



## Kepribadian Tangguh pada Ibu Tunggal

Sebfiliani Estonia<sup>1</sup>, Kamsih Astuti<sup>2</sup>

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta  
[kamsih@mercubuana-yogya.ac.id](mailto:kamsih@mercubuana-yogya.ac.id)

---

### Abstrak

Ibu tunggal adalah wanita yang ditinggalkan suami karena perceraian atau kematian, dan memutuskan untuk membesarkan anak-anaknya sendirian. Hal itu tidak mudah dan muncul beberapa masalah yang seringkali ibu tunggal mengalami stress. Kepribadian yang dapat berperan dalam menghadapi stres adalah kepribadian tangguh (*hardiness*). *Hardiness* merupakan salah satu ciri kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat dan optimis dalam menghadapi stres dan mengurangi efek negatif yang dihadapi. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran kepribadian *hardiness* pada ibu tunggal. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dengan pendekatan fenomenologis. Pengambilan data dilakukan dengan metode wawancara dan observasi pada empat partisipan. Guna memperkuat data penelitian, peneliti melakukan wawancara pada significant others. Verifikasi data pada penelitian ini menggunakan teknik triangulasi yang meliputi triangulasi teknik serta triangulasi sumber. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada ibu tunggal terdapat tiga fase dalam proses terbentuknya kepribadian *hardiness*. Fase tersebut adalah fase awal yaitu saat pertama kali menjadi ibu tunggal, selanjutnya fase konflik adalah fase timbulnya permasalahan sebagai ibu tunggal, dan yang terakhir fase Tangguh adalah fase seorang ibu tunggal dapat melihat tantangan yang dialami bukan menjadi sebuah hambatan namun merupakan peluang untuk meningkatkan kualitas hidup. Seorang Ibu tunggal yang memiliki kepribadian *Hardiness* akan lebih mampu dalam menghadapi setiap permasalahan yang ada di dalam kehidupan pribadi, keluarga dan di masyarakat.

**Kata Kunci :** fenomenologi, ibu tunggal, kepribadian tangguh

### *Abstract*

*A single mother is a woman whose husband leaves her due to divorce or death, and decides to raise her children alone. This is not easy and several problems arise that single mothers often experience stress. A personality that can play a role in dealing with stress is hardiness. Hardiness is a personality trait that makes individuals stronger and more optimistic in dealing with stress and reduces the negative effects they face. This research aims to look at the description of Hardiness Personality in single mothers. This research uses a descriptive qualitative research method with a phenomenological approach. Data collection was carried out using interview and observation methods on four participants. In order to strengthen research data, researchers conducted interviews with significant others. Data verification in this research uses triangulation techniques which include source triangulation and technical triangulation. The results of this research show that in single mothers there are three phases in the process of forming a hardiness personality. This phase is the initial phase, namely when you first become a single mother, then the conflict phase is the phase where problems arise as a single mother, and finally the Resilient phase is the phase when a single mother can see that the challenges she experiences are not an obstacle but an opportunity to improve quality life. A single mother who has hardiness will be better able to face every problem that exists in her personal life, family, and in society.*



**Keywords** : *phenomenology, hardiness personality, single mother*

## PENDAHULUAN

Ibu tunggal adalah seorang wanita yang ditinggalkan suami atau pasangan hidupnya baik itu karena kematian maupun perceraian, memutuskan untuk membesarkan serta bertanggung jawab terhadap anak-anaknya sendirian tanpa menikah lagi, peran perempuan sebagai ibu tunggal selain mendidik, mengasuh, memelihara, tempat mencurahkan isi hati, mengatur kehidupan keluarga harus dapat berperan pula menjadi seorang ayah yaitu bekerja untuk mencari nafkah, mendidik, melindungi, dan memberikan rasa aman (Puspitaningrum, 2020). Peran ganda yang dialami oleh Ibu tunggal tersebut tentunya akan menyebabkan munculnya masalah seperti stress, kemiskinan, standar kehidupan yang menurun, perasaan sendiri, mendapat pandangan negatif di dalam masyarakat, muncul pula perasaan menjadi beban bagi orang lain dan tentu saja adanya hambatan dalam mengasuh anak. Menurut Swagery, dkk (2017) menjadi orang tua tunggal pada dasarnya bukan merupakan pilihan hidup, namun bagi mereka yang berstatus orang tua tunggal yang mampu mempersiapkan dengan baik dan matang tentu tidak akan menjadi beban berat. Papalia dkk (dalam Sirait & Minauli, 2015) mengemukakan bahwa seorang istri kehilangan seseorang yang dicintainya yaitu suami karena kematian maka individu tersebut biasanya akan merasakan sakit yang begitu dalam, duka cita mendalam, kesepian, mengalami gangguan fisik dan psikologis, rasa frustrasi dan kehilangan yang mungkin baru akan hilang setelah melalui waktu yang cukup lama.

Keberhasilan perempuan untuk bangkit dan berperan sebagai orangtua tunggal di tengah berbagai tekanan membutuhkan penyesuaian dan dukungan dari berbagai aspek. Selain itu diperlukan juga ketangguhan dari dalam diri perempuan tersebut. Seseorang yang memiliki kepribadian yang tangguh mempunyai kecenderungan untuk mempersepsikan atau memandang peristiwa-peristiwa hidup yang potensial mendatangkan tekanan sebagai sesuatu yang tidak terlalu mengancam (Indira dan Gunawan, 2021). Ini merupakan konsep yang digagas Kobasa yang dinamakan sebagai Hardiness. Kobasa, (dalam Apriliana dan Rahmasari, 2021) mendefinisikan Hardiness sebagai suatu karakteristik kepribadian individu yang kuat, tahan, dan stabil dalam menghadapi tekanan dan efek negatif dalam suatu situasi. Menurut Maddi (dalam Puspitaningrum dan Satiningsih, 2020) Hardiness didasari oleh motivasi dan sikap berani untuk menghadapi situasi yang sulit dan kemampuan untuk mengubah keadaan tertekan menjadi peluang individu untuk tumbuh. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mulyati dan Indriana (2016) menyimpulkan bahwa semakin tinggi kepribadian *hardiness* maka semakin rendah work-family conflict pada ibu yang bekerja. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Arishanti dan Juniarly (2019) mengungkapkan pula bahwa Hardiness memiliki peran yang signifikan terhadap stres.

Dari penjelasan sebelumnya sebagai seorang Ibu tunggal harus bertahan hidup untuk diri dan anak-anaknya yang dalam penyelesaian banyak menimbulkan stress dan gangguan kepercayaan diri serta kehilangan suatu kebahagiaan dalam diri. Keberhasilan mereka dalam menjalani kehidupan ini adalah bentuk dari ketangguhan mereka yang ingin menang dari perubahan keadaan. Hal tersebut sejalan dengan temuan Mariana dkk (2022) yang menyatakan seorang dengan *hardiness* tinggi memiliki hubungan positif dalam lingkungan keluarga, pekerjaan dan masyarakat. Sebaliknya seseorang dengan *hardiness* rendah akan mengalami kesulitan dalam mengelola stres dan belum merasa ikhlas dengan apa yang dialami hal ini membuat individu dengan *hardiness* rendah memiliki permasalahan di dalam lingkungan keluarga, pekerjaan, dan masyarakat



Berdasarkan permasalahan pada ibu tunggal yang telah diuraikan diatas, peneliti ingin mengetahui secara mendalam dari perspektif psikologi positif. Psikologi positif adalah istilah yang memayungi studi tentang emosi positif, karakter positif dan intuisi yang dipercaya serta merupakan sebuah ilmu yang berpengaruh pada pengembangan fungsi optimal dari individu maupun kelompok (Seligman, 1998), yang dalam penelitian ini terkait pengalaman ibu tunggal memiliki kepribadian tangguh (Hardiness) untuk dapat memaknai permasalahan baik yang timbul karena kecemasan individu maupun masalah sosial sehingga dapat berfikir positif bahwa setiap masalah merupakan sebuah peluang dan berupaya dengan tindakan aktif untuk menghadapi permasalahan tersebut. Maka dari pemaparan dan tujuan penelitian diatas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimana gambaran kepribadian tangguh (hardiness) pada ibu tunggal?”

## METODE

Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran kepribadian Tangguh (Hardiness) pada ibu tunggal yang memiliki pengalaman ditinggal oleh suami karena cerai hidup atau kematian. Penelitian ini menggunakan pendekatan Kualitatif, atau yang sering disebut metode penelitian naturalistik sebab penelitian dilakukan pada kondisi yang alamiah. Digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, dimana peneliti adalah instrumen kunci (Sugiyono, 2016). Pengambilan data kualitatif dengan pendekatan fenomenologi merupakan pemaknaan umum dari sejumlah individu terhadap berbagai pengalaman hidup mereka terkait dengan konsep atau fenomena (Creswell, 2015). Menurut Smith (2013), sudut pandang fenomenologi merupakan sudut pandang yang menyeluruh (holistic), dan dengan demikian perlu mengetahui pemahaman secara global mengenai deskripsi yang diungkapkan oleh informan sebelum melangkah lebih jauh.

Teknik pengumpulan data yang dipilih pada penelitian ini adalah purposive sampling, teknik pengambilan sumber data dengan pertimbangan tertentu, partisipan dianggap paling tahu tentang apa yang akan kita harapkan atau mungkin partisipan dianggap paling memahami situasi sosial yang akan diteliti (Sugiyono, 2016). Unit analisis yang akan digunakan secara individual dengan 4 orang, partisipan yang digunakan peneliti memiliki beberapa kriteria yaitu : (a) ibu tunggal karena perceraian (2 orang) dan kematian (2 orang); (b) partisipan berusia dewasa awal (17-40th); (c) telah menjadi ibu tunggal minimal selama 1 tahun; (d) memiliki anak yang masih menjadi tanggungan.

Tabel 1. Tabel profil Partisipan

Identitas	Partisipan			
	I	II	III	IV
Inisial Nama	CP	ID	AM	NN
Usia	32	40	29	32
Pekerjaan	Tour Guide	Penjahit	Freelancer	Freelancer
Pendidikan terakhir	SMP	SMA	SMK	SMA
Jumlah anak	1	4	2	3
Status pernikahan	Cerai Hidup	Cerai Hidup	Cerai Mati	Cerai Mati

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dalam penelitian adalah mendapatkan tambahan data. Teknik pengumpulan data secara umum dapat diperoleh melalui observasi, wawancara, dan triangulasi/ gabungan. Pada penelitian ini



teknik triangulasi yang digunakan adalah triangulasi sumber dan triangulasi teknik dalam penjelasan penelitian kualitatif, isi dan proses pengumpulan data dilakukan dengan natural setting (kondisi alamiah), sumber data primer dan teknik pengumpulan penyusunan data lebih banyak pada observasi berperan serta (participant observation), wawancara mendalam (in depth interview) dan dokumentasi (Sugiyono, 2016).

## HASIL

Menurut Maddi (dalam Puspitaningrum dan satiningsih, 2020) Kepribadian tangguh (Hardiness) didasari oleh motivasi dan sikap berani untuk menghadapi situasi yang sulit dan kemampuan untuk mengubah keadaan tertekan menjadi peluang individu untuk tumbuh. Kobasa (dalam Indira dan Gunawan, 2021) menyebutkan bahwa ada tiga karakteristik kepribadian Tangguh (Hardiness) yaitu commitment, challenge, dan control yang sering disebut dengan 3C. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan, dapat diketahui bahwa seorang ibu tunggal cerai hidup maupun ibu tunggal cerai mati mengalami tekanan yang relatif sama yaitu terkait masalah ekonomi, para partisipan juga mengalami fase-fase yang relatif sama dalam proses menerima segala kondisi yang dihadapi sebagai ibu tunggal. Hasil penelitian menunjukkan terdapat tiga fase yang dilalui oleh seorang ibu tunggal, yaitu fase awal adalah fase dimana seseorang pertama kali menjadi ibu tunggal baik itu karena perceraian maupun kematian suami

*“Ya perasaannya itu kaget lah perempuan manapun gak ada yang siap dengan apa kalo ditinggal orang yang disayangi yang hidup bersama-sama dari nol, tapi siap gak siap,...”*

*“... , sekarang setelah aku memutuskan untuk pisah karo de’e wis loss plong digawe digawe seneng malah bahagia,...”*

Dua pernyataan diatas merupakan pernyataan kedua partisipan yang mewakili dua partisipan lainnya yang menyatakan saat pertama kali menjadi seorang ibu tunggal.

Fase konflik adalah fase kedua dimana seorang ibu tunggal dihadapkan pada permasalahan baru di dalam kehidupannya sebagai seorang ibu tunggal yang memiliki anak sebagai tanggungan.

*“Tantangan yang paling memukul ekonomi. Perekonomian saya kan jadi ya goncang lah.”*

Pernyataan diatas adalah pertanyaan salah satu partisipan dalam penelitian ini terkait masalah ekonomi yang dihadapi, pernyataan tersebut juga mewakili pernyataan ketiga partisipan lainnya. Adapun masalah lain yang dihadapi oleh seorang ibu tunggal seperti masalah sosial.

*“Oh banyak apalagi saya ikut kerjaan freelance IO kemana-mana pulang malam kayak gitu sampai ada yang mengira saya jadi prostitusi online, perempuan gak benar, banyak seperti itu”*

Pernyataan diatas adalah pertanyaan salah satu partisipan dalam penelitian ini terkait masalah sosial yang dialami di masyarakat, permasalahan sosial ini terkait stigma negatif seorang ibu tunggal pernyataan tersebut juga mewakili pernyataan ketiga partisipan lainnya tentang hal serupa. Selain kedua masalah diatas pada fase konflik partisipan juga mengalami masalah psikologis, masalah psikologis yang dialami terkait pemenuhan peran ganda sebagai ibu dan sebagai ayah.

*“Ya menjalaninya pertama kali juga berat karena biasa dengan status seorang ibu, seorang istri sekarang harus menjadi dua status sekaligus seorang ibu dan seorang ayah gak gampang sih dan harus membiasakan diri dengan panggilan ibu rondo”*



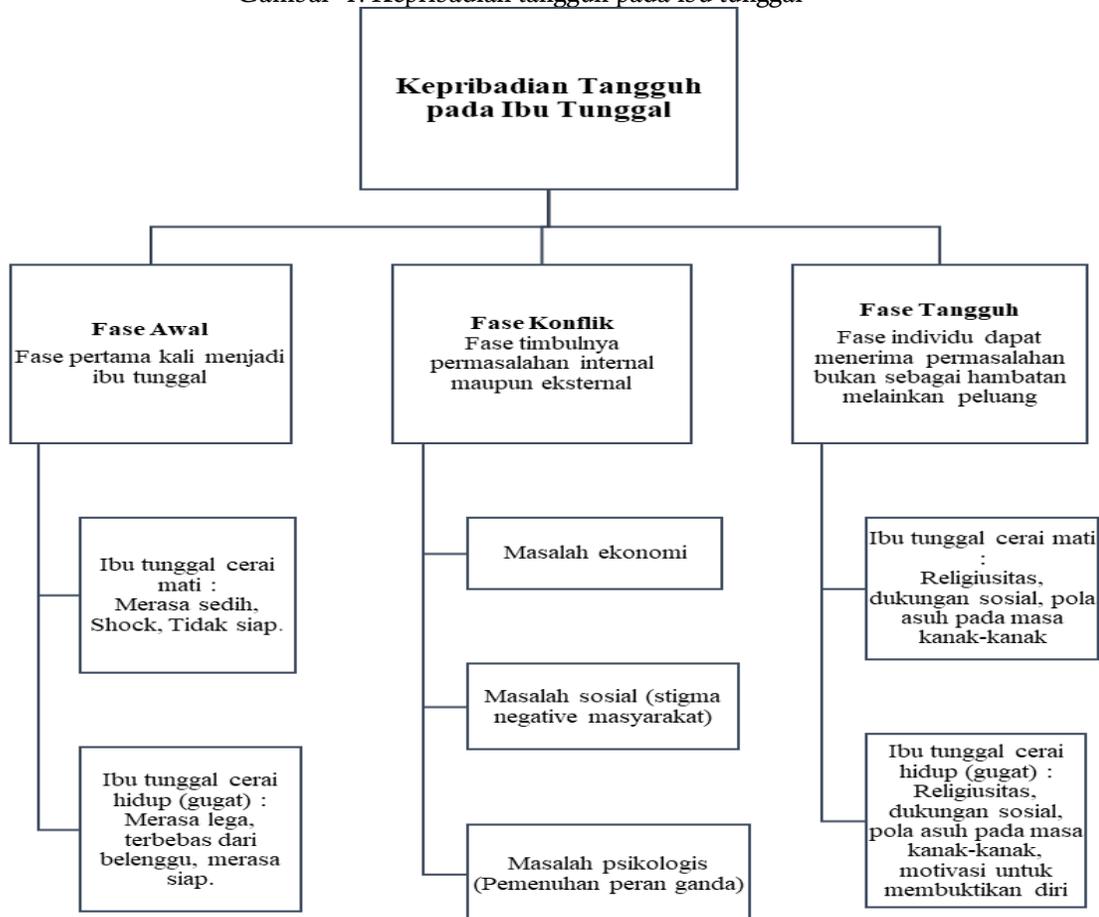
Pernyataan diatas adalah pertanyaan salah satu partisipan dalam penelitian ini terkait pemenuhan peran ganda yang dialami oleh seorang ibu tunggal, akan tetapi ketiga partisipan lainnya juga memiliki pernyataan yang serupa sebagai seorang ibu tunggal dan harus memenuhi peran ganda. partisipan lainnya yang menyatakan saat pertama kali menjadi seorang ibu tunggal.

Fase terakhir yaitu fase tangguh (*hardiness*) pada fase ini ibu tunggal sudah dapat mengelola setiap emosi negatif yang timbul pada fase konflik. Partisipan menemukan strategi dalam menyelesaikan dan menyikapi setiap konflik yang dialami sebagai ibu tunggal.

*“Pandangan hidupku untuk saat ini ya mungkin ya ke depan untuk diriku sendiri kedepannya kan aku masih butuh beberapa tantangan yang bagaimana yang harus aku ee hadapi, di sisi lain dan aku juga masih mempunyai pertanggung jawaban yang besar terhadap anak dan keluarga semakin ke depan kebutuhan akan semakin banyak, bagaimana tantangan kedepannya itu yo aku harus mau gak mau harus mengatur pada strategi untuk diriku sendiri bagaimana ke depan itu anak itu juga bisa tercukupi tentang lahir atau batinnya gitu.”*

Pernyataan diatas merupakan salah satu pernyataan partisipan yang menunjukkan fase tangguh pada ibu tunggal, ketiga partisipan lainnya juga menyatakan hal yang serupa.

Gambar 1. Kepribadian tangguh pada ibu tunggal





## DISKUSI

Fase awal merupakan fase dimana partisipan ibu tunggal bercerai dengan suami saat suami meninggal dunia. Menurut Mitchell (1992) setelah bercerai hidup atau mati dan menjadi seorang ibu tunggal akan merasakan trauma, penyesalan, kecewa, sakit hati, kesepian, marah, sedih, kehilangan, tidak siap dan berbagai perasaan buruk lainnya. Hal ini bertolak belakang dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nur'Aeni dan Retno Dwiyantri (2009) yang menemukan bahwa pada perempuan yang bercerai hidup muncul perasaan bahagia, lega, tenang karena merasa terlepas dari belenggu kehidupan rumah tangganya yang dirasa sangat menyakitkan hati. Penelitian tersebut selaras dengan yang diungkapkan ibu tunggal cerai hidup dalam penelitian ini terkait keputusan untuk bercerai adalah keputusan yang sudah diambil karena kedua partisipan telah menanamkan keyakinan yang kuat dalam dirinya untuk memperoleh kehidupan yang lebih baik. Namun fase awal yang berbeda diungkapkan oleh ibu tunggal dengan pasangan meninggal karena sakit yang sempat merasa kaget dan tidak siap. Livneh dan Antonak (2005) menyebutkan bahwa kaget atau shock merupakan reaksi awal yang berlangsung dalam jangka waktu yang pendek ketika individu mengalami peristiwa traumatis dan kecelakaan yang terjadi secara tiba-tiba. Gargiulo (2012) juga menyebutkan bahwa reaksi kaget memang merupakan reaksi awal individu ketika menghadapi kondisi yang tidak sesuai harapannya.

Fase kedua atau fase konflik adalah fase timbulnya permasalahan internal maupun eksternal pada individu sebagai ibu tunggal. Konflik internal yang timbul adalah individu merasakan cemas terkait masa depan anak. Menurut Sutardjo Wiramihardja (2005) kecemasan adalah suatu perasaan yang sifatnya umum, dimana seseorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya. Kecemasan adalah sesuatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang. Kecemasan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi (Savitri Ramaiah, 2003). Pada penelitian ini keempat partisipan memiliki pernyataan yang hampir sama tentang perasaan khawatir terhadap masa depan anak terutama karena keempat partisipan tidak memiliki pekerjaan yang memiliki penghasilan tetap. Pada fase konflik ini para partisipan dihadapkan pada permasalahan eksternal seperti masalah ekonomi, masalah sosial terkait stigma negatif masyarakat dan masalah psikologis seperti pemenuhan peran ganda sebagai ibu sekaligus ayah. Ibu tunggal harus dapat berperan sebagai seorang ibu yang bertugas mendidik, merawat dan mengasuh anak namun juga berperan sebagai ayah yang bertugas melindungi keluarga dan menjadi kepala keluarga serta memenuhi kebutuhan ekonomi di keluarga.

Fase akhir yaitu fase tangguh adalah fase individu yang mulai dapat berdamai dengan kondisi dan permasalahan yang dialami pada fase ini kepribadian Tangguh (*hardiness*) mulai tampak pada ibu tunggal. Quick, dkk (dalam Widyarini, 2010) menyatakan *hardiness* adalah konstruksi kepribadian yang merefleksikan sebuah orientasi yang lebih optimis terhadap hal-hal yang menyebabkan stres. Ini sesuai dengan pendapat Kobasa (1979) yang mengatakan *hardiness* sebagai kecenderungan untuk mempersepsikan atau memandang peristiwa-peristiwa hidup yang potensial mendatangkan stres sebagai suatu yang tidak terlalu mengancam. Partisipan yang sudah dapat memahami dirinya, dan memiliki kepribadian *hardiness* membuat mereka memiliki *commitment* untuk tetap dapat bangkit dan menyelesaikan permasalahan yang ditemui bukan hanya memandang masalah sebagai hambatan namun justru memandang masalah sebagai *challenge* untuk dapat menunjukkan kualitas diri yang lebih baik. Para partisipan yang sudah memasuki fase menerima akan memiliki sikap kontrol untuk



menetralisir hal negatif di dalam kehidupannya, pada fase ini sikap pasrah dan berpikiran positif sangat membantu para partisipan untuk memiliki kepribadian Tangguh (Hardiness).

Partisipan memiliki kepribadian Tangguh (Hardiness) sehingga dapat menyesuaikan dengan rasa sakit yang diderita, sehingga partisipan tahu apa yang harus dilakukan ketika dihadapkan pada sebuah permasalahan. Partisipan tidak lagi berpikir bahwa permasalahan yang dialami itu menjadi hambatan namun adalah peluang untuk meningkatkan diri dan hal itu bermanfaat untuk kehidupannya saat ini maupun untuk masa depan. Menurut Hurlock (dalam Vera & Witrin, 2016) orang yang dapat menerima dirinya akan dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik. Dalam penelitian ini religiusitas, pola asuh orang tua dimasa partisipan kanak-kanak serta dukungan sosial sangat membantu para partisipan memiliki kepribadian Tangguh (Hardiness). Religiusitas adalah potensi beragama atau berkeyakinan kepada tuhan dengan kata lain percaya adanya kekuatan diluar dirinya yang mengatur hidup dan kehidupan alam semesta (Yulianto, 2014). Religiusitas berperan penting pada partisipan pada saat dihadapkan pada sebuah permasalahan. Keempat partisipan memiliki kepercayaan percaya bahwa apa yang telah terjadi di dalam hidupnya adalah rencana Tuhan, dan percaya bahwa Tuhan akan memberikan pertolongan.

Selain religiusitas peran orang tua partisipan dalam pengasuhan di masa kanak-kanak membantu keempat partisipan dalam pengambilan keputusan untuk menyelesaikan permasalahan yang ditemui. Menurut Gunarsa dan Singgih (2007) dalam bukunya Psikologi Remaja, pola asuh orang tua adalah sikap dan cara orang tua dalam mempersiapkan anggota keluarga yang lebih muda termasuk anak supaya dapat mengambil keputusan sendiri dan bertindak sendiri sehingga mengalami perubahan dari keadaan bergantung kepada orang tua menjadi berdiri sendiri dan bertanggung jawab sendiri. Keempat partisipan sepakat bahwa pola asuh orang tua saat mereka kanak-kanak berpengaruh kepada pembentukan kepribadian di dalam diri mereka hingga saat ini. Pola asuh orang tua ini membantu partisipan untuk dapat menyelesaikan permasalahan dan membentuk kemandirian pada diri partisipan, kemandirian ini ditunjukkan oleh partisipan saat mereka menjadi seorang ibu tunggal mereka berperan sebagai tulang punggung keluarga.

Dukungan sosial juga mempengaruhi terbentuknya kepribadian Tangguh (Hardiness) pada seorang ibu tunggal. Menurut Taylor (2003), dukungan yang dimiliki oleh individu dapat mencegah berkembangnya masalah akibat tekanan yang dihadapi. Individu yang memperoleh dukungan sosial lebih tinggi akan lebih berhasil mengatasi dan menghadapi masalah dibandingkan dengan individu yang tidak memperoleh dukungan atau memperoleh dukungan sosial yang tergolong rendah. Untuk menurunkan efek dari peristiwa stress dalam hidupnya, salah satu cara yang individu lakukan adalah dengan mencari dukungan sosial. Dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga dapat berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan finansial, dan dukungan informatif. Setiap jenis dukungan memberikan pengaruh atau manfaat bagi individu yang menerimanya. Menurut Ermayanti dan Abdullah (2011), apabila individu memperoleh dukungan emosional yang tinggi, individu akan merasa mendapatkan dorongan yang tinggi dari anggota keluarga. Selain dukungan dari keluarga keempat partisipan juga menyatakan bahwa teman-teman partisipan memberikan dukungan positif baik nasihat, materi maupun motivasi, teman-teman tidak hanya memberikan dukungan secara emosional namun juga memberikan dukungan secara finansial. Dukungan yang diberikan oleh teman-teman kepada keempat partisipan memberikan pengaruh yang positif terhadap partisipan hal tersebut membuat partisipan dapat lebih percaya diri dalam menghadapi permasalahan sebagai ibu tunggal. Keempat partisipan sepakat bahwa mereka memiliki teman-teman yang baik dan



selalu mensupport mereka di masa-masa yang sulit, keberadaan teman-teman membantu mereka untuk dapat tumbuh dan melewati fase konflik.

Selain yang beberapa faktor yang telah diungkapkan diatas dalam penelitian ini peneliti menemukan bahwa motivasi untuk membuktikan kualitas diri kepada masyarakat dan mantan suami berpengaruh pada pembentukan kepribadian Tangguh (Hardiness) ibu tunggal yang bercerai (gugat). Kedua partisipan yang merupakan ibu tunggal dengan cerai hidup gugat sama-sama menyatakan bahwa partisipan ingin menunjukkan kepada mantan suami bahwa walau menjadi seorang ibu tunggal partisipan dapat lebih bahagia.

### **KESIMPULAN**

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kepribadian tangguh (Hardiness) pada ibu tunggal cerai hidup maupun mati dapat dicapai dengan 3 tahapan yakni fase awal, fase konflik dan fase tangguh. Ada perbedaan antara ibu tunggal cerai mati dengan ibu tunggal cerai hidup di fase awal, namun walaupun ada perbedaan di fase awal keempat partisipan dapat melewati tahap konflik dan mencapai tahap tangguh sehingga keempat partisipan dapat memiliki kepribadian Tangguh (hardiness). Religiusitas dari individu, pola asuh di masa kanak-kanak serta dukungan dari keluarga dan teman yang positif memberikan pengaruh pada terbentuknya kepribadian tangguh (Hardiness) pada ibu tunggal. Pada ibu tunggal dengan cerai hidup terdapat faktor tambahan dalam terbentuknya kepribadian hardiness yaitu dengan motivasi untuk membuktikan kualitas diri yang lebih baik pada mantan suami. Dari penelitian ini dapat disimpulkan pula bahwa kepribadian tangguh (Hardiness) sangat membantu para ibu tunggal baik karena cerai hidup maupun cerai mati dalam menghadapi permasalahan secara psikologis. Maupun masalah sosial bukan sebagai sebuah hambatan melainkan tantangan (challenge) yang harus bisa ditaklukan, kepribadian tangguh (Hardiness) membantu seorang ibu tunggal untuk dapat mengontrol (control) segala emosi negatif yang timbul karena permasalahan hidup dan membantu ibu tunggal memiliki pemikiran positif untuk dapat melakukan Tindakan-tindakan nyata dalam mencapai sebuah tujuan dalam hal ini dapat dikatakan sebagai komitmen (commitment) seorang ibu tunggal untuk memiliki nilai lebih di dalam dirinya serta menjamin keberhasilan masa depan anak-anaknya. Seorang ibu yang memiliki kepribadian tangguh (Hardiness) dapat bertahan dan bangkit saat dihadapkan pada kondisi-kondisi yang tidak menguntungkan atau saat dihadapkan pada berbagai permasalahan, ibu tunggal akan memiliki percaya diri yang baik bahwa dia dapat mengendalikan keadaan negative menjadi sebuah peluang yang baik bagi dirinya dapat berkembang menjadi yang lebih baik

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Apriliana, I. A., & Rahmasari, D. (2021). Gambaran Hardiness Pada Individu Yang Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja Karena Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(6)
- Arishanti, N., & Juniarty, A. (2019). Hardiness, Penyesuaian Diri dan Stress pada Siswa Taruna. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 4(2)
- Creswell, John W. 2015. *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Ermayanti, S., & Abdullah, S. M. (2011). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Masa Pensiun



- Gargiulo, R.M. (2012). *Special education in contemporary society 4 : An introduction to exceptionality*. Los Angeles: Sage Publication Inc.
- Gunarsa, S. D. & Ny Singgih D. G. 2004. *Psikologi Anak bermasalah*. Jakarta: BPK Gunung Mulia
- Indira, L., & Gunawan, T. (2021). Perbedaan Hardiness pada Wanita Menikah yang Berkarir dan Wanita Menikah yang Tidak Berkarir. *Intensi, Jurnal Psikologi*, 1(5), 37–47
- Kobasa, S.C. (1979). Stressful Life Events, Personality and Health: A Prospective Study. *Journal of Personality and Social Psychology*. 37,1-11.
- Livneh, H., & Antonak, R. F. (2005). Psychosocial Adaptation to Chronic Illness and Disability: A Primer for Counselors. *Journal of Counseling & Development*, 83(1), 12–20. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2005.tb00575.x>
- Maddi, S. R. (2013). *Hardiness: Turning stressful circumstances into resilient growth*. Springer
- Mariana, E. R., Suroto, S., & Rezki, N. F. (2020). Hubungan Karakteristik Dan Stres Kerja Perawat Terhadap Burnout Syndrome Pada Perawat Pelaksana Di IGD Dan ICU RSUD Ratu Zalecha Martapura. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 139.
- Mitchell, B. J. (1992). *Dilema Perceraian*, Jakarta: Arcan
- Mulyati, S., & Indriana, Y. (2016). Hubungan antara Kepribadian Hardiness dengan Work-Family Conflict pada Ibu yang Bekerja Sebagai Teller Bank pada Bank Rakyat Indonesia Semarang, 5(3), 577-582
- Nur'aeni M., & Dwiyantri R. (2009). Dinamika psikologis perempuan yang bercerai (studi tentang penyebab dan status janda pada kasus perceraian di Purwokerto. *Psycho idea*, 7(1), 11-21
- Puspitaningrum, D., & Satiningsih. (2020). Karakteristik Hardiness Pada Remaja Yang Diasuh Oleh Single Mother. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 1-7
- Savitri Ramaiah. (2003). *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Seligman, M., E., P. (1998). Building human strength: psychology's forgotten mission. *APA Monitor*. No. 29. Vol. 1
- Sirait, N. Y. D., & Minauli, I. (2015). Hardiness pada single mother. *Jurnal Dicersita*, 1(2), 28–38
- Smith, M. A., Argiati, S. H. B. (2013). Kepribadian Tangguh (Hardiness) pada Perempuan Penderita Pasca Stroke. *Jurnal Psikologi*. 3 (2).
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung : IKAPI
- Sutardjo Wiramihardja. (2005). *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Refika Aditama
- Swagery, R. V., Hikmatul., & Husna, A. 2017. Hardiness pada wanita karir single parent yang memiliki anak tunarungu. *Jurnal Psikologi*, 15(2), 66-73.
- Taylor, S. E. (2003). *Health Psychology*. Fifth Edition. United States of America: Mcgraw Hill, Inc



- Vera & Witrin. 2016. Gambaran Penerimaan Diri (Self-Acceptance) pada Orang yang Mengalami Skizofrenia. *Jurnal Psikologi*. Vol 3
- Widyarini, Nilam. (2010). *Menjadi Orang Tabah*. Skripsi. Fakultas Tarbiyah UIN Malang. Tidak Diterbitkan
- Yulianto. 2014. Hubungan Antara Konsep Diri Dan Kecerdasan Emosi Dan Kenakalan Remaja. *Jurnal nusantara of research*.