

**PERANAN REMAJA DALAM MENDUKUNG *PSYCHOLOGICAL
WELL BEING* IBU TUNGGAL DI DESA BALIMBING
KECAMATAN NATAL KABUPATEN MANDAILING NATAL**



SKRIPSI

*Ditajukan Untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-Syarat
Untuk Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam*

Oleh:

MERINA HELMI
NIM. 2030200021

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY
PADANGSIDIMPUAN
2024**

**PERANAN REMAJA DALAM MENDUKUNG
PSYCHOLOGICAL WELL BEING IBU TUNGGAL
DI DESA BALIMBING KECAMATAN NATAL
KABUPATEN MANDAILING NATAL**



SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-Syarat
Untuk Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam*

Oleh

MERINA HELMI

NIM. 2030200021

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY
PADANGSIDIMPUAN
2024**

**PERANAN REMAJA DALAM MENDUKUNG
PSYCHOLOGICAL WELL BEING IBU TUNGGAL DI
DESA BALIMBING KECAMATAN NATAL
KABUPATEN MANDAILING NATAL**



SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-Syarat
Untuk Mencapai Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Dalam Bidang ilmu Bimbingan Konseling Islam*

Oleh:

MERINA HELMI

NIM. 2030200021

PEMBIMBING I

[Signature]
Drs. H. Agus Salim Lubis, M. Ag.
NIP. 196208211993031003

PEMBIMBING II

[Signature]
Darwin Harahap, S. Sos.L, M.Pd. I
NIP. 198801282023211018

*acc
13/05/2024*

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY
PADANGSIDIMPUAN**

2024



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUNAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jalan T.Rizal Nurdin Km.4,5 SihitangPadangsidimpuan22733
Telepon (0634)22080 Faximile (0634)24022

Hal : Skripsi
a.n. **MERINA HELMI**
Lampiran : 6 (Enam) Exemplar

Padangsidimpuan, 11 Juni 2024
Kepada Yth:
Ibu Dekan FDIK
UIN SYAHADA Padangsidimpuan
Di:
Padangsidimpuan

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi a.n. **MERINA HELMI** yang berjudul: "Peranan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal", maka kami berpendapat bahwa skripsi ini telah dapat diterima untuk melengkapi tugas dan syarat-syarat mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang ilmu Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan.

Seiring dengan hal di atas, saudara tersebut sudah dapat menjalani sidang munaqasyah untuk mempertanggung jawabkan skripsinya ini.

Dengan demikian kami sampaikan, semoga dapat dimaklumi dan atas perhatiannya, diucapkan terima kasih.

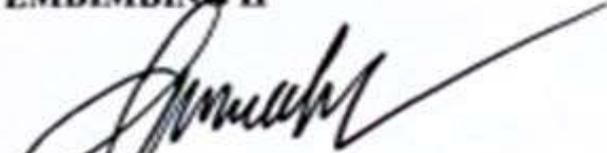
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

PEMBIMBING I



Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag
NIP.1963082119930310003

PEMBIMBING II



Darwin Harahap, S.Sos, I.M, Pd.I
NIP.198801282023211018

SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Merina Helmi
Nim : 2030200021
Fak/Prodi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/BKI
Judul Skripsi : Peranan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal

Dengan ini menyatakan menyusun skripsi sendiri tanpa menerima bantuan tidak sah pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing dan tidak melakukan plagiasi sesuai dengan Kode Etik mahasiswa UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan pasal 14 ayat 4.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sebagaimana tercantum pada pasal 19 ayat ke 4 Kode Etik Mahasiswa UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan. Pencabutan gelar akademik dengan tidak hormat dan sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padangsidempuan, 12 Juni 2024
Yang Membuat Pernyataan,



MERINA HELMI
NIM. 2030200021

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas akademik Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Merina Helmi
NIM : 20 302 00021
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul **“Peranan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal”** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti noneksklusif ini Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Padangsidempuan
Pada Tanggal : 12 Juni 2024
Yang membuat pernyataan



MERINA HELMI
NIM: 2030100028

SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN DAN KEBENARAN DOKUMEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : MERINA HELMI
Tempat / Tgl Lahir : Balimbing, 16 Januari 2002
NIM : 2030200021
Fakultas / Prodi : FDIK / BK1

Menyatakan dengan sesungguhnya:

1. Segala data terdapat dalam dokumen permohonan ujian munaqasyah ini adalah benar dan sah.
2. Apabila di kemudian hari ditemukan bahwa dokumen-dokumen yang telah saya berikan tidak benar, maka saya bersedia dikenakan sanksi sesuai dengan peraturan dan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan seperlunya.

Padangsidempuan, 12 Juni 2024
Pembuat Pernyataan,



MERINA HELMI
NIM. 2030200021



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jl. T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sitang Padangsidempuan 22732
Telp. (0634) 22080 Fax. (0634) 24022

DEWAN PENGUJI
SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI

Nama : Merina Helmi
NIM : 2030200021
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi : Peranan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal

Ketua

Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag.
NIP. 196308211993031003

Sekretaris

Siti Wahyuni Siregar, S.Sos.I., M.Pd.I.
NIP. 198807092015032008

Anggota

Darwin Harahap, S.Sos.I., M.Pd.I.
NIP. 198801282023211018

Fithri Choirunnisa Siregar, M.Psi.
NIP. 198101262015032003

Pelaksanaan Sidang Munaqasyah

Di : Padangsidempuan
Hari/Tanggal : Senin, 08 Juli 2024
Pukul : 10.00 WIB s/d Selesai
Hasil/Nilai : Lulus / 80 (A)
Indeks Prestasi Kumulatif : 3,67
Predikat : Sangat Memuaskan



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
Jl. T. Rizal Nurdin Km. 4,5 Sibolang Padangsidimpuan 22733
Telp. (0634) 22080 Fax. (0634) 24022

PENGESAHAN

Nomor: ~~99~~Un.28/F.4c/PP.00.9/07/2024

Judul Skripsi : Peranan Remaja Dalam Mendukung *Psychological Well Being* Ibu
Tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten
Mandailing Natal
Nama : Merina Helmi
NIM : 2030200021
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Telah dapat diterima untuk memenuhi
Syarat dalam memperoleh gelar
Sarjana Sosial (S.Sos)

Padangsidimpuan, 02 Juli 2024

Bukan,



[Signature]
Magdalena, M.Ag.
NIP. 197403192000032001

ABSTRAK

Nama : Merina Helmi

NIM : 2030200021

Judul : Peranan Remaja dalam Mendukung *Psychological Well Being* Ibu Tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal

Penelitian ini dilatar belakangi oleh Peranan Remaja dalam Mendukung *Psychological Well Being* Ibu Tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal, Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peranan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal. Ibu tunggal yang dimaksud adalah ibu kandung dari remaja yang orang tua nya bercerai hidup. Teori dalam penelitian ini adalah Teori Gestalt menjelaskan pada pentingnya tanggung jawab diri, teori ini menunjukkan bahwa seseorang dibantu untuk berpindah dari posisi ketergantungan pada orang lain keadaan lebih baik lagi. Seseorang menyadari bahwa ia bertanggung jawab atas hal yang terjadi pada dirinya. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan metode deskriptif dengan informan peneliti 28 orang terdiri dari 10 remaja berusia antara 14-21 tahun, 10 ibu tunggal, 5 teman sebaya, 2 pemilik usaha tempat remaja bekerja, kepala desa. di Desa Balimbing Kecamatan Natal. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi non partisipan, wawancara tidak terstruktur dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keadaan *psychological well being* ibu tunggal dianggap baik, seperti Penerimaan diri sebagai ibu tunggal, memiliki hubungan positif dengan orang lain, serta memiliki tujuan hidup yang terarah. Usaha yang dilakukan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal seperti memberikan dukungan emosional, menunjukkan rasa empati, serta memberikan dukungan finansial. Faktor pendukungnya yaitu memberikan dukungan emosional, menjalin komunikasi yang baik dan terbuka dengan ibu tunggal. Sedangkan faktor penghambat remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal yaitu keterbatasan waktu dan energi, kurangnya pemahaman tentang perasaan ibu tunggal. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi terhadap penelitian yang akan membahas yang sama atau memiliki kemiripan dengan penelitian ini serta memberikan manfaat bagi pembaca.

Kata Kunci: Remaja, Ibu Tunggal, *Psychological, Well, Being.*

ABSTRACT

Name : Merina Helmi

Reg. Number : 2030200021

Thesis Title : The Role of Teenagers in Supporting the Psychological Well Being of Single Mothers in Balimbing Village, Natal District, Mandailing Natal Regency

This research is motivated by the role of teenagers in supporting the psychological well-being of single mothers in Balimbing Village, Natal District, Mandailing Natal Regency. This research aims to explore the role of teenagers in supporting the psychological well-being of single mothers in Balimbing Village, Natal District, Mandailing Natal Regency. The single mother in question is the biological mother of a teenager whose parents are divorced. The theory in this research is the Gestalt Theory which explains the importance of self-responsibility. This theory shows that a person is helped to move from a position of dependence on others to a better situation. A person realizes that he is responsible for what happens to him. This type of research is qualitative research using descriptive methods with 28 research informants consisting of 10 teenagers aged 14-21 years, 10 single mothers, 5 peers, 2 business owners where the teenagers work, the village head. in Balimbing Village, Natal District. Data collection techniques were carried out using non-participant observation, unstructured interviews and documentation. The results of the research show that the psychological well-being of single mothers is considered good, such as accepting oneself as a single mother, having positive relationships with other people, and having a focused life goal. Efforts made by teenagers to support the psychological well-being of single mothers include providing emotional support, showing empathy, and providing financial support. Supporting factors are providing emotional support, establishing good and open communication with single mothers. Meanwhile, the inhibiting factors for teenagers in supporting the psychological well-being of single mothers are limited time and energy, lack of understanding about the feelings of single mothers. It is hoped that this research will contribute to research that will discuss the same thing or be similar to this research and provide benefits for readers

Keywords: Teenagers, Single Mothers, Psychological, Well, Being.

خلاصة

اسم : ميرينا حلمي
رقم التسجيل : ٢٠٣٢٠٠٠٢١
عنوان الأطروحة : دور المراهقين في دعم الصحة النفسية للأمهات العازبات في قرية باليمبينج،
مقاطعة ناتال، ماندايلينج ناتال ريجنسي

الدافع وراء هذا البحث هو دور المراهقين في دعم الرفاه النفسي للأمهات العازبات في قرية باليمبينج، منطقة ناتال، ماندايلينج ناتال ريجنسي. يهدف هذا البحث إلى استكشاف دور المراهقين في دعم الرفاه النفسي للأمهات العازبات قرية باليمبينج، منطقة ناتال، ماندايلينج ناتال ريجنسي. الأم العازبة المعنية هي الأم البيولوجية لمراهق والديه مطلقان. النظرية في هذا البحث هي نظرية الجشطالت التي توضح أهمية المسؤولية الذاتية، وتبين هذه النظرية أن الشخص يساعد على الانتقال من موقف الاعتماد على الآخرين إلى وضع أفضل. يدرك الإنسان أنه مسؤول عما يحدث له. هذا النوع من البحث هو بحث نوعي يستخدم الأساليب الوصفية مع ٢٨ مُخبراً للبحث يتكونون من ١٠ مراهقين تتراوح أعمارهم بين ١٤-٢١ عامًا، و ١٠ أمهات عازبات، و ٥ أقران، و ٣ من أصحاب الأعمال حيث يعمل المراهقون، ورئيس القرية. (قرية باليمبينج في منطقة ناتال). تم تنفيذ تقنيات جمع البيانات باستخدام الملاحظة غير المشاركة، والمقابلات غير المنظمة والوثائق. تظهر نتائج البحث أن الصحة النفسية للأمهات العازبات تعتبر جيدة، مثل قبول الذات كأم عازبة، وإقامة علاقات إيجابية مع الآخرين، والحصول على هدف حياتي مركّز. تشمل الجهود التي يبذلها المراهقون لدعم الصحة النفسية للأمهات العازبات تقديم الدعم العاطفي، وإظهار التعاطف، وتقديم الدعم المالي. العوامل الداعمة هي توفير الدعم العاطفي، وإقامة تواصل جيد ومفتوح مع الأمهات العازبات. وفي الوقت نفسه، فإن العوامل المثبطة للمراهقين في دعم الرفاه النفسي للأمهات العازبات هي محدودية الوقت والطاقة، وعدم فهم مشاعر الأمهات العازبات. ومن المؤمل أن يساهم هذا البحث في أبحاث تناقش نفس الموضوع أو تكون مشابهة لهذا البحث وتقدم فوائد للقراء.

الكلمات المفتاحية: المراهقون، الأمهات العازبات، النفسية، حسنا، الوجود.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, segala puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian skripsi ini. Shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa ajaran Islam demi keselamatan dan kebahagiaan semua ummat Islam.

Skripsi ini berjudul: “**Peranan Remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal**”, disusun untuk mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, program studi Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan. Peneliti sadar, penulisan skripsi ini tidak akan berjalan maksimal tanpa bantuan dari beberapa pihak, dengan segala kerendahan hati, untuk itu peneliti sampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, yaitu Bapak Dr. H. Muhammad Darwis Dasopang, M.Ag. Wakil Rektor bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga, yaitu Bapak Dr. Erawadi, M.Ag. Wakil Rektor bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan, yaitu Bapak Dr. Anhar, M.A. Wakil Rektor Kemahasiswaan dan Kerjasama, dan seluruh civitas akademik Universitas Islam Negeri Syekh

Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, yaitu Bapak Dr. Ikwanuddin Harahap, M.Ag.

2. Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, yaitu Ibu Dr. Magdalena, M.Ag. Wakil Dekan Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga, yaitu Bapak Dr. Anas Habibi Ritonga, M.A. Wakil Dekan Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan, yaitu Bapak Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag., Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama. yaitu Bapak Dr. Sholeh Fikri, M.Ag.
3. Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan yaitu Ibu Fithri Choirunnisa Siregar, M.Psi.
4. Pembimbing I yaitu Bapak Drs. H Agus Salim Lubis, M.Ag. Pembimbing II yaitu Bapak Darwin Harahap, S. Sos.I., M.Pd. I yang telah menyediakan waktunya untuk memberikan pengarahannya, bimbingan dan petunjuk yang sangat berharga bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Kasubbag Akademik dan Kemahasiswaan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yaitu Bapak Mukti Ali, S.Ag. beserta stafnya yang telah memberikan pelayanan Akademik yang baik demi kesuksesan dalam perkuliahan dan penyusunan skripsi.
6. Penasehat Akademik yaitu Bapak Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag. yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingannya selama perkuliahan.

7. kepala perpustakaan yaitu Bapak Yusri Fahmi, S.Ag., S.S., M.Hum., serta pegawai perpustakaan yang telah membantu penulis dalam hal mengadakan buku-buku penunjang skripsi.
8. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, terkhusus Dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan, yang telah membimbing, mendidik, memberikan ilmu pengetahuan selama perkuliahan, sehingga peneneliti mampu menyelesaikan skripsi ini sampai selesai.
9. Teristimewa ucapan terimakasih kepada Ayahanda Habibuddin dan Ibunda tercinta Nurhayati, orang paling hebat yang selalu menjadi penyemangat saya dan sebagai motivator di dalam mejalani kerasnya hidup, yang telah mencintai dan menyanyangi dengan tulus, mendidik dan mengasihi sejak kecil, senantiasa memberikan do'a, motivasi, dorongan, semangat dan jeri payah yang tiada henti-hentinya setiap hari, sehingga peneliti semakin bersungguh-sungguh dan termotivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Kepada cinta kasih keempat saudara-saudari kandung saya dan Abang dan kakak ipar, Risna Yanti S.Pd dan Abang ipar Bahrin Sitompul, Salman Efendi dan kakak ipar Siti Khodijah, Yenni Sari S.Pd dan Abang ipar Ifan Sosanto, Yefhi Yusnita dan Abang ipar Muhammad Yusuf yang selalu memberikan saya semangat dan motivasi dalam mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos).
11. Kepada keponakan tersayang Reza Alfarezi, Muhammad AL Afif, Haikal, Aira, Daffa, Azka, Qiara, Rasyid, Azzura yang selalu menghibur dan

memberikan canda tawa disetiap hari dalam mencapai gelar Sarjana Sosial (S. Sos).

12. Ungkapan terimakasih kepada Kepala Desa Balimbing yang sudah bersedia membantu penulis dalam memberikan Informasi terkait skripsi ini
13. Sahabat penulis yang sudah sama-sama berjuang Jamiah Harahap, Siti Nurhalimah, Putri Anjali, Rabiatul Adawiyah, yang sudah bersedia menemani dan selalu setia menunggu penulis selesai bimbingan, semoga kita semua sukses dan sehat selalu dan diberikan kebahagiaan dunia dan akhirat.
14. Terimakasih juga untuk semua kepada senior dan junior Ifdatul Adwiyah , Ulfa Hannum, Nur Waidah, serta Mahasiswa/i Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi serta rekan-rekan Mahasiswa/I Bimbingan Konseling Islam angkatan 2020 yang telah memberikan motivasi serta dukungan yang banyak sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna masih banyak kesalahan baik dalam penulisan maupun penyusunan kata. Peneliti mengucapkan rasa syukur kepada Allah SWT , yang senantiasa memberikan rahmat dan karunia- Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsimini dengan baik. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan peneliti

Padangsidempuan, 12 Juni 2024

Peneliti

Merina Helmi
Nim 2030200021

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING	
SURAT PERNYATAAN PEMBIMBING	
SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI	
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	
BERITA ACARA UJIAN MUNAQASYAH	
HALAM PENGESAHAN DEKAN	
ABSTRAK.....	i
ABSTRACT.....	ii
خلاصة	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Masalah	5
C. Batasan Istilah	6
D. Rumusan Msalah.....	9
E. Tujuan Penelitian	10
F. Manfaat Penelitian	10
G. Sistematika Penelitian	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	13
A. Landasan Teori.....	13
1. Peranan.....	13
a. Pengertian Peranan.....	13
b. Teori Peran.....	14
2. Remaja.....	15
a. Pengertian Remaja	15
b. Rentang Usia Remaja	16
c. Ciri-Ciri masa Remaja.....	18
3. Teoti Gestl.....	19
4. <i>Pyshological Well being</i>	22
a. Pergertian <i>pyshological Well being</i>	22
b. Dimensi-dimensi <i>psychological well being</i>	23
c. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>psychological well being</i>	25

5. Ibu Tunggal	27
a. Pengertian ibu tunggal	27
b. Peranan ibu tunggal dalam keluarga.....	29
c. Peranan remaja dalam mendukung <i>psychological well being</i> ibu tunggal.....	30
B. Kajian Terdahulu.....	33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	36
A. Lokasi dan Tempat Penelitian.....	36
B. Metode dan Jenis Penelitian.....	36
C. Informan Penelitian.....	37
D. Sumber Data.....	38
E. Terknik Pengumpulan Data.....	39
F. Teknik Analisi Data	41
G. Teknik Pemeriksaan Keabsaan Data	42
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	44
B. Temuan Khusus.....	46
C. Analisis Hasil Penelitian	75
D. Keterbatasan Penelitian.....	76
BAB V.....	78
A. Kesimpulan	78
B. Implikasi Hasil Penelitian	79
C. Saran.....	80

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

LAMPIRAN

DOKUMENTASI

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehidupan setiap individu sangat berhubungan dengan keluarga. Keluarga adalah merupakan kesatuan masyarakat yang terkecil, terdiri dari ayah, ibu, dan anak-anaknya (keluarga inti/batih). Ia dibentuk dengan ikatan perkawinan yang sah terdiri atas suami, istri, dan anak yang belum menikah.¹ Selain itu keluarga juga sekelompok orang yang terdiri dari dua orang atau lebih yang mempunyai hubungan darah, hubungan perkawinan, adopsi. lembaga pendidik awal yang pertama dialami oleh anak serta lembaga pendidik yang bersifat kodrati.²

Merawat anak merupakan kewajiban orang tua. Seorang ayah mempunyai peranan dalam memberikan nafkah bagi anak. Selain itu ayah juga harus mampu melindungi anak agar terhindar dari kehidupan yang menyimpang. Adapun seorang ibu mempunyai tanggung jawab mengasuh anak dan merupakan madrasah pertama bagi anak-anaknya, karena baik buruk seorang anak tergantung pada didikan orang tuanya. Seorang anak memiliki peranan penting dalam sebuah keluarga. Anak berperan membantu

¹Soerjono Soekarto, *Sosiologi Keluarga*, (Jakarta: Pt Rineka Cipta, 2009), hlm.1.

²La Adi, "Pendidikan Keluarga Dalam Perspektif Islam", *Jurnal Pendidikan Ar- Rasyid*, Vol. 7. No. 1, 2022, hlm.1-9. Diakses dari (https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=pendidikan+keluarga+Dalam+prws+fektif+islam&btnG=#d=gs_qabs&t=1703749073876&u=%23p%3D8SgwIVukMcEJ). Pada tanggal 28 Desember 2023, Pukul 14.44 Wib.

orang tua untuk meringankan pekerjaan dan tanggung jawab dalam keluarga. Kehadiran anak sangat berpengaruh dalam kehidupan orang tua.³

Anak memiliki kewajiban di dalam keluarga, pertama-tama hormat dan patuh kepada orang tua, menolong dan meringankan pekerjaan orang tua sehari-hari. Jika orang tua sudah tua kewajiban anak untuk menolong serta memelihara orang tua sebagai bentuk pengabdian suci seorang anak kepada orang tua yang melahirkan serta membesarkan.⁴

Allah SWT menegaskan kepada ummat manusia tentang berbuat baik kepada orang tua dapat dilihat dalam Al – Qur’an Surat Al- Isra ayat 23

وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَيْهِمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا

Artinya: Dan Tuhanmu telah memerintahkan agar kamu jangan menyembah selain dia dan hendaklah berbuat baik kepada ibu bapak. Jika salah seorang di antara keduanya atau kedua-keduanya sampai berusia lanjut dalam pemeliharaan mu, maka sekali-kali janganlah engkau mengatakan “ah” dan jangan lah engkau membentak keduanya, dan ucapkanlah perkataan yang baik.⁵

Dalam Tafsir Al- Misbah, dijelaskan bahwa Tuhanmu telah memerintahkan dan memesankan hendaklah kamu jangan menyembah Tuhan selain Dia, serta memerintahkan agar berbuat baik kepada orang tua merendahkan diri kepada kedua orang tua dengan penuh kasih sayang serta

³Ade Wahyu Nurjanah, “Peranan Anak Pada Usaha Pertanian Agroforestri Di Hutan Kemasyarakatan Bina Wana, Lampung Barat”, *Jurnal Sumber Daya Dataran Tinggi Tropis (J. Trop. Upland Res.)*, Vol. 2. No. 2, 2020, hlm. 173-180. Diakses dari https://scholar.google.com/scholar?hl=id&assdt=0%2C5&q=ade+wahyu+nurhannah&btnG=#d=g_sqabs&t=1703737370975&u=%23p%3D7oNHjzquGLOJ. Pada tanggal 28 Desember 2023 , Pukul 14. 44 Wib.

⁴ Sayekti Pujosuwarno, *Bimbingan Dan Konseling Keluarga*, (Yogyakarta: Penerbit Menara Mas Offset, 1994), hlm. 47.

⁵ Departemen Agama RI, *Alquran Tajwid dan Terjemahannya*, (Bandung: CV. Penerbit Diponegoro, 2010), hlm. 284.

mentaati apa yang mereka perintahkan selama perintah itu tidak bertentangan dengan hukum syara⁶

Setiap orang pasti menginginkan keluarga yang utuh/lengkap yang di dalamnya terdapat ayah, ibu, dan anak yang tinggal bersama dalam satu rumah tangga. Keluarga ini mencakup peran ayah sebagai kepala keluarga dan pencari nafkah utama, ibu yang biasanya mengurus rumah tangga dan anak-anak, serta anak-anak yang diasuh oleh orang tua.⁷

Dalam literatur sosiologi, keluarga utuh sering kali dijadikan model ideal dari struktur keluarga karena diyakini mampu memberikan lingkungan yang stabil dan mendukung bagi perkembangan anak. Namun penting juga untuk mengakui bahwa struktur keluarga yang lain, seperti keluarga tunggal juga dapat memberikan lingkungan yang baik.⁸

Orang tua tunggal terdiri dari ibu atau ayah saja. Keluarga orang tua tunggal terjadi karena beberapa faktor seperti perceraian antara ayah dan ibu, atau kematian diantara ayah atau ibu sehingga salah satu diantara keduanya menjadi orang tua tunggal. Menjadi orang tua tunggal tidaklah mudah karena pada saat yang bersamaan ia berperan ganda dalam keluarga.⁹

Orang tua tunggal umumnya lebih merasa tertekan dari pada orang tua yang masih utuh. Salah satu masalah utama yang dirasa cukup berat pada banyak orang tua tunggal adalah masalah ekonomi, terutama bagi ibu tunggal

⁶ M Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al- Quran*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 63.

⁷ Nukman, *Sosiologi Keluarga: Teori dan Realitas*, (Yogyakarta: Pustaka 2019), hlm. 45.

⁸ Puspita, *Dinamika Keluarga Modern di Indonesia*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2021), hlm. 32.

⁹ Heryanti Satyadi, *Menjadi Seorang Ibu*, (Jakarta: Bumi Bintaro Pemas, 2019), hlm. 121.

terlebih lagi banyak ayah yang setelah bercerai mengabaikan kewajibannya menafkahi anak mereka dari pernikahan terdahulu.¹⁰

Salah satu fenomena yang banyak ditemui dalam masyarakat saat ini adalah keberadaan orang tua tunggal (*single parent*). Mereka mengasuh dan membesarkan anak-anak mereka tanpa bantuan sosok pasangan. Hal ini juga dijumpai di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal. di Desa ini terdapat 10 orang tua tunggal yang mengasuh dan membesarkan anak mereka sendiri tanpa adanya sosok seorang pasangan. Mereka juga bekerja keras untuk mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Berdasarkan observasi awal yang telah dilakukan di lokasi, diketahui bahwa terdapat 10 remaja (putra maupun putri) yang mendukung kesejahteraan psikologis ibu tunggal. Ada remaja yang rela putus sekolah demi membantu ibu untuk mencari nafkah, bekerja dengan orang lain seperti, bekerja serabutan, buruh tani, buruh pabrik, dan penjual barang lesehan. Remaja tersebut mengorbankan diri dalam mensejahterakan ibu dan keluarganya. remaja yang memiliki tujuan yang baik namun berdampak negatif terhadap dirinya, baik berkenaan dari segi pendidikan maupun waktu bermain masa kecil, anak yang awalnya terpaksa menjadi mandiri dan bisa menerima keadaannya.¹¹

¹⁰ Dedy Siswanto, *Anak di Persimpangan Perceraian (Menilik Pola Asuh Anak Korban Perceraian)*, (Surabaya: UNAIR, 2020), hlm 34.

¹¹ Hasil Observasi di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal, Tanggal 20 Juli 2023, Pukul 15. 20. Wib.

Hal di atas didukung dengan hasil wawancara dengan Yuli Andini salah satu anak yang mendukung *psychological well being* ibu tunggal yang diperoleh informasi:

“Perubahan yang terjadi semenjak ayah dan ibu saya bercerai, saya menjadi pribadi yang lebih mandiri dan kurang mendapatkan kasih sayang dari sosok kedua orang tua, saya dituntut untuk bisa melakukan banyak hal dalam mendukung kesejahteraan ibu dan keluarga. Setelah orang tua bercerai banyak juga perubahan yang dialami ibu saya secara psikologis ibu saya yang dulunya ceria dan periang menjadi tertutup (*introvet*) dan menyebabkan ibu saya sulit memiliki hubungan yang positif dengan orang-orang, dan sering memiliki emosi yang negatif ketika ekonomi keluarga sedang sulit sebagai anak sulung saya harus bekerja untuk membantu dalam memenuhi kebutuhan keluarga.¹²

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul **“Peranan Remaja Dalam Mendukung *Psychological Well Being* Ibu Tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal”**.

B. Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka, fokus masalah dalam penelitian ini adalah Apa saja usaha remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal. Peneliti ingin mengetahui lebih dalam lagi tentang serta usaha remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal.

¹² Yuli Andini, Salah satu anak yang mendukung *well being* ibu tunggal yang mengalami situasi *broken home* di Desa Balimbing, Wawancara di Desa Balimbing kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal, Senin 15 oktober 2023, Pukul 15.00 Wib.

C. Batasan Istilah

Untuk menghindari kekeliruan pembaca dalam memahami judul penelitian ini, dibuat batasan istilah tersebut adalah:

1. Peranan

Peranan adalah sesuatu yang menjadi bagian atau yang memegang pimpinan yang terutama, peran itu sendiri merupakan suatu perilaku atau tindakan yang dilakukan oleh seorang individu.¹³ Kata peran sebagai karakter yang dimainkan oleh objek. Peranan merujuk kepada fungsi, tugas, atau tanggung jawab yang dipegang oleh seseorang dalam konteks tertentu. Ini bisa merujuk kepada posisi atau jabatan dalam organisasi, peranan sosial dalam masyarakat, atau karakter dalam cerita atau drama.

Setiap peranan biasanya memiliki harapan dan norma tertentu yang dikaitkan dengannya, yang membimbing perilaku dan tindakan individu yang memegang peranan tersebut. Peranan juga dapat diartikan sebagai sesuatu yang menjadi bagian atau pimpinan yang memegang wewenang.¹⁴

2. Remaja

Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, pada fase ini remaja akan mengalami banyak perubahan dalam dirinya baik perubahan fisik maupun psikis, maka tidaklah aneh jika pada masa ini banyak sekali pertentangan antara orang tua dengan para remaja. Pada satu sisi, orang tua khawatir dengan masa depan anak, cenderung untuk melindungi. Pada sisi lain remaja butuh ke bebasan pada diri mereka

¹³ W.J.S. Poerwadarminta, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: PN. Balai Pustaka, 1985), hlm. 238.

¹⁴ Slameto, *Bimbingan di sekolah*. (Jakarta: Bina Aksara, 1988), hlm. 16.

sendiri.¹⁵ Dalam menjalani proses perkembangan, remaja memerlukan proses penyesuaian diri menuju kedewasaan, ada tiga tahap perkembangan remaja:

1. Remaja Awal (*Early Adolescence*)

Seorang remaja pada tahap ini masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan juga dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. Remaja mengembangkan pikiran-pikiran baru, mudah tertarik dengan lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis. Dengan hanya disentuh bahunya saja oleh lawan jenis, remaja telah berfantasi erotic. Kepekaan yang berlebihan ini ditambah dengan kurangnya kendali terhadap “ego”. Hal ini menyebabkan para remaja awal sulit mengerti dan dimengerti orang dewasa.

2. Remaja Madya (*Middle Adolescence*)

Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan teman. Remaja senang jika banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan “*narcistic*”, yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat yang sama dengan dirinya. Selain itu, remaja berada dalam kondisi kebingungan karena tidak tahu harus memilih yang mana, peka atau tidak peduli, ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, idealis atau materialis, dan sebagainya. Remaja pria harus membebaskan diri dari Oedipoes Complex (perasaan cinta pada ibu sendiri pada masa kanak-

¹⁵ Farzaneh Samadi, *Bersahabat dengan Putri Anda*, (Jakarta: Pustaka Zahra, 2004), hlm. 15.

kanak) dengan mempererat hubungan dengan teman-teman dari lawan jenis.

3. Remaja Akhir (*Late Adolescence*)

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian hal-hal berikut, antara lain; minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek, egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain dan dengan pengalaman baru, terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi, *egosentrisme* (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain, tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (*the public*).¹⁶

Dalam penelitian ini remaja yang dimaksud adalah remaja yang mendukung *psychological well being* dengan rentang usia 14-21 tahun.

3. *Psychological Well being*

Psychological well being merupakan suatu kondisi dimana seseorang menerima keadaan dirinya, merasa nyaman, damai segala kebutuhannya terpenuhi. Keluarga sejahtera dibentuk berdasarkan atas perkawinan yang sah, yang mampu memenuhi kebutuhan hidup spritual dan material yang layak, bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki ikatan hubungan yang serasi.¹⁷

¹⁶Unang Wahidin, *Pendidikan Karakter Bagi Remaja*, (Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam, 2017), hlm. 262-263.

¹⁷ A. Mongid, *Gerakan Pembangunan Keluarga Sejahtera*, (Jakarta: BKKBN , 1995), hlm. 21.

Dalam penelitian ini *psychological well being* yang dimaksud adalah seluruh keadaan yang ada dalam diri ibu tunggal yang dapat mempengaruhi sikap dan perilaku ibu tunggal yang mengalami situasi ketiadaan peran suami.

Ibu tunggal sebagai sebutan menunjukkan kondisi seseorang ibu yang berstatus janda, ibu yang memikul tanggung jawab mendidik, membimbing, menjaga dan membesarkan anak-anaknya tanpa keterlibatan aktif suami. Ibu tunggal memiliki peran ganda dalam keluarga, Menggantikan peran seorang ayah sebagai kepala keluarga dan menjalankan peran sebagai ibu dalam memenuhi kebutuhan keluarga¹⁸

D. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana keadaan *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal?
2. Apa usaha yang dilakukan remaja dalam mendukung *psychological well being* Ibu Tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal?
3. Apa saja faktor pendukung dan penghambat remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal?

¹⁸ Deane Putri Ramadhani, "Komunikasi Interpersonal Orang Tua Tunggal dengan Anak dalam Meningkatkan Intimacy Pasca Perceraian", *Jurnal Bandung Conference Series: Public Relation*, Vol.3 .No. 1. 2023, hlm. 22-28. (https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=komunikasi+interpersonal+orang+tua+tunggal+dengan+anak+dalam+meningkatkan+intimacy&btnG=#d=gs_qabs&t=1703748811954&u=%23p%3Dnb0HKe1cmgMJ). Pada tanggal 28 Desember 2023 , Pukul 15.00 Wib.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas yang menjadi tujuan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui keadaan *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal?
2. Untuk mengetahui usaha yang dilakukan remaja dalam mendukung *well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal.
3. Untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat yang baik secara teoritis maupun praktis, adapun kegunaan penelitian ini adalah:

1. Secara teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi mengembangkan ilmu pengetahuan, yang berkaitan dengan *psychological well being* ibu tunggal.
 - b. Sebagai bahan masukan bagi peneliti lain agar dapat mengembangkan keilmuan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi dalam Bimbingan Konseling Islam.

- c. Sebagai penambahan bahan bacaan bagi mahasiswa di perpustakaan Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan.

2. Manfaat Praktis

- a. Menambah wawasan penulis tentang peranan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal .
- b. Merupakan salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana Bimbingan Konseling Islam (S.sos) dalam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi.

G. Sistematika Pembahasan

Untuk memudahkan peneliti dan pembaca dalam mendeskripsikan penelitian ini maka peneliti membuat sistematika pembahasan yaitu:

Bab I Pendahuluan didalamnya membahas tentang latar belakang masalah, fokus masalah, batasan istilah, rumusan masalah, tujuan penelitian, Manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II Kajian pustaka, didalamnya membahas tentang kajian teori , penelitian terdahulu dan peranan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mnadailing Natal

Bab III Mengemukakan metode penelitian yang terdiri didalam nya berisikan lokasi dan waktu penelitian, metode dan jenis penelitian, informan penelitian , sumber data, teknik pengumpulan data , teknik analisa data, teknik pemeriksaan keabsahan data.

Bab IV mencakup hasil penelitian yang telah didapatkan dari temuan umum, temuan khusus, dan analisis pembahasan, ketebatasan penelitian.

Bab V merupakan Penutup terdiri dari kesimpulan, implikasi hasil penelitian dan saran.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Peranan

a. Pengertian peranan

Peranan diartikan sebagai kedudukan yang dimiliki oleh masyarakat, sebagai posisi tertentu di dalam masyarakat yang mungkin tinggi. Suatu wadah yang isinya adalah hak dan kewajiban tertentu. Sedangkan hak dan kewajiban tersebut dapat dikatakan sebagai peran. Oleh karena itu, seseorang yang mempunyai kedudukan tertentu dapat dikatakan sebagai pemegang peran (*role occupant*). Suatu hak sebenarnya merupakan wewenang untuk berbuat atau tidak berbuat, sedangkan kewajiban adalah beban atau tugas.¹

Peranan berasal dari kata “Peran” yaitu pemain sandiwara. Kemudian dari kata peran berakhiran “an” menjadi peranan yang memiliki arti sesuatu yang menjadi bagian atau memegang pimpinan yang utama (dalam sesuatu hal atau peristiwa).² Peranan adalah suatu patokan, yang membatasi apa perilaku yang seharusnya dilaksanakan oleh individu yang mendukung suatu posisi.³

¹R. Sutyo Bakir, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*, (Tangerang: Karisma Publishing Group 2009), hlm.348.

²Poerwadarminta, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1991), hlm. 735.

³Edy Suhardono, *Teori Peran Konsep, Derivasi dan Implikasi*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2018), hlm. 15.

Secara sosiologis peranan adalah aspek dinamis yang berupa tindakan atau perilaku yang dilaksanakan oleh seseorang yang menempati atau memangku suatu posisi dan melaksanakan hak-hak dan kewajiban sesuai dengan kedudukannya, secara umum peranan adalah fungsi atau posisi tertentu yang dipegang seseorang atau kelompok dalam suatu konteks atau sistem.⁴

b. Teori Peranan

Peranan (role) adalah perilaku yang diharapkan akan dilakukan oleh seseorang yang menduduki posisi tertentu, baik posisi dalam organisasi maupun dalam sikap negara. Setiap orang yang menduduki posisi itu, diharapkan berperilaku sesuai dengan peranannya. Setiap peranan memiliki harapan, tugas, dan norma yang harus dipenuhi oleh individu yang menjalankan peran tersebut, serta memastikan bahwa setiap individu tahu apa yang diharapkan dari mereka dan bagaimana mereka dapat berkontribusi pada kelompok atau komunitas mereka.⁵

Peranan itu merupakan aspek yang dinamis dari suatu kedudukan, apabila seseorang melakukan hak dan kewajibannya sesuai dengan kedudukannya maka ia menjalankan suatu peranan. Setiap individu yang memiliki status tertentu dalam masyarakat juga memiliki hak dan kewajiban yang terkait dengan status tersebut. Pelaksanaan hak dan

⁴Soerjono Soekanto, *Sosiologi Suatu Pengantar*, (Jakarta : Rajawali Press 2002), hlm 242

⁵Mochtar Mas' oed, *Ilmu Hubungan Internasional : Disiplin Dan Metodologi*, (Jakarta, LP3ES, 1990), hlm. 186

kewajiban ini merupakan peranan individu dalam masyarakat. Kita bisa melihat individu berperilaku dalam masyarakat dan bagaimana individu berperilaku dalam masyarakat melalui peranan-peranan tersebut⁶

2. Remaja

a. Pengertian Remaja

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada masa ini merupakan masa mengkhawatirkan karena pada satu sisi orang tua khawatir pada masa depan anak, pada sisi lain remaja butuh kemandirian.⁷ Pada usia 11-12 tahun hingga 20-21 tahun remaja akan mengalami berbagai perubahan penampilan fisik, maupun perubahan pada psikologisnya. Periode ini dikatakan sebagai periode dengan penuh tantangan, yang kadang menimbulkan problem beragam karena pada masa ini remaja sedang berusaha untuk mencapai kematangan perkembangan kepribadian dengan mengenali, menyesuaikan, menerima, dan menghargai diri mereka.⁸

Masa remaja berlangsung dari umur 15-21 tahun. Masa remaja merupakan suatu periode perubahan yang sangat pesat baik dalam perubahan fisiknya maupun perubahan sikap dan perilakunya.⁹ Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang

⁶Soerjono Soekanto, *Pengantar Penelitian Hukum*, (Jakarta: Rajawali Pers, 1982), hlm. 243.

⁷Farzaneh Samadi, *Bersahabat dengan Putri Anda*, (Jakarta: Pustaka Zahra, 2004), hlm. 15.

⁸Sri Ari Ani, Skripsi: *Gambaran Penerimaan Diri Pada Remaja Perempuan Fatherless Di Desa Nagur Kecamatan Tanjung Beringin*, (Medan: Universitas Medan Area, 2022), hlm.13

⁹ Maryam, *Perkembangan Remaja dan Problematikannya*, (Yogyakarta: PT Kanisius, 2021), hlm. 8.

mengalami perkembangan semua aspek/fungsi untuk memasuki masa dewasa¹⁰

b. Rentang Usia Remaja

Masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir. Menurut hukum di Amerika Serikat saat ini, individu dianggap telah dewasa apabila telah mencapai usia 18 tahun, bukan 21 tahun seperti ketentuan sebelumnya. Pada usia ini umumnya anak sedang duduk di bangku sekolah menengah.¹¹

Meskipun istilah yang akan diuraikan masa remaja, namun untuk mengetahui kurun waktu masa itu akan dibahas menurut beberapa ahli. Witherington dalam Dadang Sulaiman yang ditulis dalam buku karya Sri Rumini dan Siti Sundari menyatakan bahwa menggunakan istilah masa *adolesensi* yang dibagi menjadi 2 fase yang disebut :

1. *Preadolesence*, berkisar usia 12-15 tahun dan
2. *Lateadolesence* antara usia 15-18 tahun.

Jadi istilah seluruhnya dengan kata *adolescens*. Demikian juga Gilmer dalam Dadang Sulaiman yang ditulis dalam buku karya Sri Rumini

¹⁰Sri Rumini dan Siti Sundari, *Perkembangan Anak dan Remaja Cetakan ke 2*, (Jakarta: PT.Rineka Cipta, 2013), hlm.53.

¹¹Mohammad Ali, dkk, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2019), hlm. 9.

dan Siti Sundari menyatakan bahwa masa itu adalah *adolesence* yang kurun waktunya terdiri atas tiga bagian yaitu :

1. *Preadolesen* dalam kurun waktu 10-13 tahun
2. *Adolesen awal* dalam kurun waktu 13-17 tahun
3. *Adolesen akhir* dalam kurun waktu 18-21 tahun

Sedangkan menurut Hurlock dalam Dadang Sulaiman yang ditulis dalam buku karya Sri Rumini dan Siti menyatakan bahwa puber adalah periode tumpang tindih, karena mencakup tahun-tahun akhir masa kanak-kanak dan tahun-tahun awal masa remaja. Pembagiannya sebagai berikut:

1. Tahap prapuber : Wanita 11-13 tahun; pria 14-16 tahun
2. Tahap puber : 13-17 tahun; pria 14-17 tahun 6 bulan
3. Tahap pascapuber : wanita 17-21 tahun; pria 17 tahun 6 bulan 21 tahun

Jadi Hurlock membedakan antara wanita dan pria, namun kedua jenis memerlukan kurun usia puber selama 4 tahun.³¹ Dalam tulisan yang ditulis oleh Ny. Y. Singgih D. Gunarso dan Singgih D. Gunarso dalam buku yang ditulis oleh Sri Rumini dan Siti Sundari disebutkan bahwa di Indonesia baik istilah pubertas maupun *adolesensia* dipakai dalam arti yang umum. Selanjutnya ditegaskan akan dipakai istilah remaja, tinjauan psikologis yang ditujukan pada seluruh proses perkembangan remaja dengan batas usia 12 sampai dengan 22 tahun. Maka selanjutnya dari perkembangan kurun waktu dapat disimpulkan:

1. Masa pra remaja kurun waktunya sekitar 11 s.d. 13 tahun bagi wanita dan pria sekitar 12 s.d. 14 tahun.

2. Masa remaja awal sekitar 13 s.d. 17 tahun bagi wanita dan bagi pria 14 s.d. 17 tahun 6 bulan.
3. Masa remaja akhir sekitar 17 s.d. 21 tahun bagi wanita dan bagi pria sekitar 17 tahun 6 bulan s.d. 22 tahun. Disebutkan kata sekitar kurun waktunya karena pertumbuhan dan perkembangan antara individu satu dan yang lain tidak persis sama, mungkin kurang atau mungkin lebih beberapa bulan atau minggu.¹²

c. Ciri-ciri masa remaja

Masa remaja adalah suatu masa perubahan, pada masa ini terjadi perubahan-perubahan yang sangat pesat yakni baik secara fisik, maupun psikologis, ada beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja ini diantaranya:

- 1). Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat pada remaja awal yang dikenal sebagai masa strong dan masa stress. Peningkatan emosional ini merupakan hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada masa remaja. Dari segi kondisi sosial peningkatan emosi ini merupakan tanda bahwa remaja berada dalam kondisi baru, yang berbeda dari masa sebelumnya. Pada masa ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditunjukkan pada remaja misalnya mereka di harapkan untuk tidak lagi bertingkah seperti anak-anak, mereka harus lebih mandiri dan tanggung jawab. Kemandirian dan tanggung jawab ini akan terbentuk seiring dengan berjalannya waktu, dan akan Nampak jelas pada remaja akhir yang dalam.

¹²Mohammad Ali, dkk, *Psikologi Remaja*, hlm. 56.

- 2). Perubahan yang cepat secara fisik yang juga di sertai kematangan seksual. Terkadang perubahan ini membuat remaja merasa tidak yakin akan diri dan kemampuan mereka sendiri. Perubahan fisik yang terjadi secara cepat baik perubahan internal maupun eksternal. Perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan, dan sistem respirasi. Sedangkan perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja.
- 3). Perubahan yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain. Selama masa remaja banyak hal-hal yang menarik bagi dirinya dibawa dari masa kanak-kanak digantikan dengan hal menarik yang baru dan lebih menantang. Hal ini juga dikarenakan adanya tanggung jawab yang lebih besar pada masa remaja, maka remaja diharapkan untuk dapat mengarahkan ketertarikan mereka pada hal-hal yang lebih penting.¹³

3. Teori *Gestalt*

Teori *Gestalt* merupakan salah satu teori yang di kembangkan oleh sekelompok psikolog Jerman diantaranya adalah Max Wertheimer. Kurt Koffka, pada abad ke -20, Teori ini menekankan pada pentingnya pengertian tanggung jawab diri. Bertanggung jawab pada diri sendiri adalah inti terapi *Gestalt*. Seseorang dibantu untuk berpindah dari posisi ketergantungan pada orang lain, ke keadaan yang lebih baik. Mengenal dan memahami perasaan, pikiran, dan perilaku sendiri, didorong untuk

¹³Sarwono Sarlito W, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2004), hlm 9.

melakukan banyak hal secara mandiri. Mengambil kendali atas keputusan pribadi. Dialah yang harus memutuskan apakah harus mengubah situasi kehidupannya.¹⁴ Kata Gestalt dalam bahasa Inggris berarti bentuk, hal, peristiwa, pola, totalitas, atau bentuk keseluruhan. Terapi Gestalt menekankan pada apa dan bagaimana dari pengalaman masa kini untuk membantu klien menerima perbedaan-perbedaan mereka.¹⁵

Terapi Gestalt mendorong pengakuan dan pemahaman terhadap perasaan, pikiran, dan perilaku sendiri, serta mengambil kendali atas keputusan pribadi. Terapi ini mengutamakan pengalaman masa kini untuk membantu klien menerima perbedaan-perbedaan mereka.

a. Pandangan tentang manusia

Asumsi dasar pendekatan Gestalt tentang manusia adalah bahwa individu dapat mengatasi sendiri permasalahannya dalam hidup, terutama bila mereka menggunakan kesadaran akan pengalaman yang sedang dialami. pendekatan gestalt mempersiapkan individu dengan intervensi dan tantangan untuk membantu seseorang mencapai integrasi diri dan menjadi lebih autentik.¹⁶

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa teori Gestalt adalah sebuah tindakan yang dilakukan seorang individu dapat mengatasi permasalahan di dalam hidup agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan oleh seorang individu.

¹⁴Stephen Palmer, *Konseling dan Psikoterapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hlm. 151.

¹⁵Jeanette Murad Lesmana, *Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: UI Press, 2005), hlm. 43.

¹⁶Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT INDEKS, 2011), hlm. 289-292.

b. Tujuan Terapi Gestalt

Tujuan terapi/konseling Gestalt adalah agar klien dapat berkolaborasi dengan terapis untuk meningkatkan kesadaran pribadi dan secara aktif menantang hambatan yang telah menghalangi penyembuhan hingga saat ini. Terapi/konseling Gestalt juga bertujuan membantu klien untuk sepenuhnya menerima dirinya yang sekarang membentuk kemampuan klien untuk mengatasi masalahnya.¹⁷

Tujuan teori Gestalt adalah membantu klien menjai individu yang merdeka dan berdiri sendiri. Setiap manusia dapat menangani dengan berhasil masalah dalam hidupnya jika mereka tahu siapa dirinya dan dapat mengorganisasikan (mengintegrasikan) semua kemampuannya ke dalam suatu rajutan tindakan-tindakan yang efektif.¹⁸

Tujuan terapi/konseling Gestalt adalah untuk membantu klien meningkatkan kesadaran diri dan aktif menghadapi hambatan-hambatan yang menghalangi proses penyembuhan mereka. Dengan demikian, klien dapat sepenuhnya menerima diri mereka sendiri saat ini dan mengembangkan kemampuan untuk mengatasi masalah hidup mereka dengan efektif. Teori Gestalt bertujuan untuk mendorong klien

¹⁷Bukhari Ahamad, "Pendekatan Gestalt: Konsep dan Aplikasi dalam Proses Konseling", *Indonesia Journal Of Counseling and Education*, Vol.. 1, No. 2, (2020), hlm. 49. Diakses dari (<https://jurnal.lp2msasbabel.ac.id/index.php/IJoCE/>). Pada tanggal 31 Desember 2023, Pukul 16.15 Wib.

¹⁸Eko Darminto, *Teori-Teori Konseling*, (Surabaya: UNESA University Press, 2007), hlm. 85.

menjadi individu yang mandiri dan mampu menangani masalah hidup dengan kesadaran penuh akan identitas dan potensi mereka.s

4. *Psychological Will being*

a. *Pengertian Psychological Will being*

Menurut kamus *American Psychological Association* (PAP), *Well being* merupakan suatu keadaan seseorang yang digambarkan dengan adanya rasa bahagia, kepuasan, tingkat stres yang rendah, sehat secara fisik dan mental, serta kualitas hidup yang sejahtera. Kesejahteraan adalah kondisi aman, selamat, tentram, kesenangan hidup dan sebagainya. Kesejahteraan merupakan situasi yang menghendaki terpenuhinya kebutuhan dasar bagi seseorang atau kelompok baik kebutuhan pangan, pendidikan, dan kesehatan yang meliputi rasa aman, tentram lahir dan batin yang merasa sabagian besar kebutuhan telah tercapai.¹⁹

Psychological Well- Being atau kesejahteraan psikologis merupakan suatu konsep untuk mencapai hidup yang berkualitas dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri, memiliki tujuan hidup, memiliki pribadi yang mandiri, mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan, memiliki kepribadian yang positif, serta berusaha mengaktualisasikan dan mengembangkan diri menuju karakteristik diri yang memiliki fungsi psikologis yang positif.²⁰

¹⁹A. Mongid, *Gerakan Pembangunan Keluarga Sejahtera* (Jakarta: BKKBN, 1995), hlm. 21.

²⁰Ira Petranto, *It Takes Only One to Stop the Tango*, (Tanggerang: PT Kawasan Pustaka, 2005), hlm. 78.

Kondisi kesejahteraan psikologis pada ibu tunggal juga berpengaruh pada kondisi kesejahteraan keluarga dan anaknya. Status sosial ekonomi dan dukungan sosial juga menjadi faktor penting pada kesejahteraan psikologis pada ibu tunggal. Kesejahteraan psikologis pada ibu tunggal sangat penting agar keberlangsungan keluarga dapat berjalan dengan baik.²¹

Kesejahteraan psikologis merupakan sikap atau kondisi seseorang mampu bersikap optimis, mempunyai tujuan, serta dapat menciptakan sebuah lingkungan yang sesuai dengan apa yang diinginkan. Seseorang yang dikatakan memiliki kesejahteraan secara psikologis digambarkan sebagai kombinasi dari keadaan-keadaan yang berdampak positif dan berfungsi secara optimal dalam kehidupan baik secara individu maupun sosial.²²

b. Dimensi-dimensi *psychological well being*

Terdapat enam dimensi *psychological well being* yaitu:

1. Penerimaan diri (*Self- Acceptance*)

Penerimaan diri merupakan kemampuan seseorang menerima dirinya secara keseluruhan baik pada masa lalu maupun pada masa

²¹Amethysa Iganingrat, Kesejahteraan Psikologis pada Ibu Tunggal: Sebuah Literature Review, *Seminar Nasional Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)*, Vol. 1. No.1, hlm. 444-451, 2021. Diakses dari https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=kesejahteraan+psikologis+ibu+tunggal&btnG=#d=gs_qabs&t=1704076580768&u=%23p%3DPErJFVbuuEYJ). Pada tanggal 01 Januari 2024, Pukul 09.40 Wib.

²²Yoseph Pedhu, "Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara", *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 2022, hlm. 65-78. Diakses https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=kesejahteraan+psikologis&oq=#d=gs_qabs&t=1717205984683&u=%23p%3D8NoCwxuZEWcJ). Pada tanggal 01 Juni 2024, Pukul 08.55 WIB.

sekarang yang mengakui dan menerima berbagai aspek positif dan negatif dalam dirinya, dan perasaan positif tentang kehidupan masa lalunya, bagi ibu yang sudah bercerai dengan suaminya karena bercerai hal itu tidak begitu berat dalam penerimaan diri.

2. Hubungan positif dengan orang lain (*Positive Relation With Others*)

Psychological well being seseorang tinggi ketika mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain memiliki kepedulian terhadap *psychological well being* orang lain, dapat menunjukkan rasa empati, serta membangun hubungan sosial yang baik dengan orang lain. Kemampuan yang baik mempunyai manfaat dan pengaruh positif bagi kondisi kejiwaan seseorang yang dapat menghilangkan kejenuhan, kesepian, serta meminimalisir ketegangan jiwa dan emosi seseorang²³

3. Penguasaan lingkungan (*Envitonnemental Mastery*)

Penguasaan lingkungan merupakan kemampuan individu dalam mengatur lingkungannya, memanfaatkan kesempatan di lingkungan, menciptakan dan mengontrol lingkungan sesuai kebutuhan. Individu yang tinggi dalam penguasaan lingkungan memiliki keyakinan dan kompetensi dalam mengatur lingkungan.

4. Tujuan hidup (*Purpose in Life*)

Tujuan hidup mempunyai pengertian individu mempunyai pemahaman yang jelas akan tujuan dan arah hidupnya, memegang keyakinan bahwa individu mampu mencapai tujuan dalam hidupnya,

²³Samsul Munir., “*Kenapa Harus Stres; Terapi Stresala Islam*”, (Jakarta:Penerbit Amzah), 2007, hlm. 132.

dan merasa bahwa pengalaman hidup di masa lalu dan masa sekarang memiliki makna. Individu yang tinggi dalam dimensi ini adalah individu yang memiliki tujuan dan arah dalam hidup, merasakan arti dalam hidup masa kini maupun yang telah dijalannya, memiliki keyakinan yang memberikan tujuan hidup serta memiliki tujuan dan sasaran yang terarah dalam hidupnya.²⁴

c. Faktor – faktor yang mempengaruhi *psychological well being*

Berdasarkan beberapa penelitian berikut ini, dijelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologi yaitu:

a. Usia

Usia dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologi seseorang, antara lain adalah otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan perkembangan seseorang yang akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia seseorang.

b. Jenis Kelamin

Perbedaan jenis kelamin salah satu yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Wanita cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik dari pada laki-laki.

Hal ini berhubungan dengan pola pikir yang mempengaruhi strategi *coping* dan aktivitas sosial seseorang, wanita cenderung

²⁴ Musrayani, “Kehidupan Orang Tua Tunggal (Studi Kasus Ibu Sebagai Kepala Keluarga di Kelurahan Parangloe)”, *Journal Pasca Sarjana Universitas Hasanuddin*, 2011, hlm. 1-13. Diakses dari https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=penerimaan+diri+ibu+tunggal&btnG=#d=gs_qabs&t=1715830955856&u=%23p%3DcbrmkRD4qs8J. Pada tanggal 16 Mei 2024, Pukul 10.40 WIB.

memiliki kemampuan interpersonal yang lebih baik dari pada laki-laki. Wanita memiliki kemampuan berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain secara baik dalam dunia pekerjaan maupun dalam kehidupan sehari-hari.²⁵

c. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan informasi verbal maupun non verbal, nasehat, pertolongan nyata atau tindakan yang diberikan seseorang kepada orang lain yang sangat mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologi seseorang karena dukungan sosial yang diberikan seseorang dapat memberikan keuntungan emosional atau pengaruh pada penerima dukungan sosial tersebut. Dalam hal ini orang yang mendapat dukungan sosial, secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapatkan saran dan kesan yang menyenangkan pada dirinya.²⁶

d. Keterbatasan waktu dan energi

kita harus mengelola waktu dan energi kita dengan efektif. Salah satu konsep utamanya adalah manajemen waktu, yang membagi tugas-tugas kita berdasarkan kepentingan dan urgensi. menekankan pentingnya fokus pada tugas-tugas yang penting tetapi tidak mendesak untuk mencapai tujuan jangka panjang dan keseimbangan hidup. Keterbatasan waktu dan energi merupakan salah satu faktor signifikan

²⁵Abdulsyani, *Sosiologi Skematika Teori dan Terapan*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2015), hlm. 91-94.

²⁶Benjamin H. Gottlieb, *Sosial Support Strategies*, (California: Sage Publication, 1993), hlm. 28.

yang dapat menghambat remaja dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibu tunggal.²⁷

e. Daur hidup keluarga

Daur hidup dalam keluarga sangat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Daur hidup keluarga adalah tahapan-tahapan yang dialami oleh sebuah keluarga dari pembentukannya hingga tahap akhir kehidupan keluarga tersebut. Tahapan-tahapan ini mencerminkan perubahan yang terjadi dalam struktur, peran, dan dinamika keluarga seiring waktu. Perubahan dalam status keluarga yang dibutuhkan untuk melaksanakan perkembangannya memunculkan kondisi psikologis yang berbeda dan tingkat stres yang berbeda-beda.²⁸

5. Ibu Tunggal

a. Pengertian Ibu Tunggal

Ibu tunggal adalah wanita yang telah menikah dan ditinggal oleh pasangannya dikenal dengan istilah “janda”. Kehidupan menjanda/menduda adalah salah satu tantangan emosional terbesar yang harus dihadapi manusia dalam hidupnya.²⁹ Janda adalah sebutan

²⁷Stephen R. Covey, *The 7 Habits of Highly Effective People: Powerful Lessons in Personal Change*, (New York: Free Press, 1989), hlm. 384.

²⁸Jonh W. Santrock, *Adolescence Perkembangan Remaja*, (Jakarta: Erlangga, 2003), hlm. 183.

²⁹Papalia, *Human Development* (New York: Megrawhil Ine, 2004) hlm. 91.

bagi wanita yang tidak bersuami lagi, baik karena bercerai maupun ditinggal mati.³⁰

Adapun menurut Sager, dkk, yang dikutip John Kotre and Elizabeth Hall, mendefenisikan orang tua tunggal merupakan orang tua yang telah membesarkan anak-anaknya dengan sendirian tanpa kehadiran, dukungan, serta tanggung jawab dari pasangannya.³¹

Menjadi seseorang ibu tunggal bukan lah hal yang mudah, akan beragam masalah yang akan menghampiri, peran sebagai janda memang lebih menyulitkan dari pada sebagai duda. Hal ini disebabkan.³²

- a. Janda kurang memiliki keberanian, baik secara pribadi maupun sosial untuk menikah lagi, sehingga cenderung tidak menikah lagi
- b. Menjadi janda lebih sering mengalami kesulitan perekonomian dari pada duda
- c. Wanita secara sosial kurang agresif dan lebih membatasi hubungan sosialnya dibandingkan pria
- d. Perkawinan biasanya lebih penting bagi wanita dari pada pria, sehingga akhir dari suatu perkawinan dirasakan oleh wanita sebagai akhir dari peran dasarnya sebagai istri

³⁰ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1990), hlm.85.

³¹ Jonh Kotre and Elizabeth Hall, *Seasons Of Life: The Dramatic Journey from Birth To Death*, (United States Of America: The University Michigan Press, 1997), hlm. 344.

³²Sara Mc Lanahan, *Growing Up With A Single Parent: What Hurts, What Heps*, (United States of America: Harvard University Press, 1996), hlm. 71.

b. Peranan Ibu Tunggal dalam keluarga

Keluarga merupakan lembaga dasar dari semua lembaga sosial lainnya. Keluarga merupakan kebutuhan utama bagi setiap seseorang serta menjadi pusat yang paling penting dalam kehidupan seseorang.³³

Keluarga merupakan sekumpulan individu yang tinggal dalam satu rumah yang memiliki hubungan persaudaraan, hubungan darah karena perwakilan. Dalam Keluarga ibu tunggal menjalankan dua peran:

1. Peran sebagai ayah. Anak sangat membutuhkan peran ayah bukan hanya sebagai sumber materi akan tetapi anak juga membutuhkan ayah sebagai pengarah dalam kehidupannya. Tugas pokok seorang ayah dalam keluarganya yaitu: sebagai pencari nafkah, pelindung atau tokoh yang tegas, bijaksana dan mengasihi keluarganya.³⁴
2. Peran sebagai seorang ibu, sangat penting perannya dalam mendidik anak. Sesuai fungsi serta tanggung jawab seorang ibu, peranan ibu dalam mendidik anaknya adalah sebagai sumber dan juga pemberi kasih sayang, pengasuh dan pemelihara, tempat mencurahkan isi

³³Evi Fatimatur Rusydiyah, “Pendidikan Islam dan Kesetaraan Gender (Konsepsi Sosial tentang Keadilan Berpendidikan dalam Keluarga)”, *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, Vol. 4. No.1 2016, hlm. 20-43. Diakses dari https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=evi+fatimatur+rusydiyah+pendidikan+islam+dan+kesehatan+gender&btnG=#d=gs_qabs&t=1704083661000&u=%23p%3DtWUh7UkbyUI. Pada tanggal 01 Januari 2024, Pukul 11.38 Wib.

³⁴Ema Hartanti, “Pola Asuh Orang Tua Single Parent dalam Perkembangan Kepribadian Anak di Desa Jetis Kecamatan Selompang Kabupaten Temanggung” (Skripsi-Institut Agama Islam Negeri (IAIN), Salatiga, 2017), hlm. 29.

hati, sebagai pengatur dan pembimbing dalam kehidupan berumah tangga atau.³⁵

c. Peranan remaja dalam mendukung *Psychological Well Being* ibu tunggal

Remaja memiliki peranan dan tanggung jawab penting dalam keluarga yang membantu membentuk karakter dan keterampilan mereka untuk masa depan. Remaja perlu menjaga kedisiplinan diri dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam hal waktu belajar, kegiatan ekstrakurikuler, dan kehidupan sosial. Mereka harus mampu mengatur waktu dengan baik dan menghindari hal-hal yang dapat mengganggu konsentrasi mereka.³⁶ Remaja perlu mengembangkan kemandirian baik secara emosional maupun finansial. Ini termasuk belajar untuk mengatasi masalah sendiri, mengelola keuangan pribadi, dan mempersiapkan diri untuk kehidupan dewasa.³⁷ Berikut ini peranan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal:

³⁵ Ibid, hlm. 26-28.

³⁶Hetherington, "The adjustment of children with divorced parents: A risk and resiliency perspective", *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, Vol. 40. No. 1, 1999, hlm. 129-140. Diakses dari (https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Hetherington%2C+%E2%80%9CThe+adjustment+of+children+with+divorced+parents%3A+A+risk+and+resiliency+perspective%E2%80%9D%2C+Journal+of+Child+Psychology+and+Psychiatry%2C++Vol.+40.+No.+1%2C+1999%2C+hlm.+129-140&btnG=). Pada tanggal 23 Juni 2024, Pukul 13.56 Wib.

³⁷ Amato. "The consequences of divorce for adults and children", *Journal of Marriage and Family*, Vol. 62. No. 4, 200, hlm. 1269-1287. Diakses dari (https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Amato.+%E2%80%9CThe+consequences+of+divorce+for+adults+and+children%E2%80%9D%2C+Journal+of+Marriage+and+Family%2C+Vol.+62.+No.+4%2C+200%2C+hlm.+1269-1287.+Diakses+dari&btnG=). Pada tanggal 23 Juni 2024, Pukul 14.09 Wib.

1. Memberikan dukungan emosional

Remaja dapat menjadi sumber dukungan emosional bagi ibu tunggal. Ketika seorang ibu merasa stres atau terbebani, anak remaja dapat menawarkan dukungan melalui komunikasi terbuka dan kasih sayang. Hal ini membantu mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan kesehatan mental ibu tunggal.³⁸ Peran remaja dalam memberikan dukungan emosional terhadap ibu tunggal sangatlah penting. Remaja dapat memberikan dukungan emosional dan praktis kepada ibu tunggal agar ibu tunggal mampu menerima diri sebagai seorang janda adapun peran remaja dalam memberikan dukungan emosional seperti, mendengarkan keluh kesanya, memberikan dorongan moral.

Remaja berusaha untuk membantu meringankan beban emosional ibu mereka dengan menjadi pendengar yang baik dan memberikan dukungan moral. Ini mengembangkan keterampilan mereka dalam memberikan dukungan emosional yang berharga dan membangun hubungan yang erat dengan ibu mereka. Sehingga ibu tunggal mampu menerima dirinya sebagai janda, meskipun memerlukan waktu yang cukup lama.³⁹

³⁸Keith, "Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis", *Psychological Bulletin*, Vol. 110. No. 1, 1991, hlm. 26-46. Diakses dari (https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=keith+parental+divorce&oq=keith%2C+parental#d=gs_qabs&t=1720620458982&u=%23p%3D76ZxLRHXc0cJ). Pada tanggal 10 Juli 2024, Pukul 21.09 Wib.

³⁹Amato, "The Consequences of Divorce for Adults and Children", *Journal of Marriage and Family*, Vol. 62. , No. 4., 200. hlm. 1269-1287. 2000. Diakses dari (https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Amato%2C+P.+R.+%282000%29.+The+Consequences+of+Divorce+for+Adults+and+Children.+*Journal+of+Marriage+and+Family*%2C+62%284%29%2C+1269-1287.&btnG=#d=gs_qabs&t=1719636480676&u=%23p%3DA96y1LY1MBoJ). Pada tanggal 29 Juni 2024, Pukul 14.46 Wib.

2. Menjalinkan komunikasi yang baik

Menjalinkan komunikasi yang baik dengan ibu tunggal bagi seorang remaja bisa memberikan manfaat besar bagi perkembangan emosional dan psikologis keduanya dengan membangun komunikasi yang jujur dan terbuka sangat penting, perasaan nyaman antara ibu tunggal dengan remaja saat menjalin komunikasi. Ibu tunggal memiliki hubungan yang positif dengan keluarga serta masyarakat sekitar⁴⁰

3. Menunjukkan rasa empati

Kemampuan remaja untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan oleh ibu tunggal, serta merespon dengan cara yang peduli dan penuh perhatian. Remaja yang menunjukkan rasa empati membuat ibu tunggal merasa lebih dihargai dan didukung, mengurangi rasa stres yang sedang dialami ibu tunggal ketika mengalami masalah dalam kehidupan, serta mampu memperkuat hubungan keluarga secara keseluruhan. Remaja dapat menunjukkan empati dengan menjadi pendengar yang baik. Ini berarti memberikan perhatian penuh ketika ibu berbicara, dan menunjukkan bahwa mereka memahami perasaan dan kekhawatiran yang disampaikan.⁴¹

⁴⁰ Hetherington, "The Adjustment of Children with Divorced Parents: A Risk and Resiliency Perspective", *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, Vol. 40. No. 1, hlm. 129-140. 1999. Diakses dari https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=*Hetherington%2C+E.+M.%2C+%26+Stanley-Hagan%2C+M.+%281999%29.+The+Adjustment+of+Children+with+Divorced+Parents%3A+A+Risk+and+Resiliency+Perspective.+Journal+of+Child+Psychology+and+Psychiatry%2C+40%281%29%2C+129-140.*&btnG=) Pada 29 Juni 2024, Pukul 15.34 Wib.

⁴¹Cohen, "Stress, social support, and the buffering hypothesis", *Psychological Bulletin*, Vol. 98. No., 2. hlm.310-357. 1985. Diakses dari https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=*Cohen%2C+S.%2C+%26+Willis

4. Memberikan dukungan sosial

Dukungan sosial yang diberikan oleh seorang remaja adalah alasan kuat bagi ibu tunggal untuk bertahan dalam situasi sulit. Mereka dapat kuat menghadapi berbagai pendapat orang lain dan minimnya penerimaan dari lingkungan sosial. Remaja yang selalu ada untuk memberikan kekuatan pada ibu tunggal sehingga ibu tunggal memiliki dukungan sosial yang baik. dukungan sosial sebagai suatu keadaan yang bermanfaat atau menguntungkan yang diperoleh ibu tunggal dari remaja tersebut dalam situasi atau masalah yang sedang dihadapi.⁴²

B. Kajian Terdahulu

Kajian terdahulu yang sudah relevan dan hampir serupa dengan pembahasan yang sama, maka peneliti tertarik dan menjadikan kajian tersebut sebagai objek bahan pertimbangan referensi dalam proses penelitian. Dalam hal ini peneliti akan memaparkan hasil dari kesimpulan penelitian terdahulu antara lain.

1. Heri Setiawan

Penelitian Skripsi oleh Heri Setiawan pada tahun 2014 di Kecamatan Wonotunggal Kabupaten Batang, dengan judul *psychological well being* pada guru honor sekolah dasar di Kecamatan wonotunggal

[%2C+T.+A.+%281985%29.+Stress%2C+social+support%2C+and+the+buffering+hypothesis.+*Psychological+Bulletin%2C+98%282%29%2C+310-357.&btnG=.](#)) Pada tanggal 29 Juni 2024, Pukul 14.47.

⁴²Winda Aprili, "Resiliensi dan Dukungan Sosial pada Orang Tua Tunggal Studi Kasus Pada Ibu Tunggal Di Samarinda", *Psikoborneo*, Vol. 1., No. 3., 2013. hlm. 158-159. Diakses dari (https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Winda+Aprili%2C+%E2%80%9CResiliensi+dan+Dukungan+Sosial+pada+Orang+Tua+Tunggal+Studi+Kasus+Pada+Ibu+Tunggal+Di+Samarinda%E2%80%9D%2C+Psikoborneo%2C+Vol.+1.%2C+No.+3.%2C+2013.+hlm.+158-159.&btnG=#d=gs_qabs&t=1719644603889&u=%23p%3DhrUMpq-E4hOJ.). Pada tanggal 29 Juni 2024, Pukul 14. 04 Wib.

kabupaten batang.⁴³ Hasil penelitian Heri Setiwan memaparkan bahwa *psychological well being* pada guru honor masih kurangnya keterampilan guru dalam memberikan media pembelajaran terhadap siswa dan siswi Sekolah Dasar di Kecamatan Wonotunggal Kabupaten Batang.

Persamaan dari penelitian ini yaitu sama-sama membahas mengenai *psychological well being*. Adapun perbedaan dari penelitian ini adalah, penelitian terdahulu membahas mengenai *psikologi well being* pada guru honor sedangkan peneliti ini membahas mengenai peran anak dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balaimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal.

2. Tia Rahmadhani

Penelitian skripsi oleh Tia Rahmadhani pada tahun 2016, yaitu penelitian dengan judul kesejahteraan psikologi (*psychological well being*), siswa yang orang tua bercerai di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta.⁴⁴ Hasil penelitian Tia Rahmadani memaparkan bahwa *well being* psikologi siswa yang orang tua bercerai menunjukkan bahwa 52% siswa memiliki *well being* psikologi yang rendah.

Persamaan dari penelitian ini yaitu sama – sama membahas mengenai *psychological well being*. Adapun perbedaan dari penelitian ini

⁴³Heri Setiawan, “*Psychological Well Being* Pada Guru Honor Sekolah Dasar di Kecamatan Wonotunggal Kabupaten Batang”, *Skripsi*, (Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan UIN Semarang), 2014 (<http://lib.unnes.ac.id/23585/1/1550407024.pdf>), diakses 30 September 2023 pukul 12.40 WIB.

⁴⁴Tia Rahmadani, “Kesejahteraan psikologi (*Psychological Well Being*) Siswa yang Orang Tua Bercerai di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta”, *Skripsi*, (Jakarta: SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta), 2016 (https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Tia+rahmadhani+psikologi+orang+tua+bercerai&btnG=#d=gs_qabs&t=1701323115208&u=%23p%3D39oztdeRcyoJ), diakses 21 Oktober 2023 pukul 22.00 WIB.

adalah, penelitian terdahulu membahas mengenai *well being* psikologi siswa yang orang tua bercerai, sedangkan penelitian ini membahas mengenai peran anak dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal.

3. Ade Irma Yani

Penelitian skripsi oleh Ade Irma Yani pada tahun 2021 penelitian yang berjudul “*Psychological Well Being* Mahasiswa Ma’ had Al-Jamiah Iain Bengkulu”.⁴⁵ Hasil penelitian tersebut menyebutkan bahwa Mahasiswa Ma’had Al-Jami’ah memiliki *psychological well-being* yang baik pada tiga aspek, yaitu aspek hubungan yang positif, tujuan hidup dan perkembangan diri.

Persamaan dari penelitian ini yaitu sama – sama membahas mengenai *psychological well being*. Sedangkan perbedaan penelitian ini adalah penelitian terdahulu membahas *psychological well being* Mahasiswa Ma’ had Al-Jamiah Iain Bengkulu sedangkan penelitian ini membahas mengenai peranan anak dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal.

⁴⁵Ade Irma Yani, “*Psychological Well Being* Mahasiswa Ma’ had Al-Jamiah Iain Bengkulu”, *Skripsi*, (Bengkulu: Ma’had Al Jamiah Iain Bengkulu), 2021 (<http://repository.iainbengkulu.ac.id/6794/1/SKRIPSI%20ADE%20IRMA%20YANI%20NIM%201711320041>), diakses 29 November 2023 pukul 13.00 WIB.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal. Peneliti melakukan penelitian di lokasi tersebut dengan alasan karena peneliti melihat terdapat 10 remaja yang memberikan dukunganb emosional, menjalin komunikasi yang baik dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal. Ada remaja yang memiliki keterbatasan waktu serta kurangnya pemahaman remaja dalam memahami perasaan ibu. untuk itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian di lokasi Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal.

2. Waktu Penelitian

Waktu yang digunakan peneliti untuk penelitian ini sejak Juni 2023 sampai dengan Juli 2024.

B. Metode dan Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian lapangan (field research). Oleh karenanya, penelitian ini menggunakan metode deskriptif artinya data yang diperoleh dari lapangan dideskripsikan apa adanya atau data yang diperoleh dijelaskan sesuai kejadian di lapangan. Ditinjau dari jenis datanya, jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif.

Adapun yang dimaksud dengan penelitian kualitatif adalah pengumpulan data pada suatu latar alamiah dengan maksud menafsirkan

fenomena yang terjadi dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan secara purposive dan snowball, teknik pengumpulan dengan triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.

Adapun jenis metode penelitian ini adalah metode deskriptif. Metode deskriptif adalah pencarian fakta dengan interpretasi yang tepat. Penelitian deskriptif mempelajari masalah-masalah dalam masyarakat, serta tata cara yang berlaku dalam masyarakat serta kondisi tertentu, termasuk tentang hubungan, kegiatan-kegiatan, sikap-sikap, pandang-pandangan, serta proses-proses yang sedang berlangsung dan mempengaruhi suatu fenomena. Dengan metode deskriptif ini juga diselidiki kedudukan (status) fenomena atau faktor dan melihat hubungan antara satu faktor dengan faktor lainnya. Karenanya metode deskriptif juga dinamakan studi kasus.¹

C. Informan Penelitian

Informan penelitian merupakan orang yang diyakini memiliki pengetahuan luas tentang permasalahan yang sedang diteliti. Setelah ditetapkan lokasi penelitian, berikutnya dipilih informan sebagai subjek penelitian.² Dalam hal ini yang menjadi informan penelitian ini adalah remaja yang berusia 14-21 tahun dengan jumlah sekitar 10 orang, orangtua/wali 10 dan 5 orang teman dekat dari remaja yang mendukung *psychological well being* ibu

¹Albito Anggito dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jawa Barat: CV. Jejak, 2018), hlm. 8.

²Rukin, *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*, (Jakarta: CV. Jakad Media Publishing, 2021), hlm. 67.

tunggal, kepala Desa, serta 2 orang Pemilik Usaha tempat 10 remaja yang mendukung *well being* ibu tunggal bekerja. Dengan demikian jumlah informan dalam penelitian ini sebanyak 28 orang.

Teknik yang digunakan untuk menentukan informan penelitian ini adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* dilakukan dengan cara menentukan sendiri pengambilan informan berdasarkan status yang peneliti ketahui yang pantas memenuhi syarat dijadikan informan.³

D. Sumber Data

Sumber data merupakan segala sesuatu yang dapat memberikan informasi dimana peneliti dapat mengamati, bertanya atau membaca tentang hal yang berkaitan dengan variabel yang diteliti.⁴ Adapun sumber data yang terdapat dalam penelitian ini ada dua:

1. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung, dari anak yang berusia 14-21 tahun (Putra dan Putri) dengan jumlah 10 orang remaja terdiri dari Yana dan Rusden yang masih duduk di bangku SMP, 6 remaja Sudah tamat sekolah SMA yaitu Awal, Riski, Rita, Ratna, Ani, Putri dan 2 remaja yang ingin melanjutkan pendidikan keperguruan tinggi, Riko dan Aisyah yang mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal.

³ Bagus Sumargo, *Teknik Sampling*, (Jakarta: UMJ. Press, 2020), hlm.20.

⁴Mukhtazar, *Prosedur Penelitian Pendidikan*, (Yogyakarta: Absolute Media, 2020), hlm.63.

2. Data sekunder

Data sekunder adalah data tambahan atau pelengkap untuk menguatkan data primer. Data sekunder ini diambil dari 10 orangtua/wali dari remaja yang mendukung *psychological well being* ibu tunggal, dan 5 teman dekat remaja yang mendukung *psychological well being* ibu tunggal, Kepala Desa, serta 2 pemilik usaha tempat remaja yang mendukung *psychological well being* ibu tunggal bekerja.

Data ini berguna sebagai penegasan sekaligus data penopang hasil wawancara yang dilakukan terhadap orang tua/wali mengenai peranan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi adalah pengumpulan data dengan cara mengamati setiap kejadian yang sedang berlangsung terhadap subjek atau suatu gejala sosial yang akan diamati dan diteliti.⁵

Ada dua jenis observasi yaitu: Pertama observasi partisipan adalah metode pengumpulan data yang digunakan untuk menghimpun data penelitian melalui pengamatan dan pengindraan dimana peneliti benar-benar dalam keseharian responden. Kedua observasi non-partisipan adalah

⁵Patrisius Rahabav, *Metode Penelitian Sosial*, (Surabaya: CV Cipta Media Nusantara, 2023), hlm. 126.

observasi yang dalam pelaksanaannya tidak melibatkan peneliti sebagai partisipan.⁶

Adapun observasi yang digunakan peneliti adalah observasi non partisipan yaitu: dilakukan dimana observer berada bersama objek yang diteliti. Sesuai dengan observasi, wawancara dan dokumentasi.

2. Wawancara

Wawancara adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dan informan atau orang yang diwawancarai dengan atau tanpa menggunakan pedoman wawancara, dimana pewawancara atau informan terlibat dalam kehidupan sosial yang relatif lama.⁷ Secara garis besar ada dua macam pedoman wawancara:

1. Wawancara terstruktur, yaitu wawancara yang disusun secara terperinci. Sudah disiapkan sebelumnya dan diajukan kepada semua informan peneliti dalam urutan yang sama.
2. Wawancara tidak terstruktur, yaitu wawancara yang hanya memuat garis besar yang akan ditanyakan. Kreativitas pewawancara sangat diperlukan. Jenis wawancara ini cocok untuk penelitian kasus.⁸ Jenis wawancara dalam penelitian ini adalah wawancara tidak terstruktur yaitu pewawancara hanya memuat garis besar yang akan ditanyakan dengan melakukan serangkaian komunikasi atau tanya jawab langsung dengan

⁶Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm.140.

⁷ Rosady Ruslan, *Metode Penelitian*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada 2003). hlm 139.

⁸Ibid, hlm. 119.

sumber data. Wawancara ini dilakukan guna menggali berbagai informasi yang terkait dengan peranan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Dusa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mnadailing Natal.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data dengan cara memperoleh informasi dari berbagai sumber tertulis, dokumensi yang ada pada subjek/responden atau tempat. Dokumentasi pengolahan, dan penyimpanan informasi dalam bidang pengetahuan.⁹

F. Teknik Analisa Data

Teknik analisis data adalah proses penyederhanaan data ke dalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan di interpretasikan. Setelah data-data yang dibutuhkan terkumpul maka dilaksanakan pengolahan data yang diklasifikasikan berdasarkan jenisnya. Adapun langkah-langkah pengolahan dan analisis data yang berbentuk kualitatif sebagai berikut:

1. Reduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memiliki gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.

⁹ Mardawani, *Praktis Penelitian Kualitatif Teori Dasar dan Analisis Data dalam Perspektif Kualitatif*, (Yogyakarta: Penerbit Deepublish, 2020), hlm.59.

2. Penyajian data yaitu sebagai sekumpulan informasi tersusun yang memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Miles dan Huberman menyatakan bahwa yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif dengan teks bersifat naratif.
3. Penarikan kesimpulan yaitu membuat kesimpulan berdasarkan hasil yang diperoleh dengan menginterpretasikan data yang dihasilkan. Penarikan kesimpulan dimulai dari pengumpulan data seseorang, penganalisis kualitatif mencari penjelasan, konfigurasi dan sebab dari populasi.¹⁰

G. Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data

Data dalam penelitian ini dapat dipertanggung jawabkan, maka dibutuhkan pemeriksaan kembali terhadap keabsahan data dengan cara:

1. Perpanjangan Keikutsertaan

Dalam setiap penelitian kualitatif, kehadiran peneliti dalam setiap tahap penelitian sangat membantu peneliti dalam memahami semua data yang dihimpun dalam penelitian.

2. Ketekunan Pengamatan

Untuk memperoleh derajat keabsahan data yang tinggi, maka jalan penting lainnya adalah dengan meningkatkan ketekunan dalam pengamatan di lapangan. Peneliti harus jeli dalam menelaah data-data yang sudah ada, dan dipahami secara mendalam sehingga tidak ada data yang diragukan lagi.

¹⁰ Lexi J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2013). Hlm 177.

3. Triangulasi

Triangulasi merupakan teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data itu sendiri untuk keperluan pengecekan atau sebagai perbandingan terhadap data itu. Salah satu cara yang paling penting dan mudah dalam uji keabsahan hasil penelitian adalah dengan melakukan triangulasi metode, teori dan sumber data. Dalam penelitian ini triangulasi yang dilakukan penelitian adalah triangulasi metode, triangulasi sumber dan triangulasi teori. Hal yang dilakukan peneliti dalam triangulasi adalah:

- a. Menyesuaikan data yang diperoleh, yaitu data dari wawancara dan observasi.
- b. Menyesuaikan hasil wawancara yang diperoleh dari sumber data primer dan data sekunder.
- c. Menyesuaikan hasil penelitian dengan konsep dan teori-teori yang telah dikemukakan.¹¹

¹¹ Lexi J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, hlm. 190.

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Kondisi Geografis

Desa Balimbing terletak di wilayah Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal. Jarak Desa Balimbing ke Ibu kota Kecamatan 10 km dan jarak dari ibukota Kabupaten 97,8 km.⁴⁹ Luas wilayah Desa Balimbing adalah 216,28 Ha. Dengan batas wilayah sebagai berikut:

- a. Sebelah Barat yaitu Desa Bonda Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal.
- b. Sebelah Timur yaitu Desa Sijantung Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal.
- c. Sebelah Selatan yaitu berupa sungai Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal.
- d. Sebelah Utara yaitu berupa sawah yang menjadi lahan mata pencaharian masyarakat Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal.¹

2. Sarana dan prasarana Desa Balimbing

Adapun sarana dan prasarana di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal sebagai berikut:

¹Riswar, Kepala Desa, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 12 Februari 2024, Pukul 12:10 WIB).

Tabel IV. I
Sarana dan Prasarana Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten
Mandailing Natal

No	Sarana dan Prasarana	Jumlah
1	Kantor Kepala Desa	1 unit
2	Jalan Rabat Beton	5 unit
3	Jalan ber aspal	1 unit
4	Masjid/ Muushollah	3 unit
5	WC	8 unit
6	Jembatan sedang/besar	3 unit
7	Jembatan kecil	2 unit

Sumber Data: Kepala Desa Balimbing, 2024.²

3. Struktur Organisasi

Dalam struktur pemerintahan di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal. Di pimpin oleh Kepala Desa. Dalam menjalankan pemerintahan Kepala Desa dibantu oleh Sekretaris Desa dan Kepala Urusan (Kaur). Adapun susunan pemerintahan Desa Balimbing tahun 2024 sebagai berikut:

Tabel IV. II
Daftar Kepengurusan Desa Balimbing

No	Jabatan	Nama
1	Kepala Desa	Riswar
2	Sekretaris Desa	Luli Heriyanti Nasution

² Profil Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal

3	Bendahara	Suriani Lubis
4	Kaur Masyarakat	Misdar Lubis
5	Kaur Pemerintahan	Sudirman
6	Kaur Pembangunan	Safaruddin Lubis
7	Kasi/ Kaur	Solihuddin Nasution

Sumber Data: Kepala Desa Balimbing, 2024³

B. Temuan Khusus

1. Keadaan *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal

Berdasarkan observasi bahwa terdapat 10 ibu tunggal yang memiliki *psychological well being* yang baik. keadaan *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal Sebelum mendapat bimbingan dari remaja awalnya ibu tunggal belum bisa menerima diri sebagai seorang ibu tunggal, karena rasa kesepian dapat muncul karena kehilangan dukungan emosional dari pasangan Namun seiring berjalannya waktu berkat bimbingan serta dukungan emosional yang diberikan remaja ibu tunggal bisa memiliki kesejahteraan yang dapat dianggap baik sehingga adanya perubahan keadaan *psychological well being* ibu tunggal yang awalnya negatif menjadi positif.⁴

³ Profil Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal.

⁴Observasi, (Desa Balimbing, 19 Januari 2024, Pukul 11:10 WIB).

Tabel IV. III
Data Ibu tunggal dan Remaja

No	Nama Ibu	Usia	Pekerjaan	Pendidikan Terakhir	Nama Remaja
1	Dahlia	45	Tani	SD	Awal
2	Ida	48	Pedagang	SMP	Riski
3	Tias	52	Petani	SD	Rita
4	Siti	45	Petani	SD	Ratna
5	Miah	49	Petani	SD	Ani
6	Salsa	53	Pedagang	SD	Putri
7	Rika	54	Petani	SD	Riko
8	Nurul	43	Petani	SMP	Aisyah
9	Fiti	49	Pedagang	SD	Yana
10	Rahmi	47	Pedagang	SMP	Rusden

Sumber Data: Ibu Tunggal, 2024.⁵

Berdasarkan tabel di atas memberikan penjelasan 10 ibu tunggal dengan 10 remaja yang mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa

⁵Dokumentasi, Data Ibu Tunggal di Desa Balimbing 2024.

Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal. Adapun keadaan *psychological well being* ibu Tunggal di Desa Balimbing, sebagai berikut:

a. Belum bisa menerima diri Sebagai Ibu Tunggal

Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti di lokasi penelitian diketahui bahwa ibu tunggal mengalami perubahan dalam hidupnya, meskipun perceraian telah mengubah hidupnya akan tetapi ia memperlihatkan sikap positif dengan mencoba menerima keadaannya dengan lapang dada.⁶

Hasil wawancara dengan ibu Tias mengatakan bahwa:

Rasa kehilangan itu pasti ada saya merasa kesepian waktu awal cerai, belum bisa menerima keadaan saya dengan ikhlas tetapi seiring berjalan waktu sudah terbiasa. Awalnya saya ragu yang saya lakukan benar atau tidak tetapi setelah selesai bercerai saya lega karena selama ini saya merasa telah berusaha jadi istri yang baik. Saya berharap anak saya Rita bisa menerima keadaan kami yang sekarang ini. Fokus pada kebahagiaan dan kesejahteraan anak-anak, serta melakukan kegiatan yang bermanfaat. Saya sangat bahagia ketika keluarga dan anak saya memberikan semangat disaat saya mengalami permasalahan.⁷

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan ibu Tias bahwa ibu Tias merasa kehilangan dan kesepian waktu awal cerai, dan merasa bimbang bisa melewati masalah yang dihadapinya atau tidak, namun setelah bercerai ibu Tias merasa lega.

Hasil wawancara tersebut didukung oleh wawancara peneliti dengan ibu Siti menyatakan bahwa:

⁶Observasi, (Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal, Pada 26 Februari 2024, Pukul 10.40 WIB).

⁷Tias, Salah Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 28 Februari 2024, Pukul 10.35 WIB).

Perubahan psikologis yang saya alami yaitu awalnya mudah stres dan belum bisa menerima keadaan saya. Karena harus menjalani hidup tanpa sosok suami dan itu bukan lah suatu hal yang mudah, ternyata setelah bercerai dengan suami saya merasa lebih bahagia. Mengutamakan kebahagiaan diri dan anak-anak, serta menemukan dukungan dari keluarga dan teman-teman terdekat. Meskipun saya tidak memiliki suami tetapi masih ada anak saya yang berusaha selalu menemani dan membantu.⁸

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan ibu Siti bahwa ada perubahan secara psikologis setelah pereraian. Salah satunya mengalami stres dan belum bisa menerima keadaan sebagai seorang ibu tunggal. Namun ternyata setelah bercerai ibu Siti merasa lebih bahagia, kaarena meskipun tidak memiliki suami tetapi masih mempunyai anak yang selalu berusaha menemani dan membantu.

Hasil wawancara tersebut didukung oleh wawancara dengan ibu Miah menyatakan bahwa:

Waktu itu proses perceraian ibu merasakan rasa sakit yang luar biasa. Namun harus tabah dan ikhlas Karena ibu tidak bisa membayangkan bagaimana nantinya ibu mencari nafkah untuk membiayai kebutuhan rumah tangga. Tetapi setelah ibu cerai ibu merasakan ternyata meskipun tanpa sosok suami ibu bisa memenuhi kebutuhan keluarga dan mulai bisa menerima keadaan yang ibu alami. menjaga hubungan yang kuat dengan anak-anak dan memberikan dukungan emosional yang konsisten.⁹

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan ibu Miah bahwa ibu tunggal merasa lebih sejahtera setelah bercerai dengan suaminya dan mampu menerima diri dengan ikhlas.

⁸Siti, Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 01 Maret 2024, Pukul 16.45 WIB).

⁹Miah, Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 02 Maret 2024, Pukul 14.13 WIB).

Wawancara dengan Ibu Dahlia salah satu ibu tunggal mengatakan bahwa:

Awalnya saya merasa sangat bingung dan khawatir tentang bagaimana bisa mengurus anak sendiri dan memenuhi kebutuhan kami berdua. Rasanya sangat berat karena harus menyesuaikan diri dengan banyak perubahan, prosesnya tidak mudah tetapi saya mulai dengan menerima keadaan diri saya sekarang. Memebrikan motivasi bagi diri sendiri dan keluarga agar hidup lebih baik. Melihat anak saya bahagia dan sehat membantu saya merasa lebih yakin dengan peran saya.¹⁰

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan ibu Dahlia bahwa ibu Dahlia awalnya merasa takut dan bingung ketika harus menghadapi kenyataan menjadi ibu tunggal. Khawatir tentang mengurus anak dan memenuhi kebutuhan, proses penerimaan diri dimulai dengan menerima kenyataan hidup ibu Dahlia yang baru untuh hidup yang lebih baik.

Hasil wawancara dengan ibu Ida salah satu ibu tunggal mengatakan bahwa:

Awalya, saya merasa takut, cemas, dan tidak yakin bisa menjalani semuanya sendiri. Saya mulai menerima diri dengan memahami kondisi ini adalah bagian dari perjalanan hidup. Saya berusaha fokus pada hal-hal pada hal positif dan apa yang bisa lakukan untuk anak-anak. Melihat mereka tumbuh dengan baik memberi saya kekuatan dan penerimaan diri.¹¹

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan bahwa terdapat 5 ibu tunggal yang mampu menerima diir sebagai seorang ibu tunggal yang terdiri dari ibu Tias, ibu Siti, ibu Miah, ibu Dahlia dan ibu Ida. Adapun ibu yang merima dirinya sebagai ibu tunggal sebagai berikut:

¹⁰ Dahlia, Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 04 Februari 2024, Pukul 16.10 WIB).

¹¹Ida, Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 08 Februari 2024, Pukul 14.15 WIB).

Tabel IV. III
Data ibu tunggal yang menerima dirinya sebagai ibu tunggal

No	Nama	Cara menerima diri sebagai ibu tunggal
1	Ibu Tias	Fokus pada kebahagiaan dan kesejahteraan anaknya, serta melakukan kegiatan yang bermanfaat.
2	Ibu Siti	Mengutamakan kebahagiaan diri dan anak-anaknya, serta menemukan dukungan dari keluarga dan teman-teman terdekat.
3	Ibu Miah	Menjaga hubungan yang kuat dengan anak-anaknya dan memberikan dukungan emosional yang konsisten.
4	Ibu Dahlia	Menghadapi tantangan dengan ketabahan dan ikhlas
5	Ibu Ida	Mendukung dan memotivasi diri untuk mencapai yang baik

Sumber Data: Ibu Tunggal, 2024.¹²

Berdasarkan tabel di atas terdapat 5 ibu tunggal yang mampu menerima dirinya sebagai ibu tunggal dengan cara fokus pada kebahagiaan dan kesejahteraan anaknya, serta melakukan kegiatan yang bermanfaat. mengutamakan kebahagiaan diri dan anak-anaknya, serta menemukan dukungan dari keluarga dan teman-teman terdekat. menjaga hubungan yang kuat dengan anak-anaknya dan memberikan dukungan emosional yang konsisten. mendukung dan memotivasi diri untuk mencapai yang baik.

¹² Dokumentasi, Data Ibu Tunggal di Desa Balimbing 2024.

b. Tidak memiliki hubungan positif dengan orang lain

Sesuai hasil observasi di lapangan dapat dijelaskan bahwa, ibu tunggal awalnya sulit memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, karena jarang bergaul, dan memiliki perasaan yang lebih sesintif. Seiring berjalannya waktu dan setelah mendapatkan bimbingan dari remaja ibu tunggal mampu membangun hubungan yang baik dengan orang lain. Karena menyadari bahwa mendapat dukungan dari orang sekitar, Ibu tunggal juga memiliki rasa empati terhadap orang lain sehingga memiliki hubungan positif dengan orang lain.¹³

Begitu juga hasil wawancara dengan Ibu Salsa yang mengatakan bahwa:

Banyak perubahan psikologis yang saya alami sejak awal ditinggal oleh suami merasa tertekan dan cemas. Namun seiring berjalannya waktu semua membaik, dengan menjalin hubungan positif dengan orang lain. Menjaga komunikasi terbuka dan jujur mampu menjaga kesehatan mental saya mereka sangat membantu dalam memberikan nasihat.¹⁴

Ibu Rika ibu tunggal yang mengatakan bahwa:

Saya berusaha untuk tetap terbuka dan jujur tentang perasaan saya kepada keluarga dan teman-teman. Mengembangkan empati dan pengertian yang dimiliki. Karena mereka selalu memberikan nasehat disaat saya memiliki banyak masalah sehingga saya selalu menjalin hubungan yang positif dengan orang lain.¹⁵

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan ibu Salsa dan ibu Rika bahwa ibu tunggal selalu berusaha menjalin hubungan positif dengan

¹³Observasi, (Desa Balimbing, 04 Februari 2024, Pukul 08.24WIB).

¹⁴Salsa, Salah Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal, Pada 09 Maret 2024, Pukul 10.45 WIB).

¹⁵Rika, Salah Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal, Pada 11 Maret 2024, Pukul 15. 30 WIB).

orang lain, dengan menjalin hubungan yang positif mampu menjaga kesehatan mental ibu tunggal.

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan Nurul, salah satu ibu tunggal mengatakan bahwa:

Saya menjadi ibu tunggal setelah bercerai enam tahun yang lalu. Itu adalah masa yang sulit tetapi saya berusaha untuk tetap kuat demi anak-anak dan memastikan mendapatkan cinta dan dukungan yang mereka butuhkan. Saya selalu berusaha untuk terlibat dalam komunitas baik di lingkungan tempat tinggal, sekolah anak-anak, atau melalui media sosial. Menyediakan waktu dengan anak-anak. Selain itu juga menjaga hubungan baik dengan keluarga besar dan teman-teman dekat mereka adalah sumber dukungan yang berharga bagi saya.¹⁶

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan ibu Nurul dan ibu tunggal lainnya menjalin hubungan baik dengan keluarga, teman-teman yang merupakan sumber dukungan yang paling berharga sebagai pemberi nasehat dan motivasi di saat ibu tunggal mengalami masalah.

Begitu juga hasil wawancara dengan ibu Fitri yang mengatakan bahwa:

Awalnya memang sangat sulit untuk berkomunikasi dengan orang lain karena merasa malu belum lagi keluarga yang merasa kecewa dengan perceraian saya dengan suami. Tetapi dengan berjalannya waktu saya kembali membangun hubungan positif dengan orang-orang di sekitar, terutama keluarga karena saya menyadari kita tidak bisa hidup tanpa bantuan keluarga dan orang yang disekitar. Berpartisipasi dalam komunitas lokal.¹⁷

¹⁶Nurul, Salah Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal, Pada 15 Maret 2024, Pukul 14. 00 WIB).

¹⁷Fitri, Salah Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal, Pada 16 Maret 2024, Pukul 16. 10 WIB).

Berdasarkan hasil wawancara yang di lakukan peneliti dengan ibu Fitri bahwa ibu Fitri menyadari perlunya membangun hubungan positif dengan orang lain, serta tidak bisa hidup tanpa bantuan dari keluarga dan orang-orang disekitar.

Wawancara dengan Rahmi salah satu ibu tunggal yang mengatakan bahwa:

Perubahan psikologis yang saya alami yaitu awal dari perceraian perasaan saya sangat sensitif sulit untuk menjalin komunikasi dengan orang terdekat dan orang lain. Seiring berjalannya waktu saya merasa tidak memiliki tujuan hidup ketika tidak menjalin hubungan yang baik dengan orang lain sekarang saya mencoba untuk membangun hubungan positif dengan orang lain.¹⁸

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan ibu Rahmi, bahwa awal dari perceraian ibu tunggal memiliki perasaan yang sensitif (mudah tersinggung) dan sulit untuk menjalin komunikasi dengan orang lain. Seiring berjalannya waktu ibu tunggal menyadari pentingnya menjalin hubungan positif dengan orang lain.

Hasil wawancara dengan ibu Nurul salah satu ibu tunggal yang mengatakan bahwa:

Pada saat itu saya merasa sedih dan tertekan. Saya tidak pernah membayangkan bahwa saya akan menghadapi situasi ini. Namun, seiring bwrjalannya waktu, saya mulai menerima dan beradaptasi dengan peran baru saya sebgai ibu tunggal. Saya menerima keadaan ini dengan sabar dan ikhlas dengan menyadari bahwa ini adalah kenyataan hidup saya sekarang.¹⁹

¹⁸Rahmi, Salah Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal, Pada 20 Maret 2024, Pukul 12. 15 WIB).

¹⁹Ratna, Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 15 Maret 2024, Pukul 14. 15WIB).

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan ibu Rika dan Ibu Nurul bahwa merasa tertekan dan sedih saat awal perceraian, namun seiring berjalan waktu ibu tunggal menerima keadaanya dengan sabar dan ikhlas.

Hasil wawancara dengan ibu Fitri salah satu ibu tunggal yang mengatakan bahwa:

Saya menjadi seorang ibu tunggal sejak anak saya berusia dua tahun. Awalnya itu adalah tantangan besar, tetapi seiring berjalan waktu, saya belajar menerima situasi yang dialami. Saya belajar tidak terlalu keras pada diri sendiri sadar bahwa menjadi ibu tunggal bukanlah kesalahan saya dan berusaha memberikan hal yang terbaik untuk anak saya.²⁰

Wawancara dengan ibu Rahmi salah satu ibu tunggal mengatakan bahwa:

Saya menjadi seorang ibu tunggal sejak anak saya masih bayi. Awalnya itu sangat menakutkan, akan tetapi sekarang saya mulai menerima bahwa ini bagian dari perjalanan hidup saya. Saya memang merasa tidak yakin mampu menghadapi semuanya sendiiran. Membangun jaringan dukungan dengan keluarga dan teman. Tetapi saya mulai menyadari bahwa saya lebih kuat dari apa yang saya kira.²¹

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan ibu Fitri dan Ibu Rahmi bahwa ibu tunggal menghadapi tantangan awal dalam menerima situasi mereka dan berusaha memberikan hal yang terbaik untuk keluarga.

²⁰Fitri, Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 16 Maret 2024, Pukul 15. 00 WIB).

²¹Rahmi, Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 20 Maret 2024, Pukul 10. 25 WIB).

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan ibu Miah, salah satu ibu tunggal mengatakan bahwa:

Saya telah menjadi ibu tunggal sejak lima tahun lalu perjalanan hidup saya memberikan banyak pelajaran berharga tentang kekuatan dan ketahanan dalam menjalankan kehidupan. Saya selalu berusaha menjalin hubungan yang baik dengan keluarga dan teman-teman mengikuti kegiatan sosial di lingkungan seperti pengajian sehingga memiliki hubungan yang baik dengan orang lain menetapkan batasan sehat dan mampu mengelola stres..²²

Ibu Siti yang mengatakan bahwa:

Iya saya selalu berusaha meluangkan waktu untuk berinteraksi dengan orang lain. Saya juga meminta bantuan atau berbagi cerita ketika memiliki masalah, nasehat ataupun bantuan dari orang-orang disekitar bisa membantu saya dalam mengatasi berbagai tantangan hidup. Memanfaatkan sumber daya sosial dan dukungan yang diberikan oleh anak saya.²³

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti terdapat 7 ibu tunggal yang terdiri dari ibu Salsa, Ika, Nurul, Fitri, Rahma, Miah dan ibu Sti. Berikut tabel yang dapat menggambarkan cara seorang ibu tunggal menjalin hubungan positif dengan orang lain.

Tabel IV. VI
Data ibu tunggal yang mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain

No	Nama	Cara Menjalinkan Hubungan Positif dengan Orang Lain
1	Ibu Salsa	Menjaga komunikasi terbuka dan jujur

²²Miah, Salah Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 02 Februari 2024, Pukul 13:12 WIB).

²³Siti, Salah Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 03 Februari 2024, Pukul 12. 24 WIB).

2	Ibu Rika	Mengembangkan empati dan pengertian
3	Ibu Nurul	Menyediakan waktu dengan anak-anak
4	Ibu Fitri	Berpatisipasi dalam komunitas lokal
5	Ibu Rahmi	Membangun jaringan dukungan dengan keluarga dan teman
6	Ibu Miah	Menetapkan batasan yang sehat dan mampu mengelola stres
7	Ibu Siti	Memanfaat kan sumberdaya sosial dan dukungam emosial dari remaja

Sumber Data: Ibu Tunggal, 2024.²⁴

Berdasarkan tabel di atas terdapat 7 ibu tunggal yang menjalin hubungan positif dengan orang lain cara Menjaga komunikasi terbuka dan jujur, Mengembangkan empati dan pengertian, Menyediakan waktu dengan anak-anak, Berpartisipasi dalam komunitas lokal, Membangun jaringan dukungan dengan keluarga dan teman, Menetapkan batasan yang sehat dan mampu mengelola stres, Memanfaat kan sumberdaya sosial dan dukungam emosial dari remaja sehingga ibu tunggal memiliki keadaan *pschological well being* yang baik.

²⁴Dokumentasi, Data Ibu Tunggal di Desa Balimbing 2024.

c. Tidak memiliki tujuan hidup

Dari hasil wawancara dengan ibu Siti salah satu ibu tunggal mengatakan bahwa:

Keadaan kesejahteraan psikologis saya dulu dan sekarang berbeda awal dari perceraian itu membuat saya merasa sedih dan bingung akan tetapi ternyata keadaan saya lebih baik sekarang. saya ingin hidup lebih baik, punya kegiatan baru, kemampuan baru supaya tidak seperti ini saja. Selain berusaha untuk hidup lebih mandiri, saya juga mengajarkan kepada anak-anak saya untuk lebih mandiri, kerja keras dan tekun. Anak saya adalah sumber kekuatan terbesar. Saya ingin memiliki tujuan hidup yang lebih baik dengan Mengikuti pengajian mingguan saya bisa mendapatkan ilmu yang banyak sehingga memiliki tujuan hidup yang terarah²⁵

Dari hasil wawancara yang dilakukan diketahui bahwa ibu tunggal mempunyai kemandirian dan tujuan hidup yang lebih baik kedepannya dan keinginan terus berkembang menjadi lebih baik dan memiliki semangat untuk hidup lebih baik.

Kemudian hasil wawancara peneliti diperkuat dengan teman sebaya remaja menyatakan bahwa:

Saya melihat memang banyak perubahan terjadi pada ibu Ratna, awal berpisah dengan suaminya memang ibu Ratna mulanya introvert, sering murung tapi sekarang, mulai berkembang seperti membuka usaha jualan didepan rumahnya. Ibu ratna lebih mandiri meskipun tanpa sosok suami.²⁶

Hasil wawancara tersebut didukung oleh wawancara dengan ibu Fitri mengatakan bahwa:

Untuk meningkatkan kualitas diri ya harus punya wawasan yang baru, saya merasa perlu berkembang ke arah lebih baik, memiliki tujuan hidup dan tekad yang kuat. Tentunya sebagai ibu tunggal

²⁵ Siti, Salah Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 15 Maret 2024, Pukul 11. 17WIB).

²⁶Yuni, Teman Sebaya Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 19 Maret 2024, Pukul 13.22 WIB).

harus memiliki tujuan hidup yang jelas seta mampu menghadapi situasi apapun. Untuk menghilangkan stres saya meluangkan waktu olah raga secara teratur.²⁷

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ibu Nurul mengatakan bahwa:

Banyak perubahan yang terjadi setelah saya bercerai dengan suami salah satunya dulu saya bergantung sama suami, namun sekarang saya sadar harus bisa keluar dari zona nyaman dan mulai berpikir harus bisa hidup lebih mandiri tanpa sosok suami. Tekadang saya seing menghadiri acara sosial. Prosesnya tidaklah mudah perlahan, sekarang saya bekerja keras serta fokus untuk kebahagiaan diri, anak serta keluarga.²⁸

Didukung dengan hasil wawancara dengan ibu Miah mengatakan bahwa:

Awalnya saya berpikir tidak akan bisa melanjutkan hidup tanpa sosok suami akan tetapi seiring berjalan waktu saya bisa melewatinya. Banyak hikmah yang saya dapatkan menjadi ibu tunggal diantaranya bisa menjadi lebih mandiri dalam menjalankan hidup tanpa bantuan sosok suami. membuat jadwal yang fleksibel agar bisa menyeimbangi antara pekerjaan dan keluarga.²⁹

Dari hasil wawancara tersebut dengan Ibu Miah bahwa awal dari perceraian ibu tunggal memiliki keraguan untuk menjalankan hidup, banyak hikmah yang didapatkan seorang ibu tunggal diantaranya bisa hidup lebih baik dan memiliki tujuan hidup yang jelas..

Kemudian hasil wawancara tersebut didukung oleh wawancara dengan Kepala Desa menyatakan bahwa:

Saya melihat kesejahteraan psikologis ibu tunggal di Desa Balimbing cukup baik. Mengenai usaha anak remaja mereka saya

²⁷Fitri, Salah Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 16 Maret 2024, Pukul 17. 40WIB).

²⁸Nurul, Salah Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Balimbing, 05 Maret 2024, Pukul 11. 24 WIB).

²⁹Miah, Salah Satu *Psychological Well Being* Ibu Tunggal, *Wawancara*, (Balimbing, 02 Maret 2024, Pukul 13. 40WIB).

lihat mau membantu bekerja dan mengerti terhadap keadaan ibunya. Saya melihat faktor penunjang remaja dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibunya yaitu ingin membahagikan ibunya dan faktor penghambatnya termaksud ketidaksetabilan emosi remaja.³⁰

Dari hasil wawancara tersebut, dapat disimpulkan bahwa keadaan kesejahteraan ibu tunggal di Desa Balimbing sebelum adanya bimbingan dan dukungan dari remaja belum bisa menerima diri Sebagai Ibu Tunggal, Tidak memiliki hubungan positif dengan orang lain serta tidak memiliki tujuan hidup. Namun seiring berjalannya waktu karena adanya peranan remaja ibu tunggal memiliki kesejahteraan yang baik.

Tabel IV. VII
Data ibu tunggal yang memiliki tujuan hidup

No	Nama	Stategi
1	Ibu Siti	Mengikuti pengajian mingguan
2	Ibu Fitri	Olah raga secara teratur
3	Ibu Nurul	Menghadiri acaa sosial
4	Ibu Miah	membuat jadwal yang Fleksibel, mencapai dukungan keluarga

Sumber Data: Ibu Tunggal, 2024.³¹

³⁰ Riswar, Kepala Desa, *Wawancara*, (Balimbing, 12 Februari 2024, Pukul 10. 22 WIB).

³¹Dokumentasi, Data Ibu Tunggal di Desa Balimbing 2024.

Bedasarkan tabel diatas menjelaskan 4 ibu tunggal dapat menetapkan tujuan hidup yang befokus pada kesejahteraan psikologis mereka dan langkah-langkah spesifik yang mereka ambil.

2. Usaha yang dilakukan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal

Usaha yang dilakukan remaja sangat berpengaruh dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal.³² Adapun usaha yang dilakukan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal sebagai berikut:

a. Memberikan dukungan emosional

Bedasarkan wawancara dengan Putri, mengatan bahwa: “Awalnya memang sulit untuk bisa memahami perasaan ibu. Terutama karena saya juga harus menyesuaikan diri dengan kehilangan ayah. Namun, saya sadar bahwa ibu saya lebih membutuhkan dukungan, Setiap kali ibu merasa sedih atau stres, saya akan mengajaknya bicara, mendengarkan ceritanya, dan mencoba memberikan semangat”.³³

Wawancara denagn salah satu remaja Aisyah, mengatakan bahwa: “Ibu sangat menghargai dukungan yang saya berikan. Dia sering mengatakan bahwa kehadiran saya dan dukungan emosional yang saya berikan sangat membantunya menghadapi tekanan dan

³²Observasi di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal, Pada 05 April 2024, Pukul 11.15WIB.

³³ Yana, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 09 April 2024, Pukul 15.45 WIB).

tanggung jawab sebagai ibu tunggal. Kami menjadi lebih dekat dan bisa saling memahami”.³⁴

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan Puti dan Aisyah bahwa awalnya sulit bagi remaja untuk bisa memahami perasaan ibu tunggal. Remaja selalu memberikan dukungan secara emosional untuk ibu tunggal serta menjalin hubungan yang baik.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu remaja Ani, mengatakan bahwa:

Saya sering mengajak ibu saya berbicara tentang hal-hal yang dia sukai, seperti cerita-cerita lucu atau kenangan masa lalu yang menyenangkan. Saya juga mencoba untuk selalu tersenyum dan memberikan energi positif di sekitarnya. Terkadang, saya juga memberikan hadiah kecil atau membuatkan makanan kesukaannya untuk menghibur ibu.³⁵

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ani bahwa, pentingnya peran remaja dalam memberikan dukungan emosional kepada orang tua, terutama dalam konteks keluarga dengan ibu tunggal. Dukungan emosional yang diberikan oleh anak-anak dapat membantu ibu tunggal mengatasi stres dan menciptakan lingkungan rumah yang positif dan menyenangkan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan remaja Rita, mengatakan bahwa:

Ibu saya sangat menghargai dukungan saya. Dia sering mengatakan bahwa kehadiran saya membuatnya merasa lebih kuat dan tidak merasa sendirian. Melihat senyumnya dan mendengar terima kasih dari bibirnya adalah hadiah terbesar bagi saya³⁶

³⁴ Rusden, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 13 April 2024, Pukul 17. 31 WIB).

³⁵ Ani, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 13 April 2024, Pukul 16.50 WIB).

³⁶ Rita, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 20 Mei 2024, Pukul 08.22 WIB).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara peneliti dapat disimpulkan bahwa usaha remaja laki-laki dengan perempuan dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal berbeda. Remaja laki-laki berusaha untuk bisa membuat ibu menerima keadaan sebagai ibu tunggal. Sedangkan usaha remaja perempuan selalu menunjukkan rasa empati, rasa kepedulian terhadap ibu tunggal dan memberikan dukungan sosial berbentuk kenyamanan yang diterima oleh ibu tunggal dari remaja.

b. Menunjukkan rasa empati

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan salah satu remaja Yana, mengatakan bahwa:

Ibu saya adalah seorang wanita yang sangat kuat. Sejak saya masih kecil, dia sudah menjalankan peran ganda sebagai ibu dan ayah. Dia bekerja keras untuk memastikan saya mendapatkan pendidikan yang baik dan selalu ada untuk mendukung saya dalam segala hal. Saya selalu berusaha membantu ibu sebisa mungkin, baik dalam pekerjaan rumah maupun dalam hal-hal lain. Saya juga berusaha untuk mendapatkan nilai yang baik di sekolah, karena saya tahu itu adalah salah satu cara untuk membuatnya bangga dan merasa bahwa usahanya tidak sia-sia. Selain itu, saya selalu mendengarkan dan berusaha untuk memahami apa yang dia rasakan.³⁷

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan Yana mengatakan bahwa Yana, mampu menunjukkan rasa empati dan penghargaan yang mendalam terhadap perjuangan ibunya sebagai ibu tunggal. Ia tidak hanya memahami kesulitan yang dihadapi ibunya tetapi juga aktif berusaha untuk mendukung dan menghargai semua pengorbanan yang telah dilakukan.

³⁷Yana, Salah Satu Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 13 Juni 2024, Pukul 15.20 WIB).

Berdasarkan hasil wawancara dengan Ratna salah satu remaja mengatakan bahwa

Saya sangat mengagumi dan menghargai semua yang telah ibu saya lakukan. Dia adalah sumber inspirasi terbesar dalam hidup saya. Saya melihat betapa kerasnya dia bekerja dan berusaha untuk memberikan yang terbaik bagi saya, dan itu membuat saya merasa sangat bersyukur dan ingin selalu mendukungnya. Saya selalu berusaha membantu ibu dengan pekerjaan rumah, seperti memasak dan membersihkan rumah. Saya juga berusaha untuk menghibur ibu ketika sedang mengalami masalah.³⁸

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan Ratna mengatakan bahwa Ratna, mampu menunjukkan rasa empati dan penghargaan yang mendalam terhadap perjuangan ibunya sebagai ibu tunggal. Ia tidak hanya memahami kesulitan yang dihadapi ibunya tetapi juga aktif berusaha untuk mendukung dan menghargai semua pengorbanan yang telah dilakukan.

Wawancara peneliti dengan salah satu remaja Siti, mengatakan bahwa:

Saya merasa sangat terharu dan kagum dengan perjuangan ibu. Dia telah mengorbankan begitu banyak hal untuk memastikan kami memiliki kehidupan yang baik. Saya tahu dia sering merasa lelah dan stres, tetapi dia tidak pernah menunjukkan itu kepada kami. Sebaliknya, dia selalu berusaha membuat kami merasa dicintai dan diperhatikan. Saya juga sering berbicara dengan ibu, mendengarkan cerita dan keluhannya, serta memberikan semangat dan dukungan moral.³⁹

Didukung dengan hasil wawancara peneliti dengan Ani, mengatakan bahwa:

³⁸Ratna, Salah Satu Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 13 Juni 2024, Pukul 11.35 WIB).

³⁹Awal, Salah Satu Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 15 Juni 2024, Pukul 08. 46 WIB).

Ibu saya adalah wanita yang sangat luar biasa. Dia selalu berusaha memberikan yang terbaik bagi saya dan adik saya. Dia sering bekerja lembur, tapi dia selalu ada untuk kami, meskipun itu berarti dia harus mengorbankan waktu istirahatnya. Ketika ibu memiliki masalah saya selalu berusaha untuk memberikan saran jika diminta ibu.⁴⁰

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan Siti dan Ani menunjukkan bagaimana seorang remaja mampu menunjukkan rasa empati dan penghargaan yang mendalam terhadap perjuangan ibunya sebagai ibu tunggal. Ia tidak hanya memahami kesulitan yang dihadapi ibunya tetapi juga aktif berusaha untuk mendukung dan menghargai semua pengorbanan yang telah dilakukan.

c. Memberikan dukungan finansial

Dukungan finansial yang diberikan oleh kepada ibu tunggal adalah tindakan yang sangat berarti dan dapat membawa banyak manfaat bagi kesejahteraan ibu tunggal. Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan salah satu remaja Putri, mengatakan bahwa: Tentu, sejak beberapa bulan lalu, saya mulai bekerja paruh waktu berjualan baju di pasar. Saya menyisihkan sebagian dari gaji saya untuk membantu ibu membayar tagihan listrik dan membeli kebutuhan sehari-hari.⁴¹

Wawancara peneliti dengan salah satu remaja Rita, mengatakan bahwa: Saya menjual kerajinan tangan secara online. Setiap bulan, saya

⁴⁰Ani, Salah Satu Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 15 Juni 2024, Pukul 13.25 WIB).

⁴¹Putri, Salah Satu Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 06 Juni 2024, Pukul 08. 46 WIB).

memberikan sebagian keuntungan kepada ibu untuk membantu biaya sekolah adik-adik saya.⁴²

Didukung dengan hasil wawancara peneliti dengan Yana, mengatakan bahwa:

Setelah pulang sekolah saya bekerja sebagai menjadi penjual es dawet. Uang yang saya dapatkan sebagian saya simpan untuk kuliah, tapi sebagian besar saya berikan kepada ibu untuk membantu biaya sehari-hari dan kebutuhan mendesak lainnya. Saya merasa lebih mandiri dan bertanggung jawab. Saya senang bisa membantu ibu saya, dan ini juga memberikan saya pengalaman berharga tentang bekerja dan mengelola uang.⁴³

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan remaja menunjukkan bagaimana seorang remaja dukungan finansial dari remaja tidak hanya meringankan beban fisik dan emosional ibu tunggal, tetapi juga berkontribusi pada perkembangan pribadi remaja dalam hal tanggung jawab dan kepedulian sosial.

3. Faktor pendukung dan penghambat remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal

Terdapat faktor-faktor penunjang dan penghambat remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal sebagai berikut:

⁴²Rita, Salah Satu Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 06 Juni 2024, Pukul 10. 00 WIB).

⁴³Yana, Salah Satu Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 06 Juni 2024, Pukul 14. 20 WIB).

a. Faktor Pendukung

Kesejahteraan psikologi ibu tunggal seringkali dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk dukungan dari anak-anak mereka remaja. Berikut adalah beberapa faktor pendukung yang dapat membantu remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal:

1. Memberikan dukungan emosional

Remaja dapat menjadi sumber dukungan emosional bagi ibu tunggal mereka dengan mendengarkan, menunjukkan empati, dan memahami perasaan serta beban yang dihadapi seorang ibu tunggal. Sebagaimana wawancara dengan Rita, mengatakan bahwa: "Saya mencoba membantu ibu dengan mendengarkan ceritanya setelah bekerja. Saya juga sering menemani dia saat memasak dan mencoba mengurangi beban pekerjaannya sebisa saya."⁴⁴

Berdasarkan hasil wawancara dengan Rita bahwa, remaja dapat berperan penting dalam menyediakan dukungan emosional bagi ibu tunggal mereka. Ini terjadi melalui tindakan seperti mendengarkan cerita ibu setelah bekerja dan menunjukkan empati terhadap perasaan serta beban yang dihadapinya. Remaja, seperti Rita dalam wawancara tersebut, menghabiskan waktu bersama ibunya di sekitar kegiatan rumah tangga seperti memasak. Hal ini tidak hanya memberikan dukungan emosional tetapi juga praktis, dengan mencoba mengurangi beban kerja ibunya.

⁴⁴Rita, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 20 Juni 2024 , Pukul 08.32WIB).

Hasil wawancara tersebut diperkuat wawancara dengan Awal menyatakan bahwa: "Saya selalu mencoba membuat ibu tersenyum dengan bercanda atau menawarkan bantuan kapan pun dia membutuhkan. Mendukung dia adalah prioritas saya."⁴⁵

Berdasarkan hasil wawancara dengan Awal bahwa, remaja menekankan pentingnya dukungan dan kepedulian terhadap ibunya. Dia menyatakan bahwa membuat ibunya tersenyum dengan humor dan siap membantu kapan pun diperlukan adalah prioritas utamanya. Hal ini menunjukkan bahwa Awal memiliki nilai-nilai keluarga yang kuat dan komitmen untuk memberikan perhatian dan dukungan kepada orang yang dicintainya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu remaja Putri, menyatakan bahwa: "Saya mendengarkan curhatannya dan memberikan semangat setiap kali dia merasa lelah atau stres. Kami sering berbicara untuk menciptakan suasana yang positif di rumah."⁴⁶

Berdasarkan hasil wawancara dengan Putri bahwa, remaja Menunjukkan tindakan aktif untuk memahami perasaan ibu seta menerima apa yang dikatakan oleh ibu tunggal. Ini menunjukkan adanya perhatian dan empati terhadap perasaan seorang ibu tunggal

Kemudian hasil wawancara peneliti dengan Yana mengatakan bahwa:

⁴⁵ Awal, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 20 Juni 2024, Pukul 13.12 WIB).

⁴⁶ Putri, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 20 Juni 2024, Pukul 15.00 WIB).

Bentuk dukungan emosional yang saya berikan berupa pujian dan ucapan terima kasih kepada ibu untuk segala yang telah ibu lakukan dan berikan. Saya juga mencoba melakukan pekerjaan rumah tangga untuk meringankan beban ibu serta membuatnya merasa dihargai.⁴⁷

Berdasarkan hasil wawancara dengan Yana bahwa, Dukungan emosional yang remaja berikan kepada ibu tunggal melalui pujian dan ucapan terima kasih adalah cara yang sangat baik untuk menunjukkan penghargaan dan perhatian remaja terhadapnya. Melakukan pekerjaan rumah tangga untuk membantu meringankan beban ibu tunggal juga merupakan langkah yang sangat positif. Ini semua menunjukkan bahwa remaja peduli dan menghargai ibu tunggal.

Didukung dengan hasil wawancara dengan Riko, mengatakan bahwa: “ Saya dan ibu sangatlah dekat, salah satu bentuk dukungan sosial yang saya berikan kepada ibu yaitu ketika ibu berbicara saya selalu mendengarkan dengan penuh perhatian, kami selalu berbagi cerita di waktu makan malam bersama.”⁴⁸

Berdasarkan hasil wawancara dengan Riko bahwa, Ini menunjukkan hubungan yang erat antara Anda dan ibu, di mana ada saling mendengarkan dan berbagi cerita di waktu makan malam. Ini adalah momen penting untuk membangun hubungan yang kuat dan saling memahami satu sama lain. Mendengarkan dengan penuh perhatian juga menunjukkan penghargaan dan rasa hormat terhadap ibu Anda. Hal ini

⁴⁷Yana, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 20 Juni 2024 , Pukul 16.19 WIB).

⁴⁸Riko, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 20 Juni 2024 , Pukul 17.00 WIB).

bisa menjadi fondasi yang baik untuk memperkuat ikatan keluarga dan membangun komunikasi yang lebih baik di antara anggota keluarga.

2. Menjalin komunikasi yang baik

Remaja yang mampu berkomunikasi dengan baik dan terbuka dengan ibu mereka dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan. Diskusi tentang perasaan, tantangan, dan harapan dapat memperkuat hubungan emosional dan memberikan dukungan moral terhadap ibu tunggal. Sebagaimana wawancara dengan Aisyah mengatakan bahwa:

Saya selalu berusaha untuk berkomunikasi secara terbuka dan jujur dengan ibu saya. Setiap kali ada sesuatu yang mengganggu pikiran saya atau ketika saya butuh bantuan, saya berbicara dengannya. Sebaliknya, saya juga selalu siap mendengarkan jika ibu saya ingin bercerita atau butuh seseorang untuk berbicara. Kami memiliki waktu khusus setiap hari untuk berbicara, biasanya setelah makan malam. Saat itu, kami berbicara tentang bagaimana hari kami berjalan, masalah yang dihadapi, dan hal-hal yang membuat kami bahagia. Selain itu, saya berusaha untuk memahami perspektif ibu saya dan tidak langsung bereaksi negatif jika ada perbedaan pendapat. Ini membantu kami untuk menghindari konflik dan menjaga hubungan tetap harmonis.⁴⁹

Berdasarkan hasil wawancara dengan Aisyah bahwa, remaja telah menetapkan waktu khusus setiap hari untuk berbicara dengan ibu tunggal. Ini adalah pendekatan yang baik untuk memastikan bahwa komunikasi terjaga dan bahwa antara remaja dan ibu tunggal memiliki kesempatan untuk saling berbagi cerita.

Hasil wawancara tersebut diperkuat wawancara dengan Zizah menyatakan bahwa: “Saya melihat kawan saya Aisyah memang sangat dekat dengan ibunya dan waktu itu saya pernah menginap di rumah

⁴⁹Aisyah, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 25 April 2024 , Pukul 13. 40 WIB).

Aisyah, memang mereka sering makan malam bersama dan di waktu itu juga mereka berbagi cerita”⁵⁰

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu remaja Rusden, menyatakan bahwa:

Hubungan saya dengan ibu sangat dekat. Dia adalah pahlawan saya dan kami selalu berbicara tentang segala hal, dari sekolah hingga kehidupan pribadi. Kami belajar untuk saling mendukung. Saya mencoba membantu ibu saya dengan pekerjaan rumah tangga dan kami berdiskusi untuk menyelesaikan masalah bersama.⁵¹

Dari hasil observasi dan wawancara tersebut dapat disimpulkan faktor penunjang remaja mendukung *pskological well being* ibu tunggal disimpulkan bahwa komunikasi terbuka dan jujur antara remaja dan ibu mereka memiliki dampak positif yang signifikan. Ini termasuk mengurangi stres dan kecemasan remaja serta memperkuat hubungan emosional antara mereka. Praktik berbicara secara teratur, mendengarkan dengan penuh perhatian, dan mencari pemahaman terhadap pandangan orang tua membantu mencegah konflik dan membangun dukungan moral yang kuat.

b. Faktor Penghambat

Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa terdapat beberapa faktor penghambat remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal. Berikut adalah beberapa faktor pendukung yang dapat membantu remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal.⁵²

⁵⁰Zizah, Teman Sebaya Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 25 April 2024, Pukul 14.56 WIB).

⁵¹Rusden, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 26 Juni 2024, Pukul 09.00 WIB).

⁵²Observasi, (Desa Balimbing, 26 April, Pukul 08.52 WIB).

1. Keterbatasan waktu dan energi

Berdasarkan hasil observasi peneliti keterbatasan waktu dan energi merupakan faktor remaja dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibu tunggal. Remaja mungkin merasa sulit untuk memberikan dukungan maksimal kepada ibu tunggal, karena tuntutan waktu dan energi mereka sendiri, seperti tugas sekolah, kegiatan ekstrakurikuler, atau pekerjaan paruh sambilaan remaja.⁵³

Berdasarkan hasil wawancara dengan Rita mengatakan bahwa: “Saya mencoba sebaik mungkin untuk mendengarkan dan memahami ibu tetapi terkadang saya merasa bimbang karena tidak bisa memberikan dukungan yang ibu saya butuhkan. Kadang saya merasa lelah mencoba menyeimbangkan antara pekerjaan saya dengan membantu ibu”.⁵⁴

Dari hasil wawancara tersebut faktor penghambat remaja mendukung *pskological well being* ibu tunggal karena adanya keterbatasan waktu dan energi remaja tidak mampu membagi waktu. Antara pekerjaan, sekolah atau membantu orang tua, yang membuat remaja terombang-ambing, kadang terlambat sekolah, tidak bisa bekerja, karena adanya keterbatasan waktu dan energi, sehingga menjadi penghambat bagi remaja dalam mendukung *pskological well being* ibu tunggal.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu remaja Yana, mengatakan bahwa: “Saya pikir faktor utamanya adalah jadwal yang padat di sekolah. Saya harus fokus pada pelajaran dan ekstrakurikuler, sehingga

⁵³ Observasi, (Desa Balimbing, 26 April, Pukul 08.52 WIB).

⁵⁴ Rita, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 25 April 2024, Pukul 14. 24 WIB).

seringkali tidak punya cukup waktu untuk membantu ibu dengan pekerjaan rumah atau sekadar mengobrol.”⁵⁵

Berdasarkan hasil wawancara dengan Puti mengatakan bahwa: “Saya mencoba membantu dengan menanggung beberapa tanggung jawab rumah tangga yang saya bisa, seperti mencuci piring atau membantu adik-adik saya dengan tugas sekolah.”⁵⁶

Hasil wawancara tersebut diperkuat wawancara dengan Ani menyatakan bahwa:

Ya, terkadang saya merasa seperti saya harus melakukan lebih banyak hal untuk membantu ibu saya. Kadang saya merasa bersalah jika saya harus keluar bersama teman-teman atau menghabiskan waktu untuk diri sendiri, karena saya tahu ibu saya memiliki banyak tanggung jawab sendiri. Saya harus bisa meringankan beban ibu dengan membantunya.⁵⁷

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa remaja menghadapi tantangan berbeda dalam mendukung kesejahteraan ibu tunggal mereka. Faktor seperti jadwal sekolah yang padat, tekanan emosional, dan perasaan bersalah sering kali menjadi halangan dalam memberikan dukungan yang lebih besar. Meskipun demikian, mereka juga menunjukkan usaha-usaha konkret untuk membantu sebisa mereka, meskipun dalam keterbatasan waktu dan energi yang dimiliki.

2. Kurangnya kemampuan remaja dalam mehami perasaan ibu

Berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa remaja kurang memiliki keterampilan empati atau pengalaman yang cukup, untuk memahami perasaan

⁵⁵ Yana, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balaimbing, 16 Juni 2024, Pukul 08.17 WIB).

⁵⁶ Putri, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balaimbing, 16 Juni 2024, Pukul 10.00 WIB).

⁵⁷ Ani, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balaimbing, 16 Juni 2024, Pukul 14.23 WIB).

dan kebutuhan psikologis ibu tunggal dengan baik. Merupakan faktor penghambat remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal.⁵⁸

Berdasarkan hasil wawancara dengan Rusden mengatakan bahwa:

Hubunganku dengan ibuku cukup baik, akan tetapi kadang-kadang saya merasa sulit untuk memahami perasaan ibu, terkadang ada ketidakcocokan saya dengan ibu. Ya, ketika ibu mengalami masalah atau lelah karena pekerjaan dan tanggung jawab rumah tangga, saya kadang merasa kesal karena saya tidak tahu bagaimana cara membantu atau membuat ibu merasa lebih baik.⁵⁹

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu remaja Rita, mengatakan bahwa: “ Saya menyadari mungkin lebih banyak tanggung jawab di pundak ibuku, tapi aku rasa itu biasa saja. Dia selalu bisa mengatasi semuanya”.⁶⁰

Hasil wawancara tersebut diperkuat wawancara dengan Yana menyatakan bahwa: “Kadang sulit bagi saya memahmi perasaan ibu, terutama saat aku butuh bantuan untuk hal-hal tertentu. Ibuku kerja keras, jadi aku coba tidak merepotkannya.”⁶¹

Dari hasil wawancara tersebut faktor penghambat remaja mendukung *pskological well being* ibu tunggal karena faktor ketidakmampuan remaja dalam memahami perasaan ibu. Remaja tidak sepenuhnya bisa memahami perasaan ibu tunggal atau kurang memahami berbagai tantangan yang sedang dihadapi oleh ibu tunggal.

⁵⁸ Observasi, (Desa Balimbing, 26 April , Pukul 08.52 WIB).

⁵⁹Rusden, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 26 April 2024 , Pukul 13. 15 WIB).

⁶⁰Rita, Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 26 April 2024 , Pukul 17.15WIB).

⁶¹ Yana , Remaja, *Wawancara*, (Desa Balimbing, 18 April 2024, Pukul 07.50 WIB).

Dari hasil observasi dan wawancara tersebut dapat disimpulkan faktor penghambat remaja mendukung *pskological well being* ibu tunggal karena faktor Ketebatasan waktu dan energi serta ketidakmampuan remaja dalam memahami perasaan ibu. stres atau dalam situasi sulit, dalam lingkungan remaja menjadi penghambat remaja dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibu tunggal.

C. Analisis Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keadaan *psychological well bring* ibu tunggal di Desa Balimbing memiliki *psychological well being* baik seperti bisa menerima diri sebagai ibu tunggal, memiliki hubungan positif dengan orang lain, serta memiliki tujuan hidup. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja memiliki usaha dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal seperti memberikan dukungan emosional serta menunjukkan rasa empati terhadap ibu tunggal.

Remaja memiliki peran penting dalam memberikan dukungan emosional kepada ibu tunggal. Mereka mungkin menjadi pendengar yang baik, menawarkan kata-kata semangat, atau menyediakan kehadiran yang menghibur dalam situasi sulit. Hasil penelitian mungkin menyoroti pentingnya keterlibatan aktif remaja dalam kehidupan sehari-hari keluarga, termasuk membantu dengan pekerjaan rumah tangga, merawat adik-adik, atau memberikan dukungan dalam pengelolaan keuangan keluarga.

Dukungan yang diberikan oleh remaja memiliki dampak positif pada kesejahteraan psikologis ibu tunggal. Mereka mungkin merasa lebih didukung,

lebih mampu mengatasi stres, dan lebih bahagia dengan adanya keterlibatan aktif remaja dalam kehidupan keluarga. Hubungan antara remaja dan ibu tunggal memainkan peran penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis keduanya. Komunikasi yang terbuka, dukungan saling-menyelamati, dan ikatan emosional yang kuat antara ibu dan anak dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka secara keseluruhan.

Hasil penelitian menyoroti pentingnya pengembangan keterampilan emosional pada remaja untuk mendukung kesejahteraan psikologis ibu tunggal. Remaja yang mampu berkomunikasi secara efektif, menunjukkan empati, dan mengelola konflik dengan baik cenderung lebih efektif dalam memberikan dukungan emosional kepada ibu tunggal. Melalui analisis ini, kita dapat mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang peran remaja dalam mendukung kesejahteraan ibu tunggal.

D. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti sangat menyadari masih jauh dari kata sempurna, terdapat banyak kekurangan, kelemahan dan keterbatasan. Peneliti sangat merasa hal demikian memang pantas terjadi sebagai pembelajaran dan penelitian yang selanjutnya. Dalam hal ini peneliti memaparkan kekurangan, kelemahan dan keterbatasan yang terjadi.

1. Pertama kurangnya eksplorasi teori yang dapat memperkaya penelitian dan hasil dari penelitian peranan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal. Peneliti sadar akan hal ini karena keterbatasan waktu dalam meneliti dan juga kesibukan lain yang menyita waktu dan pikiran.

2. Kedua keterbatasan peneliti dalam mengerjakan penelitian peranan remaja dalam mendukung *pschological well being* ibu tunggal, berupa dana dan waktu, karena penelitian membutuhkan waktu yang lama namun peneliti masih dalam tahap belajar dan sibuk di beberapa kegiatan. Hal ini secara tidak langsung membuat peneliti sadar akan totalitas dalam melakukan penelitian.
3. Ketiga kurangnya pengetahuan peneliti tentang peranan remaja dalam mendukung *psycological well being* bu tunggal masih belum lengkap atau belum menyeluruh.
4. Keempat Kurangnya penelitian yang secara khusus memusatkan perhatian pada masalah penelitian, serta terbatasnya sumber informasi yang tersedia tentang penelitian ini dan kurangnya vahan bacaan yang tersedia mengenai objek penelitian tersebut.
5. Kelima ketidakcukupan atau kelemahan peneliti dalam pendekatan penelitian yang sesuai untuk mengali secara mendalam mengenai topik yang diteliti.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai peranan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Keadaan *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal baik. Awalnya ibu tunggal kesulitan menjalin hubungan positif dengan orang lain disebabkan oleh kurangnya interaksi sosial dan memiliki perasaan yang lebih sesintif, namun seiring berjalannya waktu ibu tunggal mampu membangun hubungan yang baik karena menyadari bahwa mendapat dukungan dari orang sekitar. Ibu tunggal mengalami perubahan dalam hidupnya, meskipun perceraian telah mengubah hidupnya akan tetapi ia memperlihatkan sikap positif dengan mencoba menerima keadaannya dengan lapang dada. Ibu tunggal menanamkan pentingnya kemandirian dalam hidupnya. ibu tunggal di desa Balimbing memiliki keinginan terus berkembang menjadi lebih baik dan memiliki semangat untuk mengembangkan diri.

2. Usaha remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal dengan memberikan dukungan emosional kepada ibu tunggal, menunjukkan rasa empati serta memberikan dukungan finansial kepada ibu tunggal dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal.
3. Faktor penunjang remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal dengan memberikan dukungan emosional, menjalin komunikasi yang baik, Adapun faktor penghambat remaja ialah keterbatasan waktu dan energi, kurangnya kemampuan remaja dalam memahami perasaan ibu.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Peranan Remaja dalam Mendukung *Psychological Well Being* Ibu Tunggal Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal, telah mampu dilakukan dengan baik. Hal ini mengandung implikasi bahwa peranan remaja memiliki peranan yang sangat penting bagi ibu tunggal, karena memberikan dukungan emosional, membantu dalam tugas rumah tangga, serta memberikan waktu dan perhatian kepada ibu.

Hal ini dapat mengurangi beban psikologis yang dirasakan oleh ibu tunggal, meningkatkan kesejahteraannya, dan menciptakan lingkungan keluarga yang stabil secara keseluruhan dan bagaimana tindakan tersebut harus dilakukan agar tujuan yang diinginkan tercapai. Melalui peranan

remaja yang tepat, maka diharapkan dapat menjadikan referensi, pedoman bagi kaum milenial pada masa sekarang, mahasiswa dan juga bagi masyarakat.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyarankan beberapa hal, antara lain:

1. Ibu tunggal

- a. Kepada ibu tunggal disarankan agar menjalin hubungan sosial dengan keluarga dan masyarakat sekitar, tidak menyimpan masalahnya sendiri, agar tidak terlalu stres.
- b. Kepada Ibu tunggal disarankan agar mengembangkan diri secara pribadi maupun profesional seperti pendidikan tambahan, pelatihan atau pencarian hobi baru,
- c. Kepada ibu tunggal disarankan agar memberikan perhatian pada kesehatan mental dan fisik seperti mediasi, olahraga, atau berbicara dengan orang terdekat.

2. Remaja

- a. Kepada remaja disarankan agar berusaha memahami pengalaman dan tantangan yang dihadapi oleh ibu tunggal secara empatik, mendengarkan ibu tunggal dengan penuh perhatian serta memberikan dukungan yang sesuai dengan kebutuhan ibu tunggal.
- b. Kepada remaja disarankan agar pentingnya menjalin komunikasi terbuka dan jujur dengan ibu. Doronglah ibu untuk berbicara terbuka

tentang perasaan yang dialami ibu dan menawarkan dukungan ketika diperlukan.

- c. Kepada remaja disarankan untuk membantu tugas-tugas rumah tangga atau tugas sehari-hari yang bisa meringankan beban ibu tunggal.

3. Pembaca

- a. Kepada pembaca, disarankan untuk memahami betapa pentingnya hubungan keluarga yang sehat dan saling mendukung satu sama lain.
- b. Kepada pembaca disarankan dapat mengambil pelajaran pentingnya dukungan interpersonal dalam menjaga *psychological well being* keluarga.
- c. Untuk peneliti selanjutnya, disarankan untuk melanjutkan penelitian mengenai Peranan remaja dalam mendukung *psychological well being* ibu tunggal di perkotaan sebab daerah perkotaan sangat mudah untuk melakukan perilaku menyimpang.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali Mohammad dkk, (2019), *Psikologi Remaja*, Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Alfiah,(2008), *Hadist Tarbawiy(Pendidikan Islam Tinjauan Hadist Nabi*, Pekanbaru:Al -Mujtahada Press.
- Albito Anggito dan Johan Setiawan, (2018), *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Jawa Barat: CV. Jejak.
- Bungin, Burhan, (2003), *Analisis Data Penelitian Kualitatif* Jakarta: Raja Grafindo.
- Departemen Agama RI, *Alquran Tajwid dan Terjemahannya*, Bandung: CV. Penerbit Diponegoro, 2010)
- Darminto, Eko, (2007), *Teori-Teori Konseling*, Surabaya: UNESA University Press.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan,(1990), *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka.
- Dudi Iskandar, (2021), *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Maghza Pustaka.
- Evi Fatimatur Rusydiyah, (2016), “Pendidikan Islam dan Kesetaraan Gender (Konsepsi Sosial tentang Keadilan Berpendidikan dalam Keluarga)”, *Pendidikan Agama Islam (Journal of Islamic Education Studies)*, Vol. 4. No.1.
- Hamrullah, Jeanette, (2002), *Profesi Pekerjaan Sosial*, Sekolah Tinggi Kesejahteraan Sosial STKS. Bandung.
- Hartanti, Ema, (2017), “ Pola Asuh Orang Tua Single Parent dalam Perkembangan Kepribadian Anak di Desa Jetis Kecamatan Selompang Kabupaten Temanggung” Skripsi-Institut Agama Islam Negeri (IAIN), *Salatiga*.
- Jonh Kotre and Elizabeth Hall, (1996), *Seasons Of Life: The Dramatic Journey from Birth To Death*, United States Of America: The University Michigan Press.
- Jamaluddin Dindin, (2013), *Paradigma Pendidikan Anak dalam Islam*, Bandung: CV Pustaka Setia.
- Komalasari Gantina, (2005), *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: PT INDEKS.
- Murad Lesmana Jeanette, *Dasar-Dasar Konseling*, Jakarta: UI Press,

- . Mongid, A, (1995), *Gerakan Pembangunan Keluarga Sejahtera* Jakarta: BKKBN.
- Moleong Lexi J, (2013), *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Murad Lesmana Jeanette,(2005), *Dasar-Dasar Konseling*, Jakarta: UI Press.
- Hamrullah, Jeanette, (2002), *Profesi Pekerjaan Sosial*, Sekolah Tinggi Kesejahteraan Sosial STKS. Bandung.
- M Shihab Quraish, (2002), *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Quran*, Jakarta: Lentera Hati.
- Mongid A, (1995), *Gerakan Pembangunan Keluarga Sejahtera*, Jakarta: BKKBN
- Muhammad Fu'ad Abdul Baqi, (2003), *Kumpulan hadist Shahih Bukhari Muslim* Bandung: Penerbit Dipenegoro.
- Nasution, Suhailasari Nurbaiti, Arfannudin, (2020), *Teks Laporan Hasil Observasi Untuk Tingkat SMP Kelas VII*, Indonesia: Gueoedia.
- Masrukhin, (2014), *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Indonesia: Media Ilmu Press.
- Mardawani, (2020), *Praktis Penelitian Kualitatif Teori Dasar dan Analisis Data dalam Perspektif Kualitatif*, Yogyakarta: Penerbit Deepublish.
- Maryam, (2021), *Perkembangan Remaja dan Problematikannya*, Yogyakarta: PT Kanisius.
- Pujosuwarno, Sayekti, (1994), *Bimbingan Dan Konseling Keluarga*, (Yogyakarta: Penerbit Menara Mas Offset.
- Poerwadarminta, (1991), *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka.
- Papalia, D.E, Olds, S.W & Feldman, R.D.(2004), *Human Development New York: Megravhill,Ine.*
- Palmer, Stephen, (2011), *Konseling dan Psikoterapi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Petranto Ira, (2005), *It Takes Only One to Stop the Tango*, Tangerang: PT Kawasan Pustaka Rukin, Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi, Jakarta: CV. Jakad Media Publishing.
- Tarjo, (2019), *Metode Penelitian Sistem*, Yogyakarta: CV. Budi Utama.

- Ruslan, Rosady, (2008), *Metodologi Penelitian Publik Relation dan Komunikasi*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Rumini Sri & Sundari Siti, (2013), *Perkembangan Anak dan Remaja Cetakan ke 2*, Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Rukin, (2021), *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*, Jakarta: CV. Jakad Media Publishing.
- Ruslan Rosady, (2003), *Metode Penelitian*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Rahabav Patrisius, (2023), *Metode Penelitian Sosial*, Surabaya: CV Cipta Media Nusantara.
- Soekarto, Soerjono, (2009), *Sosiologi Keluarga*, Jakarta: Pt Rineka Cipta.
- Satyadi, Heryanti , (2019), *Menjadi Seorang Ibu*, Jakarta: Bumi Bintaro Pemas.
- Slameto, *Bimbingan di sekolah*. (1988), Jakarta: Bina Aksara.
- Soekanto, Soerjono, (1982), *Sosilogi Suatu Pengantar* Jakarta: Rajawali Press.
- Suhardono, Edy, (2018), *Teori Peran Konsep, Derivasi dan Implikasi*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Soekanto, Soerjono, (2010), *Sosiologi Suatu Pengantar*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Syahirah, Dianah, (2023), *Terapi Bermain Origami Untuk Mengatasi Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah*, Yogyakarta: CV.Mitra Cendekia Media.
- Sumargo Bagus, (2020), *Teknik Sampling*, Jakarta: UMJ. Press.
- Sara Mc Lanahan, (1996), *Growing Up With A Single Parent: What Hurts, What Heps*, United States of America: Harvard University Press.
- S.J.W (1985), Poerwadarminta, *Kamus Bahasa Indonesia*, Jakarta: PN. Balai Pustaka.
- Siswanto Dedy, (2020), *Anak di Persimpangan Perceraian Milik Pola Asuh Anak Korban Perceraian*, Surabaya: UNARIR
- Wahyu Nurjanah Ade, (2020), “Peranan Anak Pada Usaha Pertanian Agroforestri ?Di Hutan Kemasyarakatan Bina Wana, Lampung Barat”, *Jurnal Sumber Daya Dataran Tinggi Tropis(J. Trop. Upland Res.)*, Vol. 2. No. 2.
- Wirawan Sarwono Sarlito, (2011), *Teori-teori Psikologi Sosial*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Wahbah al-Zuhailî, (2016), *Tafsir Al-Munir*, Jakarta: Gema Insani.

Witanto Y.D, (2012), *Hak dan Kedudukan Anak Luar Kawin*, Jakarta: Kencana.

Richard M. Ryan & Edward L. Deci, (2001), “On Happiness and Human Potentials: A Review of Research On Hedonic and Eudaimonic Well-Being”, *Annual Rev. Psychology*.

.Jurnal:

Ari Ani Sri, (2022), “Gambaran Penerimaan Diri Pada Remaja Perempuan Fatherless di Desa Nagur Kecamatan Tanjung Beringin”, *Skripsi*, Medan: Universitas Medan Area.

Adi, La, (2022), “Pendidikan Keluarga Dalam Perspektif Islam”, *Jurnal Pendidikan Ar-Rasyid*, Vol. 7. No. Ahmad Rizal, (2018), Analisis Data Kualitatif, Alhadrara: *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol.17, No.33.

Ahamad Bukhari, (2020), “Pendekatan Gestalt: Konsep dan Aplikasi dalam Proses Konseling”, *Indonesia Journal Of Counseling and Education*, Vol. 1, No. 2.

Bahri Syamsul, (2016), “Nafkah Anak Kepada Orang Tua dalam Pandangan Islam”, *Jurnal Hukum*, Vol. 11. No.

Carol D Ryff, (1989), “Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well Being”, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 57. No. 6.

Iganingrat, Amethysa, (2021), Kesejahteraan Psikologis pada Ibu Tunggal: Sebuah Literature Review, *Seminar Nasional Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)*, Vol. 1. No.1.

Putri Ramadhani Deane, (2023), “Komunikasi Interpersonal Orang Tua Tunggal dengan Anak dalam Meningkatkan Intimacy Pasca Perceraian”, *Jurnal Bandung Conference Series: Public Relation*, Vol. 3. No. 1. 2023.

Wahyu Ade Nurjanah, (2020), “Peranan Anak Pada Usaha Pertanian Agroforestri Di Hutan Kemasyarakatan Bina Wana, Lampung Barat”, *Jurnal Sumber Daya Dataran Tinggi Tropis (J. Trop. Upland Res.)*, Vol. 2. No. 2.

Skripsi:

Feni, Andrian, (2021), “ Gambaran Subjective *Well Being* Pada Lansia di Balai Pelayanan dan Penyantunan Lanjut Usianprovinsi Bengkulu”, *Skripsi*, Bengkulu: Ma’ had Al-Jamiah Iain Bengkulu.

Rahmadani, Tia, (2016), “Kesejahteraan psikologi (*Psycological Well Being*), Siswa yang Orang Tua Bercerai di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta”, *Skripsi*, Jakarta: SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta.

Setiawan, Heri, (2014), “ *Psychological Well Being* Pada Guru Honor Sekolah Dasar di Kecamatan Wonotunggal Kabupaten Batang”, *Skripsi*, Semarang:: Fakultas Ilmu Pendidikan UIN Semarang.

Internet:

(<http://lib.unnes.ac.id/23585/1/1550407024.pdf>).

(https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Tia+rahmadhani+psikologi+orang+tua+bercerai&btnG=#d=gs_qabs&t=1701323115208&u=%23p%3D39oztdeRcyoJ).

(<http://repository.iainbengkulu.ac.id/6794/1/SKRIPSI%20ADE%20IRMA%20YANI%20NIM%201711320041>).

<https://scholar.google.com/scholar?hl=id&assdt=0%2C5&q=ade+wahyu+nurhannah&btnG=#d=gsqabs&t=1703737370975&u=%23p%3D7oNHjzquGLOJ>.

(https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=komunikasi+interpersonal+orang+tua+tunggal+dengan+anak+dalam+meningkatkan+intimacy&btnG=#d=gs_qabs&t=1703748811954&u=%23p%3Dnb0HKe1cmgMJ).

(<https://jurnal.lp2msasbabel.ac.id/index.php/IJoCE/>).

(https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=syamsul+bahri+nafkah+anak+kepada+kedua+orang+tua&btnG=#d=gs_qabs&t=1704015680398&u=%23p%3DhJcFT2hugNwJ),

(<http://psych415.class.uic.edu>).

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

I. IDENTITAS PRIBADI

- 1 Nama : Merina Helmi
2. NIM: 2030200021
3. Jurusan: Bimbingan Konseling Islam
4. Jenis Kelamin: Perempuan
5. Tempat / Tanggal Lahir: Balimbing / 16 Januari 2002
6. Anak Ke: 5 (Lima)
7. Kewarganegaraan: Indonesia
8. Status: Belum Kawin
9. Agama: Islam
10. Alamat Lengkap: Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal
11. Telp / Hp: 0822-1666-3852
12. E-mail: merinahelmi1@gmail.com.

II. DATA ORANGTUA

1. Ayah
 - a. Nama: Alm. Habibuddin
 - b. Pekerjaan: -
2. Ibu
 - a. Nama : Nurhayati
 - b. Pekerjaan: Ibu rumah tangga

III. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD Negeri 365 Patiluban Mudik
2. SMP Negeri 6 Natal
3. MAN 2 Mandailing Natal

LAMPIRAN

PEDOMAN WAWANCARA

Untuk mengetahui tentang Peranan Anak dalam Mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing Kecamatan Natal Kabupaten Mandailing Natal meliputi sebagai berikut:

A. Wawancara dengan Remaja yang Mendukung *well being* ibu tunggal

1. Apa yang adik ketahui mengenai kesejahteraan psikologis?
2. Sejak usia berapa adik merasakan kehilangan sosok ayah dalam kehidupan sehari-hari ?
3. Seperti apa perasaan adik semenjak ayah dan ibu bercerai?
4. Bagaimana peran adik untuk mempertahankan kesejahteraan psikologis ibu adik setelah orang tua bercerai?
5. Seperti apa usaha yang adik lakukan dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibu dan keluarga adik setelah kehilangan sosok ayah dalam kehidupan sehari-hari?
6. Apakah ada perubahan tingkahlaku maupun perasaan yang adik alami semenjak orang tua bercerai?
7. Apakah ada faktor penunjang dan penghambat adik dalam mendukung kesejahteraan ibu?

B. Wawancara dengan Ibu Tunggal

1. Sejak kapan anak ibu tidak mendapatkan pengasuhan dari ayahnya?
2. Apakah ada perubahan yang terjadi pada anak ibu semenjak kehilangan sosok ayah dalam kehidupan?
3. Bagaimana menurut ibu dampak yang akan ditimbulkan jika seorang anak kehilangan sosok ayah dalam pengasuhannya?
4. Apakah ada perubahan Psikologis yang Ibu alami semenjak kehilangan sosok pasangan dalam kehidupan sehari – hari?
5. Bagaimana peranan anak ibu dalam mendukung kondisi kesejahteraan psikologis yang ibu alami?
6. Apa saja upaya yang dilakukan anak ibu dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibu?
7. Apakah ada faktor penunjang dan penghambat yang di alami anak ibu dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibu?

C. Wawancara dengan Teman Remaja

1. Perubahan apa yang terjadi semenjak teman adik tidak mempunyai atau kekurangan kasih sayang ayahnya?
2. Bagaimana peranan teman adik dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibunya?
3. Apa saja usaha yang dilakukan teman adik dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibunya semenjak orang tuanya bercerai?
4. Apakah ada faktor penunjang dan penghambat teman adik dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibunya?

5. Apakah ada hal-hal yang teman adik pernah ceritakan mengenai keadannya semenjak orang tuanya bercerai?
6. Bagaimana hubungan adik dengan teman adik semenjak dia kehilangan peran ayah dalam kehidupannya?

D. Kepala Desa

1. Menurut Bapak Kepala Desa Bagaimana peranan anak yang memiliki ibu tunggal terhadap kondisi kesejahteraan psikologis ibunya setelah kehilangan sosok ayah dalam kehidupannya sehari-hari?
2. Menurut Bapak Kepala Desa Apa saja upaya yang dilakukan anak yang memiliki ibu tunggal dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibunya?
3. Menurut Bapak Kepala Desa Apa saja faktor penunjang dan penghambat anak yang memiliki ibu tunggal dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibunya dalam kehidupan sehari-hari.

E. Pemilik Usaha Tempat Anak yang memiliki Ibu Tunggal Bekerja

1. Sejak Usia Berapa YA bekerja dengan ibu?
2. Apa yang membuat ibu menerima YA menjadi salah satu karyawan ibu?
4. Menurut Ibu Bagaimana peranan YA dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibunya?
5. Menurut Bapak Apa usaha yang dilakukan AL dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibunya setelah kehilangan sosok ayah dalam kehidupannya?
6. Menurut Bapak Apa saja faktor penunjang dan penghambat AL dalam mendukung kesejahteraan psikologis ibunya ?

DOKUMENTASI

Wawancara dengan remaja yang mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing



Wawancara dengan remaja yang mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing



Wawancara dengan remaja yang mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing



Wawancara dengan ibu tunggal yang mengalami *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing



Wawancara dengan ibu tunggal yang mengalami *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing



Wawancara dengan pemilik usaha remaja yang mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing



Wawancara dengan remaja yang mendukung *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing



Wawancara dengan ibu tunggal yang mengalami *psychological well being* ibu tunggal di Desa Balimbing



Wawancara data penelitian dengan Kepala Desa Balimbing





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SYEKH ALI HASAN AHMAD ADDARY PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan T. Rizal Nurdin Km 4,5 Sititang Kola Padang Sidempuan 22733
Telepon (0634) 22080 Faksimil (0634) 24022 Website: uinsyahada. ac. id

Nomor : 087 /Un.28/F/TL.00/01/2024
Sifat : Penting
Lamp. :-
Hal : **Mohon Bantuan Informasi
Penyelesaian Skripsi**

17 Januari 2024

Yth. Kepada Kepala Desa Balimbing

Di
Tempat

Dengan hormat, Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan menerangkan bahwa :

Nama : Merina Helmi
NIM : 2030200036
Fakultas/Prodi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/ BKI
Alamat : Desa Balimbing Mandailing Natal

adalah benar Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidempuan yang sedang menyelesaikan skripsi dengan judul " PERANAN ANAK DALAM MENDUKUNG WELL BEING IBU TUNGGAL DI DESA BALIMBING KECAMATAN NATAL KABUPATEN MANDAILING NATAL "

Sehubungan dengan itu kami bermohon kepada Kepala Desa Balimbing untuk dapat memberikan izin pengambilan data dan informasi sesuai dengan maksud judul tersebut .

Demikian disampaikan atas perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih.



Dekan

Dr. Magdalena, M.Ag.
NIP 197403192000032001



**PEMERINTAH KABUPATEN MANDAILING NATAL
KECAMATAN NATAL
DESA BALIMBING**

Balimbing, 02 Februari 2024

Nomor : 470/75 /BL/II/2024
Sifat : Penting
Lamp : 1 (satu) Berkas
Perihal : **BANTUAN INFORMASI**
PENYELENGGARA SKRIPSI

Kepada Yth :
Bapak Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu
Komunikasi Islam Negeri
Di-
Tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan adanya mahasiswi dari Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padang Sidimpuan dengan Nomor : 223 /Un.28/F/PP.00.9/01/2024 atas nama :

Nama : **MERINA HELMI**
NIM : 2030200021
Fakultas/Prodi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi /BKI

Benar mahasiswi Fakultas Dakwah Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syekh Ali Hasan Ahmad Addary padangsidimpuan yang sedang menyelesaikan Skripsi dengan judul "**PERANAN REMAJA DALAM MENDUKUNG PSYCHOLOGICAL WELL BEING IBU TUNGGAL DI DESA BALIMBING KECAMATAN NATAL KABUPATEN MANDAILING NATAL**". Dan kami dari pihak Pemerintahan Desa Balimbing tidak merasa keberatan dan memberikan IZIN.

Demikianlah hal ini kami sampaikan kepada Bapak untuk dapat dipergunakan semestinya.


Kepala Desa Balimbing

RISWAR