



DOI: <https://doi.org/10.38035/jmpis.v6i5>  
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

## Gambaran Resiliensi Ibu Tunggal dalam Menghidupi Anak dengan Gangguan Skizofrenia

Aprilia Veriska<sup>1\*</sup>, Ridha Rosmala Dewi Andi<sup>2</sup>, Alifia Ulie Mizana Hadori<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Paramadina, Jakarta, Indonesia, [aprilia.veriska@students.paramadina.ac.id](mailto:aprilia.veriska@students.paramadina.ac.id)

<sup>2</sup>Universitas Paramadina, Jakarta, Indonesia

<sup>3</sup>Universitas Paramadina, Jakarta, Indonesia

\*Corresponding Author: [aprilia.veriska@students.paramadina.ac.id](mailto:aprilia.veriska@students.paramadina.ac.id)

**Abstract:** *Women who have become single parents for their children with mental disorders must adapt and take over the role of mother and head of household for their children. In facing this, it is possible that mothers who are alone as guardians and support their children with mental disorders can experience challenges. This study aims to understand the resilience of single mothers in supporting children with schizophrenia. With a qualitative approach, the study involved in-depth interviews with several single mothers who faced challenges in caring for their children. The findings showed that despite facing social stigma, limited resources, and emotional stress, these mothers showed significant adaptive abilities. Factors such as social support, development of coping skills, and motivation to provide the best for their children were the main drivers of their resilience. This study is expected to provide a deeper understanding for policy makers and practitioners in their efforts to support single mothers and children with mental disorders.*

**Keywords:** *Resilience, Single Mother, Schizophrenia*

**Abstrak:** Perempuan yang sudah menjadi orang tua seorang diri untuk anaknya yang memiliki gangguan mental harus beradaptasi dan mengambil alih peran ibu serta kepala rumah tangga untuk anaknya. Dalam menghadapi hal tersebut tidak menutup kemungkinan bahwa ibu yang hanya seorang diri menjadi wali dan menghidupi anak nya yang memiliki gangguan mental dapat mengalami tantangan. Penelitian ini bertujuan untuk memahami resiliensi ibu tunggal dalam menghidupi anak dengan gangguan skizofrenia. Dengan pendekatan kualitatif, penelitian melibatkan wawancara mendalam dengan beberapa ibu tunggal yang menghadapi tantangan dalam merawat anak mereka. Penelitian menunjukkan bahwa meskipun menghadapi stigma sosial, keterbatasan sumber daya, dan tekanan emosional, ibu ini menunjukkan kemampuan adaptif yang signifikan. Faktor-faktor seperti dukungan sosial, pengembangan keterampilan *coping*, dan motivasi untuk memberikan yang terbaik bagi anak menjadi pendorong utama resiliensi mereka. Melalui penelitian ini, diharapkan para pengambil kebijakan memperoleh pemahaman yang luas dan mendalam serta melakukan praktisi dalam upaya mendukung ibu tunggal serta anak-anak yang mengalami gangguan mental.

---

**Kata Kunci:** Resiliensi, Ibu Tunggal, Skizofrenia

---

## PENDAHULUAN

Seorang anak adalah karunia terindah dari Tuhan Yang Maha Esa, laksana permata yang membawa harapan serta kebahagiaan bagi orang tuanya. Sejak hadir dalam kandungan, kehadiran anak menumbuhkan berbagai impian dan cita-cita. Namun, ketika anak mengalami gangguan jiwa dalam proses tumbuh kembangnya, hal ini dapat menimbulkan beban psikologis yang cukup berat bagi orang tua. Kondisi ini menyebabkan perubahan besar dalam peran mereka, baik sebagai anggota keluarga maupun dalam lingkungan sosial. Terlebih lagi apabila seorang ibu tunggal yang harus menghadapi tantangan seperti ini.

Papalia, dkk (2008) mengatakan tentang wanita *single parent* merujuk kepada seorang wanita yang ditinggalkan oleh suami atau pasangan hidupnya, baik disebabkan oleh perceraian maupun oleh karena kematian, dan memilih untuk tidak menggantinya dengan pasangan baru serta menghidupi anak-anaknya tanpa bantuan pasangannya. Menjadi seorang ibu tunggal adalah tantangan yang kompleks. Ibu tunggal sering kali harus menghadapi berbagai kesulitan, mulai dari aspek ekonomi, emosional, hingga sosial. Keterbatasan finansial seringkali menjadi masalah utama, mengingat mereka harus memenuhi kebutuhan sehari-hari sambil mengurus anak-anak tanpa dukungan pasangan. Selain itu, stigma sosial yang melekat pada status sebagai ibu tunggal dapat menambah beban psikologis, membuat mereka merasa terisolasi dan kurang mendapat dukungan dari lingkungan sekitar. Ketika seorang ibu tunggal juga harus merawat anak dengan gangguan skizofrenia, yang ditandai dengan gejala halusinasi, delusi serta kesulitan dalam berfungsi sehari-hari yang memerlukan perhatian dan perawatan yang intensif. Ibu tunggal harus berjuang untuk memahami dan mengelola kondisi anak, yang seringkali menuntut pengetahuan khusus dan keterampilan yang tidak selalu dimiliki. Selain itu, perubahan perilaku anak akibat gangguan ini dapat menyebabkan stres emosional yang tinggi, baik bagi anak maupun ibu.

Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa ibu tunggal sering kali harus mengatasi berbagai sumber stres, seperti masalah ekonomi, stigma sosial, dan tuntutan emosional yang tinggi. Hal ini menegaskan pentingnya dukungan dan pemahaman dari masyarakat untuk memberikan dukungan dalam menjalankan tanggung jawab sebagai orang tua.

Studi yang dilakukan oleh Nugroho dan Astuti (2021) menunjukkan bahwa banyak ibu tunggal mengalami perasaan terasingkan dan kurang memperoleh dukungan dari lingkungan sosial mereka. Situasi ini mencerminkan adanya kebutuhan mendesak untuk melakukan penelitian lebih lanjut guna memahami secara mendalam pengalaman dan resiliensi yang dialami oleh ibu tunggal dalam konteks tersebut. Dengan mengeksplorasi tantangan serta strategi yang mereka gunakan, diharapkan dapat ditemukan cara yang lebih efektif untuk memberikan dukungan yang diperlukan, sehingga kualitas hidup mereka dan anak-anak mereka dapat meningkat.

Berdasarkan latar belakang tersebut, Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan resiliensi yang dimiliki oleh ibu tunggal yang memiliki anak dengan gangguan mental. Diharapkan bahwa hasil dari penelitian ini mampu memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai tantangan yang dihadapi oleh ibu tunggal serta faktor-faktor yang mendukung resiliensi mereka, sekaligus menawarkan saran untuk kebijakan dan program yang dapat membantu mereka.

## METODE

Metode yang diterapkan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif. Creswell (2018) menyatakan bahwa Penelitian kualitatif adalah pendekatan yang bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami secara mendalam makna yang dihasilkan oleh individu atau

kelompok tertentu terkait dengan permasalahan sosial atau kemanusiaan. Dalam prosesnya melibatkan pengumpulan data dari subjek atau partisipan, analisis data serta penafsiran makna data oleh peneliti.

Model yang digunakan Model yang diterapkan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Terdapat tiga jenis studi kasus, yaitu studi kasus intrinsik, instrumental, dan kolektif. Dalam penelitian ini, peneliti memilih studi kasus intrinsik dengan tujuan untuk memahami secara mendalam individu atau kelompok, karena peneliti berupaya menggali inti dari fenomena yang terjadi secara intrinsik pada subjek yang diteliti. (Skate dalam Herdiansyah, 2015).

### Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat 1 orang subjek. Deskripsi mengenai subjek dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 1. Gambaran Subjek Penelitian**

| <b>Subjek S</b>      |  |
|----------------------|--|
| <b>Jenis kelamin</b> | <b>Wanita</b>                                |
| Usia                 | 61 Tahun                                     |
| Pekerjaan            | Penjual Kue Keliling<br>Penjaga Warung Makan |
| Jumlah Anak          | 1 Orang Anak yang Berkebutuhan Khusus        |
| Status               | Ibu Tunggal & Kepala Rumah Tangga            |

### Informan Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat 2 orang informan. Gambaran deskripsi mengenai informan terlampir dalam tabel berikut:

**Tabel 2. Gambaran Informan Penelitian**

| <b>Inisial</b>         | <b>Informan 1</b> | <b>Informan 2</b>      |
|------------------------|-------------------|------------------------|
| Jenis Kelamin          | Perempuan         | Perempuan              |
| Usia                   | 62 Tahun          | 48 Tahun               |
| Pekerjaan              | Ibu Rumah Tangga  | Penjualan Warung Makan |
| Hubungan dengan Subjek | Teman             | Tetangga               |

### Teknik Penelitian

Penelitian ini menerapkan teknik pengambilan sampel yang tergolong dalam kategori non-random sampling atau non-probability sampling. Non-random sampling adalah metode pengambilan sampel dimana setiap individu atau unit dalam populasi tidak memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih (Herdiansyah, 2015). Dalam konteks penelitian ini, Teknik non-random sampling yang diterapkan adalah purposive sampling.

Purposive sampling, menurut Sugiyono (2018), adalah teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan mempertimbangkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan. Metode ini bertujuan untuk menentukan jumlah sampel yang akan diteliti sesuai dengan kebutuhan penelitian.

### Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan untuk pengambilan data adalah wawancara semi-terstruktur. Pemilihan metode ini bertujuan untuk memberikan fleksibilitas kepada peneliti dalam menyampaikan pertanyaan serta dapat mengembangkan pertanyaan secara dinamis sesuai dengan konteks tanpa menyimpang dari tema penelitian. Dalam pelaksanaan wawancara, peneliti memanfaatkan panduan wawancara yang dirancang berdasarkan faktor faktor yang dapat memperkuat resiliensi individu menurut Connor dan Davidson (2003).

## Tahapan Penelitian

Penelitian ini diawali dengan mengamati fenomena-fenomena yang saat ini sering terjadi di lingkungan sekitar peneliti, di mana salah satu fenomena tersebut adalah ibu tunggal yang memiliki anak dengan gangguan mental skizofrenia, kemudian peneliti melakukan *study preliminary* dengan seorang ibu tunggal yang berusia 61 tahun dan memiliki anak dengan gangguan skizofrenia. Berdasarkan hasil *study preliminary*, didapatkan kesimpulan bahwa peneliti menemukan ibu tunggal menunjukkan bentuk-bentuk resiliensi yang ditandai dengan kemampuan bertahan menghadapi tekanan psikologis, adaptasi terhadap situasi yang penuh tantangan, serta upaya aktif dalam mencari dukungan sosial dan memenuhi kebutuhan anak secara emosional maupun finansial. Setelah melakukan *study preliminary*, peneliti juga mencari informan penelitian tersebut dan mendapatkan 2 informan. Setelah menentukan subjek dan informan, peneliti menyusun panduan wawancara yang didasarkan pada lima faktor yang dapat memperkuat resiliensi, sesuai dengan teori yang digunakan, setelah itu peneliti melakukan wawancara dengan subjek dan informan penelitian. Wawancara dilakukan dalam dua sesi untuk subjek, sementara informan diwawancarai dalam satu sesi.

## Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang diterapkan dalam penelitian ini melibatkan beberapa tahapan, sebagaimana dijelaskan oleh Miles dan Huberman (dalam Herdiansyah, 2015). Tahapan tersebut meliputi: 1) Pengumpulan data. Proses pengumpulan data dalam penelitian kualitatif dilakukan pada tiga tahap, yaitu sebelum penelitian dimulai, selama proses penelitian berlangsung, dan setelah penelitian berakhir. Proses ini tidak terbatas pada waktu tertentu, melainkan berlangsung selama penelitian hingga data yang dikumpulkan dianggap memadai untuk dianalisis; 2) Reduksi data. Reduksi data adalah proses penyederhanaan data yang dilakukan dengan cara merangkum, memilih informasi penting, memusatkan perhatian pada topik utama, serta mengidentifikasi tema dan pola yang muncul. Dengan proses menyatukan dan menyusun secara konsisten data hasil penelitian dari wawancara dalam bentuk verbatim dilakukan dengan menyusun alur yang terstruktur dalam bentuk naskah tertulis yang siap untuk dianalisis. Data yang dikumpulkan dari lapangan umumnya berjumlah besar, sehingga perlu dicatat dengan cermat dan terperinci; 3) *Display* data. *Display* data adalah tahap penyajian data yang telah melalui proses reduksi, kemudian disusun dalam bentuk matriks yang telah dikelompokkan berdasarkan tema-tema tertentu; 4) Penarikan kesimpulan. Dalam penelitian kualitatif, kesimpulan berfungsi sebagai jawaban atas pertanyaan 'apa' dan 'bagaimana'. Proses ini diawali dengan pengumpulan data melalui wawancara, yang selanjutnya diolah menjadi subkategori tema dan diberikan kode. Selanjutnya, kesimpulan ditarik berdasarkan keseluruhan subkategori tema yang telah disusun dalam tabel kategorisasi beserta proses pengkodeannya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Pada aspek kompetensi pribadi, standar yang tinggi serta ketekunan, “S” berhadapan dengan berbagai tantangan dalam merawat anak dengan gangguan skizofrenia, namun ia menunjukkan ketangguhan dengan terus berusaha untuk memenuhi kebutuhan anaknya secara optimal, bekerja keras, dan tidak mudah menyerah meskipun sering merasa lelah secara fisik maupun emosional. Sampai saat ini, “S” terus berjuang untuk mengobati anaknya agar dapat sembuh dan kembali seperti sedia kala dengan cara rutin membawa anaknya untuk mendapatkan bantuan profesional.

Pada aspek kepercayaan terhadap orang lain, “S” saat ini sudah mulai membuka diri kepada orang-orang terdekatnya, seperti tetangga dan beberapa teman dari aktivitas rutinnya dalam mengaji serta senam. Dalam hal ini, “S” mulai terbuka untuk menunjukkan kemampuannya untuk mencari bantuan atau dukungan ketika ia membutuhkannya, meskipun

pada awalnya ia sempat menutup dirinya dan enggan untuk bersosialisasi karena stigma sosial dan karena lingkungan sekitarnya yang sebelumnya.

Pada aspek sikap positif terhadap perubahan dan kemampuannya untuk membangun hubungan dengan orang lain, “S” menunjukkan penerimaan terhadap kondisi anaknya dan beradaptasi dengan perubahan peran yang ia jalani sebagai ibu tunggal serta tulang punggung keluarga, dan ia tetap menjaga hubungan sosial dengan lingkungan sekitar sebagai bentuk dukungan emosional.

Pada aspek pengendalian diri, “S” mampu mengelola emosinya dalam situasi-situasi sulit, seperti saat anaknya yang mengalami kekambuhan atau menunjukkan perilaku agresif, dan berusaha untuk tetap tenang serta dapat mengambil keputusan dengan rasional demi kebaikan bersama.

Pada aspek spiritualitas, “S” menjadikan doa dan ibadah sebagai sumber kekuatan utama dalam menjalani hari-hari yang berat. “S” berserah diri kepada Tuhan karena ia meyakini bahwa segala cobaan yang dihadapinya adalah bagian dari rencana Tuhan, dan hal ini membantunya tetap bertahan secara mental dan emosional.

Dari kelima aspek resiliensi yang telah diuraikan, “S” memiliki tingkat resiliensi yang tinggi dalam menghadapi tantangan sebagai ibu tunggal dari anak dengan gangguan skizofrenia. “S” mampu menunjukkan ketangguhan secara emosional, sosial, dan spiritual, serta menunjukkan adaptabilitas yang baik dalam menghadapi situasi sulit. Meskipun mengalami tekanan fisik dan mental, “S” tetap mampu berfungsi secara optimal dalam perannya sebagai pengasuh utama, serta secara aktif mencari dukungan sosial dan profesional. Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi “S” tidak hanya menjadi faktor pelindung dalam menghadapi tekanan, tetapi juga sebagai kekuatan utama yang memungkinkan dirinya untuk terus berjuang demi kesejahteraan anaknya dan dirinya sendiri.

## KESIMPULAN

Dalam penelitian ini, “S” merupakan seorang ibu tunggal yang merawat anak dengan gangguan skizofrenia dan menunjukkan tingkat resiliensi yang luar biasa. Meskipun dihadapkan pada berbagai tantangan yang menguras tenaga secara fisik dan emosional, “S” terus menunjukkan ketangguhan pribadi dengan gigih berjuang demi kesembuhan anaknya, tidak pernah menyerah meski lelah, dan secara rutin mencari bantuan profesional. Kemampuannya untuk membangun kembali kepercayaan terhadap orang lain telah meningkat setelah sempat menutup diri akibat stigma sosial, ia kini berani membuka diri dan mencari dukungan dari lingkaran sosialnya.

“S” memperlihatkan sikap positif terhadap perubahan serta kemampuan adaptasi yang tinggi dalam menghadapi peran barunya sebagai ibu tunggal sekaligus tulang punggung keluarga, dan tetap menjaga hubungan sosial yang vital sebagai sumber dukungan emosional. Pengendalian dirinya sangat kuat, terbukti dari kemampuannya untuk tetap tenang dan mengambil keputusan rasional bahkan saat anaknya kambuh atau berperilaku agresif. Pada spiritualitasnya yang menjadi fondasi utama, di mana doa dan ibadah menjadi sumber kekuatan yang membantunya bertahan secara mental dan emosional, meyakini bahwa cobaan yang dihadapi adalah bagian dari rencana Tuhan.

Resiliensi “S” bukan hanya sekadar faktor pelindung dalam menghadapi tekanan luar biasa, melainkan juga kekuatan utama yang memungkinkannya untuk terus berfungsi secara optimal sebagai pengasuh utama.

## REFERENSI

Creswell, J. W., Creswell, J. D. (2018). Fifth Edition Research Design Qualitative, Quantitativem and Mixed Methods Approaches. Los Angeles: SAGE Publications, Inc.

- Darmanto, E, E, D., Wati, L. (2024). Studi Kasus: Gambaran Resiliensi Pada Ibu Tunggal Dengan Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 8(2).
- Herdiansyah, H. (2015). *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Mangusong, F. (2014). *Psikologi dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus Jilid Kesatu*. Depok: LPSP3 UI.
- Nashori, F., Saputro, I. (2021). *Psikologi Resiliensi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Nugrahani, R, F., Fitri, W, C. (2023). Pola Asuh Orangtua Single Parents. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 3(2).
- Nugroho, A., & Astuti, R. (2021). Pengalaman ibu tunggal dengan anak berkebutuhan khusus: Tinjauan kualitatif. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 14(2), 123-135.
- Pratiwi, D., & Setiawan, B. (2020). Stres dan dukungan sosial pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 9(3), 201-210.
- Rahayu, S, P., Marheni, E. (2020). Perilaku Masyarakat Terhadap Anak Berkebutuhan Khusus Sekolah Luar Biasa Perwari Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 54-58.
- Sari, N., & Rahmawati, L. (2021). Resiliensi ibu tunggal dalam menghadapi tantangan pengasuhan anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 10(1), 67-78.
- Swagery, R, V., Hikmatul., Husna, A. (2017). Hardiness Pada Wanita Karir Single Parent Yang Memiliki Anak Tunarungu. *Jurnal Psikologi*, 15(2).
- Tazkiyah, A, Y. (2019). Resiliensi dan Post Traumatic Growth (PTG). *Psikoborneo*, 7(3), 383-384.
- Qintari, A, A., Rahmasari, D. (2021). Resiliensi Ibu Single Parent Dengan Anak Autism. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(1).