

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Jumlah perceraian di Indonesia secara keseluruhan mengalami peningkatan, baik cerai mati maupun cerai hidup. Menurut Badan Pusat Statistik (2023), perceraian hidup yang terjadi di Indonesia pada tahun 2021 adalah sebanyak 447.743 orang dan meningkat pada tahun 2022 menjadi 448.126 orang. Menurut data dari Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil, persentase penduduk Indonesia yang berstatus cerai mati pada tahun 2021 adalah 4,06% dan meningkat pada tahun 2022 menjadi 4,17% (Kusnandar, 2022; Kusnandar, 2022). Peningkatan jumlah cerai hidup dan cerai mati juga terjadi di Provinsi Sumatera Barat. Pada tahun 2021, terdapat 1,51% penduduk yang cerai hidup dan 4,43% penduduk yang cerai mati, kemudian terus meningkat hingga pada tahun 2024 terdapat 1,74% penduduk yang cerai hidup dan 4,92% penduduk yang cerai mati (Kusnandar, 2022; Fadhlurrahman, 2024). Data tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan jumlah cerai hidup dan cerai mati di Provinsi Sumatera Barat terutama paling banyak terjadi di Kota Padang.

Perceraian yang terjadi pada individu, baik cerai mati maupun cerai hidup menyebabkan individu menjadi *single parent* terutama pada wanita sehingga menyebabkan lebih banyak anak yang tinggal dengan ibu kandung daripada ayah kandung (Berk, 2017; Pujihasvuty dkk., 2021). Hal tersebut sesuai hasil riset oleh BPS, yaitu pada tahun 2018 terdapat 8,3% anak dari

orang tua tunggal yang tinggal bersama ibu kandungnya sedangkan 2,5% anak tinggal bersama ayah kandungnya (Lidwina, 2023). Selain itu, persentase wanita dengan status cerai hidup dan cerai mati yang tidak menikah kembali lebih tinggi dibandingkan pria, yaitu 10,2% wanita dan 2,66% pria berstatus cerai mati serta 2,58% wanita dan 1,66% pria berstatus cerai hidup (Jayani, 2021). Wanita *single parent* yang ditinggal pasangan karena perceraian ataupun kematian sehingga memiliki peran ganda disebut sebagai *single mother* (Sari dkk., 2019; Iganningrat & Eva, 2021).

*Single mother* mengalami tantangan dalam melakukan pengasuhan anak karena memiliki peran ganda sebagai ibu dan ayah sehingga harus dapat melengkapi masing-masing peran dari orang tua (Febrianto, 2021). Dibandingkan dengan *single father*, *single mother* cenderung kesulitan dalam menyeimbangkan tantangan peran ganda dan mengalami perasaan negatif ketika memiliki peran ganda (Simamora & Lidiawati, 2023; Arini dkk., 2024). Peran ibu pada *single mother* adalah mendidik, merawat, mengasuh anak, memberikan kasih sayang, perhatian, dan dukungan emosional sedangkan peran ayah yang harus dilakukan oleh *single mother* adalah melindungi, menjadi kepala keluarga, memenuhi kebutuhan ekonomi, memberikan tindak disiplin, bimbingan, dan pendampingan (Estonia & Astuti, 2024; Ntoma & Kusmawati, 2024). Dalam menjalankan peran pengasuhan, *single mother* mengalami kesulitan untuk berperan ganda memberikan figur ibu sekaligus ayah kepada anak serta merasa bahwa mereka tidak sanggup untuk menggantikan figur ayah (Febrianto, 2021; Simamora & Lidiawati, 2023).

Tantangan pada *single mother* menjadi bertambah ketika anak memasuki usia *middle childhood*. Anak usia *middle childhood* merupakan anak yang berada pada rentang usia 6 hingga 11 tahun (Papalia dkk., 2009). Dibandingkan dengan anak usia *early childhood*, anak usia *middle childhood* mulai memahami realitas dunia dan perkembangan lebih kompleks, yaitu pada akademik, sosial, emosional, dan moral sehingga membutuhkan arahan dari orang tua (Brooks, 2013). Dibandingkan dengan usia remaja yang telah mengembangkan kemampuan otonomi, anak usia *middle childhood* belum sepenuhnya mandiri sehingga lebih membutuhkan peran orang tua (Berk, 2017). Pada usia ini, anak dan orang tua mengembangkan koregulasi sehingga anak dapat membuat keputusan, tetapi tetap dalam pengawasan dan pantauan orang tua (Brooks, 2013; Berk, 2017). Anak *middle childhood* membutuhkan peran orang tua untuk mendampingi mereka karena anak cenderung ceroboh dalam melakukan tindakan tanpa memikirkan risiko yang akan terjadi (Tamba, 2021). Hal tersebut menunjukkan bahwa anak usia *middle childhood* membutuhkan pengasuhan yang tepat dan sesuai dengan tahap perkembangan mereka, tetapi *single mother* mengalami berbagai tantangan dalam memberikan pengasuhan pada anak.

Tantangan pertama yang dialami oleh *single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood* adalah mengalami tantangan finansial karena berjuang seorang diri dalam mencari nafkah. Anak usia *middle childhood* telah memasuki usia sekolah sehingga membutuhkan biaya yang tinggi (Berk, 2017; Brooks, 2013). Anak usia *middle childhood* masih bergantung pada orang tua

dibandingkan dengan usia remaja yang telah memiliki kemampuan kognitif dan afektif sosial yang matang sehingga memahami kesulitan finansial yang dialami orang tua (Berk, 2017; Miller dkk., 2025). Tantangan finansial yang dialami oleh *single mother* adalah kesulitan dalam mendapatkan biaya, yaitu kesulitan memenuhi kebutuhan pendidikan anak dan kesulitan memenuhi kebutuhan sehari-hari (Simamora & Lidiawati, 2023; Boominathan, 2024). *Single mother* yang mengalami kesulitan memenuhi kebutuhan dasar karena pendapatan yang terbatas akan mempengaruhi kondisi psikologis mereka, kesehatan mental, dan dinamika keluarga secara keseluruhan (Azer dkk., 2022; Dharani & Balamurugan, 2024; Lalremruatpuii, 2024).

Tantangan kedua *single mother* dalam pengasuhan anak usia *middle childhood* adalah memberikan pengawasan dan pemantauan pada anak. Persoalan pengawasan anak yang seharusnya dilakukan secara bersama dengan pasangan harus dilakukan seorang diri oleh *single mother* (Primayuni, 2018).

Anak usia *middle childhood* telah memasuki usia sekolah sehingga membutuhkan pengawasan karena interaksi sosial anak menjadi lebih luas dari usia sebelumnya (Berk, 2017; Skuse dkk., 2017). Interaksi sosial antara ibu dan anak usia *middle childhood* akan membantu anak dalam memaksimalkan perkembangan sosial mereka serta dapat mengontrol perilaku anak (Pearson & Pillow, 2016). Namun, *single mother* yang cenderung menghabiskan waktu untuk mencari nafkah menyebabkan mereka kesulitan untuk memberikan pengawasan dan pemantauan kepada anak (Rees dkk., 2023). Kurangnya waktu yang dihabiskan bersama anak usia *middle childhood* menyebabkan ibu

kesulitan untuk mengatur perilaku anak serta dapat menyebabkan konflik orang tua dan anak (Brooks, 2013). Kesulitan anak usia *middle childhood* dalam bersosialisasi, konflik teman sebaya, dan masalah perilaku, seperti perilaku eksternal menyebabkan stres pada orang tua (Jackson, 2000; Neece & Baker, 2008; Jackson & Choi, 2018).

Tantangan ketiga *single mother* dalam pengasuhan anak usia *middle childhood* adalah memberikan perhatian pada anak. Perhatian yang diberikan berupa dukungan emosional, yaitu anak usia *middle childhood* membutuhkan perhatian dari orang tua karena menjadi tempat berlindung ketika mengalami kesulitan sosial dan akademik (Brooks, 2013). Menurut Erikson, perkembangan psikososial anak usia *middle childhood* berada pada tahap *industry versus inferiority*, yaitu anak berusaha menguasai keterampilan intelektual dan sosial, tetapi ketika gagal maka mereka akan merasa rendah diri (Santrock, 2011).

Pada tahap psikososial tersebut orang tua berperan memberikan dukungan dan perhatian agar anak termotivasi dan kembali bangkit ketika mengalami kegagalan (Wijaya, 2022). Keterbatasan waktu yang dimiliki oleh *single mother* dengan anak usia *middle childhood* menyebabkan kurangnya perhatian yang berisiko mengurangi keterlibatan emosional mereka dengan anak (Brooks, 2013; Shitindi & Lubawa, 2022). Kurangnya keterlibatan emosional antara *single mother* dengan anak berisiko menyebabkan masalah emosional pada ibu (Hutasoit & Brahmana, 2021; Syafitri dkk., 2023). Selain itu, keterampilan sosial dan kemampuan akademik yang buruk pada anak usia

*middle childhood* akan menyebabkan masalah emosional, seperti stres pada orang tua (Neece & Baker, 2008).

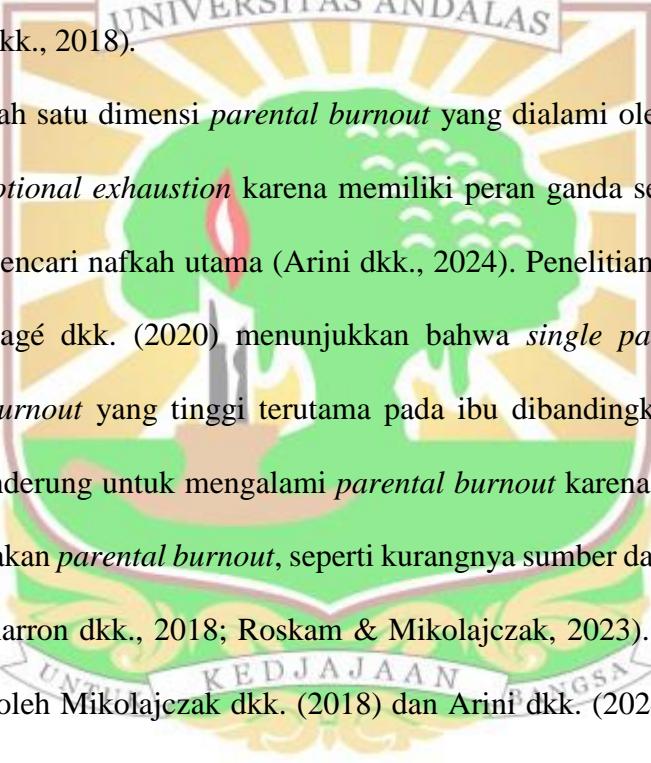
Berbagai tantangan pengasuhan anak usia *middle childhood* yang dihadapi oleh *single mother* tersebut akan mempengaruhi peran mereka sebagai orang tua dan menyebabkan peningkatan masalah emosional, seperti stres. Penelitian Kim dan Kim (2020) menunjukkan bahwa *single mother* cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi dan penelitian Liang dkk. (2019) menunjukkan bahwa *single mother* mengalami stres kehidupan secara umum dan stres pengasuhan. Tingkat stres akan semakin meningkat ketika anak memasuki usia *middle childhood* karena terdapat berbagai tantangan dalam perkembangan anak (Mackler dkk., 2015). *Single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood* mengalami stres dalam pengasuhan dapat disebabkan oleh tantangan akademik anak, perilaku anak, dan kemampuan sosial anak (Neece & Baker, 2008; Jackson & Choi, 2018).

Persoalan akademik dan sosial, seperti persaingan berprestasi menyebabkan anak merasa rendah diri sehingga orang tua harus memberikan dukungan dan perhatian agar anak termotivasi (Wijaya, 2022). Kesulitan dalam keterampilan sosial dan kemampuan akademik pada anak usia *middle childhood* akan menyebabkan masalah emosional pada orang tua, seperti stres (Neece & Baker, 2008). Selain itu, orang tua berperan dalam mengatasi masalah perilaku pada anak usia *middle childhood* seperti perilaku eksternal, kurang disiplin, konflik dengan teman (Jackson, 2000; Jackson & Choi, 2018). Kesulitan anak usia *middle childhood* dalam bersosialisasi, konflik teman

sebaya, dan masalah perilaku menyebabkan stres pada orang tua (Jackson, 2000; Neece & Baker, 2008; Jackson & Choi, 2018). Anak usia *middle childhood* berlindung pada orang tua ketika mengalami kesulitan, seperti sosial dan akademik (Brooks, 2013). Kurangnya sumber daya dan waktu bersama pada *single mother* dalam memberikan pengasuhan menyebabkan mereka kurang terlibat pada perkembangan dan pendidikan anak usia *middle childhood* (An dkk., 2022; Arini dkk., 2024; Peng dkk., 2025). Ketidakmampuan *single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood* dalam memberikan dan menghadapi tantangan pengasuhan akan meningkatkan stres dalam pengasuhan.

Peningkatan masalah emosional, seperti stres yang terus berlanjut akibat tantangan hidup dan pengasuhan yang dialami oleh *single mother* menyebabkan mereka kesulitan dalam mengasuh anak dan menjadi kurang perhatian pada anak (Sari dkk., 2021). Stres berulang dan berlanjut pada *single mother* menyebabkan mereka merasa terlalu lelah dan terganggu untuk menghabiskan waktu yang berkualitas dengan anak dan memiliki perasaan tidak mampu dalam melakukan pengasuhan (Arumugam, 2023). Tingkat stres yang tinggi dan terus berlanjut akibat tantangan pengasuhan dan tantangan memenuhi kebutuhan pada *single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood* membuat mereka mengalami kelelahan emosional (Sánchez-Rodríguez dkk., 2019; Arini dkk., 2024). Perasaan orang tua ketika mengalami kelelahan emosional sehingga tidak menikmati kebersamaan dengan anak dan ketidakmampuan mengasuh anak merupakan bentuk *parental burnout*.

(Mikolajczak & Roskam, 2018). *Parental burnout* disebabkan oleh stres pengasuhan yang terus berlanjut (Mikolajczak dkk., 2018). *Parental burnout* merupakan kelelahan intens yang berkaitan dengan peran orang tua, yaitu orang tua terpisah secara emosional dengan anak dan meragukan kapasitas dirinya untuk menjadi orang tua yang baik (Roskam dkk., 2017). *Parental burnout* terdiri dari empat dimensi, yaitu *emotional exhaustion in parental role*, *contrast in parental self, feelings of being fed up*, dan *emotional distancing* (Roskam dkk., 2018).



Salah satu dimensi *parental burnout* yang dialami oleh *single mother* adalah *emotional exhaustion* karena memiliki peran ganda sebagai pengasuh anak dan pencari nafkah utama (Arini dkk., 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Gannagé dkk. (2020) menunjukkan bahwa *single parent* mengalami *parental burnout* yang tinggi terutama pada ibu dibandingkan ayah. *Single mother* cenderung untuk mengalami *parental burnout* karena memiliki faktor kerentaan akan *parental burnout*, seperti kurangnya sumber daya yang dimiliki (Lebert-Charron dkk., 2018; Roskam & Mikolajczak, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Mikolajczak dkk. (2018) dan Arini dkk. (2024) menunjukkan bahwa *single mother* lebih rentan untuk mengalami *parental burnout* karena tanggung jawab mereka sebagai pencari nafkah utama sekaligus mengasuh anak sehingga merasakan lelah, frustasi, dan tidak dapat memenuhi harapan menjadi orang tua ideal.

*Parental burnout* yang terjadi pada *single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood* disebabkan oleh tanggung jawab mereka untuk dapat

menyelesaikan permasalahan anak seorang diri, seperti masalah di sekolah, kesehatan, dan pengasuhan (Arini dkk., 2024). Anak usia *middle childhood* sedang mengalami masa krusial dalam perkembangan psikologis mereka karena mulai mengalami berbagai pengalaman sosial, emosional, dan akademik yang baru di sekolah (Lester dkk., 2012; Zhao dkk., 2023). Anak usia *middle childhood* masih bergantung pada orang tua ketika mengalami permasalahan sosial dan akademik, seperti perasaan malu dan kekhawatiran akademik (Brooks, 2013). Namun, *single mother* kesulitan dalam memberikan pengasuhan pada anak usia *middle childhood* disebabkan oleh kurangnya waktu bersama karena harus memenuhi kebutuhan keluarga sehingga mengalami *parental burnout* (Arini dkk., 2024). *Parental burnout* menyebabkan orang tua mengalami kesulitan dalam melakukan pengasuhan dan kurangnya sumber daya sehingga mengurangi keterlibatan orang tua pada perkembangan dan pendidikan anak *middle childhood* (An dkk., 2022; Peng dkk., 2025).

*Parental burnout* yang terjadi pada orang tua akan berdampak pada kualitas pengasuhan orang tua karena hubungan antara orang tua dan anak yang menjadi semakin terbatas sehingga mengorbankan aspek emosional (Mikolajczak dkk., 2019). Orang tua yang mengalami *parental burnout* merasa bahwa diri mereka bukan orang tua yang baik dan menjadi tidak memiliki kesenangan ketika bersama anak-anak mereka (Hubert & Aujoulat, 2018). Anak usia *middle childhood* membutuhkan perhatian dan pengawasan dari orang tua agar tahapan perkembangan mereka menjadi lebih optimal (Berk,

2017). Akan tetapi, *single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood* mengalami keterbatasan waktu bersama dengan anak sehingga menjadi lebih jauh dengan anak secara emosional ketika mengalami *parental burnout*.

Penelitian yang dilakukan oleh Gerber dkk. (2021) menunjukkan hasil bahwa *parental burnout* berkaitan dengan *self-compassion* pada orang tua. *Parental burnout* yang dirasakan oleh ibu berkaitan dengan *self-compassion* pada ibu (Neff, 2011a). *Self-compassion* merupakan sikap penuh kasih terhadap diri sendiri atas penderitaan yang dialami dengan tidak menghindari penderitaan tersebut ataupun menghakimi diri sendiri serta memahami bahwa kekurangan, kegagalan, dan rasa sakit tersebut merupakan pengalaman umum yang terjadi pada manusia (Neff, 2003a). *Single mother* cenderung memiliki *self-compassion* yang rendah karena menghadapi tantangan dalam hidup dan pengasuhan (Kim & Kim, 2024). Individu yang memiliki *self-compassion* rendah cenderung memberikan kritikan terhadap diri sendiri ketika mengalami situasi sulit, merasa terisolasi sehingga menjadi kurang dekat dengan orang lain, dan terpaku pada pemikiran dan emosi negatif (Neff dkk., 2007). Sedangkan individu dengan *self-compassion* yang tinggi akan dapat menjaga diri mereka dengan baik, memiliki ikatan kuat dengan orang lain, dan merasa bahwa pengalaman mereka bersifat universal bagi manusia sehingga dapat dialami oleh siapa saja (Neff dkk., 2007).

Penelitian yang dilakukan oleh Sirois dkk. (2019) mendapatkan hasil bahwa *self-compassion* efektif dalam membantu orang tua ketika orang tua merasa tertantang dalam pengasuhan. *Single mother* memiliki berbagai

tantangan dalam pengasuhan yang menyebabkan mereka menjadi jauh dengan anak secara emosional sehingga mengalami *parental burnout* (Mikolajczak dkk., 2019). *Self-compassion* membantu orang tua ketika mengalami berbagai tantangan pengasuhan secara sosial, ekonomi, dan emosional yang dapat menyebabkan *parental burnout* (Kroshus dkk., 2023). Selain itu, *self-compassion* menjadi faktor ketahanan yang potensial terhadap risiko *parental burnout* pada orang tua (Gerber dkk., 2021). *Self-compassion* mampu menghambat *parental burnout* yang terjadi pada orang tua (Malchan & Diana, 2022).

Terdapat penelitian yang telah membahas mengenai *self-compassion* dan *parental burnout* pada orang tua, tetapi masih sangat terbatas. Penelitian oleh Malchan dan Diana (2022) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-compassion* dengan *parental burnout* pada ibu yang memiliki anak usia sekolah. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa *self-compassion* yang tinggi akan mengarah pada *parental burnout* yang rendah.

Penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini berbeda dari penelitian sebelumnya, yaitu perbedaan pada subjek penelitian yang lebih khusus pada *single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood*. Selain itu, penelitian sebelumnya mengenai *self-compassion* pada orang tua menggunakan skala pengukuran *Self-Compassion Scale* (SCS) oleh Neff (2003b), tetapi penelitian ini menggunakan skala pengukuran *parenting-related self-compassion* untuk mengukur *self-compassion* pada *single mother*. Alat ukur tersebut merupakan pengembangan dari alat ukur *Self-Compassion Scale* (SCS) oleh Neff (2003b)

yang dibuat dalam konteks *parenting*. Menurut Hasyyati dan Abidin (2022) aitem SCS yang umum tidak dapat sepenuhnya menggambarkan *self-compassion* dalam konteks pengasuhan anak sehingga sulit ditafsirkan sebagai *self-compassion* pengasuhan anak. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui hubungan *self-compassion* dengan *parental burnout* pada *single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood*.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan *self-compassion* dengan *parental burnout* pada *single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood*? ”.

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self-compassion* dengan *parental burnout* pada *single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood*.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai hubungan *self-compassion* dengan *parental burnout* pada *single mother* yang memiliki anak usia *middle childhood* dan diharapkan dapat digunakan dalam pengembangan ilmu psikologi terutama di bidang klinis dan pengasuhan.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

##### a. Bagi *Single Mother*

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu *single mother* untuk mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi.

##### b. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu masyarakat untuk memiliki pandangan positif terhadap *single mother* dan memberikan dukungan dalam menghadapi tantangan.

##### c. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam penelitian selanjutnya dan mengembangkan ilmu pengetahuan terutama di bidang psikologi.

