

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Penelitian ini memberikan gambaran yang jelas tentang bagaimana strategi koping yang digunakan oleh ibu tunggal kepala keluarga di Kecamatan Sungai Pua Kabupaten Agam. Dari hasil analisis data ditemukan bahwa ketiga ibu tunggal mengalami permasalahan yang berbeda-beda dan memiliki cara yang berbeda-beda dalam penyelesaiannya. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa diantara permasalahan yang paling sering muncul pada ibu tunggal adalah permasalahan ekonomi, pendidikan anak, permasalahan emosional dan stigma sosial yang diterima dari lingkungan masyarakat. Berikut kesimpulan berdasarkan masing-masing informan:

1. Bentuk-bentuk strategi koping yang digunakan oleh ibu tunggal

a. Ibu H

1) *Problem-focused coping*

Ibu H menunjukkan keberanian dalam menghadapi tekanan yang dialami dengan bekerja keras dan mengatur keuangan keluarga secara mandiri. Ia juga mengandalkan bantuan yang didapatkan untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dan biaya pendidikan anak-anak.

2) *Emotional-focused coping*

Ibu H memiliki kemampuan *self-controlling* yang baik, ia mampu mengelola emosi untuk tetap tenang dalam menghadapi

berbagai permasalahan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. Ia menerima tanggung jawab sebagai ibu tunggal dan memaknai pengalaman secara positif.

3) *Spiritual coping*

Ibu H aktif dalam beribadah seperti shalat dan berdo'a. Ibu H menunjukkan sikap berserah diri kepada Allah atas semua permasalahan yang dialaminya. Ia juga menunjukkan sikap sabar dan tabah dalam menghadapi ujian hidup dan tidak lupa bersyukur dengan segala rezeki yang diterimanya.

b. Ibu M

1) *Problem-focused coping*

Ibu M berusaha mencari pekerjaan dan melakukan berbagai jenis pekerjaan demi memenuhi kebutuhan anak-anaknya. Ia juga mengandalkan bantuan dan dukungan dari keluarga untuk menopang kebutuhan finansial

2) *Emotional-focused coping*

Ibu M memiliki kesulitan dalam mengendalikan emosi, dan sering menunjukkan ledakan emosi ketika mengalami stres. Ibu M sering meluapkan kemarahan dengan berteriak atau melempar barang. Meskipun demikian, sebagai ibu tunggal ia tetap menunjukkan tanggung jawab terhadap anak-anaknya.

3) *Spiritual coping*

Ibu M menyerahkan segala urusan kepada Allah SWT dan menerima keadaan dengan ikhlas. Ibu M percaya bahwa rezeki sudah di atur oleh Allah. Ibu M secara aktif ikut serta dalam kegiatan pengajian untuk mendengarkan tausiyah.

c. Ibu I

1) *Problem-focused coping*

Ibu I memutuskan untuk bercerai dengan suaminya setelah berpisah cukup lama. Ibu I bekerja keras untuk memenuhi kebutuhan keluarganya, terutama dalam membiayai pendidikan anak-anak. Ia juga aktif merencanakan keuangan dan memanfaatkan bantuan yang diterima dari lingkungan sekitar.

2) *Emotional-focused coping*

Ibu I memiliki kontrol emosi yang stabil. Ia menerima perannya sebagai ibu tunggal dengan ikhlas dan mampu menciptakan makna positif dari pengalaman hidup yang dijalani.

3) *Spiritual coping*

Ibu I berdoa'a dan berserah diri kepada Tuhan seraya meminta pertolongan dan kemudahan atas semua permasalahan yang dihadapinya. Ibu I berusaha menerima takdirnya dengan ikhlas dan lapang hati.

Dari bentuk-bentuk strategi koping yang digunakan oleh ibu tunggal, ditemukan bahwa ibu tunggal lebih cenderung menggunakan spiritual koping

sebagai respon yang muncul saat menghadapi masalah dan setelah itu barulah diiringi dengan penggunaan *emotional focused-coping* dan *problem focused coping* sebagai upaya untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

2. Faktor-faktor yang melatarbelakangi penggunaan strategi koping pada ibu tunggal

Dari hasil penelitian ditemukan bahwa terdapat beberapa faktor yang melatarbelakangi penggunaan strategi koping oleh ibu tunggal kepala keluarga sebagai berikut:

a. Ibu H

Penggunaan strategi koping yang dilakukan ibu H dilatarbelakangi oleh beberapa faktor internal dan eksternal seperti pengalaman hidup, keyakinan terhadap nilai-nilai keagamaan, pekerjaan dan penghasilan serta dukungan sosial yang didapatkan.

b. Ibu M

Penggunaan strategi koping yang dilakukan ibu M dilatarbelakangi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi penggunaan strategi koping pada ibu M adalah pengalaman hidup, terutama didunia kerja. Dan faktor eksternal seperti dukungan sosial yang didapatkan dari keluarga, teman dan lingkungan sekitar

c. Ibu I

Penggunaan strategi koping yang dilakukan ibu I dilatarbelakangi oleh beberapa faktor internal dan eksternal seperti

pengalaman pribadi, keyakinan terhadap nilai-nilai agama atau spiritual, pekerjaan dan penghasilan serta dukungan sosial yang diterima.

Penelitian ini telah menggambarkan dengan jelas bahwa ibu tunggal kepala keluarga menghadapi berbagai permasalahan yang kompleks yang menuntut kemampuan kognitif, regulasi emosi dan keyakinan spiritual. Strategi koping yang digunakan oleh ketiga ibu tunggal terbukti berperan besar dalam membantu mereka bertahan, menghadapi masalah, menyesuaikan diri dan terus menjalani kehidupan dengan penuh tanggung jawab sebagai kepala keluarga.

B. SARAN

Berdasarkan temuan penelitian ini, peneliti akan memberikan saran sebagai berikut:

1. Untuk informan penelitian (Ibu tunggal kepala keluarga)
 - a. Ibu tunggal diharapkan untuk terus meningkatkan kemampuan dalam menghadapi permasalahan dalam kehidupan sehari-hari dengan menerapkan strategi koping yang seimbang, yaitu strategi penyelesaian masalah, pengelolaan emosi dan pendekatan spiritual.
 - b. Disarankan agar ibu tunggal selalu berkomunikasi dan terbuka kepada keluarga dan orang-orang terdekat, karena dukungan sosial sangat berperan penting dalam menyelesaikan masalah.

- c. Ibu tunggal diharapkan untuk dapat menguatkan spiritualitas melalui ibadah, doa dan kegiatan keagamaan yang mana dapat menjadi sumber kekuatan dalam menjalani peran sebagai kepala keluarga
2. Untuk lembaga pemerintah setempat
 - a. Pemerintah Nagari, Kecamatan, dan Dinas sosial Kabupaten Agam diharapkan lebih memberikan perhatian kepada kondisi ibu tunggal kepala keluarga dengan memberikan bantuan untuk kebutuhan finansial seperti beasiswa untuk anak-anak.
 - b. Pemerintah Nagari, Kecamatan, dan Dinas sosial Kabupaten Agam diharapkan dapat menyediakan program keterampilan, modal usaha dan dukungan kewirausahaan untuk ibu tunggal agar dapat leih mandiri secara ekonomi
 - c. Pemerintah Nagari, Kecamatan, dan Dinas sosial Kabupaten Agam diharapkan untuk membentuk komunitas pendukung ibu tunggal dan bekerja sama dengan lembaga keagamaan, organisasi perempuan dan tokoh masyarakat untuk menciptakan ruang aman, saling berbagi dan saling menguatkan.

3. Untuk peneliti selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat lebih mengembangkan penelitian terkait strategi koping pada ibu tunggal secara lebih mendalam, seperti mengaitkannya dengan variabel lain. Peneliti menyarankan untuk menggali pengalaman ibu tunggal dari latar belakang agama atau budaya yang berbeda, dengan tujuan untuk melihat sejauh

mana keyakinan agama atau nilai-nilai budaya dapat mempengaruhi strategi koping yang digunakan.

Penelitian ini terbatas pada konteks pedesaan, sehingga penelitian ke depan dapat membandingkan strategi koping pada ibu tunggal di perkotaan dan pedesaan. Selain itu, penelitian longitudinal juga penting dilakukan untuk melihat dinamika strategi coping ibu tunggal seiring perubahan waktu, kondisi ekonomi, dan perkembangan anak-anak.



DAFTAR PUSTAKA

- Achour, M., Bensaid, B., & Nor, M. R. B. M. (2016). An Islamic perspective on coping with life stressors. *Applied Research in Quality of Life*, 11, 663-685.
- Akmalia. (2013). Pengelolaan Stres Pada Ibu Single Parent. *Humanitas Indonesian Psychological Journal*, 1(1), 1-18.
- Angin, E. R. (2019). Peran ganda ibu single parent dalam keluarga perempuan penyapu jalan di Kota Bontang, Kalimantan Timur. *EJournal Sosiatri-Sosiologi*, 7(3), 183-194.
- Aprilia, W. (2013). Resiliensi dan Dukungan Sosial Pada Orang Tua Tunggal (Studi Kasus Pada Ibu Tunggal di Samarinda). *eJournal Psikologi*, 1(3), 268-279.
- Ayu Nugrahaningrum, G., & Nisa Rachmah, N. A. (2023). *Spiritual Coping Pada Ibu Tunggal* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Cahyani, K. D. (2016). Masalah dan kebutuhan orang tua tunggal sebagai kepala keluarga. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(8).
- Damayanti, I. (2020). Pengaruh jumlah anak terhadap tingkat stres pada ibu tunggal. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga*, 8(1), 11-20.
- Desiningrum, D. R., & Iskandarsyah, A. (2020). Spiritualitas dan resiliensi pada perempuan kepala keluarga. *Jurnal Psikologi Integratif*, 8(1), 56–65.
- Dewi, K. S. (2024). Perjalanan menuju kebahagiaan: Studi fenomenologis pengalaman coping spiritual positif pada ibu tunggal perempuan kepala keluarga. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 11(1), 75-96.
- Dewi, L. (2017). Kehidupan keluarga single mother. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 2(3), 44–48. doi: 10.23916/08422011
- Dewi, P. Y. A., & Indrayani, L. (2021). Persepsi Orang Tua Siswa terhadap Biaya Pendidikan. *Ekuitas: Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 9(1), 69–78. <https://doi.org/10.23887/ekuitas.v9i1.27034>
- Fadillah, N. (2016). Peran Ibu Single Parent Dalam Menumbuhkan Kemandirian Anak Didesa Bojong. *Timur Magelang. (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang)*.
- Fajri, J. S. A., & Indrawati, E. S. (2024). Studi Fenomenologis Tentang Pengalaman Single Parent Mother Pada Usia Dewasa Madya. *Jurnal EMPATI*, 13(3), 74-83.

- Fatirahma, N., & Hendriani, W. (2025). Peran Coping Stress Orang Tua Tunggal Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Education And Development*, 13(1), 132-140.
- Fitri, N. (2020). Pemberdayaan perempuan/ibu tunggal melalui pelatihan pembuatan produk industri rumah tangga halal dan sehat sebagai usaha peningkatan self efikasi diri dalam berwirausaha. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari (JAMALI)*, 26-37.
- Fitriyani, A., & Handayani, N. (2020). Hubungan usia dan strategi koping pada perempuan dewasa dalam menghadapi tekanan hidup. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 7(1), 23-32.
- Hadi, W. (2019). Peran Ibu Single Parent dalam Membentuk Kepribadian Anak; Kasus dan Solusi. *EL-BANAT: Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam*, 9(2), 301-320.
- Hamzah, I. I., & Jaafar, F. M. (2020). Issues of Single Mothers in Practice Parenting Style to Adolescent in Indonesia. *South Asian Journal of Social Science and Humanities*, 1(2), 50– 59. <https://sajsh.com>
- Hapsari, A. W., & Urbayatun, S. (2022). Strategi Coping Stress Single Mother Di Kota Jambi. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 8(1), 11-16.
- Harlianty, R. A., Wilantika, R., Agustin, V., & Sutinah, S. (2021). Strategi Coping Pada Single Mother Yang Bercerai. *Journal Psikologi Aisyah*, 3(2), 149-160.
- Hasanah, U. (2020). Pengaruh perceraian orangtua bagi psikologis anak. *Agenda: Jurnal Analisis Gender dan Agama*, 2(1), 18-24.
- Hasbia, S. (2025). *Dampak Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Ibu Tunggal Di Desa Tonjong Kecamatan Pancatengah* (Doctoral dissertation, SI-Bimbingan Konseling Islam UINSSC).
- Herdiana, I. (2018). Analisis Strategi Coping Stres pada Ibu Single Parent Setelah Ditinggal Suami: Literatur Sistematis Review. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 3(3), 1378-1388.
- Herdiansyah, H. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Indirawati, E. (2006). Hubungan antara kematangan beragama dengan kecenderungan strategi coping. *Jurnal Psikologi*, 3(2), 69-92.

- Jonathan, A. C., Herdiana, I. K. E., Psikologi, D., Psikologi, F., & Airlangga, U. (2020). Coping Stress Pascaceraai: Kajian Kualitatif pada Ibu Tunggal. *Insan: Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 5(1), 71–87.
- Koenig, H. (2012). *Spirituality in Patient Care- Why, How, When, and What* (5th ed.). Pennsylvania USA: Templeton Foundation Press.
- Kusumawati, Y., & Sugiharto, S. (2018). Dukungan sosial dan strategi coping pada wanita sebagai kepala keluarga. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 157–168.
- Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Kencana.
- Lestari, D., & Hartini, N. (2021). Strategi Coping pada Perempuan Kepala Keluarga. *Jurnal Psikologi Insight*, 13(1), 29-40.
- Lutfi, S. A., & Asyanti, S. (2023). *Strategi spiritual Coping pada remaja yang mengalami kesedihan Spiritual Coping strategies for adolescents who experience grief* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Maryam, S. (2017). Strategi coping: Teori dan sumberdayanya. *Jurnal konseling andi matappa*, 1(2), 101-107.
- Matos, T. D. de S., Meneguín, S., Ferreira, M. de L. da S., & Miot, H. A. (2017). Quality of life and religious-spiritual coping in palliative cancer care patients. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*.
- Maulidina, F., & Kurniawan, Y. (2022). Peran Dukungan Sosial terhadap Coping Stress pada Ibu Tunggal. *Jurnal Psikologi Insight*, 14(2), 89-96.
- Mgbenkemdi, & Hyacinth, E. (2014). *Influence of marital stress and coping strategies on depression among single parents in South-Eastern Nigeria*. *Journal of Social Sciences and Public Policy*. 6 (1): 70-77.doi: 10.9790/0837-2207115471
- Momo, A. H. (2022). Peran Ibu Single Parent Dalam Keluarga Desa Lemoambo Kabupaten Muna Barat. *SELAMI IPS*, 15(1), 12-18.
- Nursadrina, A. N., & Andriani, D. (2020). Gambaran coping strategies pada mahasiswa Universitas Padjadjaran. *Journal of Psychological Perspective*, 2(1), 01-11.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development (Perkembangan Manusia)* Edisi kesepuluh. Jakarta: Salemba Humanika
- Pangestu, P., & Tohari, A. (2024). Strategi Mengatasi Stres Dan Mempertahankan Kesejahteraan Keluarga Pada Orang Tua Tunggal: Studi Kasus Pamulang

- Barat. *RISOMA: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 2(2), 21-32.
- PEKKA. (2020). Pemberdayaan perempuan kepala keluarga. <https://pekka.or.id/>
- Pitasari, A. T., & Cahyono, R. (2014). Coping pada ibu yang berperan sebagai orangtua tunggal pasca kematian suami. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 3(1), 37-41.
- Pradani, A. E. (2023). Gambaran Strategi Coping Stress Ibu Tunggal yang Memiliki Anak dengan Down Syndrome.
- Prasetyawati, I. (2018). Strategi Coping Pada Ibu Single Parent. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Putri, N. A., & Montessori, M. (2022). Adaptasi sosial perempuan sebagai kepala keluarga. 4(4), 363–370.
- Roshimah, S., Talib, N. A. H. M., Akhir, N. S. M., & Zali, M. A. (2023). Single Motherhood and Depression: An Overview of Selected Studies from the Malay Archipelago. *BITARA: International Journal of Civilizational Studies and Human Sciences*, 6(4), 189–197.
- Santrock, J. W., & Santrock, J. W. (2007). Psikologi Pendidikan edisi kedua. Jakarta: Erlangga
- Spencer, M. (2012). What is spirituality? A personal exploration. Royal College of Psychiatrists.
- Sugiyono. (2020). Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: Alfabeta
- Sulistyo, H. & Wulandari, S. (2020). Strategi coping perempuan kepala keluarga dalam mempertahankan keberlangsungan keluarga. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 109–121.
- Utami, M. S. (2012). Religiusitas, koping religius, dan kesejahteraan informantif. *Jurnal Psikologi*, 39(1), 46-66
- Wahyuningsih, D. (2016). Pengaruh tingkat pendidikan terhadap kemampuan pemecahan masalah pada ibu tunggal. *Jurnal Psikologi*, 14(2), 45-53.
- Wahyuningsih, F. E., Sofro, M. A. U., & Dwidiyanti, M. (2019). Spiritual Well being of Breast Cancer Patients Undergoing Chemotherapy through Mindfulness Based Spiritual. *Media Keperawatan Indonesia*, 2(3), 83.
- Walsh, F. (2012). The spiritual dimension of family life. In *Normal Family Processes: Growing Diversity and Complexity* (4th ed.). Guilford Press.

- Wardani. (2009). Strategi Coping Orang Tua Menghadapi Anak Autis. *Jurnal Psikologi*, 11(1), 26-35. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v11H.1628>
- Wibawa, R. P., & Wihartanti, L. V. (2018). Peran perempuan kepala keluarga dalam menciptakan kesejahteraan keluarga. *Eco-Socio: Jurnal ilmu dan Pendidikan Ekonomi*, 2(2), 145–152. <http://194.59.165.171/index.php/ECS/article/view/35>
- Wianti, S., & Mustika, A. S. (2024). Intervensi Keperawatan Keluarga: Pengalaman Ibu Tunggal dalam Membangun Moralitas Anak Remaja. *KOSALA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 12(2), 207-217.
- Wulandari, H., & Shafarani, M. U. D. (2023). Dampak fatherless terhadap perkembangan anak usia dini. *Ceria: Jurnal Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini*, 12(1), 1-12.





UIN IMAM BONJOL
PADANG