



Gambaran Kebahagiaan pada Ibu Tunggal yang Mengalami Cerai Hidup

Riska Destriani Putri¹, Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto²

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

190810399@student.mercubuana-yogya.ac.id

Abstrak

Menjadi seorang ibu tunggal akibat cerai hidup menyebabkan berbagai tantangan yang kompleks. Beberapa penelitian sebelumnya menemukan bahwa perceraian dapat mengurangi kebahagiaan seorang ibu tunggal. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan memperoleh gambaran kebahagiaan pada ibu tunggal yang mengalami cerai hidup. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam. Adapun subjek dalam penelitian ini merupakan tiga orang ibu tunggal yang bekerja dan memiliki satu hingga empat anak. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kebahagiaan seorang ibu tunggal melibatkan penerimaan status dan situasi, dukungan yang didapatkan, keyakinan pada Ilahi (religiusitas), pengendalian diri dari kesedihan yang berkepanjangan, serta kepuasan dalam memenuhi kebutuhan anak-anaknya. Gambaran kebahagiaan tersebut dapat muncul saat ibu tunggal dapat melepaskan pernikahan yang tidak membahagiakan, memenuhi kebutuhan fisik dan psikologis anak-anaknya, mengamati kesejahteraan dan ketaatan anak, menikmati aktivitas yang disukai, memiliki teman yang memberikan dampak positif, membantu orang lain, serta merasa lebih percaya diri. Kebahagiaan yang dirasakan tersebut akan dapat meningkatkan produktivitas dan memberikan harapan kepada ibu tunggal yang mengalami cerai hidup. Implikasi dari penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk melakukan sosialisasi dan pelatihan terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis ibu tunggal yang mengalami perceraian.

Kata Kunci: Cerai Hidup, Ibu Tunggal, Kebahagiaan

Abstract

Being a single mother due to divorce causes a variety of complex challenges. Some previous studies have found that divorce can reduce the happiness of a single mother. This study was conducted with the aim of obtaining a picture of happiness in single mothers who experienced divorce. The method used in this study is qualitative with a phenomenological approach. The data collection technique uses in-depth interviews. The subjects in this study were three single mothers who worked and had one until four children. The results of this study show that the happiness of a single mother involves acceptance of status and situation, support obtained, belief in the Divine (religiosity), self-control from prolonged sadness, and satisfaction in meeting the needs of her children. That picture of happiness can emerge when single mothers are able to let go of an unhappy marriage, meet their children's physical and psychological needs, observe the child's well-being and obedience, enjoy activities they enjoy, have friends who make a positive impact, help others, and feel more confident. The happiness felt will be able to increase productivity and give hope to single mothers who experience divorce. The implications of this study can be used as a reference for conducting socialization and training to improve the psychological well-being of single mothers who experience divorce.



Keywords: *Divorce, Single Mother, Happiness*

PENDAHULUAN

Secara umum, keluarga adalah unit sosial dengan hubungan darah dan ikatan emosional yang kuat (Sirait dan Minauli, 2015). Keluarga ideal terdiri dari ibu, ayah, dan anak, namun perceraian sering kali mengakibatkan terbentuknya keluarga tunggal dimana hanya salah satu yang hadir (Asyahri, 2014). Berdasarkan data status ibu tunggal sebagai kepala rumah tangga yang dihimpun oleh Kemen PPPA RI (2022) dari 272. 682 jiwa terdapat sekitar 15% ibu tunggal di Indonesia yang disebabkan oleh cerai hidup pada tahun 2021, yang mana data tersebut mengalami peningkatan pada tahun 2020 yaitu sekitar 13%. Pada Daerah Istimewa Yogyakarta, dari 50,47% penduduk wanita terdapat 12,57% ibu tunggal yang disebabkan oleh cerai hidup.

Ibu tunggal, yang merujuk pada seorang ibu yang telah bercerai dan belum menikah kembali, memegang peran ganda sebagai ibu dan ayah (Perdana dan Dewi, 2015). Tanggung jawabnya meliputi merawat anak, mengurus rumah tangga, dan mencari nafkah sebagai kepala keluarga. Menurut Faradina dan Fajrianthi (2012) ibu tunggal menghadapi sejumlah permasalahan yang meliputi aspek sosial, psikologis, dan ekonomi. Wanita yang menjadi ibu tunggal karena cerai hidup cenderung memiliki kompleksitas sosial yang lebih besar dalam lingkungan masyarakat dibandingkan dengan ibu tunggal yang belum menikah atau kehilangan pasangan karena kematian (Ismail, Rusdi, Sangaji dan Rezkiamaliah, 2020). Dari segi psikologis, ibu tunggal mengalami kelelahan emosional karena kesedihan atas kehilangan suami, beban pekerjaan, hidup, mengurus anak, dan kurangnya dukungan keluarga (Asyahri, 2014).

Masalah ekonomi juga menjadi fokus utama, karena sebelumnya kebutuhan hidup didukung bersama oleh suami, tetapi setelah perceraian, ibu tunggal harus menanggungnya sendiri (Wiranti dan Sudagijono, 2017). Meskipun beberapa mendapat dukungan finansial dari mantan suami, ekonomi tetap menjadi masalah utama karena ibu tunggal dan anak-anaknya lebih rentan terhadap kurangnya nafkah. Ibu tunggal yang bekerja harus mencari keseimbangan antara pekerjaan dan mengurus rumah tangga, karena ibu tunggal tidak bisa lagi mengandalkan bantuan finansial dari mantan suami. Hal ini membuat interaksi dengan orang lain, terutama sesama ibu tunggal di lingkungan tempat tinggalnya, menjadi sulit (Ladiba dan Utami, 2020). Dengan demikian, penelitian mengenai ibu tunggal menjadi sangat penting untuk diteliti agar dapat mengetahui bagaimana keberlangsungan hidupnya sebagai seorang ibu tunggal (Febrianto, 2021).

Penelitian menunjukkan bahwa individu yang tidak bahagia cenderung lebih mudah untuk merasa curiga dan menyendiri. Bagi ibu tunggal yang mengalami cerai hidup, ketidakseimbangan dalam mengelola waktu antara pekerjaan dan keluarga juga dapat mempengaruhi kebahagiaan ibu tunggal. Meskipun demikian, terdapat temuan bahwa beberapa ibu tunggal masih menunjukkan ketegaran dan kebahagiaan dalam menjalani hidupnya (Novianingsih dalam Anggraheni, 2016). Kebahagiaan dapat dipengaruhi oleh kemampuan ibu tunggal dalam menghadapi hal-hal yang terjadi secara positif serta menyesuaikan diri dengan situasi yang tidak menyenangkan (Anggraheni, 2016). Meski kebahagiaan merupakan hal yang diinginkan oleh setiap individu, cara ibu tunggal meraihnya dapat bervariasi. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Bagaimana gambaran kebahagiaan pada ibu tunggal yang mengalami cerai hidup?". Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk memperoleh bagaimana gambaran kebahagiaan ibu tunggal yang mengalami cerai hidup.



METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif fenomenologi guna memperoleh gambaran mendalam mengenai kebahagiaan pada ibu tunggal yang mengalami cerai hidup. Kebahagiaan dianggap penting bagi keberlangsungan hidup ibu tunggal, sehingga pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk dapat mengeksplorasi fenomena kebahagiaan pada ibu tunggal yang mengalami cerai hidup. Partisipan penelitian ini adalah 3 orang ibu tunggal dengan kriteria: pertama, ibu tunggal merupakan ibu tunggal yang sudah bercerai dan belum menikah lagi. Penelitian menunjukkan bahwa ibu tunggal yang kembali menikah cenderung memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi dibandingkan dengan ibu tunggal yang tidak menikah lagi (Hawkins & Booth, dalam Lestari, 2019). Kedua, ibu tunggal harus memiliki hak penuh dalam pengasuhan anak, karena tanggung jawab tersebut dapat berpengaruh pada tingkat kebahagiaan ibu tunggal (Anggraheni, 2016).

Dalam penelitian ini juga melibatkan *significant others* yang merupakan orang-orang terdekat dari ibu tunggal untuk memberikan data pendukung yang lebih mendalam. Peneliti menggunakan metode pengumpulan data berupa wawancara. Tujuan dari wawancara yang dilakukan adalah untuk menggali permasalahan dengan lebih terbuka dan mendalam. Jenis wawancara yang diterapkan adalah wawancara semistruktur, yang termasuk dalam kategori *in-depth interview*, yang memberikan kebebasan lebih dalam pelaksanaannya. Hal ini bertujuan agar ibu tunggal dapat menjawab pertanyaan dengan lebih leluasa dan tidak terasa kaku. Dalam proses wawancara, peneliti menggunakan alat dan bahan pendukung seperti pulpen, kertas, panduan wawancara, dan alat perekam suara. Penelitian ini menggunakan metode analisis data dengan pendekatan kualitatif fenomenologis, yang mengikuti tujuh tahapan sesuai dengan Creswell (2016) yaitu organisasi, pengkodean, *horizontalizing*, unit pemaknaan, pengembangan, narasi dan laporan.

HASIL

Berdasarkan hasil wawancara yang diperoleh mengenai gambaran kebahagiaan pada ibu tunggal yang mengalami cerai hidup, terdapat gambaran kebahagiaan yang bervariasi pada ketiga partisipan.

Tabel 1. Profil Subjek Penelitian

Identitas	Partisipan I	Partisipan II	Partisipan III
Nama (Inisial)	S	AA	EK
Usia	51 Tahun	23 Tahun	42 Tahun
Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan	Perempuan
Pekerjaan	Guru PNS	Karyawan Toko	Karyawan Salon
Lama Menjadi Ibu Tunggal	4 Bulan	8 Bulan	8 Tahun
Jumlah Anak	3	1	4

Partisipan S adalah seorang Guru PNS, perceraian partisipan S dipicu oleh hubungan jarak jauh, kurangnya komunikasi, tidak adanya nafkah, dan perselingkuhan mantan suami. Setelah bercerai, partisipan S mendapat dukungan dari keluarga dan teman-temannya. Partisipan S menemukan ketenangan karena keyakinannya pada takdir Allah serta mendekatkan diri pada aktivitas positif. Meskipun merasa kehilangan, partisipan S merasa lebih bahagia karena terlepas dari pernikahan yang



tidak bahagia. Kebahagiaannya juga terlihat ketika anak-anaknya sukses dalam pendidikan dan patuh padanya. Kebahagiaan juga dapat diraih ketika dirinya mampu menolong orang lain. Kebahagiaan partisipan S juga berdampak pada produktivitas dan harapannya untuk memiliki usaha konseling *healing trip*. Partisipan S berharap dapat melihat anak-anaknya sukses dalam pendidikan dan kehidupan, serta ingin berbagi ilmu setelah menyelesaikan pendidikan S3.

Perceraian membawa dampak positif bagi S, seperti kenaikan berat badan, perasaan yang lebih baik, dan produktivitas yang meningkat. Partisipan S merasa lebih sehat, tidur lebih nyenyak, serta lebih bersemangat dalam aktivitas sehari-hari. Meskipun tidak bisa memberikan harta, kepuasan dirasakan ketika dapat memberikan doa, motivasi, dan dukungan kepada anak-anaknya. Pada partisipan AA, perceraian disebabkan karena adanya perselingkuhan, tidak adanya nafkah, dan campur tangan mertua. Awalnya partisipan AA merasa sedih, namun seiring berjalannya waktu, partisipan AA dapat menerima kondisinya. Adanya dukungan dari teman dekatnya membuat partisipan AA merasakan ketenangan. Meski kurang beribadah, dirinya merasa bahwa Allah memberinya jalan. Partisipan AA memiliki harapan dapat menabung, memiliki pasangan, dan menjadi ibu yang lebih baik.

Partisipan AA juga berusaha untuk mencari kebahagiaannya sebagai seorang ibu tunggal. Kebahagiaan partisipan AA yaitu ketika dirinya terlepas dari hubungan *toxic*, melihat kesejahteraan anak, mampu memenuhi kebutuhan fisik dan psikologis anak, dapat melakukan hal yang disukai serta dapat berbagi dengan orang lain. Kebahagiaan tersebut dapat membuat partisipan AA merasakan perubahan positif seperti badan terasa lebih sehat, mental menjadi lebih baik serta memiliki semangat untuk merawat anak. Selain itu partisipan AA juga dapat menjadi pendengar yang baik bagi orang di sekitarnya dan hal tersebut membuat partisipan AA dapat merasakan adanya kepuasan dalam dirinya. Faktor perselingkuhan yang melatarbelakangi terjadinya perceraian juga dialami oleh partisipan EK. Partisipan EK menerima kondisi tersebut sebagai rencana Tuhan dan merasa lebih dekat dengan-Nya. Setelah pertemuan dengan seorang Romo, dirinya merasa lebih ikhlas dan mampu menerima peristiwa yang dialaminya.

Mendapat dukungan dari keluarga membuat partisipan EK menjadi lebih produktif, terdapat kontrol diri yang baik dapat membantunya mengatur kehidupan dan keuangan, sehingga hal tersebut dapat membuat partisipan EK juga merasakan adanya kepuasan akan kemampuannya untuk mengasuh dan menyekolahkan anak-anaknya. Kebahagiaan partisipan EK ketika anak-anaknya sukses dan dapat menjalani kehidupan dengan baik, dapat memenuhi kebutuhan anak-anak, dan memiliki waktu serta kasih sayang yang cukup. Baginya, kebahagiaan juga dapat dirasakan ketika dirinya mampu berbagi dengan orang lain dan dapat melihat kecantikan dirinya sendiri. Partisipan EK mengalami perubahan positif dengan lebih baik dalam mengontrol emosi, menjadi lebih mandiri, dan bijaksana. Harapannya adalah menyatukan kembali keluarganya dengan membeli rumah serta mengharapkan anak-anaknya memiliki hubungan yang lebih baik darinya.

DISKUSI

Berdasarkan bagan dinamika kebahagiaan pada ibu tunggal yang mengalami cerai hidup, terdapat proses menuju kebahagiaan pada ketiga partisipan ibu tunggal yang mengalami cerai hidup beserta dampak dari adanya kebahagiaan. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan hasil bahwa ketiga partisipan telah menerima status dan kondisinya sebagai seorang ibu tunggal yang mengalami cerai



hidup. Walaupun banyaknya masalah dan beban tanggung jawab yang harus dipikul oleh ketiga partisipan, terdapat perasaan yang jauh lebih tenang pasca perceraian. Sejalan dengan penelitian Bernard (dalam Lestienie, 2016) yang menyatakan bahwa untuk meraih kebahagiaan dalam jangka waktu yang pendek maupun panjang dalam memilih dan mengejar tujuan yang penting harus memiliki landasan dasar berupa penerimaan diri.

Setelah pernikahan partisipan S, AA dan EK berakhir, dukungan yang datang pun semakin bertambah. Seperti adanya dukungan dari teman dan keluarga. Sejalan dengan hasil penelitian Aprilia (2013) yaitu ibu tunggal membutuhkan dukungan berupa kehadiran orang-orang terdekat serta bantuan nyata seperti mengasuh anak, apresiasi dan penerimaan. Dalam proses mencapai kebahagiaan, adanya sisi religius yang dimiliki oleh partisipan S dan EK membuat dirinya tidak terjebak dalam peristiwa yang dialami. Partisipan S dan EK juga dapat merasakan ketenangan ketika dirinya semakin mendekati Allah. Pada partisipan AA, terlihat adanya religiusitas seperti rasa syukur atas pertolongan Allah untuk hidupnya. Menurut Tyawardana dan Syafiq (2022) individu dapat merasa sejahtera dalam kondisi apapun ketika didalam dirinya memiliki tingkat religiusitas yang baik sehingga dapat memunculkan pikiran-pikiran yang positif.

Proses selanjutnya dalam mencapai kebahagiaan pada ibu tunggal yang mengalami cerai hidup adalah kontrol diri yang ditunjukkan oleh partisipan S yaitu mengalihkan pikiran negatifnya dengan kegiatan positif. Pada partisipan AA, adanya kontrol diri untuk mencari kebahagiaannya sebagai seorang ibu tunggal. Kemudian pada partisipan EK, terlihat juga adanya kontrol diri seperti menjaga pikiran positif. Hal ini sejalan dengan pendapat Alamsyah, Uzra, Rahmalia dan Rusdi (2018) bahwa kontrol diri dapat terjadi karena adanya emosi yang dimiliki individu, kontrol emosi yang positif dapat diraih ketika individu dapat mengontrol diri untuk tidak melakukan perbuatan yang dapat menimbulkan emosi atau perasaan yang negatif. Dari adanya kontrol diri yang dilakukan, terdapat kepuasan yang dirasakan oleh ketiga partisipan.

Pada partisipan S dirinya merasa puas karena mampu memfasilitasi anak-anaknya untuk menempuh pendidikan yang tinggi, memberikan doa serta motivasi. Pada partisipan AA, timbul kepuasan ketika dirinya mampu memenuhi kebutuhan hidupnya dan anak-anaknya. Selain itu, adanya kepuasan karena dirinya merasa masih menarik meskipun sudah berstatus sebagai ibu tunggal. Pada partisipan EK, adanya kepuasan ketika dirinya dapat memfasilitasi pendidikan pada anak-anaknya dari hasil kerja kerasnya sendiri. Partisipan EK juga merasa puas karena dirinya telah mengasuh anak tirinya dari umur 4 tahun hingga sekarang dan merasa dirinya jauh lebih menarik dibandingkan dulu. Baumgardner dan Crothers (dalam Anggraheni, 2016) mengungkapkan bahwa adanya kepuasan serta adanya keseimbangan antara emosi positif dan negatif dapat menunjang kebahagiaan hidup individu.

Dari berbagai macam kepuasan yang dirasakan oleh ketiga partisipan, terdapat makna kebahagiaan pada ketiga partisipan. Makna kebahagiaan pada partisipan S yaitu ketika dirinya tidak merasakan perasaan-perasaan yang negatif yang dapat mengganggu kebahagiaan dirinya serta tidak adanya perbedaan antara *ideal self* dan *real self*. Menurut partisipan AA makna kebahagiaan adalah ketika dirinya dapat melakukan hal-hal yang disukai. Pada partisipan EK, makna kebahagiaan menurut dirinya yaitu saat melihat anak-anaknya merasa bahagia. Sejalan dengan Seligman (2005) yang menyatakan bahwa kebahagiaan merupakan suatu penilaian terhadap hidup dan diri sendiri yang mana didalamnya terkandung emosi positif berupa kenyamanan dan kegembiraan yang meluap-



luap serta adanya aktivitas positif yang tidak memenuhi bagian apapun seperti absorpsi dan keterlibatan.

Gambaran kebahagiaan pada ketiga partisipan berbeda-beda, namun terdapat beberapa kebahagiaan yang sama seperti tidak adanya ikatan pernikahan yang membuat ketiga partisipan tidak lagi tersiksa secara batin oleh konflik-konflik yang ada. Memiliki uang yang cukup untuk memenuhi kebutuhan hidupnya beserta anak-anak, dapat melihat anak-anaknya sejahtera dan bahagia serta mampu menolong orang lain. Selanjutnya kebahagiaan pada partisipan S dan EK dapat ditunjukkan ketika dirinya melihat anak-anaknya memiliki pendidikan yang tinggi. Kebahagiaan lain pada partisipan S, ketika dirinya melihat anak-anaknya patuh dan memiliki teman yang memberikan dampak positif bagi dirinya. Pada partisipan AA kebahagiaan juga dapat dirasakan ketika anaknya terlihat cantik serta dapat melakukan hal yang disukai seperti memasak. Pada partisipan EK, kebahagiaan lainnya yang dirasakan yaitu ketika dirinya dapat memberi waktu dan kasih sayang yang utuh, dapat melihat anak-anaknya menjalani hidup dengan benar, dapat melihat kecantikan dirinya sendiri serta melihat anak-anak bangga terhadap dirinya.

Dari adanya kebahagiaan yang dirasakan, membuat partisipan S menjadi lebih produktif. Partisipan S menunjukkan bahwa dirinya menjadi sibuk untuk melanjutkan pendidikan S3, bekerja dan jalan-jalan. Sebagaimana yang dikatakan oleh Wijaya dan Panjaitan (2023) adanya hubungan yang positif antara kebahagiaan dan produktivitas. Namun berbeda dengan partisipan EK yang tidak sejalan dengan pendapat tersebut karena partisipan EK dapat menemukan kebahagiaannya setelah memiliki produktivitas seperti adanya tambahan pekerjaan diluar jam kerja. Adanya perubahan positif yang terjadi pada partisipan S secara fisik, psikologis dan menjadi lebih produktif. Pada partisipan AA, perubahan positif yang terjadi pada dirinya secara fisik, psikologis, ekonomi dan kehidupan sosial. Pada partisipan EK, perubahan positif yang dirasakan adalah dari segi fisik, psikologis, kehidupan sosial, kecerdasan dan kemandirian. Dari banyaknya perubahan positif yang dialami oleh ketiga partisipan, adanya harapan-harapan yang bermunculan untuk kehidupan di masa depan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa untuk mendapatkan kebahagiaan sebagai seorang ibu tunggal yang mengalami cerai hidup bukanlah hal yang mudah. Namun bukan berarti semua ibu tunggal yang mengalami cerai hidup tidak dapat bahagia. Kebahagiaan pada ibu tunggal yang mengalami cerai hidup tersebut dapat ditentukan dari seberapa besar penerimaan terhadap seluruh peristiwa dan usaha untuk menemukan kebahagiaan. Sehingga gambaran kebahagiaan pada tiap ibu tunggal akan dapat berbeda-beda, yang mana dalam penelitian ini ditemukan bahwa gambaran kebahagiaan ibu tunggal yang mengalami cerai hidup adalah ketika ibu tunggal dapat terlepas dari ikatan pernikahan yang tidak bahagia, dapat melihat kesejahteraan anak-anak, pemenuhan kebutuhan fisik dan psikologis anak, anak patuh dan terlihat cantik, serta anak dapat menjalani kehidupan dengan baik. Kebahagiaan ibu tunggal yang mengalami cerai hidup juga dapat diraih ketika dirinya memiliki teman-teman yang memberikan dampak positif terhadap dirinya, dapat berbagi dengan orang lain, dapat melakukan hal yang disukai serta dapat melihat kecantikan dirinya sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

Ahsyari, E. R. N. (2014). Kelelahan Emosional dan Strategi Coping Pada Wanita Single Parent (Studi



- Kasus Single Parent di Kabupaten Paser). *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(3), 170–176. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v2i3.3659>
- Alamsyah, F. H., Uzra', G. N. F., Rahmalia, I. D., & Rusdi, A. (2018). Kontrol Diri pada Individu yang Orangnya Bercerai ditinjau dari Pemaafan dan Religiusitas. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 6(2), 142. <https://doi.org/10.22219/jipt.v6i2.5590>
- Anggraheni, D. A. (2016). Fenomena Perceraian: Makna Kebahagiaan Dalam Sudut Pandang Single Mother. *Psychology & Humanity*, 122–127.
- Aprilia, W. (2013). Resiliensi dan Dukungan Sosial pada Orang Tua Tunggal (Studi Kasus pada Ibu Tunggal di Samarinda). *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(3), 157–163. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i3.3326>
- Creswell, J. W. (2016). *Research Design, Pendekatan Metodologi Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fajrianti, F & Faradina, A. (2012). Konflik Pekerjaan dan Coping Stress pada Single Mothers. *Journal Psikologi Industri Dan Organisasi*, 1 (2)(02), 416–427.
- Febrianto, P. T. (2021). Single Mothers' Survival Strategies of University Students During COVID-19 Pandemic. *Society*, 9(1), 19–36. <https://doi.org/10.33019/society.v9i1.301>
- Ganivasari Citra Ladiba, & Muhana Sofiaty Utami. (2022). Resiliensi Single Working Mother Pasca Suami Meninggal. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(1), 1–17. <https://doi.org/10.30762/happiness.v4i1.360>
- Ismail, Rusdi, M., Sangaji, A. I., & Rezkiamaliah, F. (2020). *Presepsi Masyarakat Terhadap Status Janda di Kecamatan Tamalate Kota Makassar. 1*.
- Lestari, D. W. P. (2022). *Subjective Well Being pada Ibu Tunggal Dewasa Awal yang Bercerai. 4*, 11–20.
- Lestiani, I. (2016). Hubungan Penerimaan Diri Dan Kebahagiaan Pada Karyawan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Gunadarma*, 9(2), 109–119. <https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/view/1549>
- Perdana, P. D., & Dewi, K. S. (2015). *PERGULATANEMOSI PADA WANITA KARIR YANG DITINGGAL MATI SUAMI Abstrak. 4*(April), 1–7.
- Seligman, M. E. P. (2005). *Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Bandung: Mizan Pustaka.
- Tyawardana, M. A., & Syafiq, M. (2022). Kesejahteraan subjektif pada single mother yang bekerja dan memiliki anak disabilitas. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(2), 124–138.
- Wijaya, A., & Natalia, C. (2023). Hubungan kebahagiaan dan produktivitas di era post modern. *Jurnal Penelitian Pendidikan Sosial Humaniora*, 8(1).
- Wiranti, & Sudagijono, J. S. (2017). Gambaran Subjective Well-Being Pada Single Mother. *Jurnal Experientia*, 5(1), 69–80.
- Yuyu, N., Sirait, D., & Minauli, I. (2015). Hardiness pada single mother. *Diversita*, 1(2), 28–38.