



## Gambaran Emosional *Hardiness* pada Ibu Tunggal yang Mengalami Perceraian

Tasya Meidiani<sup>1</sup>, Rahmad Purnama<sup>2</sup>, Eska Prawisudawati Ulpa<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Indonesia

E-mail: [tasyameidiani@gmail.com](mailto:tasyameidiani@gmail.com), [rahmadpurnama@radenintan.ac.id](mailto:rahmadpurnama@radenintan.ac.id), [eskaprawisudawati@radenintan.ac.id](mailto:eskaprawisudawati@radenintan.ac.id)

Article Info	Abstract
<b>Article History</b> Received: 2025-12-08 Revised: 2026-01-15 Published: 2026-02-14	This study aims to describe emotional hardiness in single mothers who have experienced divorce and to identify the factors that influence it. The research employs a qualitative approach using a phenomenological method. The participants consist of three single mothers who have experienced divorce for more than five years and have adolescent or adult children. Data were collected through semi-structured interviews, non-participant observation, and documentation. Data analysis was conducted inductively with the assistance of NVivo software, and data validity was ensured through source and technique triangulation. The findings of this study are expected to provide an in-depth understanding of the dynamics of emotional hardiness in single mothers after divorce and to serve as a foundation for developing culturally and spiritually relevant psychological interventions, particularly from the perspective of Islamic psychology.
<b>Keywords:</b> <i>Emotional Hardiness;</i> <i>Single Mothers, Divorce;</i> <i>Islamic Psychology;</i> <i>Qualitative Research.</i>	
<b>Artikel Info</b>	<b>Abstrak</b>
<b>Sejarah Artikel</b> Diterima: 2025-12-08 Direvisi: 2026-01-15 Dipublikasi: 2026-02-14	Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan emosional hardiness pada ibu tunggal yang mengalami perceraian serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhinya. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Subjek penelitian terdiri dari tiga ibu tunggal yang mengalami perceraian dengan rentang waktu perceraian lebih dari lima tahun dan memiliki anak remaja atau dewasa. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi non-partisipan, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan secara induktif dengan bantuan perangkat lunak NVivo, serta diuji keabsahannya melalui triangulasi sumber dan teknik. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman mendalam mengenai dinamika emosional hardiness pada ibu tunggal pasca perceraian serta menjadi dasar pengembangan intervensi psikologis yang relevan secara budaya dan spiritual, khususnya dalam perspektif psikologi Islam.
<b>Kata kunci:</b> <i>Emosional Hardiness;</i> <i>Ibu Tunggal;</i> <i>Perceraian;</i> <i>Psikologi Islam;</i> <i>Penelitian Kualitatif.</i>	

### I. PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan institusi sosial dan spiritual yang memiliki makna mendalam dalam Islam, karena dipandang sebagai ibadah yang menyempurnakan separuh agama, sebagaimana sabda Rasulullah SAW dalam hadis riwayat Thabrani dan Hakim. Oleh karena itu, pernikahan tidak hanya berfungsi sebagai ikatan sosial, tetapi juga sebagai tanggung jawab spiritual dalam menjalankan perintah Allah SWT. Namun, realitas menunjukkan bahwa tidak semua pernikahan dapat dipertahankan. Islam memberikan ruang terhadap perceraian sebagai jalan terakhir ketika konflik tidak lagi dapat diselesaikan, sebagaimana ditegaskan dalam Q.S. Al-Baqarah ayat 226-227 yang mengatur perceraian secara adil dan penuh pertimbangan.

Perceraian di Indonesia merupakan fenomena sosial yang terus meningkat. Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa jumlah perceraian mencapai 291.677 kasus pada tahun 2020, menurun pada 2021 menjadi 116.000

kasus, kemudian melonjak tajam pada 2022 sebanyak 516.334 kasus, dan sedikit menurun pada 2023 menjadi 463.654 kasus, dengan Provinsi Lampung menempati urutan ketujuh tertinggi dengan 15.784 kasus. Kondisi ini berdampak signifikan pada perempuan yang umumnya menjadi pengasuh utama anak dan berperan sebagai ibu tunggal, sehingga menghadapi tantangan sosial, ekonomi, dan psikologis yang kompleks (Fajrianti & Faradina, 2012; Mahdi, 2021). Faktor penyebab perceraian didominasi oleh perselisihan berkepanjangan, masalah ekonomi, dan ditinggalkannya perkawinan oleh salah satu pihak (Hamid, 2018).

Ibu tunggal kerap mengalami tekanan emosional akibat kehilangan pasangan, beban finansial, tanggung jawab pengasuhan anak, serta stigma sosial sebagai janda, yang berpotensi mengganggu keseimbangan psikologis jika tidak disertai mekanisme koping yang adaptif (Perdana & Dewi, 2015). Dalam konteks ini, konsep *Hardiness* atau ketahanan psikologis

menjadi relevan untuk memahami kemampuan individu bertahan menghadapi tekanan hidup. Kobasa, sebagaimana dikemukakan dalam Kreitner dan Kinicki (2005) serta Maddi (2002), mendefinisikan Hardiness sebagai pola kepribadian yang terdiri dari commitment, control, dan challenge, yang memungkinkan individu memandang stres sebagai tantangan dan peluang pertumbuhan. Individu dengan tingkat Hardiness tinggi terbukti lebih mampu mengelola stres dan lebih jarang mengalami gangguan psikologis (Delahaij et al., 2010).

Bagi ibu tunggal, Hardiness berperan penting dalam menjaga kesehatan mental dan membangun kembali kehidupan pasca-perceraian, karena memungkinkan mereka tetap terlibat secara emosional dengan anak, merasa memiliki kontrol atas kehidupannya, dan memaknai perceraian sebagai awal pertumbuhan baru. Perspektif ini selaras dengan psikologi Islam yang menekankan kesabaran, keikhlasan, dan ikhtiar sebagai bentuk ketahanan jiwa (Hutasoit & Brahmana, 2021). Selain itu, teori kesetaraan DeVito (2007) menegaskan bahwa keberlangsungan hubungan memerlukan keseimbangan dalam perhatian, pengorbanan, dan tanggung jawab, sehingga ketidakseimbangan dalam perkawinan berpotensi memicu perceraian.

Konsep Hardiness pertama kali diperkenalkan oleh Kobasa sebagai karakter kepribadian yang menjadikan individu lebih tegar, optimis, dan kompeten dalam menghadapi tekanan (Maddi, Kobasa, & Kahn, 1982). Kreitner dan Kinicki (2005) serta Maddi (2002, 2013) menegaskan bahwa Hardiness berkembang melalui proses adaptasi terhadap stresor dan memungkinkan individu tidak hanya bertahan, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan dan kinerjanya. Dalam Islam, perceraian dipahami sebagai peristiwa yang diatur dengan ketentuan moral dan spiritual, sebagaimana dijelaskan dalam Q.S. Al-Baqarah ayat 226, yang menekankan keadilan, tanggung jawab, dan perlakuan yang baik dalam proses perceraian.

Berdasarkan prariset melalui wawancara, salah satu subjek mengungkapkan perasaan bebas dan bahagia setelah berpisah meskipun sebelumnya merasakan keterikatan emosional yang berat, yang menunjukkan adanya proses penerimaan dan ketahanan emosional pasca-perceraian. Oleh karena itu, pengkajian lebih lanjut mengenai gambaran Emotional Hardiness pada ibu tunggal yang mengalami perceraian menjadi penting, tidak hanya untuk memperkaya kajian teoretis psikologi, tetapi juga sebagai

dasar penyusunan intervensi yang sensitif secara budaya dan selaras dengan nilai spiritual Islam.

Berdasarkan latar belakang di atas maka penelitian ini bertujuan untuk: (1) Mengidentifikasi gambaran Emosional *Hardiness* pada ibu tunggal pasca perceraian. (2) Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi Emosional *Hardiness* pada ibu tunggal.

## II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang berfokus pada isu-isu sesuai dengan pertanyaan penelitian, dengan peneliti sebagai instrumen utama dalam menelaah kondisi alami objek penelitian. Metode kualitatif dipilih karena menekankan pemahaman makna daripada generalisasi luas, dengan teknik pengumpulan data triangulasi dan analisis induktif (Dr. H. Zuchri Abdussamad, S.I.K., 2021). Pendekatan fenomenologi digunakan sebagai bagian dari metodologi kualitatif untuk mengkaji pengalaman hidup subjek secara mendalam, di mana peristiwa dipahami sebagaimana dialami dan diintegrasikan dalam perjalanan hidup individu (Moleong, 2019). Littlejohn dan Foss (2005) menjelaskan bahwa fenomenologi mempelajari persepsi manusia terhadap peristiwa dan situasi, di mana makna muncul dari pengalaman sadar dan interaksi antara subjek dengan fenomena yang dihadapinya, sehingga realitas disajikan dalam bentuk autentiknya.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh langsung dari subjek penelitian melalui wawancara dan observasi untuk menggambarkan emotional hardiness pada ibu tunggal yang mengalami perceraian, karena data primer dinilai mampu mencerminkan kondisi faktual secara akurat (Titin Pramiyati & Jayanta, 2017). Data sekunder diperoleh dari keluarga atau kerabat dekat subjek yang berperan sebagai informan pendukung untuk memperkaya pemahaman penelitian (Sugiyono, 2015). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi non-partisipan, dan dokumentasi, sebagaimana lazim digunakan dalam penelitian kualitatif fenomenologis (Kawasati, 2019). Wawancara dipandang sebagai metode efektif karena memungkinkan penggalan pengalaman, perasaan, dan pandangan pribadi subjek melalui interaksi langsung antara peneliti dan narasumber (Yusuf, 2014), dengan tahapan pelaksanaan meliputi pengenalan, penjelasan tujuan dan agenda, serta pengajuan pertanyaan (Chairi, 2009). Observasi dilakukan untuk memperkaya data hasil wawancara

melalui pengamatan langsung di lapangan (Semiawan, 2010), sedangkan dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data tertulis dan arsip yang relevan (Yusuf, 2014).

Analisis data dilakukan secara sistematis dengan mengorganisasi hasil observasi, wawancara, dan dokumen untuk meningkatkan pemahaman peneliti terhadap kasus yang diteliti (Noeng, 1998). Data utama dicatat melalui catatan tertulis dan perekaman audio, sedangkan data tambahan diperoleh dari buku, arsip, dokumen pribadi, dan dokumen resmi (Moleong, 1987). Untuk membantu proses analisis, penelitian ini menggunakan perangkat lunak NVivo yang dirancang untuk mengelola dan menganalisis data tidak terstruktur melalui proses pengumpulan data, persiapan dan pengimporan data, pengkodean tematik, serta visualisasi dan pelaporan hasil analisis.

Keabsahan data menjadi perhatian utama dalam penelitian kualitatif mengingat adanya potensi subjektivitas peneliti, keterbatasan wawancara dan observasi, serta kredibilitas sumber data. Oleh karena itu, pengujian keabsahan dilakukan melalui perpanjangan keikutsertaan di lapangan, ketekunan pengamatan, triangulasi, kajian kasus negatif, kecukupan referensi, dan auditing, sebagaimana dikemukakan oleh Moleong (1987), Bungin (2011), dan Wiyanda dkk. (2024). Pendekatan ini bertujuan memastikan konsistensi prosedur, kenetralan temuan, dan tingkat kebenaran hasil penelitian.

Penelitian ini berorientasi pada kajian fenomena perceraian dan dampaknya terhadap emotional hardness ibu tunggal. Perceraian dipahami sebagai putusnya hubungan perkawinan yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti pengabaian tanggung jawab, kekerasan, masalah ekonomi, ketidaksetiaan, dan ketidakcocokan dalam hubungan suami istri (Mariana et al., 2022). Penelitian melibatkan tiga subjek ibu tunggal yang mengalami perceraian, dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Proses pengumpulan data dilakukan secara tatap muka di rumah subjek melalui wawancara semi-terstruktur yang dilakukan dua kali pada setiap subjek dengan durasi 10–30 menit serta observasi non-partisipan. Hasil temuan menunjukkan bahwa meskipun setiap subjek memiliki pengalaman emosional yang berbeda pasca perceraian, seluruh subjek secara bertahap mampu menerima peran sebagai ibu tunggal, memperoleh dukungan keluarga, dan membangun ketahanan emosional demi masa depan anak mereka.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 1. Subjek KH

Hasil wawancara dengan subjek menunjukkan bahwa pada awal perceraian, subjek merasakan beban emosional yang cukup berat karena harus mengurus anak sekaligus bekerja. Subjek mengalami perasaan kaget, tidak percaya, dan kehilangan arah. Namun, seiring berjalannya waktu, subjek mampu menerima keadaan dan menilai kehidupannya saat ini lebih tenang dan bahagia dibandingkan sebelum perceraian. Subjek menyampaikan bahwa kini ia dapat “menikmati” hidupnya tanpa tekanan. Ia tidak merasa terasingkan oleh keluarga, tetapi lebih merasakan terasing dari lingkungan pertemanan akibat stigma sosial, seperti anggapan bahwa ia selalu membawa cerita kesedihan atau kesulitan ekonomi. Dalam menghadapi situasi ini, subjek memilih untuk diam dan tidak membuka luka lama ketika topik perceraian muncul, sebagai bentuk perlindungan terhadap kondisi emosionalnya.

Dalam aspek *commitment*, subjek menunjukkan penerimaan dan keikhlasan terhadap perannya sebagai ibu tunggal. Ia mampu menceritakan pengalamannya dengan santai dan kooperatif, serta menjawab pertanyaan dengan lancar tanpa kesulitan berarti. Hal ini menunjukkan bahwa subjek memiliki keterikatan yang kuat dengan peranannya dan tetap termotivasi untuk menjalani kehidupan sehari-hari secara positif. Observasi peneliti menguatkan temuan ini, di mana subjek terlihat santai, sesekali mengerutkan dahi saat berpikir, namun tetap mampu menjawab pertanyaan dengan lancar dan menunjukkan ikhlas menerima takdir sebagai seorang ibu tunggal.

Dalam aspek *control*, subjek menunjukkan kemampuan mengelola emosi dan situasi secara efektif. Ia menjelaskan kepada anaknya mengenai kondisi keluarga dengan bijak, menanamkan nilai bersyukur, penerimaan, dan mengajarkan untuk tidak menyakiti orang lain maupun meniru perilaku negatif mantan suami. Subjek juga berupaya menjaga stabilitas emosional anak dengan tidak membawa masalah pekerjaan ke dalam rumah dan menyelesaikannya secara mandiri. Selain itu, subjek tidak merasakan ketakutan dalam menjalani peran sebagai single parent, bahkan merasa lebih bebas dan nyaman dengan kehidupannya saat ini. Observasi peneliti menunjukkan bahwa subjek mampu berbicara dengan tenang meskipun membahas topik



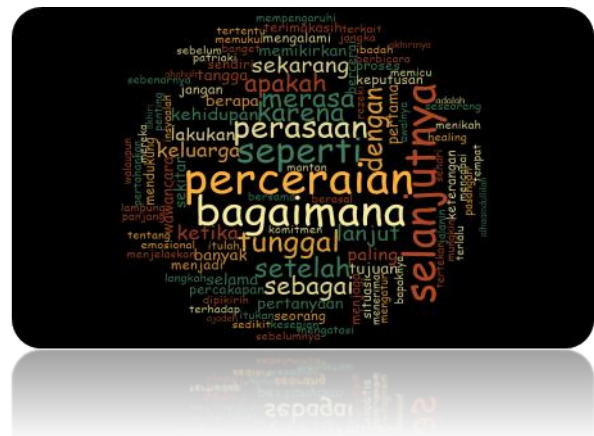
karena menganggap keputusan tersebut sebagai pilihan terbaik dan tidak ingin menyiksa diri sendiri. Secara keseluruhan, subjek menceritakan pengalamannya dengan santai, menjawab pertanyaan dengan lancar, menunjukkan bahwa ia sudah *move on*, ikhlas menjalani peran sebagai ibu tunggal, serta terlihat *enjoy* menjalani kehidupan bersama anaknya.

Dalam aspek *control*, subjek menunjukkan kemampuan mengelola emosi dan situasi keluarga dengan baik. Ia menjelaskan kondisi perceraian kepada anak-anak secara perlahan dan penuh pertimbangan, sambil menegaskan bahwa meskipun orang tua telah berpisah, peran ayah tetap ada. Ia mengatakan, "Yaa saya awalnya si sulit ya mba bilang ke anak-anak keadaan yg seperti ini tapi kan mereka lambat laun harus tau, ya saya jelasin pelan-pelan, bahwa antara saya dan bapaknya sudah tidak bisa berasama lg tpi dia tetap bapaknya, seperti itu". Subjek juga berupaya melindungi anak dari tekanan emosional dengan tidak membawa masalah pekerjaan ke rumah, melainkan memilih mekanisme koping sederhana seperti beristirahat ketika lelah secara mental, "Paling saya tinggal tidur mba, daripada dipikirin bikin sakit kepala mendingan saya tidur mba". Selain itu, subjek menyatakan bahwa tidak ada rasa takut menjalani kehidupan sebagai single parent; sebaliknya, ia merasa lebih tenang dan bebas, "Kalo untuk sekarang si engga mba karena sudah *move on* sekali. Saya sudah tidak memikirkan dia lagi". Observasi peneliti menunjukkan bahwa subjek berbicara dengan nada tegas dan sedikit angkuh, tetap santai dan tidak menunjukkan kesedihan, serta menampilkan keyakinan bahwa kehidupannya kini lebih bahagia dan mapan.

Dalam aspek *challenge*, subjek memandang perceraian sebagai keputusan yang tepat yang berdampak positif terhadap kualitas hidupnya. Ia menekankan pentingnya mengelola kebutuhan secara bijak dan mengurangi pengeluaran yang tidak penting, "Ya *manage* pembelian barang yang ga penting". Subjek menilai bahwa kehidupannya bersama anak-anak saat ini lebih mapan dan sejahtera dibandingkan sebelum perceraian, "Ya mba bisa lihat aja kehidupan saya gituloh dengan anak-anak saya lebih mapan lebih sejahtera dr dulu". Subjek juga mampu membagi waktu secara proporsional antara peran sebagai pekerja dan sebagai ibu, "Ya harus kita jalanin, jd seorang ibu, wanita karir kerja di waktunya

kerja, klo pulang kita jd ibu rumah tangga". Observasi peneliti menunjukkan bahwa subjek tersenyum dan santai saat menceritakan pengalamannya, sesekali tertawa, yang menandakan rasa syukur dan keyakinan bahwa keputusan bercerai merupakan langkah terbaik bagi kesejahteraan dirinya dan anak-anaknya.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, terlihat bahwa ketiga aspek *commitment*, *control*, dan *challenge* dari Emotional Hardiness menurut Kobasa (dalam Kreitner & Kinicki, 2005) telah muncul pada subjek EK. Subjek mampu menunjukkan *commitment* yang kuat terhadap perannya sebagai ibu tunggal, mengendalikan emosinya dengan baik melalui *control*, dan menghadapi tantangan hidup pasca perceraian secara realistis serta positif melalui *challenge*. Hal ini menandakan adaptasi psikologis yang baik serta resiliensi terhadap perubahan besar dalam kehidupannya.



Gambar 2. Word Frequency Quer

*Word Frequency Query* subjek EK menunjukkan bahwa kata yang paling sering muncul selama wawancara adalah perceraian dan perasaan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ajrina, (2021) yang mengatakan perceraian saat berpengaruh dalam pengasuhan anak maka dampak perceraian orang tua dapat mempengaruhi pola pengasuhan kepada anak.

### 3. Subjek YY

Hasil wawancara dengan subjek YY menunjukkan bahwa pada awal perceraian, subjek berupaya menyikapi kehidupannya dengan tetap tenang, berpikir positif, dan bersabar, terutama dengan memusatkan perhatian pada masa depan dirinya dan anaknya. Subjek mengatakan, "Saya si apa ya,

bersikap untuk tetap tenang aja ya, untuk berfikir masa depan si ya, selalu berpikir positif, tenang dan bersabar". Meskipun perasaan sedih masih muncul, subjek menilai kondisi sebagai ibu tunggal sebagai takdir yang patut disyukuri karena diyakini membawa kebaikan bagi dirinya dan anaknya, "Saya sedih Cuma, saya ya ada untuk rasa bersyukur juga si ya mungkin jalan ya diberi, apaya.. seperti ini demi kebaikan saya dan anak saya". Dalam proses penerimaan tersebut, subjek mengakui bahwa ia masih sesekali menangis ketika teringat mantan suami, namun berusaha mengelola emosinya dengan mengajak anak bepergian atau melakukan aktivitas bersama sebagai bentuk *healing*, "Saya kadang nangis ya, eee nangis sendiri saya berpikir bagaimana Cuma saya ajak anak saya kemana gitu untuk saya lupa menenangkan diri". Hal ini menunjukkan adanya *commitment* subjek untuk tetap bertahan dan menjalani kehidupan dengan sikap adaptif.

Pada aspek *commitment*, subjek YY mengalami masa awal perceraian yang berat karena harus mengurus anak sekaligus bekerja, namun berusaha tetap tenang, berpikir positif, dan bersabar dalam menghadapi masa depan. Seiring waktu, subjek merasa lebih bersyukur dan menerima takdirnya sebagai ibu tunggal karena menganggap kondisi tersebut sebagai jalan terbaik bagi dirinya dan anaknya. Meskipun terkadang masih merasa sedih dan menangis saat mengingat mantan suami, subjek mampu mengelola perasaannya dengan mengajak anaknya berjalan-jalan sebagai bentuk *healing*. Secara keseluruhan, subjek menceritakan pengalamannya dengan santai, menjawab pertanyaan dengan lancar, dan menunjukkan sikap ikhlas dalam menjalani perannya sebagai ibu tunggal.

Pada aspek *control*, subjek menunjukkan kemampuan mengelola situasi dan emosi dengan menjelaskan kondisi keluarganya kepada anak secara bijak, mendorong anak untuk bersosialisasi, serta mencegah anak terpukul atau menarik diri dari lingkungan. Subjek mengatakan, "Ee saya selalu mengajak anak saya bersosialisasi ya anak saya gitu yaa, walaupun Cuma 1 saya harus utamakan dia itu tidak boleh yang terpukul, selalu diam di rumah, tidak boleh seperti itu ya saya bebaskan saya ya". Subjek juga berupaya menghindari pikiran yang memicu stres dengan mengalihkan perhatian pada aktivitas

seederhana, seperti makan, "Ee. paling cari makan-makan si ya, jadi klo, pusing pengen ya makan" atau melakukan kegiatan rumah tangga seperti membuat kue dan memasak, sekaligus mempererat kebersamaan dengan anaknya, "Klo aktivitas si saya buat kue aja ya, jd saya hiburannya buat kue dan makan sama anak ya gitu ajasih". Observasi menunjukkan bahwa subjek berbicara dengan nada lembut dan santai, tetap tenang, dan tidak menunjukkan kesedihan meskipun menghadapi pertanyaan yang sensitif, yang menandakan kontrol emosional yang baik.

Dalam menghadapi *challenge*, subjek menegaskan bahwa tujuan utama hidupnya adalah membimbing anak agar tumbuh menjadi pribadi yang lebih baik dan berhasil, serta tidak gagal dalam menjalankan peran sebagai orang tua meskipun berstatus ibu tunggal, "Klo tujuan itu si Cuma untuk anak aja ya, anak saya harus sukses harus bisa jadi lebih baik, jd saya jangan gagal lah sebagai orang tua gitu". Subjek juga mampu membagi waktu secara seimbang antara pekerjaan dan perannya sebagai ibu di rumah, "Klo untuk membagi waktu ya saya kerja, waktunya di rumah saya dengan anak fokus gitu jadi saya bagi banget dengan anak jadi dia tidak kecewa gitu, jd klo saya di rumah saya sama anak saya gitu, sama dia pergi kemana gitu mengubur dia bercerita gituuu". Namun, subjek mengakui terkadang merasa bingung ketika anaknya ditanya di sekolah mengenai keberadaan ayahnya, sehingga memilih memberikan jawaban sederhana bahwa ayahnya sedang bekerja, "Kadang kalo di sekolah ya, orang bertanya ayahnya, dimana itu si yang saya bingung, ya saya bilang aja ayahnya kerja sama anak saya gitu". Observasi memperlihatkan bahwa subjek tersenyum dan santai saat menceritakan pengalamannya, sesekali tertawa, menandakan rasa syukur dan keyakinan bahwa keputusan bercerai merupakan langkah tepat bagi kesejahteraan dirinya dan anaknya.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, terlihat bahwa subjek YY menampilkan ketiga aspek *commitment*, *control*, dan *challenge* dari Emotional Hardiness menurut Kobasa (dalam Kreitner & Kinicki, 2005). Subjek mampu menunjukkan *commitment* yang kuat terhadap peran keibuannya, mengendalikan emosi dengan baik melalui *control*, serta menghadapi tantangan hidup pasca perceraian secara positif melalui *challenge*, sehingga menggambarkan kemam-



Ibu tunggal yang mengalami perceraian memiliki berbagai pandangan terhadap Emosional Hardiness mereka.

Dari ketiga subjek menunjukkan bahwa Emosional Hardiness yang ada pada diri mereka setelah mengalami perceraian yaitu mampu menerima takdir secara ikhlas, percaya bahwa dengan memilih jalan perceraian ini adalah pilihan yang terbaik dan mampu menyanggupi kebutuhan hidup dengan anak mereka. Ketiga subjek dalam penelitian ini memiliki Emosional Hardiness yang baik dan mampu mengendalikannya sehingga Ketiga subjek dapat fokus dengan kehidupan sekarang dan tidak ingin mengingat kembali kejadian saat menjalani bahtera rumah tangga.

## B. Saran

Dengan selesainya penelitian ini, peneliti berharap pembaca mampu untuk menjadi makhluk sosial yang saling peduli dan bersedia mendengarkan cerita tanpa menghakimi. Pembaca diharapkan mampu untuk lebih memahami teman atau kerabat yang memiliki latar belakang seorang Ibu Tunggal. Peneliti berharap agar Ibu Tunggal yang mengalami perceraian bisa ikut serta dalam segala hal yang ingin dilakukan tanpa memandangnya sebelah mata.

## DAFTAR RUJUKAN

- Chairi, A. (2009). Landasan filsafat dan metode penelitian kualitatif. Discussion Paper.
- Delahaj, R., Gaillard, A. W. K., & Van Dam, K. (2010). Hardiness and the response to stressful situations: Investigating mediating processes. *Personality and Individual Differences*, 49, 386–390.
- DeVito, J. A. (2007). *The interpersonal communication book* (11th ed.). Pearson Education, Inc.
- Fajrianthi, F., & Faradina, A. (2012). Konflik pekerjaan dan coping stress pada single mothers. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 1(2), 416–427
- Hamid, H. (2018). Perceraian Dan Penanganannya. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 4(4), 25. <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/download/49/40>
- Hutasoit, I. T. M., & Brahmana, K. M. B. (2021). Single mother role in the family. *Education and Social Sciences Review*, 2(1), 27–34. <https://doi.org/10.29210/07essr208800>
- Kawasati, R. I. (2019). Teknik pengumpulan data metode kualitatif. *Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Sorong*.
- Kreitner, R., & Kinicki, A. (2005). *Perilaku organisasi* (Edisi 5, Buku 2, alih bahasa Erly Suandy). Salemba Empat.
- Littlejohn, S. W. (2005). *Theories of human communication* (5th ed.). Wadsworth Publishing Company.
- Maddi, S. R. (2002). The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 54(3), 175–185. <https://doi.org/10.1037/1061-4087.54.3.175>
- Maddi, S. R. (2013). *Hardiness: Turning stressful circumstances into resilient growth*. Springer Science & Business Media.
- Maddi, S. R., Kobasa, S. C., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168–177.
- Mariana, D., Tambunan, E. M., & Salim, S. (2022). Gambaran Emotional hardiness Pada Ibu Single Parent The Emotion Regulation in Single Parent Mother. 3(3), 194–203.
- Moleong, L. J. (1987). *Metodologi penelitian kualitatif*. Remaja Rosdakarya.
- Moleong, L. J. (2019). *Metodologi penelitian kualitatif*. Remaja Rosdakarya.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Perdana, P. D., & Dewi, K. S. (2015). Pergulatan emosi pada wanita karir yang ditinggalkan suami. *Jurnal Empati*, 4(April). <https://doi.org/10.14710/empati.2015.14883>
- Zuchri Abdussamad, H. (2021). *Metode penelitian kualitatif*