

Kecerdasan Emosi dan Strategi Penyelesaian Masalah Pada Orang Tua Tunggal

Lukman¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *This research on emotional intelligence and problem solving strategies aims to find out the description of emotional intelligence and problem solving strategies in single-parent women, how single parents who have various kinds of problems are able to manage their emotions and decisions in order to solve the problems they face, these conditions of course it will be more difficult when they have to carry out a dual role for their children. Researchers use qualitative research methods with a phenomenological approach. Respondents were taken based on purposive sampling. Data collection methods in this study use observation and in-depth interviews with three subjects. The results of the study of the description of emotional intelligence possessed by the NE subject showed that her felt disappointed, angry with her current condition, but the NE subject tried to accept the reality and motivated hers to immediately solve the problems facing her family. The emotional picture of the MB subject shows that hers feels angry, slumped, sad so that hers closes herself from the environment, this makes the subject choose to bear her own problem rather than having to ask someone for help. The emotional picture on the MS subject shows that hers feels sad, disappointed because of the status that is in hers, but this does not make the MS subject drag on in sadness, the subject slowly begins to accept her new life and chooses to immediately find a solution in every problem.*

Keywords: *emotional intelligence, coping strategy, single parent*

ABSTRAK. Penelitian tentang kecerdasan emosional dan strategi pemecahan masalah ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kecerdasan emosional dan strategi pemecahan masalah pada wanita orang tua tunggal, bagaimana orang tua tunggal yang memiliki berbagai macam masalah mampu mengelola emosi dan keputusannya untuk menyelesaikan masalah tersebut. Masalah yang mereka hadapi, kondisi seperti ini tentunya akan semakin sulit ketika mereka harus menjalankan peran ganda bagi anaknya. Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Responden diambil berdasarkan purposive sampling. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi dan wawancara mendalam dengan tiga subjek. Hasil penelitian deskripsi kecerdasan emosional yang dimiliki subjek NE menunjukkan bahwa dirinya merasa kecewa, marah dengan kondisinya saat ini, namun subjek NE berusaha menerima kenyataan dan memotivasi dirinya untuk segera menyelesaikan masalah yang dihadapi keluarganya. Gambaran emosional subjek MB menunjukkan bahwa subjek merasa marah, terpuruk, sedih sehingga menutup diri dari lingkungan, hal ini membuat subjek memilih untuk menanggung masalahnya sendiri daripada harus meminta bantuan seseorang. Gambaran emosi pada subjek MS menunjukkan bahwa subjek MS merasa sedih, kecewa karena status yang ada pada dirinya, namun hal ini tidak membuat subjek MS berlarut-larut dalam kesedihan, subjek perlahan mulai menerima kehidupan barunya dan memilih untuk segera mencari solusi dalam setiap masalah.

Kata Kunci: kecerdasan emosional, strategi koping, orang tua tunggal

¹ Email: lukmanpsikologi2011@gmail.com

PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan tugas perkembangan orang yang memasuki tahap dewasa atau Perkembangan sosio emosional pada masa dewasa awal, seperti yang diungkapkan oleh Santrock (dalam Rahma, 2015) ialah tergabung menjadi keluarga melalui perkawinan, keluarga merupakan sebuah kelompok yang paling dekat dalam kehidupan sehari-hari yang saling berinteraksi satu sama lain sehingga keluarga memiliki ikatan psikologis maupun fisik. Keluarga utuh biasanya terdiri dari ayah, ibu dan anak. Namun, di dalam kehidupan masyarakat terdapat keluarga yang salah satu orang tua tidak ada sehingga susunan dalam keluarga tersebut menjadi tidak lengkap seperti hanya memiliki ayah atau ibu saja.

Menurut Haffman (dalam Rahma, 2015) orang tua tunggal adalah seorang wanita atau pria yang menjadi orang tua yang merangkap sebagai ayah sekaligus ibu atau sebaliknya dalam membesarkan dan mendidik anak, serta mengatur kehidupan keluarga karena perubahan dalam struktur keluarga baik karena ditinggal pasangan hidup akibat perceraian maupun kematian. Ada beberapa peristiwa yang menyebabkan seorang wanita menjadi orang tua tunggal, antara lain adalah kematian pasangan hidup, perceraian, perpisahan, atau ditinggalkan oleh pasangannya tanpa tanggung jawab atau bantuan untuk merawat anak (Kotwal & Prabhakar, 2009).

Penelitian ini memfokuskan pada wanita yang menjadi ibu tunggal karena perceraian sebagaimana Hurlock (dalam Anggraeni dan Nova, 2015) juga menjelaskan bahwa: Bagi perempuan yang dicerai, masalah sosial lebih sulit diatasi daripada kalau dihadapi duda. Perempuan yang dicerai bukan hanya dikucilkan dari kegiatan sosial, tetapi lebih buruk lagi, ia seringkali kehilangan teman lamanya. Sementara beberapa orang akan tetap mempunyai teman-teman, namun banyak juga teman-temannya mengucilkan dan memboikotnya atau mendukung bekas suaminya.

Berkaitan pula dengan tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa awal usia 20 – 40 tahun yang berpusat pada harapan-harapan masyarakat dan mencakup hal-hal seperti mendapatkan suatu pekerjaan, memilih seorang teman hidup, belajar hidup bersama dengan seorang suami atau istri membentuk suatu keluarga, membesarkan anak-anak, mengelola sebuah rumah tangga, menerima tanggung jawab sebagai warga negara dan bergabung dalam suatu kelompok sosial

yang menyenangkan (Hurlock, dalam Anggraeni dan Nova, 2015).

Persamaan laki-laki dan perempuan yang berpisah atau bercerai memiliki tingkat kemungkinan yang lebih tinggi mengalami gangguan psikiatris, masuk rumah sakit jiwa, depresi klinis, alkoholisme, dan masalah-masalah psikosomatis seperti gangguan tidur akibat dari kondisi emosional seperti marah, depresi dan rasa bersalah, Santrock (dalam Rahma, 2015). Secara emosional wanita dewasa diharapkan telah mampu mengatur dan mengendalikan emosinya, serta mampu mengekspresikan emosinya secara sehat, sampai tingkat kemampuan emosi yang lebih tinggi (Papalia, dalam Rahma, 2015). Hilangnya pasangan yang disebabkan karena perceraian atau karena meninggalnya pasangan, tentunya meninggalkan masalah penyesuaian diri bagi pria atau wanita (Papalia, dalam Rahma, 2015). Berdasarkan hal tersebut kecerdasan emosi akan memungkinkan seseorang mengelola emosinya dengan baik sehingga terekspresikan secara tepat dan efektif (Kusuma, Adriansyah dan Prastika, 2013).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rahmah (2015) di kabupaten paser mengenai kelelahan emosional dan strategi *coping* pada wanita *single parent* menunjukkan bahwa wanita yang menjadi Ibu tunggal mengalami kelelahan emosional berupa kelelahan fisik, emosi dan mental dengan tingkat yang berbeda-beda. Menurut Bell (1991), secara sosial maupun psikologis, peran janda lebih menyulitkan daripada duda, hal ini dikarenakan perkawinan biasanya dianggap lebih penting bagi wanita daripada pria, sehingga akhir dari suatu perkawinan dirasakan oleh wanita sebagai akhir dari peran dasarnya sebagai istri, wanita pun secara sosial dipandang kurang agresif dan memiliki keberanian tidak menikah lagi serta lebih memilih untuk membatasi kehidupan sosialnya.

Didukung dari hasil wawancara dengan subjek MS (22 th) Ibu tunggal 1 anak ini mengatakan bahwa setelah berpisah subjek merasa sedih, marah, serta timbul rasa cemas akan kehidupan keluarga dan anaknya di masa depan. Begitu pula dengan MB (24 th) yang mengalami gangguan kecemasan setelah berpisah, subjek merasa mudah marah dan melampiaskan kemarahan pada anak mengingat rasa kekecewaan subjek pada suaminya. Menurut Bell (1991), secara sosial maupun psikologis, peran janda lebih menyulitkan daripada duda, hal ini dikarenakan perkawinan biasanya dianggap lebih penting bagi wanita daripada pria, sehingga akhir

dari suatu perkawinan dirasakan oleh wanita sebagai akhir dari peran dasarnya sebagai istri.

Hal ini seperti yang dinyatakan oleh Zanden (dalam Pranandari, 2008) bahwa keharusan orangtua tunggal wanita memenuhi semua kebutuhan keluarga, anak, serta kebutuhan dirinya sendiri membuatnya mengalami stres yang lebih besar dibanding dengan ibu yang masih memiliki suami. Penelitian Zanden (dalam Pranandari, 2008) yang membandingkan keluarga dua orangtua dengan keluarga wanita sebagai kepala rumah tangga, ditemukan bahwa wanita sebagai kepala rumah tangga lebih banyak mengalami stress.

Emmerling dan Cherniss (dalam Putri, 2015) berpendapat bahwa kecerdasan emosi memainkan peranan penting dalam karir dan proses pengambilan keputusan dan kecerdasan emosional individu yang berkembang dapat menyebabkan keputusan yang lebih lengkap untuk mendapat hasil yang lebih memuaskan dalam berkarir, nilai – nilai pribadi serta aspirasi – aspirasinya. Goleman (dalam Nova, 2014) mengatakan kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan terhadap frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebihi – lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berfikir dan berempati.

Kecerdasan Emosi memiliki beberapa aspek seperti kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, serta keterampilan sosial, (Goleman, dalam Nova, 2014). Kecerdasan emosi diharapkan mampu menghilangkan stress, depresi, emosi berlebih yang dialami ibu tunggal. Goleman (dalam Saptoto, 2010) mengatakan bahwa salah satu cara untuk menangkal stress meraih sukses adalah dengan memperluas pergaulan sekaligus memperbanyak kawan, apabila pergaulan seseorang luas dan kawannya banyak, maka kemungkinan untuk mendapatkan dukungan sosial dari orang lain akan menjadi semakin besar pada saat dirinya sedang menghadapi masalah.

Hilangnya pasangan yang diakibatkan karena perceraian menimbulkan banyak masalah dalam penyesuaian diri bagi ibu, hal ini lebih menyulitkan secara khusus bagi seorang ibu biasanya mengalami kesepian yang mendalam (Hurlock, dalam Anggraeni dan Nova, 2015). Seperti yang dikatakan oleh Beal (dalam Walsh, 2003) bahwa masalah utama orangtua tunggal wanita adalah tugas yang berlebihan.

Hasil wawancara dengan dua subjek lainnya berinisial MB dan MS mengatakan bahwa di awal menjadi ibu tunggal subjek merasa terbebani karena harus mengurus sendiri keperluan keluarga terutama kebutuhan anak, terkadang kondisi ini membuat subjek merasa pusing. Masalah – masalah yang dihadapi membuat subjek berusaha untuk keluar dari kondisi kesedihan yang dialaminya dengan bekerja, jalan bersama teman, atau mencari hiburan. Hurlock (dalam Anggraeni dan Nova, 2015) menjabarkan masalah yang dihadapi oleh ibu tunggal seperti masalah ekonomi, pengasuhan anak, keluarga, psikologis, serta pemenuhan figur ayah bagi anak. Sarafino (dalam Pranandari, 2008), stres dapat muncul apabila ada tuntutan-tuntutan pada diri seseorang yang dirasa menantang, membebani atau melebihi sumber daya yang dimiliki seseorang.

Keadaan ini tidak dapat dibiarkan berlarut-larut, oleh karena itu, harus dilakukan sesuatu untuk mengatasi stres yang muncul, usaha mengatasi stres ini dikenal dengan istilah *coping* atau strategi penyelesaian masalah. Sarafino (dalam Pranandari, 2008) strategi penyelesaian masalah merupakan usaha yang dilakukan individu untuk mengatasi tuntutan-tuntutan yang menekan atau menimbulkan perubahan emosi.

Menurut Lazarus (dalam Miranda, 2013) terdapat dua strategi penyelesaian masalah, yaitu penyelesaian masalah yang berfokus pada masalah yaitu strategi yang digunakan oleh individu yang menghadapi masalahnya dan berusaha menyelesaikannya. Selanjutnya penyelesaian masalah yang berfokus pada emosi yaitu strategi penanganan stres dimana individu memberikan respon terhadap situasi stres dengan cara emosional, terutama dengan menggunakan penilaian defensif. Perbedaan strategi inilah yang mengelompokkan perilaku-perilaku orang-orang dalam mengatasi stressnya.

Hasil penelitian sebelumnya mengenai strategi menyelesaikan masalah pada ibu yang berperan sebagai orang tua tunggal menunjukkan bahwa semua subjek mempunyai caranya sendiri-sendiri untuk menghadapi permasalahan tersebut, mereka melakukan penyelesaian masalah berfokus pada masalah dan penyelesaian masalah berfokus pada emosi (Cahyono dan Astri, 2014).

Berbeda dengan para peneliti sebelumnya, penelitian ini dilakukan atas dasar fenomena yang telah dipaparkan di atas dan berfokus pada ibu tunggal yang berada pada masa dewasa awal, Peneliti ingin melihat bagaimana gambaran

kecerdasan emosional dan strategi menyelesaikan masalah pada ibu tunggal dewasa awal dalam menjalankan tugas – tugas perkembangannya baik secara pribadi, keluarga, serta bermasyarakat tanpa menghilangkan status dan perannya sebagai ibu tunggal. Untuk mengkaji permasalahan di atas secara empiris, penulis mengambil judul “Kecerdasan Emosional Dan Strategi Menyelesaikan Masalah Pada Orang Tua Tunggal.”

TINJAUAN PUSTAKA

Kecerdasan Emosi

Kecerdasan emosi merupakan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain, memilah – milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan (Salovey dan Mayer, 1993). Goleman (dalam Nova, 2014) kecerdasan emosi merupakan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan terhadap frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebihi - lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berfikir dan berempati.

Goleman (dalam Nova, 2014) mengungkapkan aspek – aspek kecerdasan emosi menjadi lima aspek sebagai berikut:

1. Kesadaran diri, merupakan kemampuan untuk mengetahui apa yang kita rasakan suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri.
2. Pengaturan diri, merupakan kemampuan untuk menangani emosi, sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, mampu pulih kembali dari tekanan emosi.
3. Motivasi, merupakan kemampuan untuk menggunakan hasrat yang paling dalam untuk menuntun kita menuju sasaran, membantu mengambil inisiatif sehingga bertindak efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan.
4. Empati, merupakan kemampuan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam - macam orang.
5. Keterampilan sosial, merupakan kemampuan menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan

cermat membaca situasi, mampu berinteraksi dengan baik, menggunakan keterampilan sosial untuk bekerja sama dalam satu tim.

Menurut Goleman (dalam Nova, 2014) faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi seseorang salah satunya adalah otak. Otak adalah organ yang penting dalam tubuh manusia yang mengatur dan mengontrol seluruh kerja tubuh. Goleman, juga mengatakan faktor dari luar diri individu yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosi adalah sebagai berikut:

1. Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga merupakan sekolah pertama dalam mempelajari emosi. Orang tua adalah subjek pertama yang perilakunya diidentifikasi oleh anak kemudian diinternalisasi yang akhirnya akan menjadi bagian kepribadian anak.

2. Lingkungan non Keluarga

Lingkungan masyarakat dan lingkungan pendidikan merupakan faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi seseorang. Kecerdasan emosi dapat ditingkatkan melalui berbagai macam bentuk pelatihan, misalnya pelatihan asertivitas.

Strategi Penyelesaian Masalah

Menurut Folkman dan Lazarus (dalam Diana dan Listyanti, 2014) strategi penyelesaian masalah didefinisikan sebagai perilaku seseorang yang terus berubah dengan upaya kognitif dan perilaku untuk mengelola tuntutan eksternal atau internal khusus yang dirasa berat atau melebihi sumber daya yang dimiliki. Strategi penyelesaian masalah yang negatif pada diri individu yang bersangkutan memungkinkan munculnya berbagai gangguan, sedangkan strategi penyelesaian masalah yang positif menjadikan individu semakin matang, dewasa dan bahagia dalam menjalani kehidupannya, Kartono (dalam Diana dan Listyanti, 2014).

Menurut teori Richard Lazarus (dalam Diana dan Listyanti, 2014) terdapat dua bentuk strategi penyelesaian masalah, yaitu:

1. Penyelesaian masalah berorientasi pada masalah. merupakan penanganan stres atau penyelesaian masalah yang digunakan oleh individu yang menghadapi masalahnya dan berusaha menyelesaikannya. Carver (dalam Miranda, 2013) aspek-aspek strategi penyelesaian yang berorientasi pada masalah antara lain:
 - a. Keaktifan diri, suatu tindakan untuk mencoba menghilangkan atau mengelabui penyebab

stres atau memperbaiki akibatnya dengan cara langsung.

- b. Perencanaan, memikirkan tentang bagaimana mengatasi penyebab stres antara lain dengan membuat strategi untuk bertindak, memikirkan tentang langkah upaya yang perlu diambil dalam menangani suatu masalah.
 - c. Penekanan kegiatan bersaing, Berusaha menghindari untuk hal yang membuat terganggu oleh peristiwa lain, bahkan membiarkan hal-hal lain terjadi, jika perlu untuk menghadapi stressor.
 - d. Kontrol diri, individu membatasi keterlibatannya dalam aktivitas kompetisi atau persaingan dan tidak bertindak terburu-buru. Menunggu sampai sebuah kesempatan yang tepat untuk bertindak, menahan diri, dan tidak bertindak sebelum waktunya.
 - e. Dukungan sosial instrumental, yaitu mencari dukungan sosial seperti nasihat, bantuan atau informasi.
2. Penyelesaian masalah berorientasi pada emosi, merupakan strategi penanganan stres dimana individu memberikan respon terhadap situasi stres dengan cara emosional. Penyelesaian yang berorientasi pada emosi merupakan strategi yang bersifat internal dengan aspek-aspek berikut ini:
- a. Dukungan sosial emosional, yaitu mencari dukungan sosial melalui dukungan moral, simpati atau pengertian.
 - b. Interpretasi positif, artinya menafsirkan transaksi stres dalam hal positif harus memimpin orang itu untuk melanjutkan secara aktif pada masalah terfokus di tindakan penanggulangan.
 - c. Penerimaan, menerima kenyataan bahwa peristiwa *stress* telah terjadi dan nyata.
 - d. Penolakan, upaya untuk menolak kenyataan peristiwa yang menekan.
 - e. Religiusitas, sikap individu dalam menenangkan dan menyelesaikan masalah secara keagamaan.

Ibu Tunggal

Menurut Qaimi (dalam Diana dan Listyanti, 2014) ibu tunggal adalah suatu keadaan seorang ibu menduduki dua jabatan sekaligus, sebagai ibu yang merupakan jabatan alamiah, dan sebagai ayah. Santrock (dalam Rahma, 2015) mengemukakan bahwa ialah ibu sebagai orangtua tunggal harus menggantikan peran ayah sebagai kepala keluarga, pengambil keputusan, pencari nafkah disamping

perannya mengurus rumah tangga, membesarkan, membimbing dan memenuhi kebutuhan psikis anak.

Sangat penting bagi ibu *single mother* untuk tidak larut dengan masalah yang dihadapi. Hurlock (dalam Anggraeni dan Nova, 2015) menjabarkan masalah yang dihadapi oleh ibu tunggal akibat perceraian:

1. Masalah ekonomi, setelah bercerai, ibu akan mengalami kurangnya pendapatan keluarga. biasanya mereka tidak dapat memperoleh pendapatan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarganya.
2. Masalah praktis, ibu tunggal mencoba untuk menjalankan hidup rumahtangga sendirian, setelah terbiasa dibantu oleh pasangan.
3. Masalah psikologis, ibu cenderung merasa tidak menentu dan identitasnya kabur setelah terjadi perceraian.
4. Masalah pengasuhan anak, perceraian akan membuat anak menjadi bingung, depresi dan murung. Perebutan anak hendaknya tidak dilakukan berkepanjangan, serta jangan menunjukkan emosional orangtua dihadapan anak.
5. Masalah keluarga, ibu tunggal harus memainkan peran ganda yaitu sebagai ayah dan ibu, selain itu juga harus menghadapi masalah yang berhubungan dengan anggota keluarga dari pihak suami.
6. Sulitnya memenuhi figur ayah bagi anak, figur seorang ayah ini harus tetap terpenuhi agar pertumbuhan fisik dan psikis anak berjalan dengan baik. Ibu harus bisa menjaga pertemanan dan menjaga tali silaturahmi yang baik dengan mantan suami. Dengan demikian anak akan tetap memiliki figur orangtua yang utuh, meski kedua orangtuanya telah bercerai.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Menurut Creswell (2010) penelitian kualitatif adalah suatu penelitian untuk memahami masalah-masalah manusia atau sosial dengan menciptakan gambaran menyeluruh dan kompleks yang disajikan dengan kata-kata, melaporkan pandangan terinci dari para sumber informasi serta dilakukan dalam latar belakang alamiah. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah fenomenologi, dipilihnya pendekatan kualitatif fenomenologi dalam penelitian ini dikarenakan peneliti bertujuan untuk memahami pengalaman-pengalaman apa yang dialami oleh subjek di dalam kehidupan ini,

terutama mengenai status ibu tunggal yang sedang dijalani. data yang diperlukan dalam penelitian ini akan diperoleh dari berbagai sumber data yaitu :

1. Informan primer yaitu ibu tunggal yang bertempat tinggal di wilayah Samarinda.
2. Informan sekunder yaitu keluarga terdekat subjek.

Jumlah keseluruhan subjek penelitian berjumlah tiga orang dengan disertai masing – masing 1 orang informan. Secara khusus, subjek penelitian yang terlibat dalam penelitian ini memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Berstatus ibu tunggal karena perceraian. Karena alasan yang pertama adalah periode penyesuaian terhadap perceraian lebih lama dan sulit bagi anak. Kedua, perceraian akan membuat anak menjadi berbeda dimata teman sebaya (Hurlock, dalam Anggraeni dan Nova 2015)
2. Berada pada masa dewasa awal berusia 20 - 40 tahun. Berkaitan dengan tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa awal (Hurlock, dalam Anggraeni dan Nova, 2015).
3. Tidak ada gangguan komunikasi (untuk kepentingan wawancara). Bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian secara utuh.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dari ketiga subjek, mereka berusaha untuk mampu bertahan dan menerima kondisi yang mereka alami apa adanya, selain itu ketiga subjek terus berusaha untuk menjalankan perannya sebagai ayah sekaligus ibu bagi anak-anaknya. Ketiga subjek memiliki harapan akan masa depan yang lebih baik, memiliki cita-cita, dan mereka memiliki potensi yang dapat dikembangkan. Begitu pula dengan pernyataan ketiga subjek NE, MB, MS yang berusaha untuk menjalankan perannya sebagai orang tua tunggal.

Masalah yang dihadapi oleh subjek NE yaitu seperti masalah ekonomi, terlilit hutang piutang, pengasuhan dan pendidikan anak, emosi terhadap mantan suami, kondisi pra dan pasca melahirkan, serta perspektif lingkungan sekitar. Kemudian masalah yang dialami subjek MB seperti masalah ekonomi, kondisi emosi terhadap suami dan pihak keluarganya, psikologis, perspektif lingkungan sekitar, pengasuhan anak. Adapun masalah yang dialami subjek MS seperti masalah ekonomi, pengasuhan anak, kondisi emosi terhadap mantan suami dan keluarganya, perspektif orang sekitar lingkungan.

Menurut Davidson (dalam Nur, 2014) Jika dilihat berdasarkan gender, perempuan lebih sering mengalami stres dibandingkan laki-laki dan stres berdampak lebih besar terutama jika menyangkut peristiwa kehidupan yang besar. Goleman (dalam Nova, 2014) Perubahan dan tekanan hidup yang berlangsung begitu intens dan cepat, menjadikan seorang ibu tunggal perlu mengembangkan kemampuan dirinya sedemikian rupa untuk mampu melewati itu semua secara efektif, untuk mampu menjaga kesinambungan hidup yang optimal, maka kebutuhan akan kecerdasan emosi sungguh menjadi semakin tinggi.

Menurut Goleman (dalam Nova, 2014) kecerdasan emosi merupakan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan terhadap frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebihi - lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berfikir dan berempati. Kecerdasan emosional yang dialami ketiga subjek memiliki perbedaan, sebagaimana pada aspek – aspek kecerdasan emosi yaitu kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, serta keterampilan sosial.

Hasil penelitian diatas memberikan kesimpulan bahwa subjek NE dan MS memiliki kecerdasan emosional yang lebih baik dibandingkan dengan MB, hal ini didasarkan karena adanya faktor eksternal dan faktor internal yang mempengaruhi kecerdasan emosional subjek NE dan MS. Sebagaimana faktor eksternal pada subjek NE yang terus mendapatkan dukungan, nasehat, dan moral dari kedua orang tuanya, sedangkan faktor internal subjek NE adalah adanya keinginan yang kuat untuk membuktikan bahwa dirinya mampu hidup mandiri dalam membina keluarga kecilnya meskipun tanpa adanya seorang suami. Faktor eksternal pada subjek MS adalah adanya keinginan untuk saling berbagi, sering berinteraksi dengan sesama orang tua tunggal lainnya, sehingga mampu mengubah pola pikirnya menjadi lebih positif dan mampu menghargai kehidupan orang lain. Berbeda dengan subjek MB yang cenderung untuk menahan emosinya seorang diri, serta menutup diri dari interaksi dan nasehat dari orang lain.

Mengenai strategi penyelesaian masalah yang dilakukan ketiga subjek dapat ditarik kesimpulan bahwa ketiga subjek lebih fokus pada penyelesaian masalah berorientasi pada masalah, hal ini dikarenakan ketika menghadapi masalah seperti masalah ekonomi, ketiga subjek secara aktif

berupaya untuk segera menyelesaikan sumber masalah tersebut dengan tetap bekerja mencari nafkah untuk keluarganya, meskipun kondisi emosional ketiga subjek sedang terguncang mereka tetap fokus memenuhi kebutuhan keluarganya. Selanjutnya ketiga subjek mampu menahan masalah emosionalnya demi memenuhi keinginan anak, akan tetapi setiap subjek memberikan reaksi yang berbeda-beda dalam mengatasi masalah yang dihadapi, tergantung pada pengetahuan, pengalaman dan persepsi subjek yang dimiliki.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Perceraian pada wanita *single parent* menimbulkan masalah ekonomi, praktis, emosional, sosial, seksual, perubahan konsep diri, sulit memenuhi Figur ayah. Dampak perceraian ini berbeda terhadap masing-masing subjek
2. Gambaran kecerdasan emosi sebagaimana pada subjek NE dan subjek MS menyadari adanya rasa marah, sedih, bingung, kecewa membuat kedua subjek merasa terpuruk di awal perceraianya, namun kedua subjek mulai menerima status serta kenyataan hidupnya yang baru dan tetap berusaha untuk menjalin interaksi dengan orang lain, saling berbagi pengalaman dengan orang tua tunggal lainnya. Kemudian pada subjek MB menyadari adanya rasa marah, sedih, bingung, kecewa, namun subjek MB cenderung menutup diri dan berusaha untuk menyelesaikan masalahnya seorang diri.
3. Ketiga subjek lebih fokus pada penyelesaian masalah berorientasi pada masalah, hal ini dikarenakan ketika menghadapi masalah ekonomi, ketiga subjek secara aktif berupaya untuk segera menyelesaikan sumber masalah tersebut dengan tetap bekerja mencari nafkah untuk keluarganya, meskipun kondisi emosional ketiga subjek sedang terguncang mereka tetap fokus memenuhi kebutuhan keluarganya.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi subjek penelitian diharapkan agar bisa selalu menjadi pribadi yang positif dan tegar

dalam menghadapi semua cobaan hidup. Belajar untuk membuka diri agar lebih mudah mendapatkan dukungan dari orang lain.

2. Bagi keluarga subjek agar dapat memberikan dukungan berupa nasehat, perhatian, dan moral, serta berusaha untuk lebih peka dalam memahami kondisi kehidupan orang tua tunggal.
3. Bagi penelitian selanjutnya, agar dapat melakukan penelitian dari sudut pandang seperti faktor apa saja yang mempengaruhi kecerdasan emosi orang tua tunggal, seberapa besar pengaruh dukungan bagi orangtua tunggal dalam menyelesaikan masalah.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, N., & Nova, A. S. (2015). Strategi Bertahan Hidup Dari Ibu Tunggal Pedagang Kelas Menengah Di Surabaya. *Kajian Moral dan Kewarganegaraan*, Vol. 01, No. 03, Hal. 286-300. Diakses pada tanggal 27 September 2016
- Bell, R. (1991). *Marriage and family interaction*. 3rd edition. Illionis: The Dorsey Press.
- Cahyono, R., & Astri, T. P. (2014). Coping Pada Ibu Yang Berperan Sebagai Orangtua Tunggal Pasca Kematian Suami. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, Vol. 3, No. 1. Diakses pada tanggal 16 September 2015
- Creswell, J. W. (2010). *Research Design: Quantitative And Qualitative Approach*. London: Sage.
- Diana, T., & Listyanti, E. (2014). Regulasi Emosi Pada Ibu Single Parent. *Jurnal Psikologi Integratif*, Vol. 2, No. 1, Juni 2014, Hal. 86 – 92.
- Kusuma, A. R., Adriansyah, M. A., & Prastika, N. D. (2013). Pengaruh Daya Juang, Kecerdasan Emosional, dan Modal Sosial Terhadap Organizational Citizenship Behavior Dengan Persepsi Keadilan Organisasi Sebagai Variabel Moderasi. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 2(2), 100-116.
- Kotwal, N., & Prabhakar, B. (2009). Problem faced by single mother. *Journal of Social Science*, 21 (3), 197-204.
- Miranda, D. (2013). Strategi Coping dan Kelelahan Emosional Pada Ibu Yang memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *eJournal Psikologi*, Vol. 1, No. 2, Hal. 133-145.
- Nur, A. K. (2014). Stres Ibu Tunggal Yang Memiliki Anak Autis. *Jurnal Psikologi*, Vol.

- 2, No. 7. Diakses pada tanggal 9 Oktober 2016
- Nova, A., Edy, S., & Nyoman, T. H. (2014). Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Minat Membaca Terhadap Tingkat Pemahaman Akuntansi Dengan Kepercayaan Diri Sebagai Variabel Moderasi. *E-Jurnal SI Ak*, Vol 2, No. 1. diakses pada tanggal 25 September 2015
- Pranandari, K. (2008). Kecerdasan Adversitas Ditinjau Dari Pengatasan Masalah Berbasis Permasalahan Dan Emosi Pada Orangtua Tunggal Wanita. *Jurnal Psikologi*, Vol. 1, No. 2. diakses pada tanggal 25 September 2015
- Putri, W. A. (2015). “Analisis Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Perencanaan Karir Individual Pada Wanita Yang Memiliki Konflik Peran Ganda”.Vol. 4,No.1.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1993). “The Intellegence of Emotional Intellegence”. *Journal of Educational Psychology*, 17, 433-442.
- Saptoto, R. (2010). Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kemampuan Coping Adaptif. *Jurnal Psikologi*. Vol: 37, No. 1, 13 – 22.