

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Tinjauan Pustaka**

##### **1. Resiliensi**

###### **a. Pengertian Resiliensi**

Resiliensi merupakan kemampuan individu ataupun keluarga untuk menyesuaikan diri, bertahan dan bangkit dari penderitaan atau permasalahan yang menimpa hidupnya dengan mengandalkan kekuatan dari dalam diri yang dimiliki untuk mencapai tujuan hidup yang lebih baik. Kemampuan resiliensi pada diri seseorang juga tidak terlepas dari faktor resiko dan faktor protektif yang mempengaruhinya dari lingkungan untuk meningkatkan resiliensi. Setiap individu juga memiliki kemampuan resiliensi yang berbeda agar dapat mengembangkan diri menjadi lebih baik (dalam Fernandez & Sudagijono, 2018).

Menurut pendapat Windle, Bennert, dan Noyes (dalam Mir'atannisa et al., 2019) resiliensi juga dapat dikatakan sebagai proses dinamis dimana individu mampu menunjukkan kemampuan adaptif yang positif meskipun mengalami trauma ataupun kesulitan-kesulitan yang cukup signifikan. Resiliensi juga dapat digunakan sebagai ukuran kemampuan untuk mengatasi stres. Resiliensi juga berguna dan berasal dari dalam individu, kehidupan pribadi mereka, dan lingkungan sekitar yang memfasilitasi kapasitas untuk beradaptasi dan memulai kembali.

Definisi lain mengenai resiliensi yaitu kemampuan adaptasi yang positif untuk membantu individu mengatasi kesulitan, kehilangan, maupun kesengsaraan dalam hidup sehingga individu mampu bangkit dan berkembang, serta dapat menghadapi tantangan yang baru (dalam Mir'atannisa et al., 2019).

Berdasarkan pengertian menurut beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif guna membantu individu untuk mengatasi kesulitan dan memulai kembali menjalani kehidupan.

b. Aspek Resiliensi

Menurut Reivich & Shatte (dalam Sari & Wahyuliarmy, 2021) terdapat tujuh aspek yang mendukung individu dalam membentuk resiliensi, yaitu :

1) Regulasi Emosi (*Emotion Regulation*)

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu untuk bersikap tetap tenang dibawah kondisi atau keadaan yang menekan. Dua hal yang diungkapkan oleh Reivich & Shatte terkait dengan keterampilan yang berfungsi untuk memudahkan individu untuk melakukan regulasi emosi, yaitu tenang dan fokus.

2) Pengendalian Impuls (*Impuls Control*)

Pengendalian Impuls adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri individu tersebut.

3) Optimis (*Optimisme*)

Individu yang mampu resilien merupakan individu yang optimis. Optimis adalah ketika individu mampu melihat bahwa masa depan cemerlang dan optimis yang dimiliki individu menandakan individu tersebut percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi permasalahan yang mungkin terjadi di masa depan.

4) *Causal Analysis*

*Causal Analysis* merupakan kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang sedang dihadapi.

5) Empati (*Empath*)

Empati sangat erat hubungannya dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional.

6) *Self-Efficacy*

*Self-Efficacy* merupakan hasil representasi sebuah keyakinan bahwa individu mampu memecahkan masalah yang dialaminya dan mampu untuk mencapai kesuksesan. *Self-Efficacy* juga merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi.

7) *Reaching Out*

Resiliensi merupakan kemampuan individu meraih aspek positif dari kehidupan setelah terjadinya permasalahan yang menimpa.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti memilih menggunakan aspek resiliensi menurut Reivich & Shatte untuk mengungkap resiliensi pada *single mother* yang memiliki balita. Peneliti memilih aspek resiliensi tersebut dengan alasan aspek-aspek tersebut menjelaskan secara lengkap dan rinci.

c. Tahapan Proses Resiliensi

Menurut O'Leary dan Ickovics (dalam Coulson, 2006), individu yang menghadapi situasi penuh tekanan (significant adversity) dapat mengalami empat kemungkinan tahapan, yaitu :

1) Mengalah (*Scrumbing*)

Pada tahap ini, individu mengalami penurunan kondisi hingga memilih menyerah dalam menghadapi masalah atau tekanan yang dialaminya. Tahap ini menggambarkan keadaan ketika seseorang berada dalam keterpurukan yang berat, sehingga berpotensi menimbulkan dampak negatif seperti stres, depresi, perilaku menyimpang, bahkan pada kondisi ekstrem dapat berujung pada tindakan bunuh diri.

2) Bertahan (*Survival*)

Tahap ini menunjukkan kondisi individu yang tenggelam dalam kemalangan sehingga mengalami hambatan dalam memulihkan fungsi psikologis maupun emosi positif. Tekanan dari pengalaman yang dialami menyebabkan individu gagal kembali berfungsi secara normal.

3) Pemulihan (*Recovery*)

Pada tahap ini, individu mulai menunjukkan perkembangan positif dalam menghadapi masalah dan tekanan. Meskipun masih menyisakan dampak dari perasaan negatif, mereka perlahan mampu bangkit, memulihkan fungsi psikologis dan emosi positif, serta berkembang ke arah yang lebih baik. Dengan demikian, individu dapat kembali menjalani aktivitas sehari-hari dan memperlihatkan dirinya sebagai pribadi yang resilien.

4) Berkembang Pesat (*Thriving*)

Tahap ini menggambarkan kondisi ketika individu mengalami pertumbuhan yang signifikan, berhasil bangkit dari kesulitan atau permasalahan yang dialaminya. Pengalaman tersebut justru membekali individu dengan

kemampuan menghadapi tekanan, bahkan menjadikan tantangan hidup sebagai sarana untuk berkembang menjadi pribadi yang lebih baik.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat 4 tahapan proses resiliensi, yaitu mengalah (*scrubbing*), bertahan (*survival*), pemulihan (*recovery*), dan berkembang pesat (*thriving*).

d. Faktor-Faktor Resiliensi

Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi menurut Barankin & Khanlou (dalam Khanlou & Wray, 2014) di antaranya yaitu faktor individual, faktor keluarga, dan faktor lingkungan sosial.

1) Faktor individual

Faktor individual memerlukan suatu karakter, kekuatan belajar, konsep diri, emosi, cara berpikir, keterampilan adaptif, dan keterampilan sosial. Kombinasi dari setiap sifat individu dan pengalaman belajar yang diperoleh melalui interaksi dan peluang yang diberikan oleh keluarga, sekolah, dan masyarakat membantu membentuk resiliensi individu. Selain itu, resiliensi individu juga dapat terbentuk melalui keberhasilan transisi dari setiap fase perkembangan.

2) Faktor keluarga

Kekuatan yang dimiliki oleh setiap keluarga dan tantangan yang dihadapinya akan selalu berubah seiring waktu. Faktor keluarga memiliki keterkaitan dengan faktor individu dan dipengaruhi oleh faktor-faktor lingkungan, yang mana akan berdampak pada resiliensi masing-masing anggota keluarga dan keluarga secara keseluruhan. Faktor keluarga mencakup kasih sayang, komunikasi, hubungan orangtua, pola asuh, dan dukungan di luar keluarga.

3) Faktor lingkungan sosial

Faktor lingkungan sosial mempengaruhi faktor resiliensi individu dan keluarga. Faktor lingkungan sosial di antaranya terdapat gagasan keadilan terkait kesempatan, keadilan sosial, dan saling menghormati untuk semua melalui praktik, kebijakan, dan hukum (dalam Barankin dan Khanlou, 2007). Faktor lingkungan sosial memerlukan

kondisi sosial serta keterlibatan individu dalam lingkungan sosialnya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi juga dikemukakan oleh Everal, et al (dalam Sari & Wahyuliarmy, 2021) dimana faktor tersebut terbagi menjadi 3 kategori, yaitu faktor individual, faktor keluarga dan faktor komunitas.

a) Faktor Individual

Faktor individual yang mempengaruhi resiliensi meliputi kemampuan kognitif, konsep diri, harga diri, dan kompetensi sosial yang dimiliki oleh individu tersebut.

b) Faktor Keluarga

Faktor keluarga meliputi dukungan orang tua, yaitu bagaimana orangtua memperlakukan anak. Ketertarikan emosional dan batin para anggota keluarga juga sangat berpengaruh dalam dukungan terhadap anggota keluarga yang sedang mengalami musibah.

c) Faktor Komunitas

Dua hal yang dapat mempengaruhi komunitas menurut pendapat Delgado (dalam Sari & Wahyuliarmy, 2021) yaitu :

(1) Gender

Gender memberikan kontribusi bagi resiliensi individu. Resiko terhadap tekanan emosional, perlindungan terhadap situasi yang mengandung resiko, dan juga respon terhadap kesulitan yang dihadapi dipengaruhi oleh gender.

(2) Keterkaitan dengan Kebudayaan

Keterkaitan dengan Kebudayaan meliputi keterlibatan seseorang dalam aktivitas-aktivitas terkait dengan budaya setempat. Resiliensi dipengaruhi secara kuat oleh kebudayaan, baik sikap yang diyakini dalam budaya, nilai-nilai, dan standar kebaikan dalam suatu masyarakat.

Pendapat Grotberg (dalam Hendriani, 2018) faktor yang mempengaruhi resiliensi adalah sebagai berikut :

(a) *I Have*

*I Have* merujuk pada dukungan yang diterima individu dari lingkungan sekitarnya, seperti adanya hubungan yang baik dengan keluarga maupun orang lain, serta dorongan yang membantu individu untuk mandiri dan mampu mengambil keputusan berdasarkan inisiatif sendiri.

(b) *I Am*

*I Am* merupakan kekuatan internal individu yang meliputi perasaan, sikap, serta rasa percaya diri yang disertai empati dan kepedulian terhadap orang lain. Individu yang resilien, ketika menghadapi masalah, akan memiliki keyakinan diri yang tinggi untuk menyelesaikan persoalan dengan penuh tanggung jawab, serta menunjukkan kemandiriannya.

(c) *I Can*

*I Can* merujuk pada keterampilan individu dalam membangun hubungan sosial dan interpersonal. Aspek ini mencakup kemampuan berkomunikasi secara efektif, menyelesaikan masalah, mengelola emosi, memahami perasaan diri sendiri maupun orang lain, serta membangun relasi yang didasari rasa saling percaya.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti memilih menggunakan faktor resiliensi menurut Grotberg (dalam Hendriani, 2018) untuk mengungkap resiliensi pada *single mother*. Peneliti memilih faktor resiliensi tersebut dengan alasan faktor-faktor tersebut menjelaskan faktor penyebab resiliensi secara lengkap, jelas dan mudah dipahami, sehingga diharapkan resiliensi pada *single mother* yang memiliki balita dapat diketahui secara maksimal.

## 2. *Single Mother* yang Memiliki Balita

### a. *Single Mother*

#### 1) Pengertian *Single Mother*

Menurut Hamer dan Turner (dalam Aprilia, 2013) bahwa suatu keluarga dianggap sebagai keluarga orang tua tunggal bila hanya ada satu orang tua yang tinggal bersama anak-anaknya dalam satu rumah. Orangtua tunggal, atau khususnya ibu disebut sebagai *single mother* apabila ia sudah tidak lagi hidup bersama suaminya, dan pengasuhan anak seluruhnya menjadi tanggung jawab sang ibu sendiri. Keadaan ini bisa tercipta akibat perceraian maupun kematian sang suami.

Menurut Papalia (dalam Maulida & La Kahija, 2015) *single mother* adalah wanita yang ditinggalkan oleh suami atau pasangan hidupnya baik karena terpisah, bercerai, atau meninggal dunia yang kemudian memutuskan untuk tidak menikah dan membesarkan anak-anaknya seorang diri.

*Single mother* merupakan seorang ibu yang memiliki peran ganda yaitu mengurus rumah tangga, membesarkan, merawat dan bertanggungjawab atas kebutuhan psikis anak, serta menggantikan peran ayah sebagai orangtua tunggal dan juga berperan sebagai kepala keluarga yang mengambil keputusan dan juga memberi nafkah (Santrock ; (dalam Larasati et al., 2022)).

Berdasarkan pendapat para tokoh diatas dapat disimpulkan bahwa *single mother* merupakan seorang wanita yang ditinggalkan oleh suami akibat perceraian ataupun meninggal dunia dan memiliki peran ganda sebagai ibu sekaligus ayah bagi anak-anaknya.

#### 2) Faktor-Faktor Penyebab *Single Mother*

Menurut Surya (2003) ada beberapa hal yang menyebabkan terjadinya *single mother*, antara lain :

- a) Perceraian
- b) Suami meninggalkan keluarga atau rumah
- c) Suami meninggal dunia

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penyebab menjadi *single mother* adalah perceraian,

suami meninggalkan keluarga atau rumah, dan suami meninggal dunia.

### 3) Permasalahan *Single Mother*

Menurut Bronstein & Cowan (dalam Winda, 2016) berbagai masalah yang biasanya dapat menjadi stressor dalam kehidupan *single mother*, yaitu sebagai berikut :

#### a) Masalah Pengasuhan Anak

Permasalahan dalam membesarkan anak juga dialami oleh *single mother*. Pertanyaan utama yang muncul adalah apakah anak-anak akan terpengaruh karena dibesarkan dalam keluarga dengan hanya satu orang tua. Beberapa isu terkait dengan pengasuhan anak meliputi cara menghadapi proses kehilangan yang dialami oleh anak, proses identifikasi seksual, penyesuaian diri, dan pola asuh yang sesuai. Berbagai masalah yang timbul dari anak menimbulkan tekanan pada *single mother*, yang pada saat yang sama sedang berjuang mengatasi rasa kehilangan. Ini merupakan tantangan tersendiri bagi seorang *single mother*.

#### b) Masalah Tekanan Sosial

Permasalahan tekanan sosial terkait dengan bagaimana lingkungan memandang *single mother*. Para *single mother* juga merasakan kebutuhan akan pasangan hidup, namun mereka terhalang oleh pertanyaan apakah calon pasangan mereka mau dan mampu mengambil peran sebagai ayah bagi anak-anak mereka. Tekanan sosial juga melibatkan pandangan masyarakat yang masih bercabang terhadap peran ibu sebagai orang tua tunggal. Mereka dihormati sebagai pahlawan karena kemampuan dan kesediaannya mengambil peran tersebut di satu sisi, tetapi di sisi lain, masyarakat juga meragukan kemampuan mereka dalam membesarkan anak dan mengelola rumah tangga.

#### c) Masalah Ekonomi

Yang menjadi permasalahan ekonomi bagi ibu sebagai orang tua tunggal adalah pekerjaan dan pendapatan yang dimiliki sebagai orang *single mother*



harus dapat memenuhi berbagai kebutuhan hidup keluarga beserta anak-anaknya.

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa menjadi seorang *single mother* memiliki 3 permasalahan yang harus dihadapi, permasalahan tersebut meliputi pengasuhan anak, tekanan sosial, dan juga ekonomi.

## **b. Balita**

### **1) Pengertian Balita**

Balita merupakan sekelompok individu dari suatu penduduk yang berada dalam rentan usia tertentu. Usia balita dapat dikelompokkan menjadi tiga golongan yaitu golongan usia bayi (0-2 tahun), golongan batita (2-3 tahun), dan golongan prasekolah (3-5 tahun). Adapun menurut WHO, kelompok balita adalah 0-60 bulan (dalam Adriani & Wijatmadi, 2014). Pendapat lain mengenai balita juga diungkapkan oleh Prasetyawati (2011) yang menyatakan bahwa masa balita merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang manusia dikarenakan tumbuh kembang berlangsung cepat. Perkembangan dan pertumbuhan di masa balita menjadi faktor keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak di masa mendatang.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa balita merupakan sekelompok individu dari rentang usia 1 sampai 5 tahun dan merupakan periode penting dalam proses perkembangan dan pertumbuhan manusia.

### **2) Karakteristik Perkembangan Anak Balita**

Usia balita merupakan masa yang sangat fundamental bagi perkembangan seorang anak, dimana pada masa ini proses perkembangan berjalan dengan pesat. Pada masa ini merupakan periode sensitif (*sensitive periods*), karena selama masa inilah anak secara khusus mudah menerima stimulus-stimulus dari lingkungannya. Pada masa ini anak mulai melakukan berbagai kegiatan dalam rangka memahami dan menguasai lingkungannya serta merupakan masa keemasan. Usia keemasan dimana anak mulai peka untuk menerima berbagai stimulasi dan berbagai upaya pendidikan dari lingkungannya baik

disengaja maupun tidak disengaja. Pada masa peka inilah terjadi pematangan fungsi-fungsi fisik dan psikis sehingga anak siap merespon dan mewujudkan semua tugas-tugas perkembangan yang diharapkan muncul pada pola perilakunya sehari-hari. Proses perkembangan pada masa usia balita, berjalan dengan pesat (Masdudi, 2016)

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa usia balita adalah masa yang sangat penting dalam perkembangan seorang anak. Selama masa ini, terjadi pematangan fungsi-fungsi fisik dan psikis, sehingga anak siap merespon dan memenuhi tugas-tugas perkembangan yang diharapkan, yang tercermin dalam pola perilakunya sehari-hari.

## **B. Dinamika Topik Penelitian**

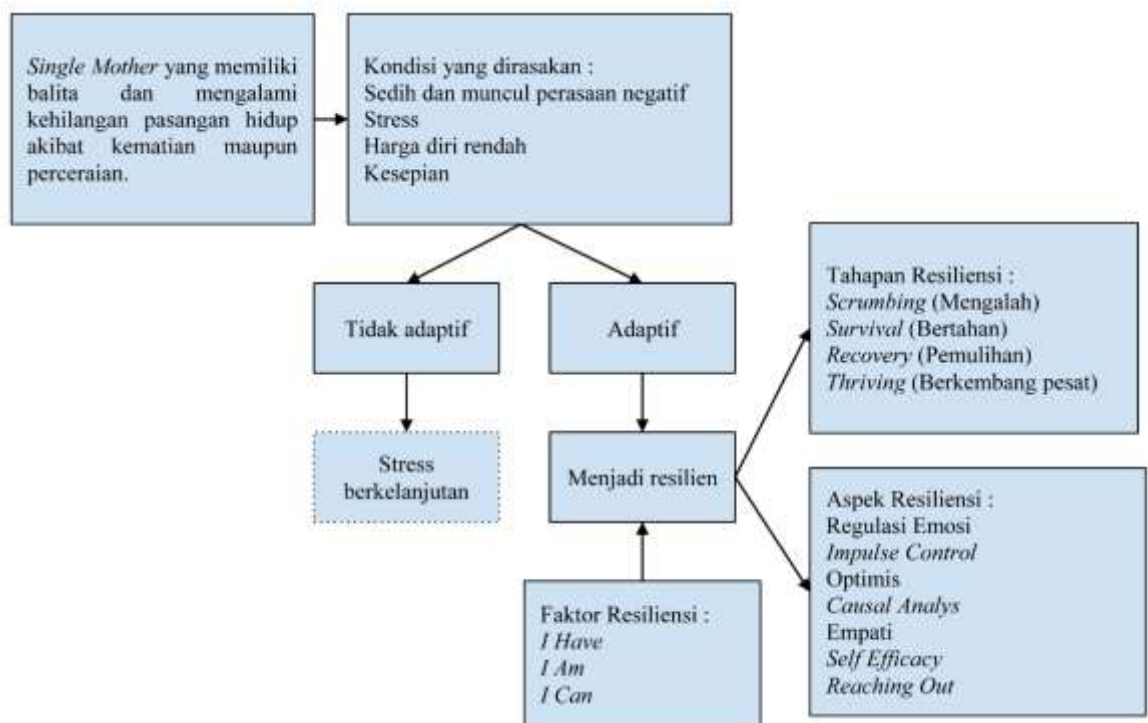
Resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan, bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya (Reivich & Shatte ; (dalam Kirana, 2016)). Resiliensi merupakan hasil dari kekuatan yang ada pada diri individu sehingga mampu beradaptasi terhadap kondisi yang tidak menyenangkan (Wagnild & Young ; (dalam Octaryani & Baidun, 2017)).

Menurut Grotberg (Desmita, 2006) resiliensi merupakan kemampuan atau kapasitas insani yang dimiliki seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkannya untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, atau bahkan mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi. Sedangkan menurut Rutter (2006) menyatakan bahwa resiliensi sebagai ketahanan yang merupakan sebuah konsep interaktif yang mengacu pada resistensi yang relatif terhadap pengalaman risiko lingkungan atau mengatasi stress atau kemalangan. Menurut Connor dan Davidson (2003) menyatakan resiliensi sebagai suatu karakteristik multidimensional yang bervariasi terhadap konteks, waktu, usia, jenis kelamin, dan budaya asal, serta karakteristik dalam diri.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan individu, kelompok, atau masyarakat untuk

mengatasi, beradaptasi, dan bertahan terhadap kejadian yang berat, tekanan, atau trauma dalam kehidupan mereka. Konsep ini menekankan pada kekuatan internal yang dimiliki individu untuk menghadapi kondisi yang tidak menyenangkan dan mengubahnya menjadi pengalaman yang dapat diatasi. Resiliensi juga mencakup ketahanan terhadap pengalaman risiko lingkungan atau stress, serta bersifat multidimensional yang dapat bervariasi sesuai dengan konteks, waktu, usia, jenis kelamin, dan budaya individu. Dengan demikian, resiliensi bukan hanya tentang bertahan atau melewati masa sulit, tetapi juga tentang kemampuan untuk tumbuh dan berkembang meskipun menghadapi tantangan.

### C. Kerangka Berpikir



Gambar 1. Kerangka Berpikir

### D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti terkait dengan resiliensi seorang *single mother* karena perceraian ataupun kematian pasangan hidup dan masih memiliki anak balita. Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Bagaimanakah gambaran resiliensi pada *single mother* yang memiliki anak balita?”.