

## Self Feeling Remaja yang Tinggal dengan Orang Tua Tunggal

Rista Nova Rahmawati<sup>1\*</sup>, Yudisa Diaz Lutfi Sandi<sup>2</sup>, Pariyem<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup>D III Keperawatan, Akademi Keperawatan Pemerintah Kabupaten Ngawi  
Email: yudisadiaz@gmail.com

**Kata kunci :**

Perasaan, Remaja,  
Single parent,  
Kualitatif

**Abstrak**

Remaja tinggal dengan single parent sangat banyak terjadi di Indonesia. Berbagai perasaan dapat timbul di dalam diri seorang remaja selama tinggal dengan single parent dan berdasarkan lingkungan dalam keluarga. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi gambaran perasaan pada remaja dengan single parent. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif, partisipan berjumlah 5 orang yang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi menggunakan purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam. Tahap analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik Colaizzi di dukung dengan software Nvivo 11 untuk menghindari missing data. Tahap analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik Colaizzi. Pada penelitian ini didapatkan 5 tema : (1) kesedihan, (2) kebahagiaan, (3) Rasa Kasih Sayang, (4) Penerimaan Diri, (5) Syok. Gambaran perasaan remaja dapat terbentuk dari berbagai aspek dari rasa kesedihan, kebahagiaan, penerimaan diri, dan syok karena tekanan yang berlebihan.

## Self Feeling In Adolescents Living with Single Parent

**Keywords**

Feelings,  
Adolescent, Single  
parent,  
Qualitative.

**: Abstract**

Adolescent living with single parents are very common in Indonesia. Various feelings can arise in a adolescent during living with a single parent and based on the environment in the family. This study aims to explore the description of feelings in adolescents with single parents. This study uses a descriptive qualitative method, 5 participants were selected according to the inclusion criteria using purposive sampling. Data collection using in-depth interviews. The data analysis stage in this study used the Colaizzi technique supported by Nvivo 11 to avoid missing data. The data analysis stage in this study used the Colaizzi technique. This study found 5 themes: (1) sadness, (2) happiness, (3) compassion, (4) self-acceptance, (5) shock. The picture of adolescent feelings can be formed from various aspects of sadness, happiness, self-acceptance, and shock due to excessive pressure.

## 1. PENDAHULUAN

Perilaku remaja yang harus tinggal dengan satu orang tua menunjukkan perilaku yang tidak sesuai dengan norma yang ada seperti, masalah dalam akademis yang tidak memiliki motivasi belajar, tidak sopan, perilaku yang mengganggu, sering berkata kasar karena suasana hati yang tertekan (Aziz, 2015; D'Onofrio and Emery, 2019).

Pada tahun 2018 jumlah perceraian di Indonesia sejumlah 408.202 kasus perceraian, kemudian mengalami peningkatan pada tahun 2019 dengan jumlah total kasus perceraian sebanyak 439.002 kasus (BPS, 2018, 2019). *Single parent* tidak hanya disebabkan karena perceraian, ada yang pasangannya meninggal, atau kasus remaja yang hamil di luar nikah. Menurut data dari laman Badan Pusat Statistik (BPS) di tahun 2018 jumlah cerai mati yang ada di Jawa Timur berkisar sejumlah 8,28% dan cerai mati di Indonesia sejumlah 6,31% (Badan Pusat Statistik, 2019).

Orang tua adalah pembentuk orang pertama dalam kehidupan anak dan akan menjadi panutan yang baik bagi anak. Setiap orang tua berharap agar anaknya menjadi pribadi yang berbudi pekerti, bermental sehat, dan berbudi pekerti yang terpuji (Suheri, Kholil and Lubis, 2019). Emosi perasaan seorang anak dapat diproses dari pengasuhan orang tuanya dengan menjalin komunikasi yang baik (Huff and Hartenstein, 2020). Sehingga, perasaan dapat mempengaruhi perilaku dalam kehidupan sehari – hari (Jekauc and Brand, 2017). Dari perasaan perlindungan, keselamatan, dan keamanan anak, dan keluarga secara utuh dapat berkaitan dengan kesejahteraan emosional anak dan kemampuan mereka menyesuaikan diri (Laletas and Khasin, 2021).

Dari pernyataan di atas peneliti dapat mengetahui bahwa setiap individu mempunyai berbagai macam perasaan ketika bersama *single parent*. Selain itu, hasil penelitian terdahulu juga didapatkan berbagai gambaran perasaan remaja dengan *single parent*. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan mempelajari lebih lanjut hal yang mempengaruhi perasaan remaja dengan *single parent*.

## 2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan *self-esteem* pada remaja dengan *single parent*. Pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam (*in-depth interview*) yang direkam dengan media *audio recorder* dan kemudian ditranskripkan. Teknik sampling partisipan dalam penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling* yang sudah disesuaikan dengan kriteria inklusi sebelumnya. Hasil pengumpulan data di akhir setiap partisipan dianalisis menggunakan teknik *Colaizzi* dan dilanjutkan sampai partisipan terakhir hingga memenuhi saturasi data. Analisis data menggunakan *software* Nvivo 11 untuk menghindari adanya data yang hilang sekaligus memastikan validitas dari sumber data.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian didapatkan total partisipan sebanyak 5 orang yang bersedia untuk dilakukan wawancara mendalam. Pemilihan partisipan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yang sudah di sepakati. Kekayaan data yang diperoleh dengan melakukan kaji berulang pada seriap akhir wawancara dan mengadakan pertemuan yang diadakan berulang.

### Tema 1 : Kesedihan

Pada sebagian partisipan merasakan kesedihan karena tidak lengkapnya struktur utama dalam keluarga seperti, ayah, ibu, dan anak :

*tapi kalau di belakang yang baru, baru merasakan sedih (V4-64-65)*

### Tema 2 : Kebahagiaan

Partisipan mendeskripsikan hal positif dalam keluarga dengan perasaan bahagia yang dirasakan ketika berkumpul dengan keluarga :

*Ketika keluarganya bersatu ya ya pastinya sangat senang ya, sangat senang rumah jadi rame kemudian pekerjaan juga banyak yang apa namanya melakukan gotong royong gitu terus*

*segala masalah dihadapi sama-sama kemudian apalagi kalau bersatu tapi terlihat rukun itu kan sangat saya sendiri bangga gitu (V2-321-327)*

### **Tema 3 : Rasa Kasih Sayang**

Beberapa partisipan mengatakan seorang anak mempunyai perhatian kepada orang tuanya berupa kasih sayang :

*kayak memberikan perhatian kasih sayang (V4-89-90)*

*Soalnya aku kan sayang banget sama mamaku kalau dikatakan aku anak mama aku anak mama banget gitu aku lebih cenderung ke mama daripada ke papa (V5-18-20)*

### **Tema 4 : Penerimaan Diri**

Partisipan menyampaikan bahwa dalam sebuah kehidupannya yang harus tinggal dengan *single parent* membutuhkan proses untuk menerima dengan baik :

*memaklumi bahwa memang dalam sepanjang Umur saya yang 22 tahun ini emang, emang keadaannya seperti itu tidak pernah kumpul bersama sama kecuali saat ibu saya pulang (V2-73-77)*

### **Tema 5 : Syok**

Beberapa partisipan menyampaikan bahwa mereka mengalami syok ketika mendengar kabar tentang perceraian atau kematian orang tuanya :

*dari situ aku tahu bahwa mamaku udah nggak ada, dan aku syoknya adalah karena nggak ada nya itu nggak akan kembali lagi sampai kapanpun (V5-33-36)*

## **PEMBAHASAN**

### **Tema 1 : Kesedihan**

Data wawancara di lapangan menunjukkan semua partisipan mengalami kesedihan tersendiri ketika harus tinggal dengan orang tua tunggal. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Demirbilek and Otrar, 2014) kehadiran keluarga memiliki faktor penting pada kesehatan mental, ego, dan harga diri anak

yang membuat anak menjadi lebih emosional sehingga kehilangan orang yang dikagumi baik ayah ataupun ibu dapat menimbulkan luka psikologis. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh (Hutauruk, Ahmad and Bentri, 2019) seorang remaja tidak pernah menyukai perceraian orang tuanya sehingga membuat anak menangis dengan getir, namun dalam hal ini remaja akhirnya menerima dan tidak menunjukkan kesedihan yang berkepanjangan. Kehilangan dalam kelengkapan keluarga dapat menimbulkan perasaan sedih bagi individu karena kedepannya akan tinggal hanya dengan satu orang tua.

### **Tema 2 : Kebahagiaan**

Perasaan yang dirasakan partisipan tidak selalu tentang kesedihan, namun ada beberapa faktor yang membuat partisipan merasakan kebahagiaan dalam dirinya dan keluarganya. Menurut (Wardecker *et al.*, 2017) menyatakan bahwa bahagia merupakan salah satu emosi positif yang dapat terbentuk dari faktor eksternal supaya anak lebih siap untuk mengenang pengalaman dengan orang tua sehingga tekanan yang ada dalam diri seseorang akan mulai menurun dengan adanya kebahagiaan. Indikator kebahagiaan adalah seberapa bahagia yang kamu rasakan, bukan apakah orang lain melihatmu tersenyum, keluargamu memikirkanmu bahagia, yang dianggap sebagai kehidupan yang baik (Helliwell, Layard and Sachs, 2013). Perasaan bahagia bisa timbul dalam diri individu ketika harus tinggal dengan *single parent* karena bahagia yang dirasakan tidak hanya berasal dari keluarga tetapi karena adanya dukungan dari orang terdekat yang membuat individu merasa lebih bahagia.

### **Tema : Rasa Kasih Sayang**

Faktanya perasaan kasih sayang tetap ada di antara orang tua dan anak meskipun tidak dalam anggota keluarga yang utuh pada umumnya. Orang tua harus bisa menjalankan salah satu aspek fungsi kasih sayang dengan baik untuk pertumbuhan dan perkembangan seorang anak (Dalimunthe, Marjohan and Syahniar, 2014). Bagi remaja, tinggal dengan (*single parent*) dapat menjadikan konsep diri menjadi lebih baik, meski bukan lagi tinggal utuh dalam satu rumah, remaja tetap mendapatkan kasih sayang dari ayah atau ibu tunggal dalam

kehangatan keluarga (Supratman, 2020). Perasaan kasih sayang terdapat pada setiap diri individu untuk orang tuanya, walaupun tidak adanya keutuhan dalam orang tua kasih sayang bisa didapatkan dari anggota keluarga lain.

#### **Tema 4 : Penerimaan Diri**

Sebagian besar partisipan menyatakan rasa penerimaan diri mereka harus tinggal dengan orang tua tunggal dan harus kehilangan salah satu orang tua yang dikarenakan bercerai, bekerja di tempat yang jauh, bahkan kematian salah satu orang tua. Salah satu aspek kesejahteraan psikologis adalah penerimaan diri (Ryff, 2013). Menurut (Bernard *et al.*, 2013) penerimaan diri merupakan kemampuan diri sendiri untuk menyadari dan menghargai karakteristik pada diri sendiri, dapat mengembangkan potensi diri, dan ketika mendapat tekanan interpersonal, individu dapat menerima dengan baik sehingga tidak memberikan penilaian yang negatif terhadap diri sendiri maupun orang lain. Seorang remaja sebagian besar dapat memahami bahwa perceraian adalah pilihan orang tuanya, mereka tidak punya pilihan lain selain menerima keputusan tersebut (R. Subramaniam, Sumari and Md Khalid, 2020). Menerima ketidak adanya satu orang tua awalnya sulit bagi partisipan, namun karena lambat laun sudah terbiasa dengan kehidupan dengan *single parent* mereka bisa menerima dampak buruk maupun positif dalam dirinya.

#### **Tema 5 : Syok**

Data yang diperoleh di lapangan menunjukkan remaja yang tinggal dengan *single parent* awalnya mengalami syok karena adanya tekanan tiba – tiba dalam dirinya. Remaja memiliki tanggung jawab untuk memelihara hubungan dengan orang tua dan dapat mengalami syok ketika harus kehilangan keluarga mereka secara utuh (Shanholtz *et al.*, 2017). Adanya gangguan struktur keluarga, kematian salah satu orang tua, dan perpisahan kedua orang tua, selain itu adanya tekanan kehidupan yang berbeda. Namun tidak selamanya remaja yang tinggal dengan *single parent* mengalami perasaan demikian, ketika awal kehidupan itu hanya membutuhkan penyesuaian psikologis mereka (Daryanani *et al.*, 2016). Syok yang dialami partisipan tidak

mengganggu kehidupan sosial mereka, mereka hanya memerlukan koping yang baik ketika mengendalikan tekanan yang mereka alami ketika harus menerima tinggal dengan *single parent*.

#### **4. SIMPULAN**

Gambaran perasaan remaja dengan *single parent* tampak pada tema – tema yang saling berkaitan satu sama lain. berbagai macam emosi dirasakan dalam diri remaja menimbulkan perasaan sedih karena mengalami sebuah kehilangan. Dari kehilangan tersebut muncul dukungan dari berbagai kalangan masyarakat sehingga remaja merasa lebih bahagia dalam menjalani kehidupannya dengan *single parent*. Rasa penerimaan terhadap dampak negatif maupun positif dapat muncul dari kebiasaan hanya hidup dengan *single parent*. Perasaan lain yang dirasakan remaja dengan *single parent* yaitu perasaan syok yang timbul karena tekanan secara tiba – tiba dalam kehidupannya harus tinggal dengan *single parent*.

#### **SARAN**

Untuk penelitian selanjutnya perlu dikembangkan lagi, karena dalam penelitian ini masih banyak yang perlu diperbaiki lagi agar bermanfaat bagi ilmu pendidikan khususnya dalam bidang keperawatan.

#### **5. REFENSI**

- Aziz, M. (2015) ‘Perilaku Sosial Anak Remaja Korban Broken Home Dalam Berbagai Perspektif (Suatu Penelitian di SMPN 18 Kota Banda Aceh’, *Jurnal Al-Ijtima'iyyah*, 1(1), pp. 30–50. doi: <http://dx.doi.org/10.22373/al-ijtima'iyyah.v1i1.252>.
- Badan Pusat Statistik (2019) ‘Persentase Penduduk Berumur 10 Tahun ke Atas menurut Provinsi, Jenis Kelamin, dan Status Perkawinan, 2009-2018’. Available at: <https://www.bps.go.id/statictable/2012/04/19/1602/persentase-penduduk-berumur-10-tahun-ke-atas-menurut-provinsi-jenis-kelamin-dan-status-perkawinan-2009->

- 2018.html.
- Bernard, M. E. *et al.* (2013) 'Self-Acceptance in the Education and Counseling of Young People Michael', *The Strength of Self-Acceptance: Theory, Practice and Research*, pp. 1–288. doi: 10.1007/978-1-4614-6806-6.
- BPS (2018) 'Nikah dan Cerai BPS 2018'. Available at: [https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view\\_data\\_pub/0000/api\\_pub/110/da\\_04/2](https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data_pub/0000/api_pub/110/da_04/2).
- BPS (2019) 'Nikah dan Cerai BPS 2019'. Available at: [https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view\\_data\\_pub/0000/api\\_pub/110/da\\_04/1](https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data_pub/0000/api_pub/110/da_04/1).
- D'Onofrio, B. and Emery, R. (2019) 'Parental divorce or separation and children's mental health', 18(february), pp. 100–101. doi: 10.1002/wps.20590.
- Dalimunthe, R. ., Marjohan and Syahniar (2014) 'Kontribusi Pengasuhan Orangtua dan Self-Esteem terhadap Perilaku Bullying', *Konselor*, 3(4), pp. 1–7.
- Daryanani, I. *et al.* (2016) 'Cognitive Vulnerabilities to Depression for Adolescents in Single-Mother and Two-Parent Families', *Journal of Youth and Adolescence*. Springer US, pp. 0–1. doi: 10.1007/s10964-016-0607-y.
- Demirbilek, M. and Otrar, M. (2014) 'The Examination of The Assertiveness Levels and Self-Respect of Adolescents with Single Parent and Whole Family', *International Online Journal of Educational Sciences*, 6(1), pp. 1–7. doi: 10.15345/iojes.2014.01.001.
- Helliwell, J., Layard, R. and Sachs, J. (2013) 'World Happiness REPORT 2013', *World Happiness Report 2013*, pp. 2–153. doi: 10.1093/acprof:oso/978099732739.001.0001.
- Huff, S. C. and Hartenstein, J. L. (2020) 'Helping Children in Divorced and Single-Parent Families', *The Handbook of Systemic Family Therapy*, 2, pp. 521–539. doi: 10.1002/9781119788393.ch21.
- Hutauruk, F., Ahmad, R. and Bentri, A. (2019) 'Children Resilience In Dealing With Parental Divorce Based On the Ability to Regulate Emotions And Optimism', *International Journal of Research in Counseling and Education*, 4(1), p. 9. doi: 10.24036/00124za0002.
- Jekauc, D. and Brand, R. (2017) 'Editorial: How do emotions and feelings regulate physical activity?', *Frontiers in Psychology*, 8(JUL), pp. 1–3. doi: 10.3389/fpsyg.2017.01145.
- Laletas, S. and Khasin, M. (2021) 'Children of high conflict divorce: Exploring the experiences of primary school teachers', *Children and Youth Services Review*. Elsevier LTD, 127, p. 106072. doi: 10.1016/j.childyouth.2021.106072.
- R. Subramaniam, S. D., Sumari, M. and Md Khalid, N. (2020) 'Surviving the break-up: teenagers' experience in maintaining wellness and well-being after parental divorce', *Asia Pacific Journal of Counselling and Psychotherapy*. Routledge, 11(1), pp. 60–75. doi: 10.1080/21507686.2019.1702069.
- Ryff, C. D. (2013) 'Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia', *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), pp. 10–28. doi: 10.1159/000353263.
- Shanholtz, C. E. *et al.* (2017) 'A Randomized Clinical Trial of Online Stress Inoculation for Adult Children of Divorce', *Journal of Divorce and Remarriage*. Routledge, 58(8), pp. 599–613. doi: 10.1080/10502556.2017.1354278.
- Suheri, S., Kholil, S. and Lubis, L. (2019) 'The Communication Patterns of Single Parent Families in Forming Children's Morals in Medan City', *Budapest International Research and Critics Institute (BIRCI-Journal) : Humanities and Social Sciences*, 2(3), pp. 134–143. doi:

10.33258/birci.v2i3.400.

Supratman, L. P. (2020) 'A Qualitative Study of Teenagers Viewpoint in Dealing with Parents' Divorce in Indonesia', *Journal of Divorce and Remarriage*. Routledge, 61(4), pp. 287–299. doi: 10.1080/10502556.2019.1699374.

Wardecker, B. M. *et al.* (2017) 'Caregivers' Positive Emotional Expression and Children's Psychological Functioning after Parental Loss', *Journal of Child and Family Studies*, 26(12), pp. 3490–3501. doi: 10.1007/s10826-017-0835-0.