

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pada hakekatnya orang tua mempunyai harapan agar terjalin suatu hubungan yang baik dengan anak dalam kebersamaan yang penuh cinta kasih, kedamaian dan saling menyayangi. Demi membahagiakan anak, orang tua akan rela mengorbankan materi, jiwa dan juga raga. Harapan-harapan ini kiranya akan lebih mudah terwujud jika sejak semula, orang tua telah menyadari akan peranan mereka sebagai orang tua yang besar pengaruhnya terhadap tumbuh kembang anak menjadi manusia dewasa dengan disiplin diri dan tanggung jawab.

Peranan lingkungan keluarga, terutama tingkah laku dan sikap orang tua sangat penting bagi seorang anak. Melalui keluargalah anak memperoleh bimbingan, pendidikan dan pengarahan untuk mengembangkan dirinya. Lingkungan keluarga yang mendukung adalah keluarga yang utuh yang terdiri dari komponen ayah, ibu dan anak yang mengembangkan hubungan saling mencintai dan memperhatikan satu sama lain.

Namun ada beberapa lingkungan keluarga yang tidak utuh dimana salah satu komponennya hilang. Di dalam keluarga sederhana, bahkan di dalam lingkungan pendidik, lingkungan yang tampak religius, perceraian juga banyak terjadi. Ini tentunya juga dapat menyebabkan meningkatnya jumlah orang tua yang membesarkan anaknya tanpa kehadiran pasangannya. Orang tua yang berperan ganda dalam membesarkan anak dapat disebut dengan *single parent*.

Jika kita melihat data penduduk dari Biro Pusat Statistik, maka setiap tahun akan terlihat bahwa banyak laki-laki maupun perempuan yang mengalami perceraian, baik cerai hidup maupun cerai mati, karena suami atau istri meninggal dunia. Tidak hanya di kota besar, di kota kecilpun banyak terjadi kasus perceraian baik cerai hidup maupun cerai mati. Pernyataan di atas diperkuat dengan data jumlah perceraian di Pengadilan Agama di salah satu kota kecil di Indonesia yakni Banjarmasin pada tahun 2011 dimana ada 1229 kasus perceraian yang terbagi menjadi 302 kasus cerai talak dan 927 kasus cerai gugat (data dari Pengadilan Agama Kelas 1A Banjarmasin). Sebagian besar yang menjadi *single parent* adalah wanita karena hak asuh biasanya jatuh di tangan seorang ibu.

Menjadi *single parent* merupakan sebuah keadaan yang cukup berat. Hal ini didukung oleh penelitian Holmes & Rahe (dalam Baron, 2000) yang menyatakan bahwa menjadi janda, perceraian & *marital separation* merupakan tiga *stressful life events* terberat. Perceraian memegang posisi kedua dari permasalahan yang cukup berat. Dari keluarga-keluarga yang bercerai ini sebagian tentunya ada yang menikah kembali, tetapi banyak diantaranya yang tidak menikah lagi, terutama para ibu. Mereka ini berusaha membangun keluarga, membesarkan anak-anak tanpa keberadaan suami. Mereka inilah yang besar kemungkinannya menjadi wanita *single parent* apabila mereka tinggal bersama anak dan berperan sebagai orangtua tanpa pasangan. Dengan banyaknya keluarga dengan *single parent*, nampaknya akan banyak permasalahan yang dihadapi oleh *single parent* khususnya wanita dalam menjalankan fungsi-fungsi keluarga.

Banyak persoalan yang harus dihadapi oleh wanita *single parent*. Jika biasanya segala hal dilakukan berdua dengan suami, kini segalanya harus dilakukannya sendiri. Di samping berperan sebagai ibu rumah tangga, ia pun harus menjadi kepala keluarga. Dari segi ekonomi, hal ini akan lebih sulit jika sebelumnya ia tidak bekerja. Bagi *single parent* yang bercerai, jika mantan suaminya secara rutin memberikan tunjangan keuangan, mungkin tidak terlalu menjadi masalah, tetapi bila tidak, ia harus mencari nafkah, bukan hanya untuk dirinya sendiri, tetapi juga untuk anak-anaknya. Bagi mereka yang sebelumnya sudah bekerja, mungkin tidak terlalu menjadi masalah. Kendati demikian, baik mereka yang sebelumnya tidak bekerja maupun sudah bekerja, persoalan yang dihadapi relatif sama yakni mereka harus siap untuk berperan ganda sebagai pencari nafkah dan sekaligus membesarkan dan mendidik anak-anaknya seorang diri, termasuk bagaimana mengatur waktu bagi anak-anaknya.

Pada wanita *single parent (single mother)* masalah yang muncul antara lain masalah emosi seperti marah, kecewa dan sedih. Worell (dalam Moriarty & Wagner, 2004) menemukan bahwa *single mothers* menjadi lebih terisolasi secara sosial, kekurangan dukungan emosi dan *parenting*, dan menghabiskan waktunya di tempat kerja dengan teman kerja dan anak-anak mereka. Mereka harus berlapang dada menerima kenyataan menjadi *single parent*, yang pastinya lebih berat dibandingkan dengan adanya pasangan. Bila wanita *single parent* tidak mampu mengelola emosi negatifnya dengan baik, bukan tidak mungkin akibatnya akan berimbas pada anak. Walaupun wanita *single parent* memiliki kekurangan dalam mengontrol emosi, namun hal itu bisa diatasi dengan belajar dan

pengalaman. Sedangkan dalam lingkungan keluarga, dapat dikatakan bahwa keduanya sama-sama memiliki hak dan tanggung jawab yang sama dalam merawat dan membesarkan anak.

Dalam dekade yang lalu (2001), wanita yang bercerai memiliki kecenderungan yang tinggi mengalami gangguan mental, khususnya dalam hal usia, *remarriage*, pendidikan, pendapatan dan kesehatan (Lorenz, Wicrama, Conger & Elder, 2006). Perceraian sejak dulu berhubungan dengan masalah kesehatan fisik dan emosi (Avison, Simon & Marcussen dalam Lorenz, Wicrama, Conger & Elder, 2006).

Di samping itu, menjadi wanita *single parent* sebagai situasi yang khusus sekaligus ekstrim dan menantang bagi seorang wanita. Hal ini karena umumnya individu menjadi wanita *single parent* terlebih dahulu melewati masa-masa yang penuh stres, ketakutan dan rasa bersalah dari kejadian-kejadian traumatis yang dialaminya, baru kemudian menyesuaikan diri dengan kehidupan yang baru serta tanggung jawab yang lebih besar terhadap keluarganya.

Hal yang harus disiapkan oleh seorang wanita *single parent* ialah soal mental khususnya dengan hubungan mereka dengan anak-anak. Wanita biasanya akan merasa gagal berumah tangga. Perasaan semacam inilah yang bisa menghambat wanita *single parent* dalam menjalankan fungsinya khususnya dalam hal pengasuhan (*parenting*). Apalagi jika ia tidak segera bangkit dari kesedihan. Apabila ia hanya meratapi nasib, maka yang paling menderita adalah anak. Anak tidak hanya kehilangan ayah, tapi juga kehilangan ibu. Di samping itu kondisi anak itu sendiri setelah perceraian juga cukup buruk, anak menjadi marah dan

kecewa dengan kehilangan kebersamaan dengan orang tua. Anak-anak tidak menginginkan kedua orang tuanya bercerai. Cherlin (2005) menyebutkan bahwa anak-anak menjadi kehilangan keberuntungan mereka memiliki kedua orang tua yang tinggal dalam satu rumah, kemudian mereka harus mengatasi itu secara terus-menerus, yang merupakan konflik pahit diantara kedua orang tua mereka.

Hal tersebut juga didukung oleh penelitian Hetherington (Santrock, 2007) yang menyatakan bahwa respon terhadap perceraian berubah dari waktu ke waktu. Sejumlah peneliti menunjukkan bahwa suatu disequilibrium, yang mencakup hilangnya kemampuan pengasuhan, terjadi pada tahun-tahun setelah perceraian. Namun, dua tahun setelah perceraian, stabilitas kembali terjadi dan pengasuhan membaik.

Dalam pengasuhan, harus disadari betul oleh para wanita *single parent*, bahwa tugasnya memang menjadi lebih berat. Sebab, tugas yang seharusnya dipikul berdua (ayah dan ibu), kini harus diembannya sendiri. Ia harus berperan ganda yakni sebagai ibu sekaligus ayah, serta sebagai wanita yang tidak memiliki pasangan.

Meski wanita *single parent* mampu menjalankan masing-masing fungsi tersebut, namun fungsi ayah tetap tidak dapat sepenuhnya digantikan oleh ibu. Misalnya dalam identifikasi peran gender, anak harus mengidentifikasi orang tuanya, entah itu ayah atau ibu. Sekaligus menyelesaikan proses identifikasi dengan orang tua.

Studi sebelumnya melaporkan adanya respons terhadap perceraian menurut jenis kelamin. Menurut Santrock (2007) perceraian lebih negatif bagi anak laki-

laki dibanding bagi anak perempuan dalam keluarga dimana ibu memegang hak asuh. Beberapa studi menunjukkan bahwa anak laki-laki menyesuaikan diri lebih baik dalam keluarga dengan hak asuh pada ayah, anak perempuan dalam keluarga dengan hak asuh pada ibu (Maccoby & Mnookin, 1992 ; Santrock & Warshak, 1979 dalam Santrock, 2007).

Menurut Chase Lansdale dkk (dalam Forgatch & DeGarmo, 1999) anak-anak dari keluarga yang bercerai memiliki bermacam-macam resiko negatif jangka pendek dan jangka panjang. Masalah tersebut meliputi kesulitan dalam berperilaku dalam kaitannya dengan lingkungan, masalah akademik, hubungan pertemanan, depresi dan kecemasan. Seringkali permasalahan yang terjadi pada diri anak sangat dipengaruhi oleh permasalahan yang dialami oleh para pengasuh anak, baik itu orang tua anak atau *significant others* (Satiadarma dalam Gunarsa : 2009).

Kegiatan mengasuh anak pada umumnya memiliki landasan tujuan yang sama, yaitu (1) memberikan landasan kehidupan keluarga pada anak-anak, (2) agar kelak anak menjadi adaptif dalam menyiasati kehidupan keluarga pada anak-anak, (3) menanamkan sikap disiplin pada anak, dan (4) membangun rasa percaya diri anak (Honing dalam Satiadarma, 2009)

Situasi yang bertolak belakang antara harapan dan kenyataan akan menimbulkan reaksi tertentu dari individu yang bersangkutan. Kondisi yang dialami para wanita *single parent* tersebut merupakan gejala yang dialami seseorang bila mereka mengalami stres. Seseorang mengalami stres umumnya mengalami gangguan pada fisik, emosi, pikiran dan perilakunya. Individu yang

mengalami stres umumnya merasa tegang, tidak mampu berpikir secara rasional, mudah marah, sedih, cemas bahkan depresi.

Stres kehidupan secara umum yang dialami oleh keluarga akan menambah beban stres dalam memberikan pengasuhan kepada anak. Keluarga merupakan lingkungan sosial utama tempat berkembangnya seorang anak. Apabila keluarga mengalami stres, lingkungan hidup anak memperoleh tekanan dan tekanan tersebut juga dirasakan oleh anak selaku anggota keluarga yang bersangkutan, karenanya anakpun akan mengalami stres. Apabila anak mengalami stres, ia mungkin menunjukkan gangguan perilaku. Jika stres yang dirasakan anak semakin besar, semakin besar pula kecenderungan gangguan perilakunya. Akibatnya tantangan pengasuh dalam menghadapi kondisi tersebut akan semakin besar pula dan ancaman stres terhadap pengasuh memiliki potensi meningkat (Satiadarma dalam Gunarsa, 2009). Di samping itu dukungan sosial berperan besar bagi pengasuh dalam mengatasi stres pengasuhan. Jika pengasuh merasa dirinya sendirian dalam menyanggah tanggung jawab pengasuhan, ia merasakan stres yang dialaminya demikian besar (Satiadarma dalam Gunarsa, 2009). Peran ganda dalam menjalani kehidupan sosial merupakan salah satu stres tersendiri bagi para orang tua yang harus menghadapi proses individuasi anak-anak mereka (Chasteen & Kissman, 2000; Stephens, Townsend, Martire & Druley, 2001 dalam Gunarsa, 2009).

Menurut Abidin (Ahern, 2004) stres pengasuhan digambarkan sebagai kecemasan dan ketegangan yang melampaui batas dan secara khusus berhubungan dengan peran orang tua dan interaksi antara orang tua dan anak. Model stres

pengasuhan juga memberikan perumpamaan bahwa stres mendorong ke arah tidak berfungsinya pengasuhan orang tua pada anak. Pada intinya menjelaskan ketidakresponan orang tua dalam menghadapi konflik dengan anak-anak mereka.

Satiadarma (Gunarsa, 2009) menyebutkan stres pengasuhan mempunyai kekhasan tersendiri yang meliputi kondisi anak (termasuk perilaku anak yang menyimpang), kondisi kehidupan menyeluruh yang menimbulkan stres, dukungan sosial, fungsi keluarga, dan sumber material. Stres pengasuhan dalam hal ini menunjukkan pengalaman perasaan stres orang tua sebagai fungsi dari faktor pribadi dalam memecahkan personal stres lain yang secara langsung dihubungkan dengan peran orang tua dalam pengasuhan anak. Peristiwa traumatik seperti halnya perceraian dapat mempengaruhi kondisi mental orang tua dimana dirinya harus menjadi wanita *single parent* yang memiliki tuntutan untuk berperan ganda dalam mengasuh anak-anaknya sehingga berpengaruh pula pada pengasuhan yang mereka lakukan ke depannya.

Di samping itu secara emosional, wanita lebih mudah berkecil hati, bingung dan cemas ketika menghadapi permasalahan. Mereka membutuhkan keterampilan menghadapi permasalahan atau yang dalam istilah psikologis disebut dengan *coping*.

Coping adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan itu (baik tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi *stressful* (Cohen & Lazarus, Lazarus & Folkman, Sarafino, Taylor dalam Smet, 1994).

Secara garis besar *coping* dibagi menjadi dua yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Sebagai *emotion focused coping*, *coping* digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang ‘*stressful*’, individu akan cenderung mengatur emosinya (Cohen & Lazarus, Lazarus & Folkman, Sarafino, Taylor dalam Smet, 1994).

Problem focused coping, *coping* dilakukan untuk mengurangi *stressor* atau hal-hal penyebab stres dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan-keterampilan baru. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini, bila dirinya yakin akan dapat mengubah situasi (Cohen & Lazarus, Lazarus & Folkman, Sarafino, Taylor dalam Smet, 1994).

Terkait dengan masalah yang dihadapi wanita *single parent*, intervensi berupa *coping skill program* dicoba diterapkan pada wanita *single parent* yang mengalami stres pengasuhan, dimana *coping skill* itu sendiri merupakan salah satu bentuk dari manajemen stres. *Coping Skill* meliputi kemampuan mencari informasi, menganalisis situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai, dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan suatu tindakan yang tepat.

Fenomena yang terjadi di atas inilah yang melatarbelakangi peneliti mengkaji hal ini. Berdasarkan fenomena di atas pula, tampak bahwa wanita *single parent* cenderung mengalami stres dikarenakan oleh tuntutan untuk berperan ganda dengan kondisi mental yang kurang siap dan kurangnya keterampilan penyelesaian masalah (*coping skill*). Oleh karena itu, stres pengasuhan yang

mereka alami harus dikurangi agar mereka dapat berfungsi secara optimal dalam arti dapat mengurangi kecemasan dan ketegangan yang melampaui batas dan secara khusus berhubungan dengan peran orang tua dan interaksi antara orang tua dan anak.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kelompok khususnya *the short term therapy group*, dimana *the short term group therapy* itu sendiri saat ini sedang mengalami kemajuan. Pendekatan ini bisa diterapkan dalam kelompok dimana dalam penelitian ini adalah kelompok wanita *single parent* yakni dengan melakukan sebuah *treatment* berupa *coping skill program*. Pada dasarnya *short term therapy group* ini tepat untuk permasalahan-permasalahan seperti kehilangan seseorang dalam hidup, contohnya kematian pasangan atau perceraian dimana anggota belajar sesuatu yang baru dan kemampuan adaptasi yang lebih baik terhadap suatu masalah yakni dengan mempelajari *way of coping* untuk mengatasi masalah kehilangan dan penyesuaian kehidupan yang baru, dalam hal ini peran ganda dalam keluarga. Kelompok disini ditekankan bahwa pada dasarnya setiap orang memerlukan dukungan sosial khususnya dari orang-orang terdekat maupun dari teman-teman yang mengalami permasalahan yang sama agar bisa saling mendukung dan menguatkan, disamping itu sesuai dengan dasar *short term therapy* itu sendiri bahwa keutuhan dan kekuatan kelompok itu sangat penting dalam proses terapeutik.

Pendekatan ini menawarkan ke individu-individu kesempatan untuk melakukan perubahan psikologis dalam satu paket yakni waktu dan biaya yang efektif. Meskipun *short term treatment* masih merupakan aplikasi yang baru

dalam bidang terapi kelompok, tetapi cukup bisa menghadirkan pengetahuan untuk mengidentifikasi karakteristik dari aplikasi ini dengan sukses. Karakteristik *short term therapy* (Brabender, Fallon & Smolar, 2004) meliputi enam hal yakni (1) tujuan yang spesifik, (2) *screening* dan persiapan yang sangat hati-hati, (3) menekankan pada keutuhan kelompok, (4) menggunakan waktu yang efektif sebagai salah satu kekuatan terapeutik, (5) pergerakan yang cepat untuk mencapai tujuan mereka, dan (6) orientasi sementara untuk masa kini dan masa yang akan datang. Penelitian ini menggunakan lima kali pertemuan dan lebih mengutamakan pada kekuatan keutuhan kelompok yakni kelompok wanita *single parent* khususnya yang mendapatkan *coping skill program*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena *single parent* di atas dan kompleksnya masalah yang dihadapi ketika menjadi wanita *single parent* hingga menyebabkan timbulnya stres pengasuhan maka timbul pertanyaan dalam Tesis ini, yaitu apakah ada perbedaan penurunan stres pengasuhan wanita *single parent* yang mendapatkan *coping skill program* dengan wanita *single parent* yang tidak mendapatkan *coping skill program*.

1.3 Signifikansi penelitian

Penelitian mengenai stres pengasuhan pada orang tua secara umum cukup banyak dilakukan. Penelitian yang dilakukan oleh Johnston, Hessel, Blasey, Eliez, Erba, Friedman, Glaser, dan Reiss (2003) meneliti tentang faktor-faktor yang

berhubungan dengan stres pengasuhan pada ibu-ibu yang memiliki anak yang rentan mengalami sindrom X, hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwa aspek-aspek dari perilaku anak, keutuhan keluarga, pendapatan rumah tangga, dan kondisi kejiwaan ibu berkorelasi dengan dimensi-dimensi khusus dari stres pengasuhan, faktor-faktor yang berhubungan dengan stres tersebut akan membantu perkembangan intervensi untuk meningkatkan *parental well being* pada ibu yang memiliki anak yang memiliki gangguan tertentu (sindrom X).

Penelitian lain dilakukan oleh Pranandari dan Puspitawati (2008) mengenai Perbedaan *Adversity quotient* Ditinjau dari *Problem-focused* dan *Emotion-focused Coping* pada orang tua tunggal wanita. Dalam penelitian ini fenomena *single parent* tidak hanya terjadi di Indonesia sebagai negara berkembang tetapi juga terjadi di beberapa negara maju, bahkan di banyak negara berkembang, *single parent* adalah sebuah simtom yang banyak terjadi. Sejak ditinggal mati suami atau bercerai, individu menjadi bertanggung jawab penuh dengan kehidupan keluarganya. Kenyataan ini mempengaruhi sikap *single parent* dalam menghadapi berbagai macam *stressor* dalam kesehariannya. Penelitian ini memberikan hasil berupa perbedaan yang signifikan antara *adversity quotient* pada *single parent* dengan *problem focused coping strategies* dan *single parent* dengan *emotion focused coping strategies*.

Yenjeli (2010) melakukan penelitian studi kasus mengenai strategi *coping* pada *single mother* yang bercerai. Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran stres yang dialami *single mother* yang bercerai, mengetahui penyebab stres yang dialami oleh *single mother*, dan mengetahui gambaran *coping* yang dia lakukan

single mother untuk mengatasi stres tersebut. Hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa subjek dalam penelitian tersebut mengalami gejala suasana hati (menangis, marah, melamun) dan gejala organ dalam badan (pusing, kondisi badan melemah, pingsan). Stres subjek berasal dari dirinya sendiri, keluarga, komunitas, dan gangguan sehari-hari. Subjek melakukan *problem solving focused coping* (bekerja, tidak berdiam diri, menceritakan masalah ke orang lain, dan tidak menceritakan masalah kepada anak-anaknya) serta *emotion focused coping* (diam agar tenang, mendekatkan diri pada Tuhan, mengaji).

Penelitian lain dilakukan oleh Gheewala (2004) mengenai Situasi atau kondisi ibu yang bercerai di India, dengan penerapan konseling. Dimana penelitian ini menyatakan bahwa banyak perubahan yang terjadi pada ibu yang bercerai. Berusaha memenuhi kebutuhan ekonomi dan kekurangan penerimaan sosial, serta kurang dukungan dari sekitar. Untuk itu, mereka sangat memerlukan konseling untuk mengatasi permasalahan psikologis mereka.

Penelitian yang lain juga dilakukan oleh Lawrey (2002) mengenai Tunggal *Parenting* dimana orang tua tunggal mengalami kesulitan dalam hubungannya sebagian, terutama karena kurangnya dukungan tambahan dari orang tua lainnya di rumah.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Anderson (2009) mengenai Penyebab Stres Pengasuhan pada sampel yang berbeda dari orang tua dewasa awal yang beresiko tinggi. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa ada hubungan yang positif antara usia muda dan stres pengasuhan. Orang tua tunggal dan orang tua lengkap yang memiliki kesehatan mental rendah dilaporkan memiliki stres

pengasuhan tingkat tinggi sedangkan keluarga yang saling mendukung dan utuh mengalami stres dengan tingkat rendah.

Bronnimann meneliti tentang stres yang dialami *single mother* dan akibat yang ditimbulkannya dalam kualitas pengasuhan. Penelitian ini memberikan hasil bahwa *Single mothers* yang berada di Santa Clarita tampaknya berhasil dalam mengasuh anaknya meskipun berada dalam kondisi yang rentan stres.

Di samping itu, pada dasarnya pengasuhan yang dilakukan orang tua juga menentukan strategi *coping* seorang anak, seperti penelitian yang dilakukan oleh Lin & Lian (2011) mengenai Hubungan antara pola pengasuhan dan kemampuan coping pada siswa sekolah di Malaysia, yang menghasilkan bahwa pola pengasuhan memiliki korelasi dengan kemampuan *coping*, namun tidak ada perbedaan *coping* dilihat dari gender.

Penelitian lain terkait dengan *coping* juga dilakukan oleh Habarth & Bermann (2008) mengenai *Coping* dalam konteks : Komunitas dan sumber daya dalam lingkungan wanita yang memiliki pendapatan rendah. Penelitian ini memberikan hasil bahwa komunitas tersebut menggunakan *emotion focused coping strategies* dan intensitas stres serta sumber daya yang dimiliki berpengaruh pada strategi *copingnya*

Penelitian lain dilakukan oleh Burke, McIntosh & Gridley (2009) mengenai pengasuhan setelah perpisahan. Hasil dari penelitian ini adalah menyarankan bahwa identifikasi awal dan intervensi untuk keluarga yang mengalami kesulitan penyesuaian karena perceraian dilakukan untuk mengurangi masalah kesehatan

mental anak dan kesulitan penyesuaian dan mempromosikan *coping* yang adaptif serta penyelesaian yang sesuai dengan aturan.

Penelitian lain mengenai coping skill program dilakukan oleh Serlachius, Northam, Frydenberg & Cameron (2012) pada remaja yang menderita penyakit diabetes, yakni bagaimana mereka menghadapi situasi stressfull (penyakit diabetes). Hasil penelitian ini menyatakan bahwa beberapa masalah diidentifikasi sesuai dengan *stressor* yang dialami partisipan dan pandangan mereka dalam memahami *Best of Coping (BOC)*. Masalah yang teridentifikasi mencakup 5 hal yakni orang tua/konflik dengan orang tua, menyeimbangkan self management dan kehidupan sehari-hari, masalah kesehatan, keuntungan dari dukungan sosial, dan pentingnya informasi tentang diabetes dan keterampilan.

Coping skill program juga bisa dilakukan pada orang dewasa. Seperti halnya penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Cole, Klarreich & Fryatt (1982) mengenai mengajarkan *interpersonal coping skill* Pada pasien psikiatrik dewasa. Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa pasien yang mendapatkan *coping skill training* mengalami kemajuan yang positif dalam pengukuran MMPI, *the social discomfort index*, *the response tendency measure* dan *the community adjustment profile* dibandingkan yang tidak mendapatkan *coping skill training*. Dalam hal ini *coping skill program* merupakan sebuah pendekatan yang komprehensif dan inovatif dalam psikoterapi dan penting untuk dipelajari oleh para *clinician*.

Penelitian lain terkait dengan stres di bidang olahraga. *Athletic Stress :Developing Coping Skill through sports*. Beberapa atlet yang berhasil mempelajari *coping skill* berhasil mengelola stresnya, dan mereka dapat

menikmati olahraga mereka dan mengalami kemajuan. Dan yang tidak berhasil mengelola stres mereka menjadi stres dalam latihan olahraga dan merupakan pengalaman atau situasi yang mengancam untuk mereka.

Penelitian lain dilakukan oleh Gomes (2008) mengenai program tambahan berupa *coping skill program* untuk orang tua dari anak yang didiagnosa menderita ADHD. Hasil dari penelitian menyebutkan bahwa sebuah program yang fleksibel seperti *coping skill program*, ketika digunakan secara tepat sebagai bagian dari bentuk terapi dapat menjadi sumber yang signifikan dalam membantu, mendukung, mendorong dan menguatkan keluarga yang memiliki anak ADHD.

Penelitian yang hendak dilakukan penulis mencakup topik mengenai *coping skill program* untuk menurunkan stres pengasuhan yang dialami wanita *single parent* terutama *single parent* yang diakibatkan oleh perceraian. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian-penelitian di atas dalam beberapa hal, namun penulis akan lebih memfokuskan penelitian dalam hal *coping skill program* yang dilakukan dengan pendekatan kognitif, untuk membantu menurunkan stres pengasuhan pada wanita *single parent*.

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang telah dirumuskan, maka tujuan dari penulisan Tesis ini adalah untuk mengetahui apakah ada perbedaan penurunan stres pengasuhan wanita *single parent* yang mendapatkan *coping skill program* dengan wanita *single parent* yang tidak mendapatkan *coping skill program*.

1.5 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Memberikan wacana dan info tambahan terhadap ilmu psikologi secara umum khususnya psikologi klinis (kesehatan mental), dan psikologi pendidikan

b. Manfaat Praktis

- 1) Memberikan informasi tentang upaya menurunkan stres pengasuhan yang dialami wanita *single parent*
- 2) Sebagai masukan untuk memberikan informasi bagi wanita *single parent*, konselor, pendidik, dan psikolog untuk membantu mengurangi stres pengasuhan yang dialami wanita *single parent* agar bisa lebih optimal menjalankan fungsinya sebagai orang tua yang berkewajiban mengasuh anak.