

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konsep *Social Support*

1. Definisi *Social Support*

Social support atau dukungan sosial merupakan sebuah bentuk dukungan dari orang lain (baik secara fisik maupun non fisik) yang dapat membuat orang lain merasa diterima, dihargai dan dicintai.¹ Secara lebih jelas ada beberapa beberapa pendapat para ahli yang menuraikan tentang pendefinisian dari *social support*. Diantaranya yaitu :

- a. Menurut House dukungan sosial diartikan sebagai transaksi interpersonal yang melibatkan satu atau lebih aspek-aspek berikut: informasi, perhatian, emosi, penilaian, dan bantuan instrumental.²
- b. Menurut Cohen & Hoberman, dukungan sosial mengacu pada berbagai sumber daya yang disediakan oleh hubungan antar pribadi seseorang. Dukungan sosial memiliki efek yang positif pada kesehatan, yang mungkin terlihat bahkan ketika tidak berada dibawah tekanan yang besar.³

¹ Fatma Mizananda, "Hubungan Antara Social Support dengan Self Acceptance...".

² Dinie Ratri Desiningrum, "Kesejahteraan Psikologis Lansia Janda/Duda Ditinjau Dari Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Dan Gender", *Jurnal Psikologi Undip*, 13, (Oktober, 2014), 103.

³ Dian Isnawati, "Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Masa Persiapan Pensiun Pada Karyawan PT Pupuk Kaltim", *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 02, (Februari, 2013), 3.

- c. Sarason mengatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita.⁴
- d. Menurut Sarafino sesuatu yang dikatakan sebagai sebuah dukungan sosial mengacu pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan akan kepedulian atau membantu orang untuk menerima dari orang atau kelompok lain.⁵
- e. Diamtteo menjelaskan bahwa dukungan sosial itu sebagai dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain seperti teman, tetangga, teman kerja dan orang-orang lainnya.⁶
- f. Sedangkan menurut Gottlieb dukungan sosial secara operasional yaitu bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasihat verbal atau non verbal yang diberikan oleh suatu jaringan yang akrab.⁷

Dari beberapa pendapat yang menjelaskan tentang dukungan sosial diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan sosial adalah sebuah dukungan dari orang lain atau orang terdekat, baik secara verbal maupun non verbal yang dapat membuat individu merasa nyaman dan dapat mengurangi perasaan beban atau tekanan yang dialami. Dukungan yang

⁴ Fani Kumalasari, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Panti Asuhan", *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1, (Juni, 2012), 25.

⁵ Smet, Bart, *Psikologi Kesehatan* (Jakarta : Grasindo, 1994) 136.

⁶ Wiwin Fachrudin Yusuf, "Hubungan Dukungan Sosial Dan Self Acceptance Dengan Motivasi Menghafal Al-Qur'an Di Pondok Pesantren Al-Qur'an Nurul Huda Singosari Malang", *Jurnal Psikologi*, 3, (September, 2015), 2-3.

⁷ Idham Khalid, "Pengaruh Self Esteem dan Dukungan Sosial Terhadap Optimisme Hidup Penderita HIV/AIDS", *Skripsi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*, (Desember, 2011).

diberikan dapat berupa kepedulian, perhatian, penghargaan atau bantuan lain.

2. Bentuk-bentuk *Social Support*

Menurut House setidaknya ada empat bentuk dalam seseorang memberikan dukungan sosial, yaitu :

a. *Emotional support*

Yaitu melibatkan kekuatan jasmani dan keinginan untuk percaya pada orang lain, sehingga individu menjadi yakin bahwa orang lain mampu memberikan cinta dan kasih sayang padanya.

b. *Instrumental support*

Yaitu meliputi penyediaan sarana untuk mempermudah atau menolong orang lain. Misalnya peralatan, sarana pendukung dan waktu luang.

c. *Informatif support*

Yaitu berupa pemberian informasi untuk mengatasi masalah, dapat berupa pemberian nasihat, pengarahan atau keterangan lain yang dibutuhkan.

d. *Apraisal support*

Yaitu penilaian terhadap individu dengan memberi penghargaan atau penilaian dan umpan balik yang mendukung tindakannya.⁸

⁸ Retna Febri Arifiati, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dan Kepercayaan Diri Dengan Kemandirian Belajar", *Naskah Publikasi* Universitas Muhammadiyah Surakarta, (Juni, 2013), 6.

Selain dari pendapat House tentang bentuk dukungan sosial diatas, Sarafino juga menjelaskan dan melengkapi tentang hal tersebut. Menurutnya ada lima bentuk dukungan sosial, yaitu :

a. Dukungan Emosional

Yaitu hal-hal yang mencakup perasaan empati, kepedulian, perhatian terhadap individu, memberikan rasa nyaman, merasa memiliki dan dicintai saat ia sedang mengalami tekanan.

b. Dukungan Penghargaan

Yaitu berupa penghargaan yang positif terhadap tindakan individu, dorongan atau persetujuan terhadap ide atau perasaan individu dan membandingkan secara positif individu dengan orang lain.

c. Dukungan Instrumental

Yaitu dapat berupa bantuan atau tindakan langsung, seperti memberikan uang, waktu dan tenaga.

d. Dukungan Informatif

Yaitu berupa memberi nasihat, petunjuk, saran atau umpan balik terhadap tindakan yang dilakukan individu.

e. Dukungan Jaringan

Yaitu membangun perasaan individu adalah bagian dari anggota kelompok.⁹

Dari penjelasan kedua tokoh tersebut, dapat disimpulkan bahwa ada lima bentuk yang dapat diartikan sebagai sebuah dukungan sosial. Yaitu

⁹ Anindhiya Setyaningrum, "Pengaruh Dukungan Sosia Orang Tua Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa Kelas V Sekolah Dasar di Gugus Hasanudin Kabupaten Cilacap Tahun Ajaran 4014/2015", *Skripsi Universitas Negeri Yogyakarta*, (Juli, 2015), 26.

berupa dukungan emosional (*emotional support*), dukungan penghargaan (*appraisal support*), dukungan instrumental (*instrumental support*), dukungan informatif (*informatif support*) dan dukungan jaringan.

3. Sumber *Social Support*

Dukungan sosial yang diterima oleh individu biasanya berasal dari orang-orang terdekatnya atau orang yang mengerti tentang keadaannya. Hal ini dikarenakan seseorang yang telah cukup lama dekat akan lebih mudah untuk memahami dan mendapat kepercayaan dari individu. Menurut Sarafino sebuah dukungan sosial dapat diterima individu melalui beberapa sumber, antara lain melalui pasangan (suami/istri), keluarga, teman, rekan kerja atau komunitasnya sehari-hari.

4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi *Social Support*

Tidak semua individu bisa mendapatkan dukungan seperti yang mereka butuhkan. Ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi apakah individu tersebut bisa menerima dukungan atau tidak. Sarafino menyebutkan ada tiga faktor yang dapat mempengaruhi pemberian dukungan, yaitu :

a. Penerima Dukungan (*Recipients*)

Ada beberapa pertimbangan yang biasanya dilakukan seseorang sebelum memberikan dukungan. Diantaranya apakah individu itu ramah atau tidak, pernah menolong orang atau tidak, atau apakah individu tersebut membutuhkan dukungan dari orang lain atau tidak.

b. Pemberi Dukungan (*Providers*)

Dalam kondisi si pemberi dukungan biasanya ada pertimbangan-pertimbangan sebelum ia akhirnya memberikan dukungan pada orang lain. Pertimbangan tersebut antara lain apakah ia mempunyai sesuatu yang dibutuhkan oleh orang tersebut. Atau bahkan ia tidak mengetahui bahwa orang tersebut membutuhkan bantuannya atau tidak.

c. Faktor Komposisi Dan Struktur Jaringan Sosial

Yaitu kedekatan hubungan yang dimiliki individu tersebut dengan orang lain, baik dalam keluarga maupun lingkungannya. Bisa dalam bentuk jumlah, frekuensi, komposisi atau intimasi.¹⁰

B. Konsep *Self Acceptance*

1. Definisi *Self Acceptance*

Self acceptance atau penerimaan diri yaitu suatu kemampuan individu untuk dapat melakukan penerimaan terhadap dirinya sendiri. Hal ini dirasa perlu dimiliki oleh setiap individu agar ia dapat menjalankan semua aktivitas dan potensi yang dimilikinya. Ada beberapa ahli yang mendefinisikan dan mencoba menjelaskan tentang penerimaan diri. Diantara ahli tersebut antara lain yaitu :

- a. Menurut Hurlock, penerimaan diri adalah suatu tingkat kemampuan dan keinginan individu untuk hidup dengan segala karakteristik dirinya.¹¹

¹⁰ Ainun Ni'mah, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Self Efficacy Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Konseling Universitas Negeri Semarang Angkatan Tahun 2009", *Skripsi* Universitas Negeri Semarang, (Januari, 2014), 49.

- b. Menurut Jersild, penerimaan diri adalah kesediaan untuk menerima dirinya yang mencakup keadaan fisik, psikologi sosial dan pencapaian dirinya, baik kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki.¹²
- c. Menurut Johnson, penerimaan diri dipandang sebagai suatu keadaan dimana seseorang memiliki penghargaan yang tinggi pada dirinya sendiri.¹³
- d. Surtain mengartikan penerimaan diri sebagai suatu kesadaran diri untuk menerima dan memahami diri seperti apa adanya.¹⁴
- e. Santrock mendefinisikan penerimaan diri sebagai suatu kesadaran untuk menerima diri sendiri apa adanya.¹⁵
- f. Menurut Carl Rogers menyatakan bahwa biasanya mereka yang merasa disukai, ingin diterima, mampu atau layak menerima. Orang yang menolak dirinya biasanya tidak bahagia dan tidak mampu membentuk dan menjaga hubungan baik dengan orang lain.
- g. Chaplin menambahkan bahwa penerimaan diri adalah sikap yang pada dasarnya merasa puas dengan diri sendiri, kualitas-kualitas dan bakat-bakat sendiri, dan pengakuan akan keterbatasan-keterbatasan sendiri.¹⁶

¹¹ E. B. Hurlock, *Psikologis Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan* (Jakarta : Erlangga, 1996), 19.

¹² Endah Meilinda, "Hubungan Antara Penerimaan Diri dan Konformitas terhadap Intensi Merokok pada Remaja di SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda", *eJurnal Psikologi*. 1 (2013), 9-22.

¹³ Arimbi Kaniasih PH, "Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Depresi Pada Wanita Perimenopause", *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2 (Juni, 2012), 3.

¹⁴ Yulia Sudhar Dina, "Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kompetensi Interpersonal Pada Remaja Panti Asuhan", Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta (2010), 39.

¹⁵ J. W. Santrock, *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Edisi Kelima (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2002).

¹⁶ J. P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, terj. Kartini Kartono (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 1999), 450.

- h. Menurut Maslow penerimaan diri adalah pribadi yang dapat menerima diri apa adanya, memiliki sikap positif atas dirinya, tidak terbebani oleh kecemasan atau rasa malu. Subjek menerima kelemahan dan kelebihan dirinya.¹⁷
- i. Calhoun dan Acocella mengatakan penerimaan diri akan membantu individu dalam menyesuaikan diri sehingga sifat-sifat dalam dirinya seimbang dan terintegrasi.¹⁸

Dari beberapa pendapat ahli yang telah disebutkan diatas, dapat diambil sebuah kesimpulan bahwa penerimaan diri adalah kemampuan dan kesadaran individu untuk menerima dan menghargai keadaan dirinya dengan segala kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki, dengan tujuan agar ia bisa bahagia dan dapat menjalin hubungan yang baik dengan orang lain.

2. Faktor Yang Mempengaruhi *Self Acceptance*

Hurlock mengemukakan sepuluh faktor yang mempengaruhi penerimaan diri individu, yaitu:

- a. Pemahaman Tentang Diri Sendiri

Timbul dari kesempatan seseorang untuk mengenali kemampuan dan ketidakmampuannya serta mencoba menunjukkan kemampuannya.

Semakin individu memahami dirinya, maka semakin besar penerimaan individu terhadap dirinya.

¹⁷ Arry Avrilya Purnaningtyas, "Penerimaan Diri Pada Laki-Laki Dewasa Penyandang Disabilitas Fisik Karena Kecelakaan", *Jurnal Universitas Ahmad Dahlan*, Yogyakarta.

¹⁸ Dewi Masyithah, "Hubungan Dukungan Sosial Dan Penerimaan Diri Pada Penderita *Pasca Stroke*", *Skripsi Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*, (2012).

b. Harapan Realistik

Timbul jika individu menentukan sendiri harapannya dengan disesuaikan dengan pemahaman kemampuannya, dan bukan diarahkan oleh orang lain. Dengan harapan realistik, akan semakin besar kesempatan tercapainya harapan tersebut sehingga menimbulkan kepuasan diri.

c. Tidak Adanya Hambatan di Lingkungan

Harapan individu akan sulit tercapai bila lingkungan di sekitarnya tidak memberikan kesempatan atau bahkan menghalangi (walaupun harapan individu sudah realistik).

d. Sikap-sikap Anggota Masyarakat yang Menyenangkan

Tidak adanya prasangka, adanya penghargaan terhadap kemampuan sosial orang lain dan kesediaan individu mengikuti kebiasaan lingkungan.

e. Tidak Adanya Gangguan Emosional yang Berat

Tidak adanya gangguan emosional yang berat akan membuat individu dapat bekerja sebaik mungkin dan merasa bahagia.

f. Pengaruh Keberhasilan yang Dialami

Keberhasilan yang dialami dapat menimbulkan penerimaan diri (yang positif). Sebaliknya, kegagalan yang dialami mengakibatkan adanya penolakan diri.

g. Identifikasi dengan Orang yang Memiliki Penyesuaian Diri yang Baik

Individu yang mengidentifikasi diri dengan orang yang *well adjusted*, dapat membangun sikap-sikap yang positif terhadap diri sendiri dan bertingkah laku dengan baik, yang dapat menimbulkan penerimaan diri dan penilaian diri yang baik.

h. Adanya Perspektif Diri yang Luas

Yakni memperhatikan pandangan orang lain tentang diri. Perspektif diri yang luas ini diperoleh melalui pengalaman dan belajar.

i. Pola Asuh di Masa Kecil yang Baik

Anak yang diasuh secara demokratis akan cenderung berkembang sebagai orang yang dapat menghargai dirinya sendiri.

j. Konsep Diri yang Stabil

Individu yang tidak memiliki konsep diri yang stabil (misalnya, kadang menyukai diri dan kadang tidak menyukai diri), akan sulit menunjukkan pada orang lain siapa ia sebenarnya, sebab ia sendiri ambivalen terhadap dirinya.¹⁹

Selain itu menurut Jersild mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi penerimaan diri seseorang, yaitu :

- a. Usia
- b. Pendidikan
- c. Keadaan fisik
- d. Dukungan sosial
- e. Latar belakang agama

¹⁹ Ibid.,

- f. Kondisi ekonomi
- g. Pola asuh orang tua²⁰

3. Ciri-ciri Seseorang Yang Memiliki *Self Acceptance* Yang Baik

Seperti halnya dalam pendefinisian, beberapa ahli juga mencoba untuk menentukan ciri-ciri dari seseorang yang memiliki penerimaan diri yang baik. Salah satu diantaranya yaitu yang dikemukakan oleh Alport, ia beranggapan bahwa orang-orang yang bisa menerima dirinya adalah orang yang memiliki ciri dibawah ini :

- a. Memiliki gambaran yang positif tentang dirinya

Seseorang bisa mendapatkan sisi lain dari dirinya dan tidak berhenti pada kebiasaan dan keterbatasan serta aktivitas yang hanya berhubungan dengan kebutuhan-kebutuhan dan keinginan-keinginan sendiri.

- b. Seseorang yang dapat mengatur dan bertoleransi dengan keadaan emosi

Dasar individu yang baik adalah kesan positif terhadap dirinya sendiri sehingga dengan demikian seseorang akan dapat bertoleransi dengan frustrasi dan kemarahan atas kekurangan dirinya dengan baik tanpa perasaan yang tidak menyenangkan dan perasaan bermusuhan.

- c. Dapat berinteraksi dengan orang lain

²⁰ Desi Anggraini, "Hubungan Antara Kecerdasan (Intelektual, Emosi, Spiritual) Dengan Penerimaan Diri Pada Dewasa Muda Penyandang Cacat Tubuh Di Balai Besar Rehabilitasi Sosial Bina Daksa Prof. Dr. Soeharso Surakarta", *Skripsi* Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta,(2012).

Dua hal yang menjadi kriteria hubungan interpersonal yang hangat dengan orang lain adalah keintiman dan kasih sayang.

- d. Memiliki persepsi yang realistik dan kemampuan untuk menyelesaikan masalah

Seseorang melihat pada hal-hal yang ada pada dirinya, bukan pada hal-hal yang diharapkan ada pada dirinya sehingga berpijak pada realitas, bukan pada kebutuhan-kebutuhan dan fantasi.

- e. Memiliki kedalaman wawasan dan rasa humor

Tidak perlu melimpahkan kesalahan dan kelemahan kepada orang lain, melihat dirinya secara objektif, sanggup menerima dalam hidup dan memiliki rasa humor.

- f. Memiliki konsep yang jelas tentang tujuan hidup

Tanpa ini wawasan mereka akan terasa kosong dan tandus.²¹

Sedangkan menurut Sulaeman, tanda-tanda penerimaan diri antara lain :

- a. Seseorang yang menerima keadaan dirinya memiliki penghargaan yang realistis tentang sumber-sumber yang ada pada dirinya digabungkan dengan penghargaan tentang kebergunaan dirinya
- b. Seseorang yang menerima dirinya mengenal dan menghargai potensi-potensi yang ada pada dirinya, menyadari kekurangan tanpa terus menerus menyesalinya
- c. Ciri yang paling menonjol pada seseorang yang memiliki penerimaan diri adalah spontanitas dan tanggung jawab untuk dirinya. Mereka

²¹ Arry Avrilya Purnaningtyas, "Penerimaan Diri".

akan menerima kualitas-kualitas kemanusiaannya tanpa menyalahkan diri sendiri, jika terjadi hal-hal diluar kontrolnya²²

Berbeda halnya dengan ciri-ciri yang dikemukakan oleh Sheerer, yang menyatakan bahwa ciri-ciri orang yang menerima dirinya adalah :

- a. Individu mempunyai keyakinan akan kemampuannya untuk menghadapi persoalan
- b. Individu menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia dan sederajat dengan orang lain
- c. Individu tidak menganggap dirinya aneh atau abnormal dan tidak ada harapan ditolak orang lain
- d. Individu tidak malu atau hanya memperhatikan dirinya sendiri
- e. Individu berani memikul tanggung jawab terhadap perilakunya
- f. Individu dapat menerima pujian atau celaan secara objektif
- g. Individu tidak menyalahkan diri atas keterbatasan yang dimilikinya ataupun mengingkari kelebihan²³

Berdasarkan beberapa ciri-ciri tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa ciri-ciri dari orang yang menerima dirinya yaitu :

- a. Memiliki gambaran yang positif tentang dirinya
- b. Seseorang yang dapat mengatur dan bertoleransi dengan keadaan emosi
- c. Dapat berinteraksi dengan orang lain

²² Dyah Naila H., “Pengaruh Konsep Diri Terhadap Penerimaan Diri Anak Jalanan (*Street Children*) Di Rpsa Kota Semarang”, *Skripsi Universitas Negeri Semarang*, (2009).

²³ Denia Martini M, Nurul Hartini, “Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Tunadaksa Di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh Pasuruan”, *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* ,1, (Juni, 2012), 82.

- d. Memiliki persepsi yang realistik dan kemampuan untuk menyelesaikan masalah
- e. Memiliki kedalaman wawasan dan rasa humor
- f. Memiliki konsep yang jelas dan tanggung jawab tentang tujuan hidup
- g. Mengenal dan menghargai potensi-potensi yang ada pada dirinya sederajat dengan orang lain
- h. Individu dapat menerima pujian atau celaan secara objektif

4. Tahapan *Self Acceptance*

Menurut Kubler-Ross akan ada beberapa tahapan yang akan dialami individu dalam proses penerimaan diri. Tahap tersebut yaitu :

- a. *Denial* (menyangkal atau penolakan)

Individu menolak untuk mengenali keadaan yang terjadi dengan merasionalisasikan kekurangan yang ada.

- b. *Anger* (perasaan marah)

Muncul perasaan ini yang berwujud dalam hati. Biasanya ditandai dengan pertanyaan “mengapa saya”.

- c. *Bargaining* (tawar-menawar)

Individu mulai membuat “perjanjian” dengan Tuhan, ilmu pengetahuan, atau pihak manapun yang mampu membuat masalah tersebut selesai.

- d. *Depression* (depresi)

Perasaan kecewa dan marah pada dirinya, biasanya ditandai dengan perilaku menarik diri dari lingkungan.

e. *Acceptance & adjustment* (menerima dan memahami)

Secara sadar berusaha untuk mengenali, memahami, dan memecahkan masalah.²⁴

5. Teori *Self Acceptance*

Hurlock memberikan pandangan bahwa semakin baik seorang individu dapat menerima dirinya, semakin baik penyesuaian diri dan penyesuaian sosialnya.²⁵ Penyesuaian diri yang positif adalah adanya keyakinan pada diri dan adanya harga diri sehingga timbul kemampuan menerima dan membangun kritik demi perkembangan dirinya. Penerimaan diri yang disertai dengan rasa aman untuk mengembangkan diri, ini memungkinkan seseorang untuk menilai dirinya secara lebih realistis sehingga dapat menggunakan potensinya secara efektif. Selain itu ia juga merasa puas dengan menjadi dirinya sendiri tanpa adanya keinginan untuk menjadi orang lain.

Penyesuaian sosial yang positif bermakna timbulnya sikap menerima terhadap orang lain, menaruh minat terhadap orang lain, dapat memberikan simpati dan toleran. Ia dapat mengatasi keadaan emosionalnya tanpa mengganggu orang lain, dan memiliki dorongan untuk membantu orang lain.²⁶

²⁴ Novira Faradina, "Penerimaan Diri Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus", *eJurnal Psikologi*, 4, (2016), 389.

²⁵ M. Ari Wibowo, "Penerimaan Diri Individu Yang Mengalami Prekognisi", *Jurnal Universitas Gunadarma*.

²⁶ M. Ridha, "Hubungan Antara Body Image Dengan Penerimaan Diri Pada Mahasiswa Aceh Di Yogyakarta", *Jurnal Empathy*, 1 (Desember, 2012), 113.

C. Konsep Ayah Tunggal

1. Definisi Ayah Tunggal

Single parent atau orang tua tunggal adalah suatu kondisi dimana seorang suami atau istri tidak lagi memiliki pasangan, yang secara terpaksa harus berpisah dan memilih untuk membesarkan anaknya sendirian.²⁷ Ada cukup banyak ahli yang menjelaskan lebih rinci tentang konsep *single parent*, diantaranya yaitu :

- a. Menurut Ortigas orang tua tunggal adalah seorang individu yang membesarkan seorang atau lebih dari satu anak secara mandiri, baik seorang suami maupun istri dalam kurun waktu yang cukup lama.²⁸
- b. Sager mendefinisikan orang tua tunggal adalah orang tua yang hidup sendiri membesarkan anak-anaknya tanpa adanya dukungan atau tanggung jawab dari pasangan.²⁹
- c. Anderson mengartikan *single parent* adalah orang tua yang memilih untuk hidup sendiri tanpa pendamping dikarenakan perpisahan atau perceraian.³⁰
- d. Perlmutter dan Hall menjelaskan *single parent* adalah orang tua tanpa pasangan yang melanjutkan mengasuh anak-anak mereka sendirian.³¹

²⁷ Alfi Ni'matin K, "Peran Ayah (*Single Parent*) Terhadap Pendidikan Anak Dalam Film CJ7", *Skripsi Universitas Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta*, (Juli, 2009), 2.

²⁸ Astrid Rosaria Christienny, "Deskripsi Pengalaman Ayah Sebagai Orang Tua Tunggal Dalam Melalui Proses Resiliensi",.

²⁹ *Ibid.*,

³⁰ Defeca Marchantya Sofiah, "Pola Komunikasi Ibu Single Parent Dan Konsep Diri Remaja", *Jurnal Universitas Sebelas Maret Surakarta*, 6.

³¹ Adhes Leoni Armikasari, "Kecerdasan Emosi Pada Single Father Yang Memiliki Anak Usia Remaja", *Jurnal Universitas Gunadarma*.

- e. Sedangkan keluarga *single parent* menurut Elizabeth adalah satu orang tua yang mengasuh anak yang memiliki peran ganda karena suami dan istri tidak tinggal serumah disebabkan oleh kematian pasangan atau perceraian.³²

Berdasarkan dari penjelasan tentang *single parent* diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *single parent* adalah istilah yang digunakan salah satu orang tua (suami atau istri) yang membesarkan dan mengasuh anak sendirian tanpa adanya pendamping dalam waktu yang cukup lama. Dari definisi tersebut dapat diketahui bahwa ayah tunggal adalah seorang ayah yang karena suatu alasan harus membesarkan dan mengurus anaknya sendirian tanpa adanya pendamping (baik karena cerai mati, cerai hidup atau istri yang bekerja jauh).

2. Masalah Yang Sering Dialami Ayah Tunggal

Seperti halnya masalah yang pasti dialami oleh setiap orang tua tunggal, menurut Ortigas seorang ayah tunggal biasanya mengalami empat masalah berikut :

- a. Masalah Pengasuhan Anak

Seiring dengan perkembangan anak, maka ayah yang telah memilih untuk menjadi orang tua tunggal juga harus dapat mengikuti tentang perkembangan tersebut.

- b. Masalah Tekanan Sosial

³² Salami Dwi Wahyuni, "Konflik Dalam Keluarga Single Parent", Skripsi Universitas Sebelas Maret Surakarta, (2010), 35.

Masalah ini berkaitan dengan persepsi lingkungan terhadap status dan kondisi ayah tunggal. Salah satu masalah yang sering dialami oleh ayah tunggal adalah kurangnya dukungan sosial dari orang lain. Karena sikap kecenderungan seorang laki-laki yang tidak mencari dukungan emosional dari orang lain.

c. Masalah Ekonomi

Ayah yang dalam kondisi keuangan yang kurang mendukung akan memiliki kesulitan ketika mengurus dan mencukupi kebutuhan anaknya seorang diri.

d. Masalah Pekerjaan

Kebanyakan ayah tunggal yang memiliki pekerjaan kesulitan untuk dapat menyeimbangkan antara pekerjaannya dengan mengurus keluarga. Mereka biasanya mengatur jadwal bekerjanya dengan mengurus rumah tangga dan anaknya.³³

3. Peran Ayah Tunggal

Menurut Palkovitz seorang ayah tunggal memiliki beberapa peran yang cukup banyak dalam pengasuhan anak, diantaranya yaitu :

- a. *Communication*, yaitu dengan mendengarkan, mengobrol
- b. *Teaching*, yaitu memberikan contoh
- c. *Monitoring*, yaitu memberikan pengawasan terhadap teman-teman anaknya dan pekerjaannya di rumah

³³ Adhes Leoni Armikasari, "Kecerdasan Emosi Pada Single Father Yang Memiliki Anak Usia Remaja".

- d. *Cognitive processes*, yaitu mengkhawatirkan dan merencanakan masa depan anak
- e. *Errands*, mengurus anak
- f. *Caregiving*, seperti memberi makan dan memandikan anak
- g. *Shared interest*, berdiskusi dengan anak
- h. *Availability*
- i. *Planning*, yaitu dengan merencanakan berbagai aktivitas penting
- j. *Shared activities*, melakukan aktivitas bersama anak
- k. *Preparing*, seperti menyiapkan makanan dan pakaian anak (jika anaknya masih kecil)
- l. *Affection*, dengan memberi kasih sayang
- m. *Protection*, ayah harus menjaga dan melindungi anaknya dari hal yang dapat mencelakakan anaknya
- n. *Emotional support*
- o. *Economic provider*, yaitu bekerja memenuhi kebutuhan finansial anak³⁴

D. Kerangka Berpikir

Orang tua tunggal dapat diartikan sebagai suatu istilah yang digunakan salah satu orang tua (baik suami maupun istri), yang membesarkan dan mengasuh anaknya sendirian tanpa adanya pendamping dalam waktu yang cukup lama. Menjadi orang tua tunggal dalam sebuah rumah tangga tentu saja

³⁴ Sri Muliati Abdullah, "Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Anak (Paternal Involvement) Sebuah Tinjauan Teoritis", *Jurnal Universitas Mercu Buana Yogyakarta*.

tidak mudah, terlebih bagi seorang ayah yang harus mengasuh anaknya seorang diri. Hal tersebut membutuhkan perjuangan berat untuk membesarkan anak, termasuk memenuhi kebutuhan hidup keluarga.

Dalam praktiknya ada beberapa masalah yang sering dialami oleh seorang ayah tunggal. Masalah utama yang sering muncul adalah dalam hal mengasuh anak. Dimana ketika kedua orang tua yang seharusnya secara bersamaan membantu dan memperhatikan perkembangan anak, tetapi kini peran tersebut harus dibebankan kepada seorang ayah saja tanpa adanya pendamping. Masalah lain yang sering muncul adalah adanya anggapan dari lingkungan yang sering memojokkan para ayah tunggal, hal tersebut bisa jadi akan mempengaruhi kehidupannya.

Untuk dapat menjalankan peran tersebut, seorang ayah tunggal perlu memiliki penerimaan diri yang baik dari keadaan yang ia miliki. Ketika seorang ayah tunggal bisa menerima keadaan dan perannya, maka dimungkinkan juga ia dapat menjalankan peran tersebut dengan tanpa beban dan tekanan. Seseorang akan dapat lebih menerima dirinya jika ia mendapatkan dukungan dari orang lain.

Dukungan sosial yang dapat membantu seorang ayah tunggal dalam menerima keadaannya dapat berupa dukungan secara emosional, penghargaan, instrumental, informatif dan jaringan. Kelima bentuk dukungan ini dapat diperoleh secara bersamaan maupun dalam beberapa bentuk dukungan saja.

Gambar 1. Skema *Social Support* dan *Self Acceptance* Ayah Tunggal

