

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Hardiness*

1. Pengertian *Hardiness*

Menurut Nevid, *hardiness* adalah kumpulan kualitas pribadi yang mencakup kontrol, tantangan, dan dedikasi yang dapat membantu mengatasi stres.³² Menurut Kreitner, *hardiness* bertujuan untuk mendukung orang dalam mengubah stresor negatif menjadi positif.³³ Santrock juga memaparkan bahwa *hardiness* adalah suatu gaya kepribadian yang ditandai oleh tiga hal utama, yaitu komitmen, kontrol, dan persepsi terhadap masalah sebagai tantangan (bukan sebagai ancaman).³⁴

Pernyataan serupa juga dikemukakan oleh Maddi, yang menyatakan bahwa —*Hardiness emerged as a pattern of attitude and strategies that together facilitate turning stressful circumstances from potential disasters into growth opportunities*—. *Hardiness* berkembang melalui pola sikap dan strategi yang muncul ketika seseorang menghadapi situasi penuh tekanan. Pola ini membantu individu melihat kesulitan sebagai peluang untuk tumbuh dan berkembang.³⁵ Sementara itu, Maddi dan Khoshaba menjelaskan bahwa *hardiness* adalah pola sikap dan keterampilan yang memungkinkan seseorang

³² Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi abnormal*. Jakarta: Erlangga.

³³ Kreitner, R., & Kinicki, A. (2005). *Perilaku organisasi* (edisi 5.). Jakarta: Salemba Empat.

³⁴ John W. Santrock. (2002). *Life-span Development*. New York: McGraw-Hill.

³⁵ Maddi, S. R. 2013. *Hardiness Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth*. New York: Springer Science.

tetap tangguh, bertahan, dan berkembang meskipun berada dalam situasi penuh tekanan. Pola ini melibatkan tiga sikap utama: komitmen terhadap tujuan, kontrol terhadap situasi, dan keberanian untuk menghadapi tantangan.³⁶ Dengan ketiga sikap ini, individu yang memiliki *hardiness* mampu menghadapi dan mengatasi stres dengan lebih baik.

Dalam penelitian ini, teori *hardiness* dari Maddi digunakan sebagai landasan utama, karena lebih menekankan pada bagaimana individu tidak hanya bertahan dalam situasi sulit, tetapi juga mampu berkembang melalui tantangan yang mereka hadapi. Maddi melihat *hardiness* sebagai proses psikologis yang dapat dikembangkan, bukan sekadar sifat bawaan, sehingga teori ini lebih sesuai untuk memahami bagaimana ibu tunggal membangun *hardiness*. Dibandingkan dengan teori Kobasa yang lebih menekankan *hardiness* sebagai mekanisme perlindungan terhadap stres, teori Maddi lebih mendalam dalam menjelaskan bagaimana individu mampu menemukan makna dalam tantangan hidup. Oleh karena itu, teori Maddi dipilih dalam penelitian ini untuk menganalisis bagaimana ibu tunggal membentuk *hardiness* mereka melalui pengalaman hidup.

2. Aspek-aspek *Hardiness*

Maddi mengidentifikasi tiga karakteristik individu yang memiliki *hardiness*³⁷, yaitu:

³⁶ Maddi, S. R., & Khoshaba, D. M. (2005). *Resilience at Work: How to Succeed No Matter What Life Throws at You*. New York: AMACOM.

³⁷ Maddi, S. R. 2013. *Hardiness Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth*. New York: Springer Science.

a) *Komitmen (Commitment)*

Keyakinan bahwa lebih baik terlibat dalam apa pun yang sedang terjadi daripada menarik diri, tidak peduli seberapa buruk keadaan yang terjadi.

b) *Pengendalian (Control)*

Membuat seseorang berpikir bahwa mereka harus terus mencoba mengubah tekanan dari ketidaknyamanan yang mungkin terjadi menjadi kesempatan untuk pengembangan diri, terlepas dari seberapa buruk keadaan yang terjadi.

c) *Tantangan (Challenge)*

Menyadari bahwa hidup pada dasarnya penuh tekanan dan menggunakan pelajaran yang didapat untuk berusaha memanfaatkan situasi yang tidak menyenangkan sebagai kesempatan untuk mengembangkan keterampilan dan tumbuh dalam kebijaksanaan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa orang-orang dengan sifat *hardiness* adalah individu yang memandang setiap tantangan sebagai peluang untuk tumbuh dan berkembang, mempunyai komitmen, dan memiliki pengendalian diri.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Hardiness*

Menurut Maddi, *hardiness* terbentuk oleh faktor-faktor berikut:³⁸

³⁸ Maddi, S. R. 2013. *Hardiness Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth*. New York: Springer Science.

a) *As The Child Develops* (Saat Anak Berkembang)

Orang tua memiliki peran krusial dalam menumbuhkan komitmen, kontrol, dan sikap menghadapi tantangan pada anak sejak dini. Anak akan berkembang menjadi individu yang memiliki komitmen tinggi jika orang tua memberikan dukungan serta menerima interaksi mereka dengan lingkungan sosial. Untuk membentuk sikap kontrol, orang tua dapat memberikan tugas yang lebih menantang dari biasanya. Jika tugas terlalu mudah, anak mungkin tidak merasakan kepuasan atas pencapaiannya, sementara tugas yang terlalu sulit berisiko membuat anak mengalami kegagalan dan merasa tidak berdaya. Oleh karena itu, untuk mendorong rasa tantangan, orang tua perlu membantu anak memahami perubahan yang terus terjadi, memberikan pengaruh positif terhadap proses belajar, dan memotivasi mereka untuk selalu berusaha memberikan yang terbaik.

b) *Environment* (Lingkungan)

Sebagai sarana mendorong pertumbuhan dan perkembangan, lingkungan juga turut mendukung satu sama lain dalam proses ini. Lingkungan tempat tinggal, termasuk keluarga, tetangga, dan teman sebaya, berperan sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan individu. Interaksi dan pengalaman yang diperoleh dari lingkungan sekitar dapat membentuk pola pikir, nilai, serta perilaku seseorang dalam menjalani kehidupan.

c) *Learned Process* (Proses Belajar yang Dihadapi)

Setiap pengalaman yang dialami individu dalam kehidupannya merupakan bagian dari proses pembelajaran yang berharga. Melalui berbagai peristiwa, seseorang dapat memperoleh wawasan, keterampilan, dan pemahaman baru yang berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup yang lebih baik.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa pembentukan kepribadian tahan banting (*hardiness*) dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kemampuan individu dalam belajar menghadapi tekanan hidup, yang dikembangkan sejak masa kanak-kanak melalui pola asuh orang tua. Sementara itu, faktor eksternal mencakup pengalaman individu dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial.

B. Ibu Tunggal

1. Pengertian Ibu Tunggal

Menurut Hurlock, keluarga dengan orang tua tunggal adalah keluarga yang hanya terdapat salah satu orang tua yang tinggal bersama anak-anaknya. Orang tua ini memikul tanggung jawab penuh atas kebutuhan fisik, emosional, dan pendidikan anak-anaknya setelah kehilangan pasangan. Kondisi tersebut dapat terjadi karena berbagai alasan, seperti kematian pasangan, perceraian yang memisahkan kedua orang tua, atau kelahiran anak di luar pernikahan tanpa adanya hubungan pernikahan yang sah. Dalam situasi ini, orang tua tunggal harus menghadapi tantangan besar, baik dalam hal memenuhi

kebutuhan materi maupun memberikan perhatian yang cukup kepada anak-anaknya.³⁹

Kondisi yang dikenal sebagai ibu tunggal terjadi ketika seorang wanita menjadi orang tua dan membesarkan anaknya seorang diri, tanpa bantuan dari pasangan atau pasangannya. Menurut definisi lain, seorang wanita yang memiliki anak tetapi telah ditinggalkan oleh pasangannya atau pasangannya untuk waktu yang lama, atau yang telah bercerai atau meninggal dunia, dianggap sebagai ibu tunggal.⁴⁰ Sementara itu, Majzud mengatakan bahwa seorang wanita dianggap sebagai ibu tunggal jika dia membesarkan anak-anaknya sendiri karena suaminya meninggal, mendapatkan hak asuh setelah perceraian, atau mengalami perceraian tanpa bantuan suaminya.⁴¹

Dari berbagai sudut pandang di atas, dapat disimpulkan bahwa ibu tunggal adalah seorang wanita yang menjadi orang tua tanpa kehadiran pasangannya, baik karena ditinggalkan dalam jangka waktu lama, perceraian, atau kematian. Secara mandiri, ia memikul tanggung jawab penuh atas pengasuhan, pendidikan, dan kebutuhan anak-anaknya.

³⁹ Hurlock, E. (1980). *Psikologi Perkembangan* (Edisi Kelima). Jakarta: Erlangga.

⁴⁰ Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development* (E. 10 B. 2 (Ed.)). Salemba Humanika.

⁴¹ Sari, D. R., & Rasyidah, A. Z. (2020). Peran Orang Tua Pada Kemandirian Anak Usia Dini. *Early Childhood : Jurnal Pendidikan*, 3(1), 45–57. <https://doi.org/10.35568/earlychildhood.v3i1.441>.

2. Faktor yang Menyebabkan Menjadi Ibu Tunggal

Menurut Hurlock, berikut penyebab menjadi *single mother* atau biasa disebut dengan ibu tunggal⁴²:

a) Kehilangan Pasangan karena Perceraian

Kehilangan pasangan akibat perceraian memberikan dampak yang beragam pada individu, tergantung pada pihak yang menginisiasi perceraian tersebut. Seorang wanita yang suaminya memutuskan untuk bercerai demi menikah kembali cenderung bereaksi berbeda dibandingkan wanita yang memilih bercerai karena pernikahannya tidak dapat lagi dipertahankan. Dampak sosial dari perceraian sering kali lebih berat bagi wanita dibandingkan pria. Wanita yang dicerai kerap menghadapi stigma sosial, bahkan kehilangan dukungan dari teman-teman yang sebelumnya dekat. Meski sebagian orang mungkin tetap menjalin hubungan baik, tak sedikit yang mendukung mantan suaminya dan menjauhkan diri. Selain itu, masalah ekonomi menjadi tantangan utama yang dihadapi banyak wanita setelah perceraian. Jika seorang wanita tidak memiliki keterampilan memadai, ia akan kesulitan mendapatkan pekerjaan untuk menghidupi dirinya sendiri serta anak-anaknya, kecuali jika menerima tunjangan dari mantan suaminya.

⁴² Hurlock, E. (1980). *Psikologi Perkembangan* (Edisi Kelima). Jakarta: Erlangga.

b) Kehilangan Pasangan karena Kematian

Kehilangan pasangan akibat kematian, terutama yang didahului oleh sakit berkepanjangan, sering menyebabkan rasa duka yang mendalam. Proses berduka ini biasanya melalui empat tahap. Pertama, kehilangan semangat hidup, ketika individu kesulitan menerima kenyataan kehilangan orang yang dicintai. Kedua, menjalani kehidupan penuh kesedihan, ditandai dengan keinginan untuk terus mengenang masa lalu. Ketiga, depresi yang muncul akibat kesadaran penuh atas kehilangan, seringkali mendorong individu mencari pelarian melalui obat-obatan atau alkohol. Tahap terakhir adalah kebangkitan, di mana individu mulai menerima kenyataan, beradaptasi dengan kehidupan barunya, dan berupaya menemukan minat atau aktivitas baru untuk mengisi kekosongan.

c) Kelahiran Anak di Luar Nikah

Kelahiran anak di luar pernikahan juga dapat mengakibatkan terbentuknya rumah tangga dengan orang tua tunggal. Wanita yang melahirkan anak dalam kasus ini tanpa pernikahan resmi harus membesarkan anak tersebut sendirian. Hal ini sering terjadi sebagai akibat dari keengganan atau penolakan ayah biologis untuk memikul tanggung jawab sebagai orang tua.

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa seseorang menjadi orang tua tunggal karena tiga alasan utama, yaitu perceraian, kehilangan pasangan akibat kematian, dan melahirkan anak di luar ikatan pernikahan yang sah.

3. Permasalahan yang Dihadapi Ibu Tunggal

Menurut pendapat yang diungkapkan oleh Hurlock, ibu tunggal menghadapi sejumlah masalah yang terkait dengan kehidupan setelah perceraian atau kehilangan pasangan.⁴³ Beberapa masalah yang umumnya dialami oleh mereka adalah sebagai berikut:

a) Masalah Ekonomi

Ekonomi merupakan salah satu tantangan utama bagi ibu tunggal. Setelah perceraian, banyak dari mereka yang mengalami penurunan pendapatan secara signifikan. Hal ini terjadi karena sebelumnya mereka bergantung pada penghasilan pasangan, dan setelah perceraian, mereka harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup mereka dan anak-anak. Bagi ibu yang belum bekerja sebelumnya, mereka harus mencari pekerjaan, namun sering kali penghasilan yang diperoleh tidak mencukupi kebutuhan sehari-hari. Masalah ekonomi ini semakin diperburuk oleh inflasi dan kenaikan biaya hidup yang terus meningkat.

b) Masalah Sosial

Ibu tunggal sering merasa terpinggirkan dalam kehidupan sosial. Mereka merasa tidak memiliki tempat di antara pasangan yang sudah menikah, kecuali jika ada ibu tunggal lain yang secara khusus mengundang untuk berpartisipasi dalam kegiatan sosial. Selain itu, individu akan merasa kesulitan untuk terlibat dalam

⁴³ Ibid, hal. 311.

berbagai kegiatan sosial di lingkungan sekitar jika keadaan keuangan mereka terbatas.

c) Masalah Keluarga

Tekanan psikologis dapat meningkat ketika seorang ibu tunggal harus memenuhi peran sebagai ibu dan ayah bagi anak-anaknya. Mereka juga sering mengalami masalah dengan keluarga suami mereka, terutama jika ada kerabat yang tidak menyukai mereka setelah perceraian.

d) Masalah Praktis

Setelah perceraian, seorang ibu tunggal harus mengurus segala hal dalam rumah tangga sendirian. Tugas yang sebelumnya dibantu oleh suami, seperti memperbaiki peralatan rumah tangga atau merawat halaman, kini harus dikerjakan sendiri. Hal ini menambah beban, terutama jika ibu tersebut memiliki keterbatasan dalam menangani tugas-tugas praktis tersebut. Jika tidak mampu, mereka terpaksa harus membayar orang lain untuk membantu, yang tentu menambah tekanan finansial.

e) Masalah Seksual

Ketidaktersediaan pasangan setelah perceraian membuat kebutuhan seksual seorang ibu tunggal tidak terpenuhi. Hal ini bisa menyebabkan frustrasi, dan sebagian dari mereka mencoba untuk mengatasi masalah ini dengan melakukan hubungan gelap, hidup bersama tanpa pernikahan, atau bahkan menikah lagi. Sebagian

lainnya mungkin terjebak dalam perasaan frustrasi atau berusaha mengatasi masalah dengan cara lain, seperti masturbasi.

f) Masalah Tempat Tinggal

Tempat tinggal menjadi masalah besar bagi banyak ibu tunggal, tergantung pada kondisi ekonomi dan apakah mereka memiliki tempat tinggal sendiri atau harus tinggal bersama keluarga lain. Banyak ibu *single parent* yang harus merelakan rumahnya dan pindah ke tempat yang lebih kecil atau tinggal dengan anak-anak yang sudah menikah. Jika mereka tidak mampu tinggal sendiri karena kondisi kesehatan atau finansial, mereka mungkin harus pindah ke panti jompo atau mengupah seseorang untuk tinggal bersama mereka.

Secara keseluruhan, masalah yang dihadapi oleh ibu tunggal sangat kompleks dan meliputi berbagai aspek kehidupan, mulai dari ekonomi, sosial, psikologis, hingga praktis. Tantangan-tantangan ini membutuhkan dukungan dan perhatian lebih dari masyarakat agar ibu tunggal dapat menjalani kehidupan yang lebih baik.