

## Bab 1 Pendahuluan

### Latar Belakang Masalah

Keluarga merupakan satuan unit terkecil dalam masyarakat. Idealnya sebuah keluarga terdiri dari dua orang atau lebih, seperti adanya kepala keluarga dan beberapa anggota keluarga lainnya yaitu ayah, ibu dan anak. Dalam kehidupannya, seorang ayah dan ibu saling bekerja sama dalam meningkatkan kesejahteraan fisik, finansial, pendidikan, sosial dan spiritual. Umumnya, yang memegang kendali atas kebutuhan finansial adalah suami sebagai kepala keluarga dan istri sebagai penambah penghasilan keluarga (Saputri, 2016). Dalam pandangan tradisional, pada kehidupan umumnya yang menjadi kepala keluarga adalah seorang suami yaitu laki-laki, dalam hal ini laki-laki biasanya memiliki kedudukan dan wewenang untuk memimpin dan mencari nafkah. Namun demikian, tidak semua yang menjalani kepemimpinan khususnya dalam keluarga adalah seorang laki-laki, banyak pula perempuan yang berperan sebagai pemimpin atau kepala keluarga dan pencari nafkah seperti halnya Ibu *single parent* yang telah ditinggalkan oleh suaminya karena meninggal atau bercerai.

Menjadi Ibu *Single parent* yang memiliki tanggungan anak sering menjadi beban tersendiri dalam segi psikologis dan sosial, apalagi ketika berada pada lingkungan yang kurang mendukung. Seorang istri yang mengalami perceraian ataupun ditinggal meninggal oleh suaminya akan menimbulkan tekanan dan kesedihan tersendiri pada individu karena ia harus menanggung beban dan tanggung jawab memenuhi kebutuhan sendiri. Ibu *Single parent* akan mengalami dampak psikologis baik secara negatif maupun yang positif, pengaruh negatifnya seperti kesedihan yang berlarut, cemas, rendahnya harga diri, menyalahkan diri, kesepian, dan lainnya. Adapun dampak positifnya adalah seperti religiusitas, kebersyukuran, kemandirian, menemukan makna hidup, menemukan cara bahagia, dan sebagainya (Cahyaningsih, 2018).

Ibu *Single parent* merupakan sosok yang tangguh, karena dituntut untuk menjalankan peran tunggal mengurus anaknya dan merangkap pekerjaan lain khususnya yang biasa dikerjakan oleh suami dalam sebuah keluarga. Bagi kepala keluarga yang memiliki kemampuan ekonomi yang cukup dan pekerjaan yang layak akan memudahkan dalam pemenuhannya, karena finansial yang didapatkan sudah mencukupi kehidupannya. Namun, akan menjadi tekanan tersendiri bagi keluarga yang memiliki kesulitan ekonomi untuk menghidupi keluarganya, karena diperlukan perjuangan dan kekuatan yang lebih keras.

Apalagi hal ini dilakukan oleh seseorang dari kalangan tidak mampu seperti kepala keluarga berstatus *single parent* atau perempuan kepala keluarga pencari nafkah.

Di Indonesia sendiri, cukup banyak ditemukan fenomena tersebut. Menurut data yang didapatkan dari Badan Statistik Indonesia (BPS) pada tahun 2023 jumlah kepala keluarga perempuan di Indonesia sebanyak 12.73% yang terbanyak adalah tinggal diperkotaan yaitu sebanyak 13.36% dan di Jawa Barat sendiri sebanyak 11.74%. Sedangkan dipedesaan sebanyak 11.84% se-Indonesia dan di Jawa Barat sebanyak 10.43% dan pada rentang waktu 2009-2024 mengalami peningkatan yang signifikan (BPS, 2023). Tentu dalam jumlah tersebut tidaklah sedikit, apalagi tingkat perceraian semakin bertambah tiap tahunnya, menurut Kemenag RI tercatat pada bulan Agustus 2020 terdapat 306.688 kasus yang artinya semakin bertambah pula jumlah *single parent* di Indonesia (Prihatin, 2020). Selain itu merujuk pada data sensus dari Badan Pusat Statistik Jawa Barat tahun 2023 dalam kurun satu tahun terdapat 102.280 kasus perceraian di Jawa Barat dan lebih khususnya lagi sebanyak 7.683 perceraian terjadi di Bandung (BPS, 2024). Berdasarkan sensus yang dilakukan SPKBK-PEKKA menyebutkan bahwa kesejahteraan yang dialami oleh kepala keluarga wanita lebih rendah dibandingkan dengan kepala keluarga pria khususnya dalam hal ekonomi yang menjadi masalah sangat krusial di negeri ini. Seringkali dilapangan seorang kepala keluarga dari penduduk miskin atau kurang mampu melakukan berbagai upaya keras untuk bisa menghidupi keluarganya dengan berbagai profesi seperti buruh serabutan, pemulung dan lain sebagainya (PEKKA&SMERU, 2014).

Dalam kondisi seperti itu sebagai seorang yang memiliki peran menjadi perempuan kepala keluarga atau ibu *single parent* mengharuskan tetap berjuang ditengah peliknya kehidupan, hal itu tidaklah mudah jika ia tidak memiliki kekuatan atau suatu hal yang mendorong dan menjadi alasannya untuk tetap berjuang, termasuk rasa dan penghayatan dalam menjalani kehidupannya dengan kata lain ia akan memiliki suatu makna dalam hidup (*Meaning of Life*). Dalam hal ini, makna hidup didefinisikan oleh Frankl (1984) sebagai sebuah kekuatan hidup individu untuk memiliki komitmen kehidupan dan menjadikannya sebagai motivasi utama untuk bertahan hidup, maka kebermaknaan hidup adalah sebuah harapan menjadi pribadi yang bermanfaat bagi orang lain (Frankl, 1984). Dan makna ini bersifat unik dan spesifik pada tiap individu. Frankl mengatakan ia mampu hidup dan bahkan mati demi cita-cita atau tujuan hidupnya dan makna ini dapat ditemukan pula dalam berbagai kondisi termasuk dalam kondisi yang menderita sekalipun (Frankl, 1984).

Adapun menurut Bastaman (dalam Arista 2017) setiap orang mengharapkan dirinya bermakna dan berguna bagi dirinya sendiri keluarga, lingkungan sekitarnya, serta bagi

tuhannya. Ia memiliki tujuan hidup yang menjadi arah segala aktifitas yang dilakukannya. Selain itu, Bastaman mengungkapkan bahwasanya kebermaknaan hidup didefinisikan dengan sebuah penghayatan seseorang mengenai apa saja yang dirasakan berharga, dianggap penting, diyakini kebenarannya dan adanya sebuah nilai yang khas bagi individu, sehingga dijadikannya sebagai tujuan hidup (Arista, 2017).

Kajian psikologi konsep kebermaknaan hidup hampir mirip dengan konsep *Psychological Well-being* (Kesejahteraan Psikologi). *Psychological Well-being* adalah kemampuan seseorang untuk dapat menerima diri sendiri apa adanya, menjalin hubungan hangat dengan yang lain, dan mandiri dalam menghadapi lingkungan sosial, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi (Prabowo, 2017). Selain itu, *Psychological Well-being* berhubungan erat dengan pengalaman kepuasan akan tetapi seseorang yang memiliki kebermaknaan hidup belum tentu puas akan hidupnya. Maka dari itu Kebermaknaan hidup dan *Psychological Well-being* merupakan hal yang berbeda. Dan pada penelitian ini, difokuskan pada kebermaknaan hidup.

Individu yang mampu memaknai hidupnya ialah yang memiliki aspek positif dalam dirinya, berperilaku baik dan bermanfaat bagi orang lain, serta mempunyai arah tujuan dan sebab tetap menjalani hidup. Sebagaimana penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ningsih (2017) pada pemulung yang beragama Islam mengatakan bahwa tuntutan ekonomi dan penghidupan keluarga yang memaksakan mereka tetap bekerja, adapun faktor kebermaknaan hidup lansia pemulung dipengaruhi oleh tiga hal yaitu, pengalaman hidup yang selalu dalam penderitaan dan kesulitan ekonomi, kesabaran dan penerimaan diri, serta faktor lingkungan (Ningsih, 2017). Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa kesulitan ekonomi merupakan salah satu faktor dari adanya kebermaknaan hidup. Penelitian ini penting untuk menjadikan bahan refleksi dan motivasi menjalani hidup dengan lebih bermakna bagi setiap individu, apalagi pada orang yang dirasa sudah memiliki kecukupan ekonomi tetapi merasa tidak pernah cukup dengan kehidupannya.

Berdasarkan dari hasil studi awal yang telah dilaksanakan dengan menggunakan metode wawancara, peneliti menemukan adanya nilai kebermaknaan hidup pada dua orang Ibu *single parent* atau perempuan kepala keluarga, subjek menceritakan bahwa ia hidup untuk menjadi lebih baik dan bermanfaat. Selain itu adapula yang memiliki tujuan dan alasan kuat untuk menjalani kehidupannya yaitu semata-mata semuanya untuk beribadah kepada Tuhan. Adapun, subjek selalu mengaitkan kehidupannya dengan kebersyukuran, salah satu subjek menyebutkan bahwa cara ia menerima kehidupannya saat ini adalah dengan cara bersyukur, ikhlas, dan lapang dada atas segala sesuatu yang telah diberikan oleh Tuhan

walaupun banyak hinaan dan godaan, karena menurutnya Tuhan selalu memberinya kesehatan dan kenikmatan yang tidak terduga. Maka dari studi awal yang telah dilakukan tersebut didapatkan variabel lain yaitu kebersyukuran.

Seseorang yang menemukan makna hidupnya bisa muncul dengan bertindak positif dan mendalami nilai-nilai penghayatan dalam kehidupan, individu merealisasikannya dengan berperilaku baik, bermanfaat untuk sekitar, menghayati keindahan maupun kebajikan, dan cara pengaplikasian lainnya adalah dengan bersyukur. Bersyukur menjadi salah satu hal yang berkaitan erat dengan makna hidup seseorang. Individu yang memiliki makna hidup akan memiliki rasa syukur, seperti diungkapkan dalam penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Miftahurrahman (2018) mengatakan bahwa terdapat hubungan positif antara kebersyukuran dengan kebermaknaan hidup pada guru honorer. Selain itu, dalam penelitian yang dilakukan oleh Maulidah (2016) mengatakan bahwa tingkat kebersyukuran berhubungan positif dengan kebermaknaan hidup yaitu semakin tinggi rasa syukur maka semakin tinggi pula kebermaknaan hidupnya, begitupun sebaliknya semakin rendah makna hidup seseorang maka semakin rendah pula kebersyukurannya. Adapun berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2023) mengatakan pula bahwa terdapat hubungan yang positif antara kebersyukuran dan makna hidup pada guru tidak tetap Sekolah Dasar Kecamatan Lawang, Kabupaten Malang.

Kebersyukuran menurut Emmons & Hill adalah rasa terimakasih dan kegembiraan dalam menanggapi penerimaan tertentu, baik secara konkret maupun tidak. Selain itu kebersyukuran berarti kelembutan, kebaikan hati dan berterima kasih. Bersyukur dilakukan secara sadar, selain itu syukur dapat diekspresikan dengan ucapan terimakasih dan dilanjutkan dengan sebuah tindakan (Emmons & Hill, 2001). Kebersyukuran disebut sebagai nilai terbesar individu, merupakan cikal bakal munculnya kebajikan-kebajikan lain, dan menempati posisi sentral dalam berbagai pandangan filosofis dan keagamaan, baik itu agama Islam, Kristen, Hindu, dan lainnya. Pada agama Islam sendiri kebersyukuran merupakan ungkapan terimakasih pada Tuhan atas segala yang telah diberikan, baik secara lisan, hati maupun tindakan (Maulidah I. L., 2016).

Syukur dalam sudut pandang Islam berasal dari Al-Quran dengan menggunakan bahasa Arab yang berarti ucapan, sikap, perbuatan dan ungkapan terimakasih, dalam hal ini tertuju pada Allah sebagai pengakuan atas segala nikmat yang telah diterima (Akmal & Masyhuri, 2018). Syukur juga bermakna menampakkan nikmat pada permukaan atas pemberian dari Allah dengan mempergunakan nikmat tersebut sesuai dengan tuntunanNya, selain itu syukur juga seringkali disamakan dengan kata “terimakasih” dan kata yang sering

digunakan untuk mengungkap syukur adalah dengan mengucapkan “Alhamdulillah” (Mahfud, 2018).

Syukur tidak hanya berbentuk ucapan secara verbal saja, melainkan meliputi hati dan tindakan. Sebagaimana ungkapan Imam Al-Ghazali dalam kitabnya *Ihya Ulumuddin* menjelaskan bahwa bersyukur dilakukan dengan tiga cara yaitu, bersyukur dengan hati, perkataan dan perbuatan. Hal itu tercatat juga dalam kitab *Mukasyafat al-Qulub* yang dikutip Surur-Iyunk (2018) menyatakan bahwa bentuk pengimplementasian kebersyukuran dapat dilakukan dengan tiga cara yaitu bersyukur dengan menanamkan niat untuk senantiasa menebar kebaikan atau dengan kata lain menggunakan hati, selanjutnya adalah dengan lisan seperti melantunkan pujian dan yang terakhir adalah bersyukur dengan anggota badan, yaitu menggunakan kekuatan raga untuk senantiasa menjalankan perintahNya dan menjauhi larangannya (Surur-Iyunk, 2018).

M. Quraish Shihab (dalam Akmal & Masyhuri 2018) menyatakan bahwa kata syukur tertulis sebanyak 64 kali dalam Al-Qur'an. Diantaranya adalah Firman Allah dalam Al-Qur'an Surat Ibrahim ayat 7 :

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ﴿٧﴾

﴿٧﴾

Artinya: “Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku) maka sesungguhnya azab-Ku amat pedih.”

Dan juga dikatakan dalam Surat Ali-Imran ayat 145 :

ط وَسَنَجْزِي الشَّاكِرِينَ ﴿١٤٥﴾

Artinya: “... dan Kami akan memberi balasan bagi orang-orang yang bersyukur.”

Seperti yang berbunyi dalam ayat-ayat tersebut menyatakan bahwa lawan dari syukur adalah kufur atau ingkar dan Allah akan memberikan nikmat yang lebih pada orang-orang yang bersyukur. Orang yang selalu bersyukur tidak hanya mengucapkan terimakasih pada Allah Swt. saja atas segala sesuatu yang ia dapatkan, melainkan ia akan berterimakasih pula pada makhluk ciptaan Allah Swt. yang hadir sebagai perantara rasa syukurnya dengan ungkapan

yang disampaikan dalam hati, lisan maupun perbuatan akan memiliki dampak emosi lebih positif dan perilaku yang lebih baik untuk kualitas hidupnya (Hidayat & Gamayanti, 2020).

Kebersyukuran dan kebermaknaan hidup dalam kondisi sulit menjalani peran sebagai Ibu yang berstatus *single parent* tidaklah mudah, namun menjadi hal yang penting dan diperlukan dalam kehidupan Ibu *single parent*, karena kebersyukuran dan kebermaknaan hidup merupakan aspek positif yang menyebabkan individu tetap menjalani kehidupan dengan tangguh, penuh ketenteraman dan penghayatan akan nilai-nilai positif sehingga beban yang begitu berat akan dilalui dengan kedamaian dan menambah kualitas hidupnya. Maka berdasarkan yang telah dipaparkan baik studi sebelumnya maupun pendapat para ahli, peneliti tertarik meneliti lebih lanjut mengenai “Kebersyukuran dan Kebermaknaan Hidup pada Ibu *Single Parent*”.

### **Rumusan Masalah**

Sebagaimana latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah hubungan kebersyukuran dan kebermaknaan hidup pada Ibu *Single Parent*?

### **Tujuan Penelitian**

Berdasarkan dari rumusan masalah yang dikemukakan, maka tujuan penelitian dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kebersyukuran dan kebermaknaan hidup pada Ibu *Single Parent*.

### **Kegunaan Penelitian**

Berdasarkan pernyataan dari tujuan diatas, maka kegunaan dari penelitian ini adalah: **Kegunaan Teoritis.** Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi mengenai kebermaknaan hidup dan kebersyukuran bagi pengemban disiplin ilmu psikologi pada umumnya dan khususnya pada psikologi positif, psikologi keluarga dan psikologi sosial.

**Kegunaan Praktis.** Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi subjek khususnya dalam hal menjadikannya sebagai manusia yang bisa lebih bersyukur menjalani aktifitas dan memaknai hidupnya dengan lebih baik. Selain itu untuk pemerintah dan masyarakat untuk lebih peka dan peduli pada lingkungan sekitarnya untuk bisa saling membantu dengan tidak memandang status sosial, ekonomi, serta diharapkan masyarakat dapat memahami kebersyukuran dan makna hidup yang sesungguhnya. Juga penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu bahan rujukan untuk melakukan penelitian selanjutnya dengan lebih baik, menggunakan variabel-variabel lain atau subjek lain dan lebih spesifik agar penelitian tentang kebersyukuran dan makna hidup semakin berkembang.

