan kualitas hidup yang rendah, dan mengalami subjective well-being yang lebih buruk.

Subjective well being mengacu pada bagaimana orang mengevaluasi hidup mereka, baik secara afektif maupun kognitif. Di dalamnya meliputi variabel variabel seperti kepuasan dalam hidup, tidak adanya depresi dan kecemasan, serta adanya suasana hati (mood) dan emosi yang positif. Salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* adalah adanya hubungan yang positif dengan orang lain, karena dengan adanya hubungan yang positif tersebut akan mendapat dukungan sosial dan kedekatan emosional. Pada dasarnya kebutuhan untuk berinteraksi dengan orang lain merupakan suatu kebutuhan bawaan Tarigan, (2018).

Penelitian Indarwati et al., (2019) pada anak di Gorontalo menunjukkan *subjective well-being* rendah sebesar 73.4% dan sedang sebesar 23.6%. rendahnya *subjective well-being* anak disebabkan oleh ketidakmampuan anak dalam mengendalikan emosinya seperti perilaku agresif, marah, atau cemas. Jika tidak terselesaikan dengan baik, perilaku bermasalah tersebut akan berlanjut hingga usia remaja, dan akan berdampak negatif pada anak di usia remaja. Remaja yang tidak mampu menangani emosi negatif dalam dirinya akan mengalami kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-harinya dan akan mengalami hambatan dalam mencapai tugas perkembangan.

Pola pengasuhan anak dalam suatu keluarga yang ideal adalah dilakukan oleh kedua orang tuanya. Ayah dan ibu bekerjasama saling bahu membahu untuk memberikan asuhan dan pendidikan kepada anaknya. Mereka menyaksikan dan memantau perkembangan anak-anaknya secara optimal. Namun dalam kenyataanya kondisi ideal tersebut tidak selamanya dapat dipertahankan atau diwujudkan antara satu sama lain. Karena hal ini terkait dengan kebutuhan keluarga yang sifatnya berbeda-beda.

Pangkal masalah yang sering dihadapi keluarga yang hanya dipimpin oleh Single parent adalah masalah Remaja. Remaja akan merasa dirugikan dengan hilangnya salah satu orang yang berarti dalam hidupnya. Remaja di keluarga yang hanya memiliki Single parent rata-rata cenderung kurang mampu mengerjakan

sesuatu dengan baik dibanding Remaja yang berasal dari keluarga yang orang tuanya utuh. Keluarga dengan Single parent selalu terfokus pada kelemahan dan masalah yang dihadapi. Hal tersebut bisa saja menyebabkan pola asuh terhadap para remaja tidak bisa maksimal sehingga hal tersebut dapat berdampak pada perilaku beragama anaknya (Inaku et al., 2021).

Remaja berada pada fase perkembangan yaitu masa transisi antara anak anak menuju dewasa. Sehingga memerlukan pengawasan dan harus menjadi fokus perhatian anggota keluarga lainnya agar *subjective well-being* remaja terjaga dengan baik. Sejalan dengan penelitian Ayulanningsih & Karjuniwati, (2020) bahwa *subjective well-being* yang tinggi pada remaja akan membantu mengoptimalisasikan perkembangan remaja. Sehingganya orang tua memainkan peran penting dalam perkembangan remaja, orang tua dapat membantu remaja dalam pencarian jati diri dan membimbing mereka dalam menghadapi tantangan selama masa transisi.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi konflik adalah penggunaan strategi coping. Hal ini dikarenakan strategi koping berfokus pada emosi berfungsi untuk menjaga keseimbangan antara afek positif dan negatif individu saat berada dibawah kondisi stressful yang pada akhirnya akan memengaruhi kesejahteraan subjektif individu di masa pandemi.

Di sisi lain, strategi coping berfokus pada masalah berfungsi untuk menyelesaikan permasalahan yang dimiliki melalui sebuah keterampilan pemecahan masalah. Strategi koping berfokus pada masalah juga menjadi penting untuk dilakukan individu saat berada dibawah kondisi tertekan yang pada akhirnya akan memengaruhi penilaian kepuasan hidup, yang pada hakikatnya merupakan salah satu aspek dari kesejahteraan subjektif.

Dengan melakukan strategi coping yang tepat diharapkan mampu untuk membantu individu dalam mengatasi segala permasalahan yang dimilikinya serta untuk menjaga tingkat kesejahteraan subjektif seseorang selama berada dalam kondisi atau situasi yang dapat membuatnya merasa tertekan.

Berdasarkan hasil observasi awal di MAN 1 Kabupaten Gorontalo, diketahui bahwa terdapat beberapa siswa yang berasal dari keluarga dengan orang tua tunggal (*single parent*), baik karena perceraian, kematian salah satu orang tua, maupun faktor

lainnya. Dalam observasi tersebut juga ditemukan adanya gejala-gejala emosional pada beberapa remaja, seperti kecenderungan melamun, perilaku mudah marah, dan kebiasaan menyendiri, yang dapat mengindikasikan adanya masalah dalam penyesuaian diri atau kesejahteraan subjektif mereka.

Remaja dengan Strategi Coping yang baik akan lebih mampu mengelola stres yang timbul dari kondisi keluarga *singel parent* sehingga mereke tetap merasa puas terhadap hidup dan mengalami emosi positif. Namun jika strategi coping yang digunakan bersifat maladaptif (seperti menghindar, menyalahkan diri, menarik diri), maka stres akan semakin meningkat, dan berakibat pada penurunan subjective well-being.

Sehingga, penting untuk meneliti hubungan antara coping stres dan subjective well-being pada remaja yang memiliki orang tua single parent, agar dapat ditemukan pendekatan yang sesuai untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

Oleh karena itu, berdasarkan kondisi permasalahan yang ditemukan, peneliti tertarik guna meneliti mengenai Hubungan Coping Srtres Dengan Subjective Well-being Pada Remaja Yang Memiliki Orang Tua Tunggal (Singel Parent).

1.2. Identifikasi Masalah

1. Masih banyak remaja yang berasal dari keluarga *single parent* mengalami tekanan psikologis akibat kehilangan sosok orang tua, konflik keluarga, dan keterbatasan dukungan emosional.
2. Remaja dengan orang tua tunggal berpotensi mengalami stres yang tinggi karena harus menyesuaikan diri dengan tuntutan peran dan kondisi sosial-ekonomi yang tidak ideal.
3. Berdasarkan data di MAN 1 Kabupaten Gorontalo, ditemukan beberapa remaja yang menunjukkan gejala stres seperti melamun, pemarah, dan menarik diri, yang menunjukkan kemungkinan rendahnya *subjective well-being.*
4. *Subjective well-being* yang rendah pada remaja dari keluarga *single parent* dapat dipengaruhi oleh strategi *coping* stres yang tidak adaptif seperti menarik diri atau menyalahkan diri sendiri.

5. Masih terbatasnya penelitian yang mengkaji secara spesifik hubungan antara *coping* stres dan *subjective well-being* pada remaja yang berasal dari keluarga *single parent,* khususnya di daerah Gorontalo.

1.3. Rumusan Masalah

1. Apakah ada Hubungan *Coping Stres* dengan *Subjective Well-being* Pada Remaja Yang Memiliki Orang Tua Tunggal (*Singel Parent*)
2. Bagaimana Hubungan *Coping* Stres Terhadap *Subjective Well-being* Pada Remaja Yang Memiliki Orang Tua Tunggal (*Singel Parent*).

1.4. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan diatas,tujuan penelitian yaitu:

1. Untuk mengetahui apakah ada Hubungan *Coping* Stres dengan *Subjective Well-being* Pada Remaja Yang Memiliki Orang Tua Tunggal (*Singel Parent*).
2. Untuk Mengetahui Bagaimana Hubungan *Coping* Stres dengan *Subjective Well-being* Pada Remaja Yang Memiliki Orang Tua Tunggal (*Singel Parent*).

1.5. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun secara praktis serta diharapkan dapat memberikan manfaat bagi penulis sendiri maupun bagi para pembaca atau pihak-pihak yang berkepentingan.

1. Manfaat Teoritis

1. Sebagai referensi ilmiah dalam penerapan ilmu metode penelitian.
2. Sebagai referensi ilmiah untuk menambah wawasan pada bidang Psikologi khususnya Psikologi Klinis, terkait *Coping* Stres dan *Subjective Well-being*.
3. Sebagai bahan kajian lebih lanjut dalam mengembangkan *Coping* Stres untuk meningkatkan kualitas *Subjective Well-being* pada remaja yang memiliki orang tua tunggal (*Singel Parent)*.

4. Peneliti ini diharapkan Mampu memberikan informasi keterkaitan (pengaruh) *Coping* Stres terhadap *Sujective Well-being* pada remaja yang memiliki orang tua tunggal *(Singel Parent)*

2. Manfaat Praktis

1. Bagi Fakultas Psikologi.

   Sebagai referensi ilmiah untuk menambah wawasan pada bidang Psikologi khususnya Psikologi Klinis, terkait *Coping Startegies* dan *Subjective Well-being.*

2. Bagi Masyarakat
   a) Memberikan informasi pada remaja yang memiliki orang tua tunggal (*Singel Parent*) mengenai tingkat *Coping* stres mereka.
   b) Memberikan informasi pada remaja yang memiliki orang tua tunggal (*Singel Parent*) mengenai tingkat *Subjective Well-being* mereka.
   c) Memberikan informasi bahwa *Coping* stres memiliki kontribusi dalam menentukan kualitas *Subjective Well-being*