



**KEBAHAGIAAN ANAK DITINJAU DARI  
POLA KOMUNIKASI IBU-ANAK DAN STRATEGI COPING  
PADA IBU TUNGGAL (*SINGLE MOTHER*)  
DI KOTA SEMARANG**

**SKRIPSI**

**Disajikan sebagai salah satu syarat  
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini**

oleh  
Firdhiani Azizah  
1601414044

**PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2019**

## PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis di dalam skripsi dengan judul “Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Pola Komunikasi Ibu-anak dan Strategi Coping Pada Ibu Tunggal (*Single Mother*) di Kota Semarang” benar-benar hasil karya sendiri, dan tidak terdapat karya pihak lain. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk sesuai dengan kode etik ilmiah.

Semarang, 09 Agustus 2019



Firdhiani Azizah  
NIM. 1601414044

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi yang berjudul “Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Pola Komunikasi Ibu-anak dan Strategi Coping Pada Ibu Tunggal (*Single Mother*) di Kota Semarang” telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan sidang ujian skripsi Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Negeri Semarang.

Hari : Jumat

Tanggal : 09 Agustus 2019

Semarang, 09 Agustus 2019

Yang Mengusulkan,

Menyetujui

Dosen Pembimbing



Firdhiani Azizah  
NIM. 1601414044



Yuli Kurniawati S P, S.Psi, M.A., D. Sc  
NIP. 198107042005012003



Amirul Mukminin, S.Pd, M. Kes  
NIP. 197803302005011001

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi “Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Pola Komunikasi Ibu-anak dan Strategi Coping Pada Ibu Tunggal (*Single Mother*) Di Kota Semarang” telah dipertahankan di hadapan sidang panitia ujian skripsi Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang.

Hari : Senin

Tanggal : 19 Agustus 2019

Panitia Ujian Skripsi

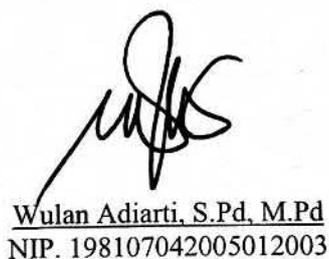


Sekretaris,



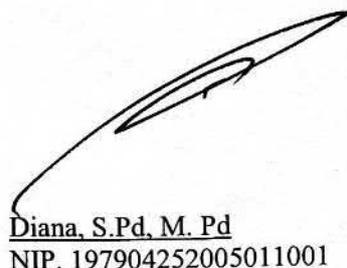
Diana, S.Pd, M.Pd  
NIP. 197904252005011001

Penguji I,



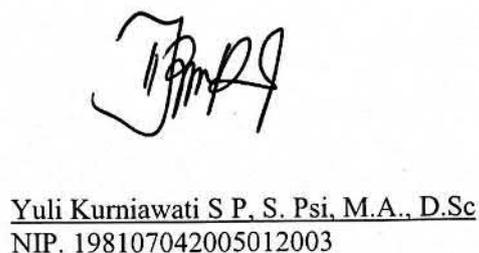
Wulan Adiarti, S.Pd, M.Pd  
NIP. 198107042005012003

Penguji II,



Diana, S.Pd, M. Pd  
NIP. 197904252005011001

Penguji III,



Yuli Kurniawati S P, S. Psi, M.A., D.Sc  
NIP. 198107042005012003

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO:**

“Jangan mendidik anak untuk menjadi kaya, namun didiklah ia menjadi seseorang yang bahagia. Jadi, ketika anak tumbuh dewasa, ia akan menghargai nilai suatu benda ketimbang harganya”

(Anonim)

“Dan ketahuilah, bahwa harta dan anak-anakmu hanyalah sebagai cobaan, dan sesungguhnya disisi Allah-lah pahala yang besar”

(Q.S Al-Anfal:28)

*“The mother’s heart is the child’s schoolroom”*

(Henry Ward Beecher)

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Terjemahan Q.S Al-Baqoroh: 286)

### **PERSEMBAHAN**

Untuk Alm. Bapak (Asrum), Ibu (Budiyati) tercinta yang senantiasa memberikan kasih sayang, bimbingan, doa, motivasi, dan nasihat. Serta kakak dan keponakanku tersayang (Ulfah Oktaviarini dan Alfahry Arya Syailedra) yang selalu memberikan semangat dan bantuan untuk saya. Terimakasih atas segala dukungan dan doa yang tidak pernah putus.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat yang telah diberikan-Nya, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Pola Komunikasi Ibu-anak dan Strategi Coping Pada Ibu Tunggal (*Single Mother*) di Kota Semarang”**.

Tujuan dari penyusunan skripsi ini guna memenuhi salah satu syarat untuk menempuh ujian sarjana pendidikan pada Fakultas Ilmu Pendidikan Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini di Universitas Negeri Semarang.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, arahan, masukan dan kerjasama berbagai pihak yang turut membantu selama penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman M.Hum, selaku Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan untuk menuntut ilmu Universitas Negeri Semarang.
2. Dr.Achmad Rifai RC, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan dukungan selama menjadi mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan khususnya jurusan PG PAUD
3. Amirul Mukminin, S.Pd, M. Kes selaku Ketua Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan motivasi serta petunjuk dalam menyelesaikan studi di Jurusan PG PAUD.
4. Yuli Kurniawati S P. S. Psi, M.A., D.Sc selaku Dosen Pembimbing atas kesabaran dalam memberikan bimbingan dan dukungan serta kepercayaan untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Orang tua dan keluarga besar saya yang selalu mendukung dan selalu menjadi motivator dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah.

6. Sahabat saya Apriliana Arinawati, Ika Safriyani, Lilis Mitasari, Inayatus Sholihah yang telah membantu saya dalam melakukan penelitian.
7. Pihak-pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu yang telah memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Berkat dukungan dan kerjasama yang baik dengan pihak-pihak tersebut, penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu sesuai rencana. Semoga penulisan skripsi ini tidak hanya menambah ilmu serta wawasan bagi penulis, pembaca, tetapi juga dapat berkontribusi bagi perkembangan ilmu pendidikan khususnya jurusan pendidikan guru pendidikan anak usia dini.

Semarang, 09 Agustus 2019

Penulis

## ABSTRAK

Azizah, Firdhiani. 2019. *Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Pola Komunikasi Ibu-anak dan Strategi Coping Pada Ibu Tunggal (Single Mother) di Kota Semarang*. Skripsi. Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang.

Pembimbing: Yuli Kurniawati SP, S. Psi, M.A., Ds.c

**Kata Kunci:** *Kebahagiaan Anak, Pola Komunikasi Terbuka, Pola Komunikasi Tertutup, Strategi Coping, Problem Focused Coping, Emotion Focused Coping, Single Mother.*

Kebahagiaan merupakan hal yang didambakan setiap manusia tanpa terkecuali khususnya anak. Kebahagiaan anak dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, yang utama ialah dari lingkungan keluarga. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kebahagiaan anak jika ditinjau dari pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping ibu tunggal. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh yang signifikan kebahagiaan anak ditinjau dari masing-masing variabel pola komunikasi terbuka, pola komunikasi tertutup, serta strategi coping *PFC* dan *EFC* yang tidak berpengaruh terhadap kebahagiaan anak dari keluarga ibu tunggal di Kota Semarang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode regresi linier berganda dengan objek penelitian ini yaitu anak berusia 3-6 tahun dari keluarga ibu tunggal dengan jumlah sampel sebanyak 50 orang anak. Pengambilan sampel penelitian menggunakan *purposive* sampling dengan teknik pengumpulan data menggunakan analisis statistik deskriptif, uji signifikansi parameter individual (uji statistik/ uji parsial), dan uji F.

Berdasarkan hasil perhitungan statistik menggunakan uji signifikansi parameter individual (uji statistik/ uji parsial) dengan  $p$  value  $<0,05$  diperoleh bahwa hasil dari keempat variabel, tiga diantaranya mempunyai nilai signifikansi antara  $0.012-0.047 < 0.05$  (pola komunikasi terbuka, pola komunikasi tertutup, *problem focused coping*) maka  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima. Sedangkan pada *emotion focused coping* sig.  $0.656 > 0.05$ , maka  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima. Sedangkan pada uji F diperoleh nilai  $F_{hitung} (10,729) > F_{tabel} (2,81)$  dan  $p$  value  $<0.05$  ( $0.000 < 0.05$ ), maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hasil penelitian menyatakan bahwa pola komunikasi terbuka, pola komunikasi tertutup, *problem focused coping* secara parsial berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan anak dari keluarga ibu tunggal (*single mother*), serta *emotion focused coping* secara parsial tidak berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan anak dari keluarga ibu tunggal (*single mother*) dan dari keempat variabel yaitu pola komunikasi terbuka, pola komunikasi tertutup, *emotion focused coping*, *problem focused coping* secara bersama-sama (simultan) berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan anak dari keluarga ibu tunggal (*single mother*) di Kota Semarang.

## DAFTAR ISI

PERNYATAAN.....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	14
1.3 Tujuan Penelitian .....	14
1.4 Manfaat penelitian .....	15
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	15
1.4.2 Manfaat Praktis .....	15
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>17</b>
2.1 Kebahagiaan ( <i>Happiness</i> ) Anak Usia Dini.....	17
2.1.1 Definisi Kebahagiaan ( <i>Happiness</i> ) Anak Usia Dini .....	17
2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan .....	19
2.1.3 Karakteristik Anak yang Bahagia.....	28
2.2 Pola Komunikasi Keluarga .....	36
2.2.1 Pengertian Pola Komunikasi Keluarga .....	36
2.2.2 Komponen Komunikasi Dalam Keluarga .....	39
2.2.3 Jenis Pola Komunikasi Keluarga .....	43
2.3 Strategi Coping Ibu Tunggal.....	49
2.3.1 Definisi Strategi Coping Ibu Tunggal .....	49
2.3.2 Jenis atau Bentuk Coping .....	55
2.3.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Strategi Coping.....	65

2.4 Kerangka Berfikir .....	67
2.5 Penelitian Yang Relevan .....	69
2.6 Hipotesis .....	79
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>81</b>
3.1 Desain Penelitian .....	81
3.2 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	82
3.3 Subjek Penelitian .....	85
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian .....	86
3.4.1 Tempat penelitian .....	86
3.4.2 Waktu Penelitian.....	87
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	87
3.6 Instrumen Penelitian .....	89
3.7 Uji Validitas dan Reabilitas.....	95
3.7.1 Uji Validitas.....	95
3.7.2 Uji Reabilitas .....	98
3.8 Teknik Analisis Data .....	100
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>101</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	101
4.1.1 Analisis Statik Deskriptif .....	102
4.1.2 Uji Asumsi Klasik .....	109
4.1.3 Uji Hipotesis .....	117
4.1.4 Uji F.....	120
4.1.5 Koefisien Determinasi.....	121
4.1.6 Analisis Regresi Linier Berganda.....	122
4.2 Pembahasan .....	124
<b>Kebahagiaan Anak Ditinjau Dari Pola Komunikasi Terbuka dari</b>	
<b>KeluargaIbu Tunggal (<i>Single Mother</i>) di Kota Semarang .....</b>	<b>125</b>
<b>Kebahagiaan Anak Ditinjau Dari Pola Komunikasi Tertutup dari</b>	
<b>Keluarga Ibu Tunggal (<i>Single Mother</i>) di Kota Semarang .....</b>	<b>129</b>
<b>Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Strategi Coping <i>Problem Focused</i></b>	
<b><i>Coping</i> pada Ibu Tunggal (<i>Single Mother</i>) di Kota Semarang.....</b>	<b>131</b>

<b>Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Strategi Coping <i>Emotion Focused Coping</i> pada Ibu Tunggal (<i>Single Mother</i>) di Kota Semarang.....</b>	<b>134</b>
<b>Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Pola Komunikasi Ibu-anak dan Strategi Coping pada Ibu Tunggal (<i>Single Mother</i>) di Kota Semarang.....</b>	<b>137</b>
<b>4.3 Keterbatasan Penelitian.....</b>	<b>139</b>
<b>BAB V SIMPULAN .....</b>	<b>140</b>
<b>5.1 Simpulan .....</b>	<b>140</b>
<b>5.2 Saran.....</b>	<b>141</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>143</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>150</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Data Perceraian Di Kota Semarang .....	11
Tabel 3. 1 Skor Jawaban Kuesioner .....	88
Tabel 3. 2 Item Skala Kebahagiaan Anak Usia Dini .....	90
Tabel 3. 3 Item Skala Kebahagiaan Anak Usia Dini .....	90
Tabel 3. 4 Sebaran Item Skala Pola Komunikasi Terbuka.....	91
Tabel 3. 5 Sebaran Item Skala Pola Komunikasi Terbuka Mcleod dan Chaffe Setelah Uji Coba .....	92
Tabel 3. 6 Sebaran Item Skala Pola Komunikasi Tertutup Mcleod dan Chaffe Sebelum Uji Coba .....	92
Tabel 3. 7 Sebaran Item Skala Pola Komunikasi Tertutup Mcleod dan Chaffe Setelah Uji Coba .....	92
Tabel 3. 8 Sebaran Item Skala Strategi Coping Lazzarus dan Folkman Ways Of Coping (WOC) Problem Focused Coping Sebelum Uji Coba.....	93
Tabel 3. 9 Sebaran Item Skala Strategi Coping Lazzarus dan Folkman Ways Of Coping (WOC) Problem Focused Coping Setelah Uji Coba.....	94
Tabel 3. 10 Sebaran Item Skala Strategi Coping Lazzarus dan Folkman Ways Of Coping (WOC) Emotion Focused Coping Sebelum Uji Coba .....	94
Tabel 3. 11 Sebaran Item Skala Strategi Coping Lazzarus dan Folkman Ways Of Coping (WOC) Emotion Focused Coping Setelah Uji Coba.....	95
Tabel 3. 12 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Penelitian .....	99
Tabel 4. 1 Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin.....	103
Tabel 4. 2 Deskripsi Berdasarkan Usia .....	103
Tabel 4. 3 Kategorisasi Kebahagiaan Anak dengan Orangtua Ibu Tunggal (single mother) .....	105
Tabel 4. 4 Kategorisasi Pola Komunikasi Terbuka.....	105
Tabel 4. 5 Kategorisasi Pola Komunikasi Tertutup .....	106
Tabel 4. 6 Kategorisasi Strategi coping ProblemFocused Coping.....	107
Tabel 4. 7 Kategorisasi Strategi coping Emotion Focused Coping .....	107
Tabel 4. 8 Analisis Statistik Deskriptif Tingkat Kebahagiaan Anak Ditinjau Dari Pola Komunikasi Ibu-anak Dan Strategi Coping Ibu Tunggal Dikota Semarang .....	108
Tabel 4. 9 Output Uji Linearitas Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Pola Komunikasi Terbuka.....	110
Tabel 4. 10 Output Uji inearitas Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Pola Komunikasi Tertutup .....	110

Tabel 4. 11 Output Uji inearitas Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Strategi Coping Problem Focused Coping .....	111
Tabel 4. 12 Output Uji inearitas Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Strategi Coping Emotion Focused Coping .....	111
Tabel 4. 13 Hasil Uji Normalitas Dengan Kolomogrov-Smirnov .....	114
Tabel 4. 14 Hasil Uji Multikolinearitas.....	115
Tabel 4. 15 Hasil Uji Heteroksidasitas dengan .....	117
Tabel 4. 16 Hasil Uji Parsial (Uji-t).....	118
Tabel 4. 17 Hasil Uji F.....	121
Tabel 4. 18 Hasil Uji Koefisien Determinasi R Square .....	121
Tabel 4. 19 Hasil Analisis Regresi Linier Berganda.....	123

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Komponen Proses Komunikasi .....	41
Gambar 2. 2 Kerangka Berfikir “Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Pola Komunikasi Ibu-anak dan Strategi Coping Ibu Tunggal (Single Mother) di Kota Semarang” .....	69
Gambar 4. 1 Hasil Uji Normalitas Grafik P-P Plot dengan Variabel Dependen Tingkat Kebahagiaan Anak.....	113
Gambar 4. 2 Grafik Scatterplot dengan Variabel Dependen Kebahagiaan Anak .....	116

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 SURAT PENETAPAN .....	151
LAMPIRAN 2 SURAT IJIN PENELITIAN .....	153
LAMPIRAN 3 SURAT TELAH MELAKUKAN PENELITIAN.....	155
LAMPIRAN 4 DATA RESPONDEN .....	157
LAMPIRAN 5 INSTRUMEN PENELITIAN .....	160
LAMPIRAN 6 TABULASI SKOR HASIL UJI COBA PENELITIAN .....	173
LAMPIRAN 7 UJI VALIDITAS DAN REABILITAS .....	193
LAMPIRAN 8 TABULASI SKOR HASIL PENELITIAN .....	206

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

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

Setiap manusia dalam hidupnya pasti mendambakan sebuah kebahagiaan. Hal tersebut merupakan sebuah hal pasti yang diinginkan setiap manusia tidak terkecuali anak-anak. Namun perlu diketahui bahwa definisi bahagia masing-masing orang berbeda-beda tergantung lingkungan serta persepsi masing-masing orang menilai sebuah kebahagiaan. Menurut Veenhoven dalam Patnani dan Juniar (2014) kebahagiaan merupakan sebuah kepuasan yang dirasakan setiap individu dalam hidupnya, dan mengartikannya sebagai tolak ukur seseorang terhadap seberapa besar kualitas kehidupannya. Dari pemaparan tersebut dapat dilihat bahwa kebahagiaan merupakan sebuah rasa puas yang dirasakan oleh masing-masing individu dalam kehidupannya. Dikatakan berbeda karena dalam masing-masing manusia mempunyai tingkat kepuasan yang berbeda dalam memenuhi kebutuhannya.

Dalam menilai sebuah kebahagiaan tentunya orang dewasa dan anak-anak memiliki definisi yang berbeda terhadap kebahagiaan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Patnani dan Juniar (2014) kebahagiaan menurut anak usia 9-14 tahun berupa perasaan positif, hubungan dengan keluarga, materi yang cukup, pencapaian prestasi, pertemanan, kehidupan yang berkualitas, melakukan aktivitas yang disukai, dan yang terakhir berbuat baik. Namun lain halnya dengan kebahagiaan bagi orang dewasa menurut Lu dan Shin dalam Rahmatika, dkk (2014) dalam hasil penelitiannya yang telah dilakukan pada masyarakat di Taiwan

bahwa ada beberapa hal yang menjadi sumber kebahagiaan mereka, terdiri dari 9 hal yaitu; keinginan dihormati, hubungan antarkeluarga yang harmonis, kepuasan dalam pemenuhan kebutuhan hidup, prestasi dalam bekerja, ketenangan dalam hidup dan memahami makna hidup, merasa lebih senang atau beruntung dari orang lain, pengendalian atau aktualisasi diri, kesenangan dan emosi positif, dan sehat secara jasmani. Dapat dilihat bahwa sumber kebahagiaan bagi anak dan orang dewasa terdapat perbedaan, bagi orang dewasa pola pikir yang dipakai untuk memperoleh kebahagiaan lebih luas, sedangkan kebahagiaan bagi anak lebih menitikberatkan kepada hal-hal yang berada dekat dengan anak seperti kasih sayang yang diterima anak dalam lingkungan keluarga.

Kasih sayang merupakan salah satu hal terpenting bagaimana seorang anak dapat memperoleh kebahagiaan. Seperti halnya penelitian yang dilakukan oleh Patnani dan Juniar (2014) yang menjadi salah satu sumber kebahagiaan anak ialah hubungan yang harmonis dengan keluarga. Karena pada dasarnya keluarga merupakan lingkungan yang pertama diperoleh oleh anak. Keluarga merupakan orang yang berkumpul dan tinggal disuatu rumah ataupun dibawah atap yang sama dan saling bergantung satu sama lain, keluarga itu sendiri terdiri atas kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul karena adanya ikatan darah maupun perkawinan (Effendy, 2015).

Sedangkan menurut Megawangi dalam Sari (2015) keluarga merupakan suatu sistem yang diartikan sebagai salah satu unit sosial dengan individu yang mempunyai keakraban dan terlibat satu sama lain untuk saling berhubungan satu sama lain dan saling memengaruhi satu sama lainnya setiap saat dengan dibatasi

oleh aturan yang ada dalam setiap keluarga. Dalam sebuah keluarga yang memegang peranan penting dalam mengatur segala kebutuhan tentunya ialah orangtua.

Tetapi dapat diketahui bahwa menjadi orangtua tidaklah mudah, karena orangtua harus mengatur segala sesuatu dalam keluarga terutama tentang anak, bagi orangtua anak merupakan prioritas utama yang harus mereka utamakan. Dalam memenuhi perannya sebagai orang tua tentunya terdapat banyak tugas yang harus dilakukan baik memberikan kebahagiaan anak, kebutuhan dalam rumah tangga, pakaian, makanan, dan tempat tinggal. Untuk memenuhi semua kebutuhan tersebut orang tua yaitu ayah dan ibu harus bekerja sama agar segala kebutuhan terpenuhi. Dalam memenuhi kebutuhan, tidak selalu berjalan dengan lancar, terkadang terdapat permasalahan antara keluarga, orangtua, lingkungan, perekonomian, perceraian dan bahkan kematian. Kondisi dan situasi yang terjadi dalam kehidupan tidak selalu berjalan sesuai dengan apa yang diharapkan manusia. Misalnya dalam sebuah perkawinan, kehilangan pasangan adalah kondisi yang terjadi diluar kehendak manusia (Hurlock, 1999). Tidak seorangpun orangtua menginginkan adanya permasalahan dalam keluarga baik itu masalah yang ringan bahkan harus menjalani hidup sebagai orangtua tunggal (*single parent*)

Orangtua tunggal (*single parent*) merupakan orangtua yang kehilangan dukungan dan kehadiran dari pasangannya dalam memelihara dan membesarkan anak-anaknya (Sager, dkk dalam Cahyani 2016). Sedangkan menurut Haffman dalam Ahsyari (2015) orangtua tunggal (*single parent*) adalah orangtua yang

kehilangan pasangannya akibat perceraian maupun kematian, sehingga peran mereka sebagai orangtua merangkap baik menjadi ayah ataupun ibu dalam membesarkan dan mendidik anak, serta mengatur seluruh kepentingan dalam keluarga karena adanya perubahan sistem dalam keluarga.

Dalam keluarga dengan orangtua tunggal (*single parent*) terdapat dua macam orangtua tunggal (*single parent*) dalam keluarga yaitu orangtua tunggal ibu (*single mother*) dan orangtua tunggal ayah (*single father*) (Santrock dalam Ahsyari, 2015). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dagun (2002) dalam proses perceraian yang terjadi, pihak ibu yang sering mengambil tanggung jawab atas anak mencapai 90% dari hampir 60% kasus perceraian di Amerika Serikat dan 75% di Inggris yang melibatkan anak-anak. meskipun sudah ada ketentuan dalam undang-undang tentang siapa pihak yang berhak atas tanggungjawab kepada anak pasca perceraian. Bagi wanita menjalani kehidupan pasca perceraian maupun kematian pasangan bukan merupakan hal yang mudah. Setelah terjadinya peristiwa perceraian maupun kehilangan pasangan akibat meninggal, memicu pasangan yang masih hidup ataupun yang memegang hak asuh anak untuk mengatasi tekanan emosional. Wanita yang mempunyai peran ganda dalam keluarga sebagai orangtua tunggal (*single mother*) memiliki tingkat kesehatan mental yang paling tinggi daripada wanita yang keluarganya utuh (Pitasari 2014).

Mayoritas permasalahan yang dihadapi oleh ibu yang menjadi orangtua tunggal sama, yaitu permasalahan keuangan. Dengan adanya permasalahan keuangan yang muncul setelah menjadi ibu tunggal mengharuskan ibu tunggal (*single mother*) menjalankan peran ganda dalam keluarga, selain menjadi sosok

seorang ibu, juga harus menggantikan peran seorang ayah bagi keluarganya. Selain itu ibu tunggal (*single mother*) bertanggungjawab terhadap aspek ekonomi dan kesejahteraan keluarga, maka banyak sekali kejadian anak-anak terlantar akibat dari kurangnya waktu sang ibu sebagai akibat dari padatnya jadwal yang digunakan karena harus mencari nafkah di luar rumah ( Haryanto, dkk, 2012). Ibu tunggal (*single mother*) dituntut untuk bisa memberikan kebutuhan kasih sayang, kehangatan, dan menyelesaikan pekerjaan rumah. Kondisi tersebut menuntut ibu tunggal (*single mother*) untuk dapat mengelola emosinya dengan baik.

Ketidakstabilan emosi menjadi faktor utama penyebab stres ibu tunggal (*single mother*). Stress yang timbul akibat adanya permasalahan yang dihadapi oleh ibu tunggal (*single mother*) sehingga mereka harus dituntut untuk dapat mengatasi stress yang mereka alami. Handoyo dalam Fadillah (2013) stres merupakan tuntutan eksternal yang berasal dari luar diri seseorang yang berupa tekanan, ketegangan atau gangguan yang tidak menyenangkan misalnya objek-objek dalam lingkungan atau suatu stimulus yang secara obyektif berbahaya. Sedangkan stres menurut Sarafino dalam Fadillah (2013) merupakan kondisi yang disebabkan adanya perbedaan seseorang atau lingkungan yang berhubungan dengan individu tersebut, antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis atau sistem sosial individu tersebut.

Kupriyanov dan Zhdanov dalam Gaol (2016) menyatakan bahwa stres yang ada saat ini adalah sebuah atribut kehidupan modern. Stres sudah menjadi bagian yang tidak dapat dihindarkan di lingkungan manapun. Masalah terpenting yang ada dalam stres apabila kuantitas stres yang melampaui batas

psikis seseorang, sehingga hal tersebut berdampak pada kondisi fisik, dan mental seseorang. Behbehani (2007) Reaksi yang sering muncul meliputi sakit dibagian tubuh yang mudah terkena dampak stres, sesak di dada, detak jantung yang keras atau cepat, mudah marah, insomnia, sakit kepala, dehidrasi, kurang fokus, mudah lupa, sakit perut, tegang di bagian leher dan bahu, telapak tangan berkeringat, rahang kaku, sakit punggung. Reaksi-reaksi tersebut merupakan reaksi negatif yang merupakan dampak adanya stres dan merupakan tanda peringatan awal akan kerusakan pada tubuh yang diakibatkan oleh stres.

Setiap orang terutama ibu tunggal (*single mother*) mempunyai cara-cara tersendiri yang mereka lakukan untuk dapat mengelola maupun meredakan stres yang sedang mereka rasakan sehingga tidak berdampak bagi anak-anaknya. Salah satu cara mengelola stres yang dialami oleh ibu tunggal (*single mother*) ialah dengan strategi coping. Weiten dan Lloyd dalam Hidayanti (2013) mengatakan coping merupakan upaya yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi, mengurangi, atau mentolerir permasalahan yang dihadapi oleh individu sehingga menciptakan beban perasaan yang disebabkan oleh stres. Menurut Sarafino (Ramadhani dan Moningga, 2017) coping merupakan sebuah upaya, cara, maupun proses yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi stres yang muncul dengan mengelola perbedaan yang mereka rasakan antara tekanan dan sumber daya yang muncul pada saat stres terjadi.

Strategi yang digunakan oleh ibu tunggal (*single mother*) berbeda-beda karena pada dasarnya setiap manusia merupakan individu yang berbeda. Karena adanya perbedaan antarindividu menyebabkan setiap orang memiliki cara

tersendiri untuk mengatasi permasalahan yang sedang dihadapinya. Menurut Sarafino (Ramadhani dan Moningga, 2017) terdapat dua fungsi coping dengan mengubah masalah yang dapat mendatangkan stres, yaitu *emotion-focused coping* yang bertujuan mengontrol respon emosi terhadap situasi stres atau mengatur respon emosi pada masalah tersebut, dan *problem-focused coping* yang bertujuan untuk mengurangi sumber tekanan pada situasi yang membuat stres. Dari kedua strategi coping tersebut tentunya terdapat dampak yang ditimbulkan dari masing-masing penggunaannya misalnya strategi coping *emotion-focused coping* yang bersifat destruktif atau dapat menambah kuantitas masalah dan stres yang dihadapi, serta dalam penggunaannya kurang efektif untuk mengatasi permasalahan jangka panjang, dikarenakan dalam pengaplikasiannya untuk mengatasi stres dapat mengakibatkan ketergantungan dikarenakan penggunaan teknik pengalihan yang tidak sehat seperti menghabiskan waktu untuk bermain game atau menonton TV, *binge eating*, merokok karena stres, mengkonsumsi alkohol berlebihan, menggunakan obat terlarang. Namun *emotion focused coping* efektif bila digunakan untuk mengatasi emosi negatif seperti perasaan sedih serta frustrasi.

Sedangkan strategi *problem focused coping* dalam pengaplikasiannya dapat mengatasi stres serta menghilangkan akar yang menyebabkan stres. Sehingga dapat dikatakan bahwa strategi *problem focused coping* merupakan strategi yang baik untuk mengatai permasalahan yang menyebabkan stres terutama yang berkaitan dengan stres yang berasal dari pekerjaan atau tekanan dalam mencapai suatu tujuan. Dengan adanya kedua strategi coping ini stres setiap orang tua tunggal yang memiliki permasalahan dalam hidupnya dapat diatur dengan baik

agar tidak mengganggu proses komunikasi antara ibu tunggal dengan anak dan kebahagiaan anak dapat tercapai.

Komunikasi merupakan hal yang penting bagi keluarga. Setiap manusia dalam kesehariannya tidak pernah lepas dari proses komunikasi. Wursanto dalam Nuryanto (2002) menjelaskan bahwa komunikasi merupakan sebuah cara yang dilakukan seseorang kepada orang lain agar dapat mengetahui apa yang difikirkan oleh orang tersebut melalui sebuah proses. Sedangkan menurut Harwood (Nuryanto, 2002) komunikasi merupakan proses yang dilakukan untuk memunculkan kembali ingatan melalui identifikasi yang lebih teknis. Proses komunikasi didalamnya terdapat unsur-unsur yang memengaruhi terjadinya proses komunikasi yang baik yaitu adanya pengirim informasi, penerima informasi, dan sarana komunikasi baik itu menggunakan media maupun berhadapan secara langsung. Komunikasi sangat diperlukan dimanapun kita berada, tak terkecuali dalam lingkungan keluarga. Dalam keluarga komunikasi yang digunakan membentuk pola-pola komunikasi keluarga yang berbeda-beda.

McLeod dan Chaffe (Hiasinta, 2016) mengidentifikasi pola komunikasi dalam keluarga (*fammily communication patiens*) sebagai "*family patterns on children*" (pola orangtua dalam berkomunikasi dengan anaknya) yang pada umumnya dikenal dengan pola komunikasi terbuka dan pola komunikasi tertutup. Pada pola komunikasi terbuka sendiri dalam pengaplikasiannya terdapat kelonggaran dalam penerapan peraturan. Dalam pola komunikasi terbuka peraturan yang ada di dalam lingkungan keluarga bersifat fleksible, sehingga anak mempunyai kesempatan untuk berkomunikasi baik berupa saran, pendapat, bahkan masukan terhadap

orangtua. Pola Komunikasi Tertutup dalam pelaksanaannya aturan dalam keluarga bersifat otoriter dimana orangtua lebih mendominasi dalam proses komunikasi antara ibu dengan anak, anak tidak memiliki kesempatan untuk mengeluarkan pendapat, dan masukan kepada orangtua.

Komunikasi yang ada dalam keluarga perlu dibangun dengan baik untuk menciptakan suasana harmonis dalam keluarga. Pola komunikasi yang dibangun oleh orangtua dapat mempengaruhi kepribadian, kejiwaan, dan cara berfikir anak. Berdasarkan hasil penelitian persentase waktu yang dilakukan oleh masing-masing individu dalam berkomunikasi sangat besar, sebesar 75% sampai dengan 90% dari seluruh aktivitas yang dilakukan. Waktu yang digunakan untuk proses berkomunikasi sebesar 5% dalam waktu membaca, untuk berbicara sebesar 35%, dan 50% untuk mendengarkan (Jiwanta dalam Suprpto, 2009). Hal tersebut membuktikan bahwa komunikasi sangat penting bagi proses sosialisasi setiap manusia. Komunikasi diperlukan oleh setiap individu dalam kehidupannya, sehingga tanpa sadar komunikasi tersebut sudah melekat dalam setiap diri manusia dan tidak seorangpun dapat lepas dari aktivitas komunikasi.

Pola komunikasi keluarga yang digunakan setiap keluarga berbeda-beda, pola tersebutlah yang membedakan satu keluarga dengan keluarga yang lainnya, pola tersebut terbentuk karena adanya bentuk komunikasi yang disepakati oleh keluarga. Menurut Djamarah (2004) pola komunikasi merupakan proses pengiriman dan penerimaan pesan yang dilakukan oleh dua orang atau lebih dengan cara yang tepat dengan tujuan informasi yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh penerima pesan.

Sedangkan menurut Soenarto (Putri, 2016) definisi yang diberikan tidak berbeda jauh dengan apa yang telah diungkapkan oleh Djamarah yaitu dengan tujuan hubungan yang dilakukan oleh dua orang atau lebih melalui proses pengiriman dan penerimaan pesan dengan cara yang tepat agar mudah dipahami. Dari pemaparan tersebut dapat diketahui bahwa pola komunikasi yang buruk dapat berdampak pada anak nantinya dikarenakan adanya kesalahan ataupun cara pengiriman informasi yang tidak tepat bagi anak begitupula sebaliknya, karena pada dasarnya anak membutuhkan kasih sayang sehingga dengan adanya pola komunikasi yang salah dapat menyebabkan tidak tercapainya apa yang dimaksudkan dalam proses komunikasi sehingga terjadi salah tafsir sehingga dapat berdampak pada emosi anak serta mengakibatkan kebahagiaan menjadi menurun. Untuk itu sebagai ibu tunggal harus lebih memperhatikan bagaimana pola komunikasi yang dilakukan kepada anaknya agar tidak mempengaruhi kebahagiaan yang dirasakan oleh anak.

Selama tiga tahun terakhir perceraian yang ada di Kota Semarang berdasarkan data Sistem Informasi Penelusuran Perkara Pengadilan Agama selama tiga tahun terakhir yaitu 2015, 2016, 2016 menunjukkan angka perceraian yang tergolong cukup besar. Perkara perceraian tersebut dibagi menjadi dua yaitu gugatan cerai dari istri dan talak dari suami.

Berikut merupakan perincian perkara gugatan perceraian dan talak yang masuk di Pengadilan Agama Kota Semarang selama tiga tahun terakhir (2015, 2016, 2017);

**Tabel 1. 1 Data Perceraian Di Kota Semarang**

Tahun	Cerai gugat	Cerai talak	Jumlah
2015	2188	930	3118
2016	2099	771	2870
2017	2142	804	2946
Jumlah	6429	2505	8934

Dari kasus perceraian tersebut dapat dilihat bahwa permasalahan perceraian di Kota Semarang tergolong besar meskipun terdapat penurunan pada tahun 2016, Kasus tersebut mengalami peningkatan kembali pada tahun 2017. Selama 3 tahun terakhir jumlah perceraian yang cukup besar sebanyak 8934 kasus perceraian, yang didominasi oleh gugatan cerai dari pihak istri. Sedangkan awal tahun 2018 selama bulan Januari, Februari, Maret terdapat kasus perceraian yang masuk di Pengadilan Agama Semarang sebanyak 642 yang terdiri dari cerai gugat 462 dan cerai talak 180. Hal tersebut berpeluang besar dengan adanya anak dengan orangtua *single parent* ataupun orangtua tunggal.

Kasus perceraian yang terjadi antara orangtua memberikan dampak bagi anak. Dampak perceraian bagi anak menurut Hetherington (Dagun, 2002) melakukan penelitian terhadap pasangan yang bercerai dan memiliki anak-anak usia 4 tahun. Penelitian tersebut dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh perceraian bagi anak 4 tahun dan di atasnya. Hasil dari penelitian menunjukkan adanya trauma dengan kadar yang berbeda pada setiap tingkatan usia anak yang diakibatkan oleh adanya perceraian orangtua mereka. Dari penelitian tersebut dapat diketahui bahwa perceraian memiliki dampak bagi perkembangan anak, dampak tersebut memiliki perbedaan tergantung pada usia

dari anak yang mengalami peristiwa tersebut. Sedangkan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Widiastuti (2015) Anak yang mengalami perceraian orang tua akan mengalami perubahan besar dalam hidupnya. Perubahan tersebut membawa dampak yang apabila tidak ditangani dengan baik akan membawa dampak yang negatif. Perkembangan sosial dan emosional anak yang orang tuanya bercerai bervariasi. Perkembangan sosial dan emosional anak terlihat pada kegiatan sehari-hari anak di sekolah, mulai dari datang ke sekolah hingga anak pulang sekolah. Anak tidak hanya menunjukkan perkembangan sosial dan emosional yang negatif tetapi juga menunjukkan perkembangan sosial dan emosional yang positif.

Dengan adanya dampak yang dirasakan dari perceraian terhadap anak setiap ibu tunggal menjadi lebih berhati-hati dalam melihat perkembangan anak, dikarenakan anak kehilangan sosok ayah dalam keluarga. Ibu tunggal sebisa mungkin mengelola emosi dengan baik dan mengesampingkan permasalahan yang ada ketika sedang menghabiskan waktu dengan anak. Karena permasalahan yang dihadapi oleh Ibu tunggal tentunya tidak hanya menjadi orangtua dengan peran ganda tetapi juga hal-hal lain seperti perekonomian, lingkungan, keluarga. Dengan adanya permasalahan tersebut mengakibatkan terjadinya stres pada ibu tunggal. Stres tersebut menyebabkan adanya perubahan pola komunikasi antara ibu-anak. Adanya perubahan yang dilakukan oleh ibu tunggal akibat adanya stres menyebabkan psikologis anak terganggu. Terganggunya psikologis anak dapat menyebabkan kebahagiaan anak menurun. Tidak adanya figur ayah dalam keluarga mengakibatkan adanya perbedaan perkembangan psikologis anak dengan

anak lain karena tidak adanya sosok ayah yang menjadi panutan, menerima afeksi, serta perlindungan. Tetapi bagi ibu tunggal, disinilah ia harus memegang peranan penting itu, dimana harus menjadi sosok ayah juga mencari nafkah untuk keluarga dan juga menjadi orang tua yang mengurus dan merawat anak-anaknya. Untuk dapat menjadi orangtua yang baik bagi anaknya, seorang ibu tunggal harus dituntut dapat mengurus semua keperluan keluarga serta menjadi komunikator yang baik bagi anaknya dengan memantau segala aktivitas anak melalui percakapan dua arah antara ibu dan anak. Meski seorang ibu tunggal mempunyai kewajiban yang besar dalam keluarga, seorang ibu tunggal diharuskan dapat mengatur segala tuntutan, kewajiban, dan masalah maupun stress yang dialami sehingga tidak berdampak pada cara berkomunikasi ibu tunggal dengan anaknya.

Anak merupakan harta yang berharga bagi orangtua, sehingga orangtua wajib untuk mengatasi semua permasalahan maupun mengesampingkan permasalahan yang orangtua hadapi ketika berhadapan dengan anaknya. Hal tersebut harus dilakukan oleh setiap orangtua tidak hanya oleh ibu tunggal. Setiap anak pasti menginginkan sebuah kehangatan didalam keluarga untuk kebahagiaannya oleh karena itu orangtua harus memaksimalkan komunikasi mereka kepada anak agar kebahagiaan anak tetap terjaga. Karena bagi setiap orang tua kebahagiaan anak merupakan kebahagiaan mereka pula.

Dengan adanya permasalahan-permasalahan tersebut terkait kebahagiaan anak, maka peneliti akan melakukan penelitian untuk mengkaji lebih dalam mengenai Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Pola Komunikasi Ibu-anak dan Strategi Coping Ibu Tunggal (*Single Mother*) di Kota Semarang.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan gagasan yang dipilih maka rumusan masalah yang ditemukan adalah:

- 1.2.1 Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara pola komunikasi terbuka ibu-anak terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang?
- 1.2.2 Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara pola komunikasi tertutup ibu-anak terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang?
- 1.2.3 Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara strategi coping *problem focused coping* terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang?
- 1.2.4 Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara strategi coping *emotion focused coping* terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang?
- 1.2.5 Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping ibu tunggal (*single mother*) terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

- 1.3.1 Mengetahui pengaruh pola komunikasi terbuka ibu-anak terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang
- 1.3.2 Mengetahui pengaruh pola komunikasi tertutup ibu-anak terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang
- 1.3.3 Mengetahui pengaruh strategi coping *problem focused coping* terhadap kebahagiaan anak di kota Semarang

1.3.4 Mengetahui pengaruh strategi coping *emotion focused coping* terhadap tingkat kebahagiaan anak di Kota Semarang

1.3.5 Mengetahui pengaruh pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping ibu tunggal (*single mother*) terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian yang berjudul “Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Pola Komunikasi Ibu-anak dan Strategi Coping pada Ibu Tunggal (*Single Mother*) di Kota Semarang”, sebagai berikut:

##### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan diharapkan mempunyai manfaat secara teoritis baik bagi peneliti maupun pihak lain berupa, pemikiran, wawasan dan pengetahuan maupun kajian bagi pembaca khususnya mengenai kebahagiaan anak apabila ditinjau dari pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping pada ibu tunggal (*single mother*) di Kota Semarang.

##### **1.4.2 Manfaat Praktis**

###### **1.4.2.1 Bagi Peneliti**

Dapat memberikan data dan informasi tentang pola komunikasi dalam keluarga serta strategi coping yang digunakan terhadap kondisi kebahagiaan anak

###### **1.4.2.2 Bagi Masyarakat dan Keluarga (Orangtua)**

Sebagai informasi bagi orangtua terutama *single parent* khususnya ibu tunggal dalam berkomunikasi kepada anak untuk lebih

memperhatikan pola komunikasi agar kualitas kebahagiaan anak tidak terganggu.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **2.1 Kebahagiaan (*Happiness*) Anak Usia Dini**

##### **2.1.1 Definisi Kebahagiaan (*Happiness*) Anak Usia Dini**

Manusia dalam kehidupannya pasti mengalami suatu proses pertumbuhan dan perkembangan dimana segala potensi yang dimiliki masing-masing setiap individu ditumbuh kembangkan semaksimal mungkin sesuai dengan potensi dari masing-masing individu. Disetiap tumbuh kembang masing-masing individu pastinya mengalami fase selama dalam kandungan, fase bayi, fase kanak-kanak, fase, remaja, fase dewasa, dan fase tua. Dari keseluruhan fase tersebut terdapat fase dimana setiap individu mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang paling pesat yaitu ketika masa kanak-kanak. Oleh karena itu, setiap pihak yang berada dekat dengan anak harus membantu, mendukung, dan mengoptimalkan setiap hal ketika anak tumbuh dan berkembang. Pentingnya tumbuh kembang anak tentunya harus diperhatikan oleh orangtua merupakan orang yang paling dekat dengan anak. Dalam sebuah lingkungan keluarga harus tercipta suasana yang mendukung untuk tumbuh kembang anak sehingga terbentuk rasa aman dan nyaman bagi anak. Rasa aman dan nyaman dan aman yang dirasakan oleh anak merupakan hal yang diperlukan bagi kebahagiaan dan proses tumbuh kembang anak.

Kebahagiaan berhubungan erat dengan kejiwaan dari yang bersangkutan (Kokasih dalam Ulfiyanti, 2018). Kebahagiaan membuat seseorang merasa senang dan nyaman, membuat seseorang tersenyum, tertawa, dan menciptakan

keceriaan. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (1990) kebahagiaan adalah perasaan bahagia, terdapat kesenangan dan ketentraman hidup baik lahir dan batin. Dalam berbagai sumber, para peneliti telah mengidentifikasi tentang hal-hal yang berhubungan dengan kebahagiaan, diantaranya adalah hubungan dan interaksi sosial, status pernikahan, pekerjaan, kesehatan, kebebasan demokrasi, optimisme, keterlibatan religius, penghasilan, serta kedekatan dengan orang-orang bahagia lain.

Hurlock (1997) Mengatakan bahwa kebahagiaan masing-masing individu dapat muncul apabila pemenuhan kebutuhan dan harapan dapat terpenuhi. Kebahagiaan sesungguhnya merupakan luapan emosi positif yang berupa kenyamanan, evaluasi diri yang mencakup segi kognitif (kepuasan hidup individu yang berkaitan dengan pekerjaan, keluarga) dan afeksi (kasih sayang dari lingkungan sekitar) serta ungkapan kegembiraan, ataupun aktifitas positif yang tidak memuat komponen emosi apapun (Seligman, 2005). Hal ini didukung dengan pernyataan Diener (Diponegoro dan Mulyono, 2015) yang mengungkapkan bahwa kebahagiaan adalah kesejahteraan subyektif (*subjective well being*), yang dapat didefinisikan sebagai evaluasi kognitif dan afektif terhadap kehidupan. Evaluasi kognitif orang yang bahagia berupa kepuasan hidup yang tinggi, evaluasi afektif adalah banyaknya afek positif dan sedikitnya afek negatif yang dirasakan. Definisi seserupa juga disampaikan oleh Headey dan Wooden (Diponegoro dan Mulyono, 2015) yaitu *subjective well being* mengandung dimensi kepuasan hidup dan perasaan yang positif seperti vitalitas dan perasaan nyaman.

Sedangkan Veenhoven (Matheos, 2017) juga mengungkapkan bahwa kebahagiaan merupakan kepuasan hidup yang menyeluruh dan derajat kualitas kehidupan yang menyenangkan bagi setiap individu serta afek positif lebih mendominasi dari afek negatif. Dari definisi tersebut diketahui bahwa kebahagiaan merupakan hal yang fundamental dan penting bagi setiap manusia. Kebahagiaan merupakan ungkapan positif baik emosi, aktivitas maupun kepuasan terhadap hal yang telah maupun yang sedang dihadapi diberbagai aspek kehidupan, baik pekerjaan, keluarga, ataupun hal penting lainnya. Berdasarkan pemaparan dari para tokoh dapat digolongkan bahwa dalam kebahagiaan itu sendiri terdiri atas dua aspek kebahagiaan dalam setiap individu hal tersebut adalah aspek kebahagiaan berupa afeksi yang perasaan (*feeling*) dan emosi (*emotion*) yang merupakan pengalaman emosional yang dialami oleh setiap individu. Dan aspek kognitif berupa kepuasan hidup setiap individu terhadap kualitas hidupnya.

### **2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan**

Kebahagiaan disebut juga sebagai upaya pemenuhan kebutuhan atau harapan dalam setiap faktor kehidupan (Hurlock, 1997). Oleh sebab itu, individu selalu beraktivitas dan bekerja untuk meraih kebahagiaan. Kebahagiaan timbul akibat faktor yang mempengaruhi emosi seseorang. Emosi yang mempengaruhi kebahagiaan adalah emosi positif. Seligman (2005) membagi emosi positif yang mempengaruhi kebahagiaan menjadi tiga jenis, yaitu emosi masa lalu, masa sekarang dan masa depan. Ketiga jenis emosi

tersebut merupakan faktor internal dari kebahagiaan. Selain itu terdapat pula faktor eksternal dari kebahagiaan yaitu faktor yang berasal dari lingkungan:

#### 1. Faktor internal

Kebahagiaan diklasifikasikan dalam tiga kategori, yaitu masa lalu, masa depan, dan masa sekarang. Ketiga kategori ini berbeda dan tidak selalu saling berkaitan.

##### a Masa Lalu

Kategori kebahagiaan ini merupakan suatu sikap seseorang dalam menanggapi kenangan masa lalu. Sikap positif dalam menanggapi masa lalu dapat menghasilkan emosi positif berupa kepuasan, kelegaan, kesuksesan, kebanggaan, dan kedamaian atau ketenangan. Kepuasan terhadap masa lalu dapat dicapai melalui tiga cara:

- Melepaskan pandangan masa lalu sebagai penentu masa depan. Kejadian buruk pada masa lalu tidak menentukan timbulnya permasalahan di saat dewasa. Sehingga, lebih baik membebaskan masa lalu yang tidak menguntungkan dan mengubah pemikiran tentang masa sekarang dan masa depan.
- Bersyukur terhadap apa yang dimiliki dan dilalui dalam hidup. Individu yang mampu bersyukur akan merasa lebih bahagia dan puas terhadap kehidupannya. Dengan bersyukur, individu tidak akan membanding-bandingkan hidup dan segala yang dimiliki dengan milik orang lain.

- Memaafkan dan melupakan. Salah satu cara untuk menata ulang pandangan individu mengenai emosi negatif pada kehidupan masa lalu yang buruk adalah dengan cara memaafkan. Memaafkan mengubah kepahitan menjadi kenangan yang netral dan positif sehingga kepuasan hidup akan lebih mudah didapatkan. Untuk mengetahui kepuasan akan masa lalu, individu dapat mengukur kebahagiaan menggunakan *Satisfaction with Life Scale* yang disusun oleh E. Diener.

b Masa Sekarang

Kategori kebahagiaan pada masa sekarang mencakup kegembiraan, ketenangan, keriang, semangat yang meluap-luap, rasa senang dan *flow*. Pada kebahagiaan masa sekarang melibatkan dua hal, yaitu:

- Kenikmatan (*Pleasure*) yaitu kesenangan yang memiliki komponen sensori dan emosional yang kuat, sifatnya sementara dan melibatkan sedikit pemikiran. Kenikmatan diperoleh setelah satu motif terpenuhi. Kenikmatan terbagi menjadi dua, yaitu kenikmatan ragawi yaitu kenikmatan yang didapat melalui indera dan sensori, dan kenikmatan yang lebih tinggi yang didapat melalui aktivitas yang lebih rumit. Terdapat tiga hal yang dapat meningkatkan kebahagiaan sementara, yaitu menghindari habituasi dengan cara memberi selang waktu cukup panjang antar kejadian menyenangkan; *savoring* (meresapi) yaitu menyadari serta dengan sengaja memperhatikan sebuah kenikmatan; serta *mindfulness* (kecermatan) yaitu

mencermati dan menjalani segala pengalaman dengan tidak terburu–buru karena terpaku pada masa depan.

- Gratifikasi (*Gratification*) adalah kegiatan yang sangat disukai individu, namun tidak selalu melibatkan perasaan dasar, serta memiliki durasi yang lebih lama dibandingkan *pleasure*. Gratifikasi merupakan keadaan menyenangkan yang mengikuti pencapaian hasrat. Kegiatan yang memunculkan gratifikasi umumnya memiliki komponen tantangan, membutuhkan keterampilan dan konsentrasi, memiliki tujuan, serta terdapat umpan balik secara langsung, sehingga individu dapat tenggelam di dalamnya.

## 2. Faktor Eksternal Yang Mempengaruhi Kebahagiaan

### a. Uang

Banyak individu berpendapat bahwa uang adalah salah satu alasan seseorang hidup dengan bahagia. Individu yang menempatkan uang di atas tujuan hidupnya akan cenderung menjadi kurang puas dengan kehidupannya secara keseluruhan.

### b. Pernikahan/Perkawinan

Individu yang menikah cenderung lebih bahagia daripada yang tidak menikah. Lebih bahagianya individu yang telah menikah dapat disebabkan karena pernikahan menyediakan keintiman psikologis dan fisik, konteks untuk memiliki anak, membangun rumah tangga, dan mengafirmasi identitas serta peran sosial sebagai pasangan dan orangtua (Alan Carr 2004).

c. Kehidupan Sosial

Orang-orang yang sangat berbahagia paling sedikit menghabiskan waktu sendirian dan lebih sering bersosialisasi. Argyle berpendapat bahwa, mempertahankan beberapa hubungan dekat dipercayai telah ditemukan berkorelasi dengan kebahagiaan dan kesejahteraan subjektif.

d. Kesehatan

Kesehatan yang dikatakan berpengaruh terhadap kebahagiaan adalah kesehatan yang dipersepsikan oleh individu terhadap seberapa sehat diri kita. Selain itu, orang yang bahagia memiliki masa hidup yang lebih lama karena kebahagiaan melindungi kesehatan fisik manusia.

e. Emosi Negatif

Untuk memperoleh emosi positif, individu harus lebih mampu menghadapi emosi negatif, yaitu dengan mengurai peristiwa buruk di kehidupan. Individu yang mengalami banyak emosi negatif akan mengalami sedikit emosi positif, dan sebaliknya.

f. Pendidikan, Iklim, Ras dan Gender

Keempat aspek ini memiliki pengaruh yang tidak cukup besar terhadap tingkat kebahagiaan individu. Pendidikan dapat sedikit berpengaruh dalam meningkatkan kebahagiaan pada mereka yang berpendidikan rendah karena pendidikan merupakan sarana untuk mencapai pendapatan yang lebih baik. Iklim di daerah di mana seseorang tinggal dan ras juga tidak memiliki pengaruh terhadap kebahagiaan. Sedangkan gender, antara pria dan wanita tidak terdapat perbedaan pada

keadaan emosinya, namun pada wanita cenderung lebih bahagia sekaligus lebih sedih dibandingkan pria.

Sedangkan menurut Lyubomirsky (Ashari, 2016) faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan seseorang yaitu :

1. Kehidupan kerja

Dalam masyarakat barat modern, bekerja mengisi hidup sebagian besar orang. Selain itu, penting dalam hal memproduksi pendapatan, mempengaruhi harga diri, menciptakan kesempatan bagi kegiatan yang bermakna, dan menghasilkan barang dan jasa diperlukan oleh masyarakat. Jadi, kerja sangat dihargai. Dalam beberapa penelitian menunjukkan pekerjaan dapat berpengaruh dengan kebahagiaan. Dapat diketahui orang yang bahagia lebih sukses daripada rekan kerja mereka yang kurang bahagia yang berkaitan dengan pekerjaan dan variable kinerja.

2. Pendapatan

Salah satu indikator yang mempengaruhi kebahagiaan dalam masyarakat modern adalah pendapatan. Salah satu penelitian yang menggunakan beberapa petani Malaysia sebagai subyeknya menunjukkan adanya kebahagiaan dengan kekayaan materi. Menurut Diener dalam Ashari (2016) sebagian besar laporan survey korelasi antara pendapatan dan kebahagiaan dalam kisaran 13-24. Dalam meta analisis terhadap 286 studi. Penyelidikan empiris orang dewasa yang lebih tua, pendapatan secara signifikan berkorelasi dengan kebahagiaan dan kepuasan hidup.

### 3. Keterlibatan komunitas

Bahagia tampak pada banyak orang yang memiliki jiwa relawan yang tinggi, singkatnya, seperti yang digambarkan dalam bagian mengenai perilaku prososial. Orang-orang bahagia tampaknya relative lebih cenderung untuk membantu orang lain.

### 4. Hubungan sosial

Orang yang bahagia memiliki hubungan sosial yang lebih baik daripada rekan mereka yang kurang bahagia. Penelitian mengungkapkan hal ini menjadi salah satu temuan yang paling kuat dalam literatur pada kebahagiaan. Selanjutnya disajikan pula pertanyaan mengenai apakah sifat individu berpengaruh pada kebahagiaan, kepuasan hidup memiliki banyak teman dan dukungan sosial yang tinggi, serta pengalaman antara pribadi. Hasilnya persahabatan memiliki korelasi yang tinggi dengan kebahagiaan diri.

### 5. Perkawinan

Survey menunjukkan bahwa orang menikah lebih bahagia daripada mereka yang lajang, bercerai, atau janda. Sebagai contoh dalam sebuah studi tentang 19 negara, menemukan bahwa orang menikah lebih bahagia daripada orang yang tidak menikah. Sejumlah penelitian dengan responden dari berbagai budaya mendukung temuan ini (Lyumbormisky dalam Ashari 2016))

### 6. Kesehatan mental

Diner dan Seligman (Ashari, 2016) melaporkan bahwa mereka kelompok yang paling bahagia adalah orang yang punya sedikit gejala psikopatologi, seperti depresi, hypochondriasis, atau skizofrenia.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan orang dewasa dan anak-anak tentunya berbeda. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ivens (Patnani dan Juniar, 2014) mengemukakan bahwa sebenarnya studi yang mengkaji tentang kebahagiaan orang dewasa sudah banyak dilakukan oleh para ahli, namun kebahagiaan pada anak-anak baru sebagian kecil dilakukan. Hal ini dikarenakan adanya keterbatasan kuantitas pengukuran kebahagiaan anak. Penelitian yang dilakukan oleh Patnani dan Juniar (2014), dari penelitian tersebut dapat diperoleh bahwa salah satu faktor yang membuat anak bahagia ialah sumber-sumber yang dapat membuat anak bahagia. Sumber kebahagiaan yang dapat membuat anak bahagian diantaranya:

1. Melakukan aktivitas yang disukai anak

Dalam kategori ini aktivitas yang disukai anak dapat berupa jalan-jalan, menikmati waktu luang.

2. Hidup berkecukupan

Kategori hidup berkecukupan ini berupa materi dalam hal finansial, hidup cukup, dan memiliki fasilitas-fasilitas yang menunjang keinginan anak

3. Pencapaian prestasi

Dalam pencapaian prestasi anak mengutamakan keinginannya dalam proses belajar seperti keinginan untuk menjadi pintar, dan memikirkan apa yang ingin dicapai

4. Relasi dengan keluarga

Dalam kategori ini anak menginginkan hubungan keluarga yang harmonis, yang berupa aktivitas bersama dengan keluarga, bangga terhadap keluarga, dan tidak ada konflik dengan orangtua

5. Perlakuan baik

Mendapat perlakuan baik merupakan salah satu sumber kebahagiaan anak. Perlakuan ini dapat berupa dimanja dan disayang, dirawat hingga tumbuh besar.

6. Perasaan positif

Perasaan positif yang sedang dialami anak dapat berupa kegembiraan/ senang akan sesuatu, bercanda, mengalami momen yang indah, senyuman, ulang tahun, dan hidup tenang tanpa tekanan batin atau masalah.

7. Menjadi bagian dari suatu kelompok

Menjadi bagian dalam suatu kelompok sosial tertentu yang meliputi kategori kecil menjadi anggota dalam sebuah tim, memiliki keluarga yang lengkap serta memiliki orangtua dan guru

8. Membantu orang lain

Dapat berbuat baik dengan membantu orang lain menjadi salah satu sumber kebahagiaan anak. Dengan membantu orang lain yang

kesusahan, maupun membantu orangtua mengerjakan pekerjaan rumahserta berbakti kepada orangtua.

#### 9. Keinginan terpenuhi

Dapat berupa bisa makan makanan yang disukai, mendapatkan mainan yang diinginkan, maupun hal lain yang sangat diinginkan oleh anak.

Dari pemaparan faktor kebahagiaan orang dewasa dan anak-anak dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan dalam cara berfikir untuk menentukan faktor yang berpengaruh terhadap kebahagiaan. Dengan adanya faktor tersebut sebagai penentu kebahagiaan tentunya dapat dijadikan sebagai acuan untuk memperoleh kebahagiaan bagi setiap orang terutama anak-anak. Dalam sebuah keluarga anak merupakan harta yang berharga bagi setiap orangtua. Oleh karena itu, menjaga kebahagiaan anak adalah hal dan bagian terpenting bagi orangtua hal tersebut dapat dilakukan dengan memperhatikan sumber ataupun hal-hal yang dapat membuat anak bahagia sehingga anak menjadi pribadi yang bahagia terutama dari segi hubungannya dengan orangtua. Karena orangtua/keluarga merupakan lingkungan terdekat dan utama yang dijumpai oleh anak, sehingga semestinya anak memperoleh kebahagiaan yang pertama dan utama yaitu didalam lingkungan keluarga.

#### **2.1.3 Karakteristik anak yang bahagia**

Setiap anak memiliki presepsi yang berbeda-beda berkaitan dengan kebahagiaan dalam hidupnya, semuanya tergantung bagaimana presepsi anak dalam menyikapi kebahagiaan serta hal apa saja yang dapat membuat mereka

gembira dan bahagia. Myers dan Diener (Ulfiyanti, 2018) melakukan penelitian yang berhubungan dengan kebahagiaan manusia, dalam penelitiannya tersebut mengungkapkan bahwa terdapat empat kriteria yang ada pada anak yang bahagia, yakni;

#### 1. Kepribadian terbuka

Sifat terbuka menurut DeVito (Sari, 2015) menunjukkan dua aspek komunikasi. Aspek pertama keterbukaan anak terhadap orang yang diajak berinteraksi, anak mengungkapkan pendapat, pikiran dan gagasannya sehingga komunikasi dengan anak mudah dilakukan. Aspek kedua dari keterbukaan anak merespon tanggapan orang lain dengan jujur dan berterus terang tentang suatu hal yang dialaminya. Anak yang memiliki kepribadian terbuka cenderung lebih bahagia dikarenakan sifat keterbukaannya terhadap orang lain terutama orangtua menjadi lebih mengerti terhadap anaknya baik ketika sedang menghadapi masalah maupun sedang bahagia. Hal tersebut dapat meringankan perasaan anak ketika menghadapi masalah karena orang yang berada disekitarnya mengetahui masalah anak tersebut dan tentunya mereka mencoba membantu memecahkan masalah yang dihadapi anak terutama orangtua yang merupakan orang yang paling dekat dengan anak.

#### 2. Rasa optimis

Menurut Seligman (2015) terdapat dua dimensi untuk menilai apakah seseorang termasuk optimis dan pesimis, yaitu dimensi permanen (menentukan berapa lama seseorang menyerah) dan dimensi pervasif (menentukan apakah ketidakberdayaan melebar ke banyak situasi). Orang

yang optimis percaya bahwa peristiwa baik memiliki penyebab permanen dan peristiwa buruk bersifat sementara sehingga mereka berusaha untuk lebih keras pada setiap kesempatan agar dapat mengalami peristiwa baik lagi. Optimis merupakan hal yang harus dimiliki setiap individu terutama anak. Rasa optimis yang dimiliki seorang anak dapat membantu anak dalam menghadapi masalah, dengan rasa optimis tersebut anak menjadi lebih bahagia karena dengan rasa optimis yang dimiliki oleh anak dapat membuat anak tersebut lebih berani menghadapi dan menyelesaikan masalah karena anak menganggap masalah tersebut merupakan hal yang bersifat sementara dan tidak perlu selalu dijadikan beban dalam kehidupan sehari-hari.

### 3. Menghargai diri sendiri

Memiliki perasaan menghargai diri sendiri dapat membantu anak memaksimalkan potensi yang dimilikinya karena dengan menghargai dirinya sendiri dapat membantu anak untuk mengenali dirinya sendiri dan menerima dirinya apa adanya (Dzikran, 2018). Saat seorang anak mengenali dirinya dan menerima dirinya apa adanya maka anak akan mempunyai pemikiran bahwa “aku disayangi, aku anak yang baik, aku senang menjadi diriku sendiri” dengan menghargai dirinya sendiri anak menjadi tahu bahwa dirinya adalah anak yang istimewa, karena Tuhan menciptakan dirinya seperti apa adanya saat ini (Adams dan Batch, 2001). Dengan menghargai dirinya sendiri dapat menciptakan rasa bahagia bagi anak karena dengan menghargai dirinya sendiri anak lebih bersyukur dengan segala apa yang diterima dan dimiliki oleh anak dan tidak pernah mengeluh.

#### 4. Kontrol diri (mampu mengendalikan emosi)

Emosi merupakan perasaan afeksi (kasih sayang) yang timbul ketika seseorang sedang berada dalam suatu keadaan atau suatu interaksi yang dianggap sedang berada dalam suatu keadaan atau suatu interaksi yang dianggap penting olehnya (Santrock dalam Adiarti 2012). Ekspresi emosi berperan penting dalam menunjukkan kepada orang lain dengan apa yang dirasakan seseorang hal ini bertujuan untuk membangun sebuah hubungan antar individu. Hal yang dirasakan oleh anak tentunya tidak hanya perasaan bahagia tetapi juga perasaan sedih. Dengan adanya gejala perasaan yang dialami oleh anak maka kontrol emosi harus diperlukan untuk mengatur emosi seseorang baik itu orang dewasa maupun anak-anak. Secara umum anak yang memiliki kontrol diri terhadap emosinya cenderung memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi dari pada anak dengan kontrol diri yang rendah. Ketika kontrol diri yang dimiliki anak baik

Sedangkan berdasarkan hasil penelitian Gail & Seehy (Maharani, 2012) berkaitan tentang kebahagiaan, terdapat beberapa kriteria seorang individu dapat dikatakan bahagia, yaitu;

##### 1. Hidup yang memiliki arti dan arah

Individu dapat bahagia ketika individu tersebut mampu menentukan tujuan hidupnya. Selain itu individu tersebut juga dapat berinteraksi dengan dunia luar.

##### 2. Mampu berfikir kreatif dan dewasa

Individu yang bahagia dicirikan dengan kemampuannya menjalankan rencana yang telah dibuat secara berkesinambungan, namun juga menggunakan waktu-waktu tertentu untuk menerima kekurangan dan kelebihan yang dimiliki.

3. Menerima setiap kondisi yang dihadapi

Individu yang bahagia adalah orang yang mampu menerima keadaan yang ada didirinya. Hal tersebut erat kaitannya dengan kepuasan dan kemampuan bersyukur yang dimiliki.

4. Mencapai tujuan hidup

Individu yang berbahagia disini dicirikan dengan terpenuhinya semua tujuan jangka panjang kehidupannya yang penting. Misalnya kehidupan yang nyaman, keluarga yang aman dan perasaan pemenuhan.

5. Peduli tumbuh kembang pribadi

Individu yang berbahagia, selalu menggambarkan dirinya sebagai pribadi positif, seperti pribadi yang jujur, penuh cinta dan bertanggung jawab. Individu yang memiliki penilaian yang positif terhadap dirinya sendiri akan lebih mampu dalam menghadapi realita di kehidupannya.

6. Memiliki relasi yang baik

Individu yang berbahagia mempunyai hubungan yang baik dengan diri sendiri maupun orang lain. Selain itu hubungan yang baik adalah hubungan yang saling menguntungkan satu sama lain.

7. Memiliki banyak teman

Individu yang bahagia memiliki banyak teman-teman yang mampu memberikan perasaan nyaman karena adanya hubungan timbal balik, seperti adanya perasaan saling mendukung.

8. Individu yang menyenangkan dan bersemangat

Individu yang bahagia akan terlihat selalu senang dan bersemangat. Hal ini dapat menimbulkan ketertarikan pada orang di sekitarnya, sehingga dapat terjalin kehidupan emosional dan hubungan yang intim.

9. Menerima kritik dari orang lain untuk perbaikan diri

Individu yang bahagia memiliki harga diri yang cukup sehingga merasa cukup aman ketika mendapatkan kritik dari orang lain. Melalui kritik yang diberikan orang lain, individu akan berbenah diri dan akan lebih cepat bangkit dari keterpurukan.

10. Tidak memiliki ketakutan-ketakutan yang umumnya dimiliki orang lain

Individu yang berbahagia tidak memiliki ketakutan atau kecemasan yang pada umumnya dimiliki orang lain, seperti takut hidup sendirian, takut mengalami sakit, dan lain-lain. Hal tersebut disebabkan karena orang bahagia adalah orang yang mampu bersyukur.

Sedangkan dalam *Authentic Happiness*, Seligman (2005) menjelaskan bahwa terdapat enam kebajikan atau tindakan mulia (karakteristik psikologis) yang dilakukan individu ketika bahagia, yaitu:

1. Kearifan dan pengetahuan.

Individu yang berbahagia, arif dalam bertingkah laku akan merespon positif segala pengetahuan dan pengalaman yang dialami

individu di dunia. Individu yang bahagia terbuka dan fleksibel terhadap pengalaman dan pengetahuan yang baru. Individu ini selalu memiliki rasa keingintahuan yang tinggi dan tertarik untuk membedah ilmu baru yang didupatkannya. Selain itu orang yang berbahagia sangat mencintai belajar. Hal tersebut dilakukan demi pengetahuan itu sendiri. Pengetahuan yang didapat nantinya akan diamati dan dipikirkan secara kritis sehingga akan muncul inteligensia praktis atau kecerdasan sehari-hari. Kecerdasan ini nantinya akan membantu individu dalam melaksanakan aktivitasnya. Individu yang berbahagia juga memiliki kecerdasan sosial dan pribadi. Kecerdasan ini membantu individu dalam memahami diri sendiri dan orang lain. Sehingga tercipta tolong menolong dan mampu menempatkan diri secara tepat di lingkungan masyarakat.

## 2. Keberanian.

Individu yang bahagia tidak akan takut ketika menghadapi suatu ancaman, tantangan, kepedihan atau kesulitan.

## 3. Kemanusiaan dan cinta

Individu yang bahagia mampu memperlihatkan interaksi yang positif dengan orang lain baik teman, kenalan, anggota keluarga maupun orang lain.

## 4. Keadilan.

Individu yang bahagia mengerti tentang kedudukannya dalam masyarakat atau dalam tim serta mampu menjunjung tinggi keadilan. Dalam hidup bermasyarakat, individu ini tidak mementingkan perasaannya

sendiri serta mampu mengorganisasi dan mengawasi jalannya kegiatan dalam kelompok masyarakat tersebut.

#### 5. Kesederhanaan.

Individu yang bahagia mampu mengendalikan diri, yaitu dengan menahan nafsu, keinginan dan dorongan pada saat yang tepat. Individu ini pandai menahan dorongan hati yang bertujuan jangka pendek demi kesuksesan jangka panjang dengan kemampuannya mempertimbangkan segala sesuatu. Individu yang bahagia juga memiliki kerendahan hati dan bersahaja, sehingga banyak orang yang mengakui dan menghargainya.

#### 6. Transendensi.

Transendensi adalah kekuatan emosi yang menjangkau ke luar diri untuk menghubungkan individu ke sesuatu yang lebih besar dan lebih permanen kepada orang lain, masa depan, evolusi, ketuhanan, atau alam semesta. Individu yang mampu bahagia adalah individu yang mampu menghargai keindahan alam beserta isinya, seni dan sains. Selain itu juga mampu bersyukur dalam situasi tersulit sekalipun, karena mampu melihat hal positif dari apa yang dialaminya. Ia memiliki semangat dan gairah jiwa dalam menjalani aktivitas, dan ketika menghadapi situasi sulit, ia tetap optimis dan berpengharapan di masa depan. Hal ini dipengaruhi pula oleh tujuan dan keyakinan yang jelas dari individu tersebut. Kesadaran diri yang dimiliki individu tersebut memungkinkan individu untuk menjadi orang yang pemaaf. Individu ini juga memiliki rasa humor sebagai upaya

membuat orang lain tersenyum dan melihat sisi kehidupan yang positif yang membuatnya terus semangat menjalani hidup.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri seseorang bahagia adalah memiliki sikap yang positif bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Seperti halnya hidup yang memiliki arti dan arah, memiliki kepribadian terbuka, optimis terhadap segala hal yang dihadapi, lebih menghargai diri sendiri, mampu mengendalikan emosi.

## **2.2 Pola Komunikasi Keluarga**

### **2.2.1 Pengertian Pola Komunikasi Keluarga**

Keluarga merupakan organisasi terkecil yang ada dalam masyarakat, memiliki potensi yang paling penting dalam sebuah komunitas dimana internalisasi nilai-nilai budaya lokal terjadi melalui keluarga, termasuk pelestarian nilai-nilai agama di mana keluarga memegang peranan penting di dalamnya (Haryanto, dkk, 2012). DeGenova dalam Haryanto, dkk (2012) keluarga merupakan sekelompok orang yang terikat karena adanya ikatan pernikahan, hubungan darah, adopsi, dan hubungan seksual ekspresif lainnya, dimana orang dewasa saling bekerja sama secara finansial untuk saling mendukung kebutuhan keluarga, orang-orang di dalamnya saling berkomitmen satu sama lain dalam suatu hubungan antarpribadi yang intim, anggota-anggota keluarga memandang identitas individu mereka sangat dekat dengan kelompok tersebut, dan kelompok tersebut memiliki identitasnya sendiri. Keluarga merupakan kumpulan orang yang saling membutuhkan yang mendiami suatu tempat dengan tugas yang dimiliki oleh setiap individu

serta saling bergantung satu sama lain. Dalam sebuah keluarga sendiri terdiri dari kakek, nenek, ayah, ibu, kakak, adik (Murniasih, 2008).

Friedman 1998 dalam Setiawati & Santun (2008) mengemukakan bahwa fungsi keluarga terdiri dari:

a. Fungsi Afeksi

Fungsi yang ada dalam keluarga sebagai dasar kekuatan d dalam keluarga. Dimana didalamnya saling berhubung, saling menyayangi, saling mendukung, dan saling menghargai antar anggota keluarga

b. Fungsi Sosialisasi

Dimana di dalam keluarga mengembangkan proses interaksi yang dimulai sejak anak lahir serta keluarga merupakan tempat bagi individu untuk belajar bersosialisasi

c. Fungsi Reproduksi

Fungsi keluarga untuk meneruskan keturunan serta menambah SDM

d. Fungsi Ekonomi

Fungsi dimana didalam lingkungan keluarga merupakan tempat untuk memenuhi kebutuhan seluruh keluarga seperti pakaian, makanan, dan tempat tinggal.

e. Fungsi Perawatan Kesehatan

Fungsi dimana setiap keluarga mencegah terjadinya masalah kesehatan serta merawat anggota keluarganya

Dari pemaparan diatas dapat diketahui bahwa keluarga mempunyai fungsi yang sangat penting yang penting bagi setiap individu. Salah satunya

yaitu fungsi sosialisasi dimana fungsi sosialisasi merupakan suatu proses interaksi berupa mengirim dan menerima pesan sebagai bentuk komunikasi yang ada dalam keluarga..

Komunikasi dalam keluarga merupakan hal yang sangat penting, karena dengan proses komunikasi dapat mempererat tali persaudaraan antar anggota keluarga serta memahami satu sama lain. Kata “komunikasi” yang berasal dari kata kerja *communicate* yang memiliki arti berbicara dengan seseorang, memberi informasi orang lain, bertukar pikiran, tukar-menukar, berbagi sesuatu dengan orang lain, memberitahukan sesuatu pada orang lain, berteman, berhubungan, bercakap-cakap. Sehingga dapat diartikan sebagai adanya pertukaran pikiran ataupun hubungan, percakapan, pemberitahuan dan pembicaraan (Mardjono dalam Nuryanto, 2012).

Definisi komunikasi itu sendiri memiliki arti yang berbeda, hal itu tergantung kepada bagaimana sudut pandang orang tersebut. Seperti definisi komunikasi menurut Dennis Murphy yang mengungkapkan bahwa komunikasi merupakan semua proses yang digunakan untuk mencapai pikiran orang lain (Nuryanto, 2012). Sedangkan menurut Djamarah (2004) komunikasi ialah sebuah proses menyampaikan suatu pernyataan ataupun informasi dari satu orang ke orang yang lainnya, yang berlangsung bila antara orang-orang yang terlibat terdapat kesamaan makna mengenai suatu hal yang dikomunikasikan. Sedangkan menurut Wahlroos dalam Nurfaradila (2016) komunikasi merupakan semua tindakan-tindakan membawa pesan yang dapat diterima oleh orang lain, baik tindakan tersebut bersifat verbal maupun non-

verbal. Jadi pada dasarnya *komunikasi* merupakan sebuah proses yang terjadi antara orang-orang yang menyampaikan suatu informasi kepada orang lain dengan tujuan mencapai satu pemikiran yang sama. Dalam prosesnya, setiap komunikasi yang dilakukan oleh setiap manusia memiliki perbedaan-perbedaan bagaimana setiap individu mengungkapkan apa yang difikirkan melalui lisan. Hal tersebut mengakibatkan adanya pola yang berbeda ketika individu berkomunikasi. Dalam setiap keluarga memiliki pola tersendiri saat berkomunikasi dengan sesama anggota keluarga. Dalam sebuah keluarga komunikasi merupakan hal yang penting, dikarenakan dengan komunikasi yang dilakukan di lingkungan keluarga masing-masing anggota dalam keluarga dapat memahami satu sama lain. Dengan saling memahami antar anggota keluarga dapat menciptakan suasana yang nyaman dan aman, dengan adanya suasana yang aman dan aman tentunya dapat mendatangkan kebahagiaan dalam keluarga.

### **2.2.2 Komponen Komunikasi Dalam Keluarga**

Dalam sebuah proses komunikasi terdapat beberapa komponen yang menjdai unsur-unsur utama agar proses komunikasi berlangsung sangat baik, yaitu pengirim informasi (komunikator), penerima informasi (komunikan), dan pesan yang disampaikan (Djamarah, 2004)

#### **(1) Pengirim Informasi (Komunikator)**

Pengirim informasi (komunikator) atau bisa disebut juga dengan *sender* merupakan seseorang atau lebih yang melakukan kegiatan penyampaian informasi yang ditujukan kepada seseorang atau lebih dengan memilih-

milih media atau sarana komunikasi yang tepat dalam bentuk kode tertentu dan menyampaikannya dengan jelas sehingga informasi yang disampaikan berhasil.

### **(2) Pesan yang Disampaikan**

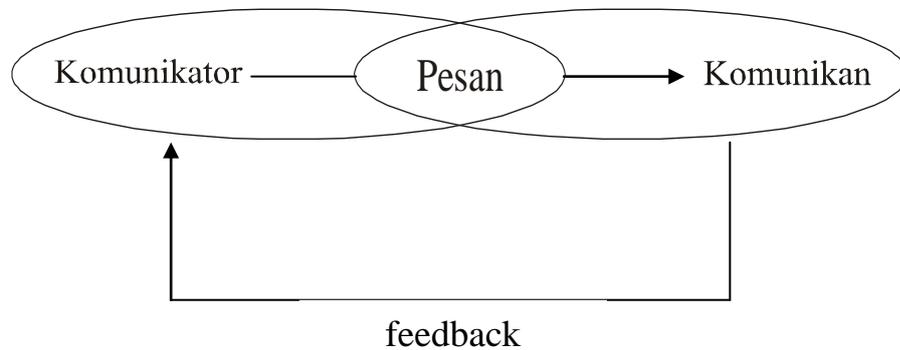
Pesan yang disampaikan dalam sebuah proses komunikasi merupakan informasi-informasi yang akan dikirim oleh komunikator kepada komunikan. Informasi yang disampaikan sebisa mungkin harus memiliki daya tarik dan isesuaikan dengan kebutuhan penrima pesan (komunikan).

### **(3) Penerima Informasi (Komunikan)**

Penerima informasi (komunikan) atau disebut juga dengan receiver merupakan seorang atau lebih yang mendengar atau melihat suatu informasi yang disampaikan kepada komunikan. Komunikan harus berkonsentrasi dengan baik agar dapat menafsirkan pesan sesuai dengan apa yang disampaikan oleh komunikator. Komunikan juga harus memberikan umpan balik atau feedback atau decoding yang disampaikan kepada komunikator yang menandakan informasi telah diterima dengan benar.

Berdasarkan ketiga komponen tersebut proses komunikasi dapat diilustrasikan sebagai berikut

**Gambar 2. 1 Komponen Proses Komunikasi**



Sedangkan menurut Nuryanto (2012) terdapat beberapa unsur yang mempengaruhi terjadinya komunikasi yang baik, yaitu:

a. Pengirim Informasi

Pengirim informasi atau disebut juga sender atau komunikator merupakan seseorang atau lebih yang melakukan kegiatan penyampaian informasi yang ditujukan kepada seseorang atau lebih dengan memilih media atau sarana komunikasi yang tepat dan menyampaikannya dengan jelas sehingga informasi yang disampaikan berhasil.

b. Penerima Informasi

Penerima informasi atau disebut juga receiver atau komunikan merupakan seseorang atau lebih yang menerima informasi setelah mendengar atau melihat suatu informasi yang disampaikan kepadanya tersebut benar dan sesuai dengan maksud dari pengirim pesan. Penerima pesan juga harus memberikan umpan balik atau decoding yang disampaikan kepada pengirim informasi yang menandakan bahwa informasi telah diterima dengan benar.

c. Sarana atau Media Komunikasi

Sarana atau media komunikasi merupakan alat atau bahan untuk mengirimkan informasi. Jenis dari alat tersebut bermacam-macam tergantung bentuk informasi dan area penyebaran informasi yang disampaikan.

Menurut Laswell dalam Putri (2016) komponen-komponen komunikasi adalah:

1. Sumber (*source*), dasar dalam menyampaikan pesan untuk memperkuat pesan itu sendiri. Sumber komunikasi diantaranya orang, lembaga, buku, dan lainnya.
2. Pengirim (*sender*), pihak penyampaian pesan yang berupa individu yang berbicara ataupun penulis, selain itu bisa pula sekelompok orang, media komunikasi seperti, televisi, radio, surat kabar dan lainnya.
3. Pesan (*message*), objek yang disampaikan oleh komunikator. Pesan mempunyai tema utama sebagai pengarah dalam usaha mengubah sikap dan tingkah laku orang lain.
4. Saluran (*channel*), yang digunakan oleh komunikator dalam menyampaikan pesan yang berupa saluran formal (resmi) dan saluran tidak formal (tidak resmi). Saluran formal merupakan saluran yang mengikuti wewenang dalam suatu organisasi seperti komunikasi antara atasan dan bawahannya. Sedangkan saluran informal merupakan saluran yang berisi desas-desus, kabar angin, dan kabar burung.

5. Komunikan, merupakan penerima pesan dalam komunikasi yang berupa massa, kelompok ataupun individu.
6. Hasil (*effect*) yang merupakan hasil akhir dari proses komunikasi, ditandai dengan adanya perubahan sikap dan perilaku ataupun respon yang diberikan oleh komunikan.

Berdasarkan pemaparan tersebut dapat diketahui bahwa komponen komunikasi yang menjadi penentu kelancaran dalam proses berkomunikasi yaitu adanya komunikator yang bertugas sebagai pengirim pesan, komunikan yang bertugas sebagai penerima pesan, media komunikasi yang digunakan, dan informasi yang akan disampaikan oleh komunikator kepada komunikan. Hal-hal tersebut menjadi faktor terpenting terjadinya proses komunikasi yang baik.

### **2.2.3 Jenis Pola Komunikasi Keluarga**

Komunikasi keluarga merupakan sesuatu yang pasti terjadi dalam sebuah lingkungan keluarga. Dengan tidak adanya komunikasi didalam keluarga antara anggota keluarga tidak dapat memahami satu sama lain. Akibatnya hubungan anggota keluarga menjadi rawan dan permasalahan sulit dihindarkan. Menurut Yusuf (Fajarwati, 2011) pola komunikasi keluarga dibagi menjadi tiga yaitu;

#### **a. Pola komunikasi membebaskan (*permissive*)**

*Pola komunikasi permissif* ditandai dengan adanya kebebasan tanpa batas kepada anak untuk berbuat dan berperilaku sesuai dengan keinginan anak. Pola komunikasi permissif atau dikenal pula dengan Pola komunikasi serba

membiarkan adalah orangtua yang bersikap mengalah, menuruti semua keinginan, melindungi secara berlebihan, serta memberikan atau memenuhi semua keinginan anak secara berlebihan.

**b. Pola komunikasi otoriter**

Pola komunikasi otoriter ditandai dengan orangtua yang melarang anaknya dengan mengorbankan otonomi anak. Pola komunikasi otoriter mempunyai aturan – aturan yang kaku dari orangtua. Dalam pola komunikasi ini sikap penerimaan rendah, namun kontrolnya tinggi, suka menghukum, bersikap mengkomando, mengharuskan anak untuk melakukan sesuatu tanpa kompromi, bersikap kaku atau keran, cenderung emosional dan bersikap menolak. Biasanya anak akan merasa mudah tersinggung, penakut, pemurung dan merasa tidak bahagia, mudah terpengaruh, stress, tidak mempunyai arah masa depan yang jelas serta tidak bersahabat.

**c. Pola komunikasi demokratis**

Pola komunikasi orangtua yang demokratis pada umumnya ditandai dengan adanya sikap terbuka antara orangtua dan anak. Mereka membuat semacam aturan – aturan yang disepakati bersama. Orangtua yang demokratis ini yaitu orangtua yang mencoba menghargai kemampuan anak secara langsung.

Sedangkan, McLeod dan Chaffe (Sari dkk, 2011) membagi komunikasi dalam keluarga dalam beberapa pola yaitu;

**(1) Pola *laissez-faire*,**

Pola komunikasi yang ditandai dengan rendahnya komunikasi yang berorientasi konsep, artinya anak tidak diarahkan untuk mengembangkan diri secara mandiri, dan juga rendah dalam komunikasi yang berorientasi sosial. Artinya anak tidak membina keharmonisan hubungan dalam bentuk interaksi dengan orangtua. Anak maupun orangtua kurang atau tidak memahami objek komunikasi, sehingga dapat menimbulkan komunikasi yang salah.

**(2) Pola *protektif*,**

Pola komunikasi yang ditandai dengan rendahnya komunikasi dalam orientasi konsep, tetapi tinggi komunikasinya dalam orientasi sosial. Kepatuhan dan keselarasan sangat dipentingkan. Anak-anak yang berasal dari keluarga yang menggunakan pola *protektif* dalam berkomunikasi mudah dibujuk, karena mereka tidak belajar bagaimana membela atau mempertahankan pendapat sendiri.

**(3) Pola *pluralistik***

Pola komunikasi yang merupakan bentuk dari komunikasi keluarga yang menjalankan model komunikasi yang terbuka dalam membahas ide-ide dengan semua anggota keluarga, menghormati minat anggota lain dan saling mendukung.

**(4) Pola *konsensual***

Pola komunikasi yang ditandai dengan adanya musyawarah mufakat. Bentuk komunikasi keluarga ini menekankan komunikasi berorientasi sosial maupun yang berorientasi konsep. Pola ini, mendorong dan

memberikan kesempatan untuk tiap anggota keluarga mengemukakan ide dari berbagai sudut pandang, tanpa mengganggu struktur kekuatan keluarga.

Selanjutnya Mcleod dan Chaffe dalam Hiasinta (2016) juga mengidentifikasi pola komunikasi yang ada di didalam keluarga sebagai pola orangtua dalam mengembangkan gaya berkomunikasi dengan anaknya yang pada umumnya dikenal dengan dua pola komunikasi yaitu;

**a. Pola komunikasi terbuka**

Pada pola komunikasi terbuka terdapat kelonggaran dalam penerapan peraturan. Dalam pola komunikasi terbuka peraturan yang ada di dalam lingkungan keluarga bersifat fleksible, sehingga anak mempunyai kesempatan untuk berkomunikasi baik berupa saran, pendapat, bahkan masukan terhadap orangtua. (Reardon dalam Hiasinta 2016 )

Dalam pola komunikasi terbuka antara orangtua dan anak memungkinkan adanya orangtua dalam mengembangkan gaya komunikasi authoritative dimana gaya komunikasi ini merupakan suatu bentuk interaksi antara orangtua dengan anak (Diana Baumrind). Pada gaya ini komunikasi yang digunakan didalamnya menerapkan aturan-aturan yang sesuai dengan apa yang dibutuhkan oleh anak. serta disesuaikan dengan kebutuhan orangtua. Pada penggunaan pola komunikasi terbuka dalam keluarga dalam pelaksanaannya memiliki ketegasan dalam mendidik dan membimbing anak dengan komunikasi

yang penuh dengan kehangatan, perhatian serta kasih sayang dengan ciri-ciri sebagai berikut:

- (1) Orangtua tidak menganggap pendapatnya paling benar dengan mempertimbangkan pendapat yang diutarakan oleh anak
- (2) Orangtua tidak mendominasi didalam keluarga serta memberikan kesempatan bagi anak untuk menyampaikan suatu hal.
- (3) Orangtua menjadi pendengar, dimana orangtua selalu mendengar apa yang diceritakan oleh anak baik itu hal baik maupun hal buruk.
- (4) Orangtua mengadakan komunikasi timbal balik dimana ketika orangtua berbicara mereka memberikan kesempatan untuk menjawab, dan begitupula sebaliknya ketika anak berbicara ataupun bertanya orangtua harus memberikan respon yang baik.
- (5) Menghargai pendapat orang lain (lebih dari satu orang).
- (6) Orangtua mengajarkan anak untu berdiskusi dan bebincang-bincang untuk mengatasi permasalahan yang dapat mengakibatkan adanya salah pengertian dalam komunikasi yang ada dalam keluarga.

**b. Pola komunikasi tertutup**

Menurut Woods dalam Hiasinta (2016) mengungkapkan bahwa pola komunikasi tertutup (*close communication*) dalam pelaksanaannya peraturan dalam lingkungan keluarga bersifat kaku, dimana anak hanya memiliki sedikit kesempatan saat berkomunikasi dengan orangtua seperti, interupsi, pendapat maupun masukan.

Sebagai pola komunikasi antara orangtua dan anak, dalam penggunaan pola komunikasi tertutup dapat memungkinkan orangtua untuk mengembangkan gaya komunikasi yang authoritarian, dimana dalam pelaksanaannya ketika mengasuh bersifat kaku. Orangtua yang menggunakan pola komunikasi ini cenderung memerintah anak dan anak harus mematuhi perintah dan aturan yang diberikan tanpa mengetahui alasannya serta dalam penggunaannya tidak memiliki komunikasi yang efektif, serta gagal dalam memberikan afeksi kepada anak. Pola komunikasi tertutup memiliki ciri-ciri sebagai berikut;

- (1) Kegiatan komunikasi dalam keluarga hanya terjadi satu arah dan tidak ada komunikasi timbal balik
- (2) Orangtua tidak mempertimbangkan pendapat yang diutarakan oleh anaknya
- (3) Orangtua bersifat memerintah (*instruktif*)
- (4) Bersifat kaku terhadap anak dikarenakan kurangnya pengetahuan sifat dan kepribadian tentang anaknya yang disebabkan karena kurang efektifnya komunikasi yang ada dalam keluarga
- (5) Orangtua lebih mendominasi dan keputusan yang diambil oleh orangtua dianggap paling paling benar

Berdasarkan pemaparan beberapa pola komunikasi dalam keluarga diatas. Terdapat berbagai pola yang digunakan dalam sebuah keluarga. Pola komunikasi tersebut menjadi penentu keharmonisan dalam sebuah keluarga. Dari beberapa pemaparan terkait pola komunikasi yang ada didalam

lingkungan keluarga, dikelompokkan menjadi dua pola komunikasi yang sering digunakan dalam keluarga yaitu yang bersifat mengatur (otoriter/tertutup) dimana pemegang kekuasaan tertinggi dalam keluarga ialah orangtua, sehingga segala pendapat orangtua bersifat mutlak. Pola komunikasi yang bersifat terbuka (demokratis) dimana komunikasi yang dilakukan oleh orangtua dengan anak memiliki sifat terbuka, orangtua dengan anak menciptakan aturan-aturan yang disepakati bersama.

## **2.3 Strategi Coping Ibu Tunggal**

### **2.3.1 Definisi Strategi Coping Ibu Tunggal**

Menurut Hurlock (1999) orangtua tunggal (*single parent*) adalah orangtua yang telah menduda atau menjanda entah bapak atau ibu, mengasumsikan tanggung jawab untuk memelihara anak-anak setelah kematian pasangannya, perceraian atau kelahiran anak diluar nikah. Menurut Sager (dalam Haryanto, dkk, 2012) menyatakan bahwa *single parent* adalah orang tua yang secara sendirian membesarkan anak-anaknya tanpa kehadiran, dukungan, dan tanggung jawab pasangannya. Keluarga single parent adalah satu orang tua yang mengasuh anak yang memiliki peran ganda karena suami dan istri tidak tinggal serumah disebabkan oleh kematian pasangan atau perceraian (Elizabeth dalam Agustinawati).

Sedangkan menurut Haryanto dkk (2012) pada umumnya peneliti memiliki cara pandang dan pemahaman yang tidak jauh berbeda antara satu dengan yang lain. Pendefinisian istilah orangtua tunggal secara umum menegaskan adanya entitas tunggal dalam peran orangtua, yang memegang

peranan utama dan bertanggungjawab penuh terhadap urusan rumah tangga, baik terkait dengan persoalan anak, akses kebutuhan ekonomi, pengambilan keputusan keluarga, dan peran sosial dalam masyarakat secara umum, dipegang oleh satu orang saja, dan tidak ada dukungan, kehadiran, dan tanggungjawab dari pasangannya.

Seorang perempuan sebagai ibu tunggal merupakan suatu keadaan dimana seorang perempuan akan menduduki dua kedudukan sekaligus (peran ganda); sebagai ibu yang merupakan kedudukan sebenarnya dan sebagai seorang ayah (Qaini dalam Widad, 2011). Dalam peran gandanya tersebut tentu sebagai seorang ibu harus memiliki dua sikap, sebagai ibu yang harus bersikap lembut kepada anaknya, dan sebagai ayah yang bersifat tegas dan menjadi kepala keluarga yang memegang kendali aturan yang ada dirumah. Seorang ibu dapat dikatakan sebagai ibu tunggal apabila terdapat keadaan dimana pasangan ataupun suami dari wanita tersebut meninggal dunia ataupun seorang wanita yang telah mengalami perceraian dengan suaminya dan diberi hak atas penjagaan anak atau wanita yang digantung (statusnya tidak jelas) karena tidak diberi nafkah oleh suaminya ataupun seorang wanita dalam proses perceraian (Majzud dalam Fadillah, 2015).

Sebuah perceraian dalam keluarga tidak hanya berpengaruh pada psikis orangtua tetapi juga berpengaruh kepada anak. Setiap tingkat usia anak menyesuaikan diri dengan situasi baru memperlihatkan cara dan

penyelesaian yang berbeda. Berikut ini cara anak menyesuaikan diri dengan situasi baru berdasarkan tingkatan usia (Dagun, 2002):

**a Kelompok anak yang belum berusia sekolah**

Kelompok anak yang belum berusia sekolah pada saat kasus ini terjadi, ada kecenderungan untuk memperlakukan diri bila ia menghadapi masalah dalam hidupnya. Ia menangisi dirinya. Umumnya anak dengan usia belum sekolah sering tidak betah pada keadaan yang ada disekitarnya, ia belum dapat menerima cara hidup yang baru. Ia tidak akrab dengan orangtuanya. Anak ini sering dibayangi rasa cemas, selalu ingin mencari ketenangan.

**b Kelompok anak yang sudah menginjak usia besar**

Pada usia ini anak cenderung memberi reaksi lain ketika perceraian terjadi dalam keluarganya. Kelompok anak dengan usia ini tidak lagi menyalahkan diri sendiri, tetapi memiliki sedikit perasaan takut karena perubahan situasi keluarga dan merasa cemas karena ditinggalkan salah satu orangtuanya.

**c Ketika anak menginjak usia remaja**

Anak sudah mulai memahami seluk-belik arti perceraian. Mereka memahami, apa akibat yang bakal terjadi dari peristiwa itu. Mereka menyadari masalah-masalah yang bakal muncul, soal ekonomi, sosial, dan faktor-faktor lainnya.

Sedangkan menurut Dariyo dalam Hakiki (2017) dampak perceraian bagi orang tua dan anak diantaranya sebagai berikut;

a. Pengalaman traumatis pada salah satu pasangan

Individu yang telah melakukan segala usaha demi mendapatkan kehidupan rumah tangga yang bahagia ternyata harus menghadapi pahitnya perceraian. Dampak yang akan dirasakan berupa kesedihan, kekecewaan, frustrasi, tidak nyaman, dan rasa khawatir berkepanjangan, tidak dapat konsentrasi dalam bekerja, sulit tidur dan berbagai masalah lainnya. Akibatnya, individu akan memiliki sikap benci terhadap diri sendiri maupun pasangannya. Jika kondisi psikis tersebut tidak di tanggulangi dengan baik, bisa mengakibatkan gangguan psikosomatis, bunuh diri atau gangguan psikologis lainnya.

b. Pengalaman traumatis bagi anak

Anak-anak yang ditinggalkan juga akan mengalami dampak negatif yang serius. Mereka akan mengalami kebingungan harus mengikuti siapa, ayah atau ibu. Mereka tidak dapat mengidentifikasi orangtua. Akibatnya, anak-anak mendapatkan gambaran buruk terhadap pernikahan karena tidak ada contoh positif yang harus ditiru. Secara tidak langsung, mereka akan beranggapan bahwa orangtua itu jahat, egodis dan tidak bertanggung jawab, dan hanya mementingkan diri sendiri. Kekhawatiran akan pernikahan bisa jadi terbawa hingga anak menjadi dewasa dan takut untuk menikah dan bercerai. Akan tetapi adakalanya menjadikan luka trauma dahulu menjadi pelajaran, dan menghindari perceraian. Semua tergantung pada diri yang

bersangkutan. Namun yang jelas, perceraian orangtua akan mendatangkan perasaan traumatis bagi anak.

c. Ketidakstabilan kehidupan dalam pekerjaan

Dampak psikologis yang terjadi akibat perceraian, akan berdampak pula pada fisik individu tersebut seperti susah tidur dan tidak dapat berkonsentrasi dalam bekerja sehingga mengganggu kehidupan kerja, misalnya pekerjaan menjadi terbengkalai.

Bagi orangtua dengan adanya perceraian, tanggung jawabnya menjadi semakin besar baik itu dalam hal pekerjaan, pemenuhan kebutuhan, biaya pendidikan anak. Sedangkan yang dirasakan oleh anak karena perceraian adalah hilangnya salah satu figur contoh ataupun tauladan yang ada dalam sebuah keluarga. Selain itu kasih sayang yang diperoleh oleh anak berkurang karena orangtua yang tinggal bersamanya sudah pasti tidak hanya fokus untuk mengurus anak, tetapi juga bekerja untuk memenuhi tuntutan perekonomian yang ada.

Dalam sebuah keluarga menjadi ibu tunggal tentunya bukan hal yang mudah, terdapat permasalahan-permasalahan yang kerap menghampiri ibu tunggal. Berdasarkan hasil penelitian Suhartini dan Panjaitan dalam Armayati dan Sumiati (2015) disebutkan dalam menghadapi suatu permasalahan setiap individu tentunya mempunyai bermacam-macam tindakan untuk mengatasinya salah satunya dengan cara coping. Umumnya coping merupakan sebuah strategi yang dilakukan oleh individu terjadi secara otomatis begitu individu merasakan adanya situasi yang menekan

atau mengancam, maka individu dituntut untuk segera mungkin mengatasi ketegangan yang dialaminya.

Secara istilah strategi berasal dari bahasa Yunani yaitu *strategia* yang diartikan sebagai “*the art of the general*” atau seni seorang panglima yang biasanya digunakan dalam peperanga (Rofa’ah 2016). Sedangkan menurut kamus besar bahasa Indonesia strategi diartikan sebagai suatu rencana yang cermat mengenai kegiatan untuk mencari sasaran khusus (Poerwadarminta dalam Rofi’ah, 2016). Jadi strategi merupakan sebuah cara atau metode yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok dalam mencapai tujuan tertentu. Sedangkan coping secara harfiah mempunyai makna pengatasan atau penanggulangan (*to cope with* = mengatasi, menanggulangi). Namun karena istilah *coping* merupakan istilah yang sudah jamak dalam psikologi serta memiliki makna yang kaya, maka penggunaan istilah tersebut dipertahankan dan langsung diserap ke dalam bahasa Indonesia untuk membantu memahami bahwa *coping* (coping) tidak sesederhana makna harfiahnya saja. Coping sering disamakan dengan *adjustment* (penyesuaian diri). Coping juga sering dimaknai sebagai cara untuk memecahkan masalah (*problem solving*) (Siswanto dalam Wijayanti, 2013). Sedangkan menurut Lazarus dan Folkman dalam Pitasari dan Cahyono (2013) coping merupakan usaha mengubah pemikiran atau tindakan untuk mengelola tuntutan internal dan eksternal yang dinilai berat dan melebihi sumber daya yang dimiliki individu. Coping merupakan proses dimana seseorang mencoba untuk mengelola perbedaan yang dirasakan antara tuntutan dan

sumber daya yang mereka nilai dalam situasi stres. Usaha coping bertujuan untuk mengoreksi atau menguasai suatu masalah. Hal itu juga membantu seseorang mengubah persepsinya mengenai ketidaksesuaian, toleransi atau penerimaan ancaman atau hal yang membahayakan, atau melarikan diri atau menghindari sesuatu (Lazarus dan Folkman dalam Pitasari dan Cahyono, 2013).

Dari definisi tersebut dapat diketahui bahwa strategi coping ibu tunggal merupakan sebuah proses, cara ataupun metode yang digunakan seorang ibu dalam menghadapi dan mengatasi tuntutan serta permasalahan yang mereka hadapi dengan menggunakan kemampuan yang ada pada setiap individu. Kemampuan tersebut nantinya yang akan mengatasi permasalahan yang ada dalam individu. Karena pada dasarnya setiap individu makhluk yang berbeda-beda, maka cara setiap individu dalam menghadapi tuntutan dalam hidupnya berbeda pula.

### **2.3.2 Jenis atau Bentuk Coping**

Pada coping sendiri terdapat klasifikasinya tersendiri. Lazarus dan Folkman dalam Wijayanti (2013) mengklasifikasikan strategi coping yang digunakan menjadi dua yaitu:

1. *Problem focused coping (PFC)* atau Coping Berfokus Pada Masalah.

Problem focused coping (PFC) merupakan strategi coping untuk menghadapi masalah secara langsung dengan mengambil usaha atau tindakan langsung untuk menghadapi dan memecahkan ataupun menyelesaikan masalahnya. Problem focused coping memungkinkan

individu membuat rencana dan tindakan lebih lanjut, berusaha menghadapi segala kemungkinan yang akan terjadi untuk memperoleh apa yang telah direncanakan dan diinginkan sebelumnya. Pada strategi coping berbentuk PFC dalam mengatasi masalahnya, individu akan berpikir logis dan berusaha memecahkan permasalahan dengan positif. Pada Problem Focused Coping sendiri terbagi menjadi dua yaitu:

- a. *Confrontative coping*, usaha untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang agresif, tingkat kemarahan yang cukup tinggi, dan pengambilan resiko.
- b. *Planful problem solving*, usaha untuk mnegubah keadaan yang dianggap menekan dengan cara yang hati-hati, bertahap, dan analitis.

## 2. *Emotion focused coping (EFC)* atau Coping Berfokus pada Emosi

Emotion focused coping merupakan strategi untuk meredakan emosi individu yang ditimbulkan oleh stressor (sumber stres), tanpa berusaha untuk mengubah suatu situasi yang menjadi sumber stres secara langsung. Strategi penanganan stres dengan memberikan respon secara emosional dimana individu lebih menekankan pada usaha-usaha untuk menurunkan atau mengurangi emosi negatif yang dirasakan ketika menghadapi masalahnya. Seperti melakukan pelarian diri atau menghindari masalah, penyalahan diri yaitu dengan menyalahkan diri sendiri dan menyesali yang telah terjadi, minimalisasi yaitu dengan menolak atau seakan-akan tidak ada masalah, dan pencarian makna yaitu dengan mencari arti dari kegagalan yang dialaminya. Emotion focused

coping memungkinkan individu melihat sisi kebaikan (hikmah) dari suatu kejadian, mengharap simpati dan pengertian orang lain, atau mencoba melupakan segala sesuatu yang berhubungan dengan hal yang telah menekan emosinya, namun hanya bersifat sementara. Dalam emotion focused coping terbagi atas beberapa cara yang dapat digunakan, diantaranya:

- a. *Self-control*, usaha untuk mengatur perasaan ketika menghadapi situasi yang menekan.
- b. *Distancing*, Usaha untuk tidak terlibat dalam permasalahan, seperti menghindar dari permasalahan seakan tidak terjadi apa-apa atau menciptakan pandangan-pandangan yang positif, seperti menganggap masalah sebagai lelucon.
- c. *Seeking social support*, yaitu usaha untuk mendapatkan kenyamanan emosional dan bantuan informasi dari orang tua.
- d. *Positive reappraisal*, untuk mencari makna positif dari permasalahan dengan terfokus pada pengembangan diri, biasanya juga melibatkan hal-hal yang bersifat religius.
- e. *Accepting responsibility*, usaha untuk menyadari tanggung jawab diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapinya, dan mencoba menerimanya untuk membuat semuanya menjadi lebih baik. Strategi ini baik, terlebih bila masalah terjadi karena pikiran dan tindakan sendiri. Namun strategi ini menjadi tidak baik bila individu tidak seharusnya bertanggung jawab atas masalah tersebut.

- f. *Escape/ avoidance*, usaha untuk mengatasi situasi menekan dengan lari dari situasi tersebut atau menghindarinya dengan beralih pada hal lain seperti makan, minum, merokok, atau menggunakan obat-obatan.

Mengatasi stres yang diarahkan pada masalah yang mendatangkan stres (*problem focused coping*) bertujuan untuk mengurangi tuntutan hal, peristiwa, orang, keadaan yang mendatangkan stres atau memperbesar sumber daya untuk menghadapinya. Metode yang dipergunakan adalah tindakan langsung. Sedangkan penanganan stres yang diarahkan pada pengendalian emosi (*emotional focused coping*) bertujuan untuk menguasai, mengatur dan mengarahkan tanggapan emosional terhadap situasi stres. Pengendalian emosi ini dapat dilakukan lewat perilaku negatif seperti menenggak minuman keras atau obat penenang, atau dengan perilaku positif seperti olahraga, berpaling pada oranglain untuk meminta pertolongan. Cara lain yang dipergunakan dalam penanganan stres lewat pengendalian emosi adalah dengan mengubah pemahaman terhadap masalah stress yang dihadapi (Hardjana, A.M dalam Khoiroh, 2013)

Sedangkan Strategi Coping menurut Friedman (Maryam, 2017), terdapat dua tipe strategi coping dalam keluarga, yaitu;

1. internal atau *intrafamilial*

- a Mengandalkan kemampuan sendiri dari keluarga. Untuk mengatasi berbagai masalah yang dihadapinya, keluarga seringkali melakukan upaya untuk menggali dan mengandalkan

sumberdaya yang dimiliki. Keluarga melakukan strategi ini dengan membuat struktur dan organisasi dalam keluarga, yakni dengan membuat jadwal dan tugas rutinitas yang dipikul oleh setiap anggota keluarga yang lebih ketat. Hal ini diharapkan setiap anggota keluarga dapat lebih disiplin dan patuh, mereka harus memelihara ketenangan dan dapat memecahkan masalah, karena mereka yang bertanggung jawab terhadap diri mereka sendiri.

- b Penggunaan humor. Menurut Hott (Maryam, 2017), perasaan humor merupakan aset yang penting dalam keluarga karena dapat memberikan perubahan sikap keluarga terhadap masalah yang dihadapi. Humor juga diakui sebagai suatu cara bagi seseorang untuk menghilangkan rasa cemas dan stres.
- c Musyawarah bersama (memelihara ikatan keluarga). Cara untuk mengatasi masalah dalam keluarga adalah: adanya waktu untuk bersama-sama dalam keluarga, saling mengenal, membahas masalah bersama, makan malam bersama, adanya kegiatan bersama keluarga, beribadah bersama, bermain bersama, bercerita pada anak sebelum tidur, menceritakan pengalaman pekerjaan maupun sekolah, tidak ada jarak diantara anggota keluarga. Cara seperti ini dapat membawa keluarga lebih dekat satu sama lain dan memelihara serta dapat mengatasi tingkat stres, ikut serta

dengan aktivitas setiap anggota keluarga merupakan cara untuk menghasilkan suatu ikatan yang kuat dalam sebuah keluarga.

- d Memahami suatu masalah. Salah satu cara untuk menemukan *coping* yang efektif adalah menggunakan mekanisme mental dengan memahami masalah yang dapat mengurangi atau menetralkan secara kognitif terhadap bahaya yang dialami. Menambah pengetahuan keluarga merupakan cara yang paling efektif untuk mengatasi stresor yaitu dengan keyakinan yang optimis dan penilaian yang positif. Menurut Folkman *et al.* (Maryam, 2017)), keluarga yang menggunakan strategi ini cenderung melihat segi positif dari suatu kejadian yang menjadi penyebab stres.
- e Pemecahan masalah bersama. Pemecahan masalah bersama dapat digambarkan sebagai suatu situasi dimana setiap anggota keluarga dapat mendiskusikan masalah yang dihadapi secara bersama-sama dengan mengupayakan solusi atas dasar logika, petunjuk, persepsi dan usulan dari anggota keluarga yang berbeda untuk mencapai suatu kesepakatan.
- f Fleksibilitas peran. Fleksibilitas peran merupakan suatu strategi *coping* yang kokoh untuk mengatasi suatu masalah dalam keluarga. Pada keluarga yang berduka, fleksibilitas peran adalah sebuah strategi *coping* fungsional yang penting untuk membedakan tingkat berfungsinya sebuah keluarga.

g Normalisasi. Salah satu strategi *coping* keluarga yang biasa dilakukan untuk menormalkan keadaan sehingga keluarga dapat melakukan *coping* terhadap sebuah stressor jangka panjang yang dapat merusak kehidupan dan kegiatan keluarga. Knafl dan Deatricks (Maryam, 2017) mengatakan bahwa normalisasi merupakan cara untuk mengkonseptualisasikan bagaimana keluarga mengelola ketidakmampuan seorang anggota keluarga, sehingga dapat menggambarkan respons keluarga terhadap stres.

2. Sedangkan strategi *coping* eksternal ada empat yaitu:

- a. Mencari informasi. Keluarga yang mengalami masalah memberikan respons secara kognitif dengan mencari pengetahuan dan informasi yang berhubungan dengan stressor. Hal ini berfungsi untuk mengontrol situasi dan mengurangi perasaan takut terhadap orang yang tidak dikenal dan membantu keluarga menilai stressor secara lebih akurat.
- b. Memelihara hubungan aktif dengan komunitas. *Coping* berbeda dengan *coping* yang menggunakan sistem dukungan sosial. *Coping* ini merupakan suatu *coping* keluarga yang berkesinambungan, jangka panjang dan bersifat umum, bukan sebuah *coping* yang dapat meningkatkan stressor spesifik tertentu. Dalam hal ini anggota keluarga adalah pemimpin keluarga dalam suatu kelompok, organisasi dan kelompok komunitas.

- c. Mencari pendukung sosial. Mencari pendukung sosial dalam jaringan kerja sosial keluarga merupakan strategi *coping* keluarga eksternal yang utama. Pendukung sosial ini dapat diperoleh dari sistem kekerabatan keluarga, kelompok profesional, para tokoh masyarakat dan lain-lain yang didasarkan pada kepentingan bersama. Menurut Caplan (Maryam, 2017), terdapat tiga sumber umum dukungan sosial yaitu penggunaan jaringan dukungan sosial informal, penggunaan sistem sosial formal, dan penggunaan kelompok-kelompok mandiri. Penggunaan jaringan sistem dukungan sosial informal yang biasanya diberikan oleh kerabat dekat dan tokoh masyarakat. Penggunaan sistem sosial formal dilakukan oleh keluarga ketika keluarga gagal untuk menangani masalahnya sendiri, maka keluarga harus dipersiapkan untuk beralih kepada profesional bayaran untuk memecahkan masalah. Penggunaan kelompok mandiri sebagai bentuk dukungan sosial dilakukan melalui organisasi.
- d. Mencari dukungan spiritual. Beberapa studi mengatakan keluarga berusaha mencari dukungan spiritual anggota keluarga untuk mengatasi masalah. Kepercayaan kepada Tuhan dan berdoa merupakan cara paling penting bagi keluarga dalam mengatasi stres

Menurut Stuart dan Sundeen (Maryam, 2017) terdapat dua jenis mekanisme *coping* yang dilakukan individu yaitu *coping* yang berpusat pada masalah (*problem focused form of coping mechanism/direct action*) dan *coping* yang berpusat pada emosi (*emotion focused of coping/palliatif form*).

1. Mekanisme *coping* yang berpusat pada masalah adalah:
  - a. Konfrontasi adalah usaha-usaha untuk mengubah keadaan atau menyelesaikan masalah secara agresif dengan menggambarkan tingkat kemarahan serta pengambilan resiko.
  - b. Isolasi yaitu individu berusaha menarik diri dari lingkungan atau tidak mau tahu dengan masalah yang dihadapi.
  - c. Kompromi yaitu mengubah keadaan secara hati-hati, meminta bantuan kepada keluarga dekat dan teman sebaya atau bekerja sama dengan mereka.
2. Mekanisme *coping* yang berpusat pada emosi adalah sebagai berikut:
  - a. Denial yaitu menolak masalah dengan mengatakan hal tersebut tidak terjadi pada dirinya.
  - b. Rasionalisasi yaitu menggunakan alasan yang dapat diterima oleh akal dan diterima oleh orang lain untuk menutupi ketidakmampuan dirinya. Dengan rasionalisasi kita tidak hanya dapat membenarkan apa yang kita lakukan, tetapi juga merasa sudah selayaknya berbuat demikian secara adil.
  - c. Kompensasi yaitu menunjukkan tingkah laku untuk menutupi ketidakmampuan dengan menonjolkan sifat yang baik, karena

frustasi dalam suatu bidang maka dicari kepuasan secara berlebihan dalam bidang lain. Kompensasi timbul karena adanya perasaan kurang mampu.

- d. Represi yaitu dengan melupakan masa-masa yang tidak menyenangkan dari ingatannya dan hanya mengingat waktu-waktu yang menyenangkan.
- e. Sublimasi yaitu mengekspresikan atau menyalurkan perasaan, bakat atau kemampuan dengan sikap positif.
- f. Identifikasi yaitu meniru cara berfikir, ide dan tingkah laku orang lain.
- g. Regresi yaitu sikap seseorang yang kembali ke masa lalu atau bersikap seperti anak kecil.
- h. Proyeksi yaitu menyalahkan orang lain atas kesulitannya sendiri atau melampiaskan kesalahannya kepada orang lain
- i. Konversi yaitu mentransfer reaksi psikologi ke gejala fisik
- j. Displacement yaitu reaksi emosi terhadap seseorang kemudian diarahkan kepada orang lain.

*Berdasarkan* pemaparan diatas, strategi coping untuk meredakan stres dapat dilakukan dengan berbagai cara. Pemilihan strategi coping oleh seseorang bergantung pada kemampuan individu masing-masing serta permasalahan yang mengakibatkan timbulnya stres. Dengan adanya strategi coping, permasalahan yang dapat mengakibatkan stres dapat diatasi dengan kemampuan masing- masing individu serta dukungan dari sekitar.

### 2.3.3 Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Strategi *Coping*

Menurut Mutadin (Rofiah, 2015) cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan ditentukan oleh sumber daya individu yang meliputi kesehatan fisik/energi, keterampilan memecahkan masalah, keyakinan atau pandangan positif, keterampilan sosial dan dukungan sosial dan materi.

a. Kesehatan fisik

Kesehatan merupakan hal yang penting, karena selama dalam usaha mengatasi stres individu dituntut untuk mengerahkan tenaga yang cukup besar.

b. Keterampilan memecahkan masalah

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai, dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan suatu tindakan yang tepat.

c. Keyakinan atau pandangan positif

Keyakinan menjadi sumber daya psikologis yang sangat penting, seperti keyakinan akan nasib (*external locus of control*) yang mengerahkan individu pada penilaian ketidakberdayaan (*helplessness*) yang akan menurunkan kemampuan strategi *coping*.

d. Keterampilan sosial

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan bertingkah laku dengan cara-cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di masyarakat.

e. Dukungan sosial

Dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitarnya.

f. Materi

Dukungan ini meliputi sumber daya berupa uang, barang-barang atau layanan yang biasanya dapat dibeli.

Sedangkan Taylor (Muafiqoh 2017) menyebutkan bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi individu dalam melakukan strategi *coping*. Kedua faktor tersebut terbagi ke dalam faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor Internal

Faktor yang berasal dalam diri individu, seperti faktor kepribadian dan metode *coping* yang digunakan. Taylor (Muafiqoh 2017) mengemukakan bahwa kepribadian mempengaruhi reaksi seseorang terhadap stress dan strategi *coping* yang digunakan, dan strategi *coping* yang digunakan. Seperti kepribadian optimistic yang dapat disosiasikan dengan kecenderungan penggunaan *problem focused coping*. seorang yang optimis akan lebih berantusias untuk mencari pemecahan masalah, karena mereka yakin bahwa semua masalah pasti ada jalan keluar asalkan mau berpikir dan berusaha untuk

mencoba, bukan malah pasrah karena semua yang terjadi dalam hidup seorang memang sudah nasib.

b. Faktor eksternal

Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri individu, seperti: waktu, uang, pendidikan, kualitas hidup, dukungan keluarga, dan sosial serta tidak adanya stresor lain. Taylor (2006) strategi *coping* akan lebih efektif menghadapi konflik apapun bila mendapat dukungan dari saudara, orang tua, teman, tenaga profesional yang tentu akan lebih mempermudah individu tersebut melakukan *coping* yang tepat dalam menghadapi dan memecahkan masalah.

Faktor yang mempengaruhi coping merupakan hal yang perlu diperhatikan. Faktor-faktor tersebut dapat mempengaruhi kelancaran seseorang dalam menggunakan coping yang digunakannya. Faktor-faktor tersebut bisa berasal dari dalam diri individu itu sendiri maupun faktor dari luar, seperti halnya tuntutan sosial, waktu, uang, pendidikan, dan dukungan sosial. Faktor dari dalam diri individu bisa berupa, kesehatan fisik, keterampilan memecahkan masalah dan kepribadian seseorang.

## **2.4 Kerangka Berfikir**

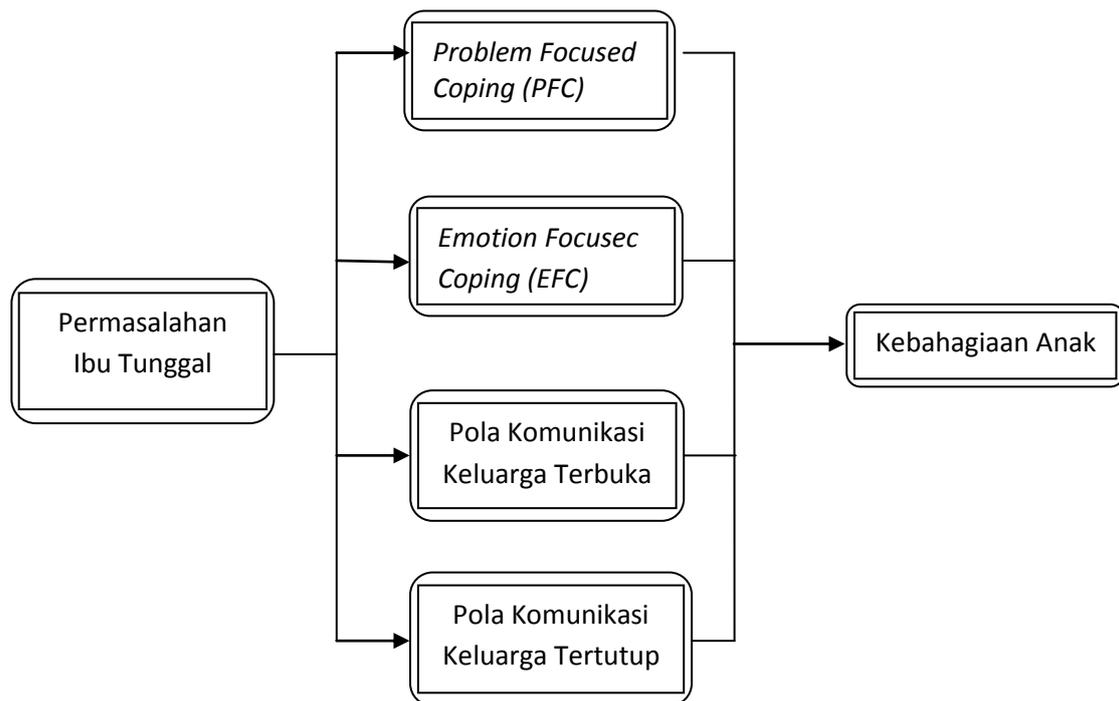
Kebahagiaan anak merupakan hal yang diutamakan dalam sebuah keluarga. Bagi para orangtua anak merupakan sumber kebahagiaan yang tidak tergantikan yang harus dijaga bagaimanapun kondisi dan masalah yang ada dalam sebuah keluarga. Dalam kehidupan tidak semua keluarga memiliki kehidupan yang selalu

mudah dan membahagiakan. Terdapat pasang surut dalam sebuah keluarga baik masalah ekonomi, personal, komunikasi, masalah dari luar keluarga, bahkan perceraian maupun ada salah satu orangtua yang meninggal. Sebuah keluarga pasti mendambakan kehidupan yang harmonis dan terlepas dari masalah. Tetapi dalam kehidupan manusia pasti tidak pernah luput dari masalah.

Bagi kehidupan rumah tangga yang memiliki masalah yang tidak dapat diselesaikan para orangtua terkadang memilih jalan perceraian dalam mengambil keputusan. Mayoritas orangtua yang bercerai hak asuh anak akan jatuh pada ibu. Hal tersebut yang nantinya dapat berdampak pada kebahagiaan anak, karena mereka kehilangan salah satu sosok orangtua dalam sebuah keluarga. Begitupula dengan orang tua yang salah satu pasangannya meninggal, anak-anak kehilangan sosok yang mereka cintai dan teladani. Para orangtua tunggal tentunya harus mengatasi semua permasalahan seorang diri karena mereka tidak mempunyai partner dalam mengurus rumah tangga, hal ini mengakibatkan beban yang ditanggung oleh ibu semakin berat. Dengan ini ibu dituntut untuk mengatasi permasalahan seorang diri/ strategi coping agar nantinya tidak terpengaruh terhadap kebahagiaan anak. selain itu permasalahan yang dihadapi oleh ibu tunggal juga dapat berdampak buruk terhadap pola komunikasi yang dilakukan oleh ibu tunggal terhadap anaknya, untuk itu seorang ibu tunggal harus mampu mengatur emosinya agar tidak berpengaruh terhadap cara mereka berkomunikasi terhadap anaknya yang nantinya dapat mengganggu kebahagiaan anak. Strategi coping ibu tunggal yang baik dan pola komunikasi ibu-anak yang baik dapat meningkatkan kebahagiaan anak. begitupula sebaliknya, strategi coping ibu yang

buruk dan pola komunikasi ibu-anak buruk dapat menyebabkan kebahagiaan anak menurun.

**Gambar 2. 2 Kerangka Berfikir “Kebahagiaan Anak Ditinjau dari Pola Komunikasi Ibu-anak dan Strategi Coping Ibu Tunggal (*Single Mother*) di Kota Semarang”**



## 2.5 Penelitian Yang Relevan

Untuk menghindari adanya kesamaan maupun pengulangan penelitian dengan penelitian yang terdahulu, serta menghindari adanya plagiasi terhadap karya-karya tertentu, maka perlu dilakukan pengkajian ulang terhadap karya penelitian yang terdahulu. Berikut ini merupakan penelitian terdahulu yang mempunyai tema serupa dengan penelitian yang dikaji oleh penulis mengenai kebahagiaan anak, diantaranya:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Rihhandini, dkk yang berjudul “Gambaran Kebahagiaan Anak-anak di Panti Asuhan Kota Padang Tahun 2017”. Penelitian yang dilakukan oleh Rihhandini, dkk bertujuan untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi kebahagiaan serta memahami gambaran kebahagiaan anak-anak yang ada di panti asuhan kota Padang. Daqlam penelitian tersebut memperoleh hasil yang menunjukkan bahwa anak asuh memiliki beberapa jenis kebahagiaan, yaitu kebahagiaan yang bersifat sosial (kebahagiaan yang berhubungan dengan orang sekitar seperti keluarga, teman, pengasuh dan guru), kebahagiaan yang bersifat personal (kebahagiaan yang dialami anak saat melihat keberadaannya), dan kebahagiaan yang bersifat situasional (kebahagiaan yang fluktuatif dan individual). Penelitian tersebut memiliki perbedaan dengan yang dilakukan penulis meskipun tema yang diambil sama. Perbedaan penelitian tersebut dengan penulis yaitu penelitian yang dilakukan Rihhandini, dkk lebih memberikan gambaran kebahagiaan yang ada di panti asuhan di Kota Padang beserta faktor yang mempengaruhinya. Sedangkan penelitian yang dilakukan penulis mengkaji lebih dalam salah satu faktor penyebab kebahagiaan anak yaitu pola komunikasi keluarga dan strategi coping yang dilakukan ibu tunggal.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Patnani dan Juniar yang berjudul “Deskripsi Kebahagiaan pada Anak Umur 9-12 Tahun di Jakarta Pusat (*Definitions And Sources Of Happiness in Children Age 9-12 Years In Central Jakarta*). Penelitian yang dilakukan oleh Patnani dan Juniar bertujuan untuk

mengetahui definisi kebahagiaan dan sumber kebahagiaan dari perspektif anak, dengan melakukan pendekatan psikologi *indigenous* memperoleh hasil bahwa kebahagiaan mempunyai arti sebagai perasaan positif, menemukan sumber kebahagiaan menurut persepsi anak dengan melakukan aktivitas yang disukai, kecukupan materi, pencapaian prestasi, serta relasi positif dengan keluarga dan teman, menganggap kebahagiaan merupakan hal yang penting, dan menggolongkan dirinya cukup bahagia. Dari tujuan penelitian dapat diketahui bahwa ada perbedaan dalam penelitian Patnani dan Juniar dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis. Penulis mengkaji lebih dalam kebahagiaan anak jika ditinjau dari pola komunikasi keluarga dan strategi coping, sedangkan penelitian tersebut lebih merujuk pada definisi dan sumber kebahagiaan anak di wilayah Jakarta Pusat.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Bianca Toilliez dengan judul "*How to Grow up Happy: An Exploratory Study on the Meaning of Happiness from Children's Voices*) mempunyai tujuan untuk mengetahui apa yang dapat meningkatkan kebahagiaan anak yang berupa hal apa saja yang dapat membuat anak merasa bahagia dengan penelitian yang didasarkan pada perkataan, hal yang dipercayai dan dibayangkan oleh anak-anak serta sebagai pedoman maupun referensi untuk praktik dalam dunia pendidikan. Hasil dari penelitian diperoleh tujuh faktor yang mempengaruhi kegiatan sehari-hari anak, yang membuat mereka senang, sedih, dan kenangan yang membahagiakan dan menyedihkan ketika mereka masih muda. Pendapat anak mengenai pengalaman kebahagiaan dikategorikan sebagai berikut; (1)

Keluarga 33,23%; (2) Persahabatan dan hubungan teman sebaya 19,98%; (3) Tugas sekolah 7,21%; (4) Pesta dan acara khusus 15,63%; (5) Waktu luang dan kewajiban 9,70%; (6) Penyakit dan cedera 5,54%; (7) Moralitas dan nilai-nilai 6,83%; (8) Tidak ada 1,88%. Dari pemaparan di atas dapat dilihat bahwa penelitian tersebut memiliki perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis. Penelitian yang dilakukan oleh penulis bertujuan untuk mengetahui bahwa strategi coping ibu tunggal dan pola komunikasi ibu-anak dapat mempengaruhi kebahagiaan anak sedangkan penelitian di atas lebih kepada hal-hal yang mempengaruhi kebahagiaan anak.

4. Penelitian dengan judul "*The Contribution of Social Relationship to Children's Happiness*" yang dilakukan oleh Mark D. Holder dan Ben Coleman bertujuan untuk mengetahui relasi antara kebahagiaan dengan hubungan sosial anak 9-12 tahun. Dalam penelitian tersebut memperoleh hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa keluarga dan persahabatan mempunyai kontribusi terhadap kebahagiaan seseorang ketika masih anak-anak. Keempat kategori yang dipelajari dalam penelitian ini (hubungan negatif dengan teman sebaya, berperilaku buruk terhadap orang lain, berinteraksi dengan teman, dan berinteraksi dengan keluarga) beberapa item yang berkorelasi dengan dan memprediksi tiga ukuran anak-anak kebahagiaan. Temuan ini menunjukkan bahwa berbagai dimensi hubungan sosial, termasuk baik interaksi positif maupun negatif, dikaitkan dengan kebahagiaan. Dalam penelitian tersebut dapat diketahui terdapat

perbedaan dengan penelitian penulis dimana penulis ingin mengetahui pengaruh pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping ibu tunggal, sedangkan dalam penelitian tersebut mempunyai tujuan untuk mengetahui hubungan kebahagiaan dan hubungan sosial anak.

5. Penelitian dengan judul "*Please May I Have a Bike? Better Yet, May I Have a Hug? An Examination of Children's and Adolescent's Happiness*" yang dilakukan oleh Lan Nguyen Chaplin, bertujuan untuk memberikan pemeriksaan empiris untuk mengetahui hal yang membuat anak-anak dan remaja bahagia. Dalam penelitian ini sampel total sebanyak 300 dengan rentan usia 8-18 tahun yang dibagi menjadi dua, studi yang pertama meminta peserta untuk menjawab pertanyaan apa yang dapat membuat mereka bahagia. Dan diperoleh temuan bahwa ada lima tema yang muncul, orang, hewan peliharaan, prestasi, materi, hobi dan olahraga. Sedangkan studi yang kedua juga meminta peserta untuk menjawab hal apa saja yang dapat membuat mereka bahagia, tetapi menggunakan ukuran yang berbeda (tugas pemikiran semi-terstruktur dan tugas kolase). Dengan menggunakan tiga ukuran kebahagiaan yang berbeda, kami menemukan perbedaan usia yang konsisten dalam apa yang anak-anak rasakan untuk membuat mereka bahagia. Dari penelitian tersebut dapat diketahui bahwa penelitian yang dilakukan oleh penulis dengan penelitian yang dilakukan oleh Lan Nguyen Chaplin memiliki perbedaan. Dalam penelitian di atas memiliki tujuan untuk mengetahui sumber kebahagiaan anak berdasarkan rentan usia, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh penulis bertujuan

untuk mengetahui pengaruh pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping ibu tunggal, sedangkan dalam penelitian tersebut mempunyai tujuan untuk mengetahui hubungan kebahagiaan dan hubungan sosial anak.

6. Penelitian dengan judul "*Makna Kebahagiaan Anak di Dalam Keluarga Pada Novel 'I Love You Om' Karya Miranda*" yang dilakukan oleh Luthfiatul Farida mempunyai tujuan untuk menganalisis makna kebahagiaan anak yang ada di sebuah novel dengan menampilkan isi pesan dan makna kebahagiaan berdasarkan tahap-tahap kebahagiaan secara sistematis yang terdiri dari makna kebahagiaan anak dalam keluarga dan komunikasi antara orangtua dan anak. Dari penelitian tersebut diperoleh hasil dari makna kebahagiaan anak sebagai berikut: 1) kebahagiaan fisik yang merupakan kebahagiaan yang tercapai ketika kebutuhan fisik terpenuhi; 2) kebahagiaan yang diperoleh melalui pendidikan formal dan non formal; 3) kebahagiaan moral yang tercipta karena memberi dan menyebabkan orang bahagia yang terdiri dari pemberian materi dan perhatian; 5) kebahagiaan spiritual yang merupakan kebahagiaan rohani dan merupakan kebahagiaan yang paling tinggi yang terdiri dari nilai kejujuran, keikhlasan, dan kedekatan diri dengan Tuhan. Dari pemaparan tersebut dapat diketahui bahwa penelitian yang dilakukan oleh Luthfiatul Farida berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis. Dalam pemaparan tersebut penelitiannya mengungkap makna kebahagiaan anak dalam sebuah novel, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh penulis bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping ibu tunggal.

7. Penelitian dengan judul "*Happiness and Well-being of Yours Carers: Extent, Nature and Corralate of Caring Among 10 and 11 Year Old School Children*" yang dilakukan oleh Katrina Lloyd. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kebahagiaan dan kesejahteraan dari pengasuh muda dimana seseorang anak membantu untuk merawat seseorang dirumah baik orang yang sakit, lanjut usia maupun orang cacat. Dari penelitian tersebut memperoleh temuan bahwa anak yang membantu merawat seseorang dirumah memiliki kesehatan dan kesejahteraan lebih buruk daripada anak yang lain. Berdasarkan hasil yang diperoleh anak yang menjadi pengasuh muda memiliki tingkat kebahagiaan yang kurang dalam hidup mereka dan cenderung terintimidasi di lingkungan sekolah, dan memiliki tujuan pendidikan yang rendah daripada teman mereka yang tidak menjadi pengasuh muda. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa guru perlu mendiskusikan masalah pengasuhan dengan anak-anak di kelas dan mendukung agar pengasuh muda dapat curhat kepada mereka dan memberi dukungan jika mereka membutuhkannya. Dari penelitian tersebut dapat diketahui bahwa penelitian yang dilakukan oleh penulis berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Katrina Lloyd karena penelitian yang dilakukan oleh penulis memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping ibu tunggal.
8. Penelitian dengan judul "*Temprament and Happiness in Children in India*" yang dilakukan oleh Mark D. Holder, Ben Coleman dan Kamlesh Singh dilakukan untuk mengetahui hubungan antara tempramen dan kebahagiaan

anak dengan jumlah sampel 441 anak usia 7-14 tahun dengan populasi yang diambil dari India Utara. Penelitian tersebut menggunakan survei tempramen (EAS) yang berupa emosi, aktivitas, dan sosial, tabel skala kebahagiaan oxford dan skala kebahagiaan subyektif. Hasil yang diperoleh dari penelitian tersebut yaitu tempramen menyumbang 4 dan 11% dari variasi dalam kebahagiaan anak-anak tergantung dari ukuran tempramennya. Anak-anak yang lebih sosial, aktif dan tidak pemalu lebih bahagia. Penelitian serupa memiliki hubungan kuat antara kebahagiaan dan kepribadian orang dewasa dan mirip dengan penelitian yang terbaru pada kebahagiaan dan tempramen anak-anak; sifat tempramen yang mirip dengan extraversion secara positif dikaitkan dengan kebahagiaan. Namun, meskipun neurotisme dan tempramennya kuat secara konsisten terkait dengan kebahagiaan pada orang dewasa, hubungan antara kebahagiaan dan sifat tempramen yang terkait dengan neurotisme (Emosionalitas) lemah. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tempramen dan kebahagiaan pada anak-anak mungkin tidak sepenuhnya dikarenakan oleh lintas budaya. Berdasarkan pemaparan tersebut dapat diketahui bahwa penelitian yang dilakukan penulis berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Mark D. Holder, Ben Coleman dan Kamlesh Singh karena penelitian yang dilakukan oleh penulis memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping ibu tunggal.

9. Penelitian yang berjudul "*Children's and Adolescent's Conceptions of Happiness*" oleh Belen Lopez-Perez, Janice Sanches, dan Michaela

Gummerun bertujuan untuk memeriksa bahwa perasaan anak-anak dan remaja berpegang pada kebahagiaan, yang didasarkan pada perbedaan perkembangan dan jenis kelamin dalam konsep kebahagiaan karena kepercayaan mempengaruhi emosi dan perilaku seseorang. Dari penelitian tersebut diperoleh hasil bahwa konsep kebahagiaan hedonis muncul di akhir masa kanak-kanak, sedangkan konsep kebahagiaan eudaimonic muncul pada masa remaja. Tidak ditemukan perbedaan yang signifikan tentang jenis kelamin. Dari penelitian tersebut dapat diketahui bahwa penelitian yang dilakukan oleh Belen Lopez-Perez, Janice Sanches, Michaela Gummerun berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis karena penelitian yang dilakukan oleh penulis memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping ibu tunggal.

10. Penelitian yang berjudul "*Spiritually, Religiousness, and Happiness in Children Age 6-12 Years*" yang dilakukan oleh Mark D. Holder, Ben Coleman, dan Judi M. Wallace. Penelitian tersebut dilakukan untuk mengetahui hubungan antara spiritual dan kebahagiaan yang dinilai berdasarkan sampel anak-anak dengan usia 8-12 tahun dari sekolah negeri dan swasta (berdasarkan agama). Anak-anak menilai spiritualitas mereka sendiri menggunakan Kuesioner Kesejahteraan Spiritual dan 11 item yang dipilih dan modifikasi dari Pengukuran Singkat Multidimensional tentang Kebaikan / Spiritualitas yang mencerminkan kebiasaan dan keyakinan anak-anak. Kebahagiaan anak-anak dinilai menggunakan laporan diri berdasarkan bentuk singkat Skala Happiness Oxford, Skala Kebahagiaan Subyektif, dan

ukuran satu item. Orangtua juga menilai kebahagiaan anak-anak mereka. Anak-anak dan orang tua menilai temperamen anak-anak menggunakan survei emosi, aktivitas, dan temperamen sosial. Spiritualitas anak-anak, tetapi bukan praktik keagamaan mereka (mis., Menghadiri gereja, berdoa, dan bermeditasi), sangat terkait dengan kebahagiaan mereka. Anak-anak yang spiritualnya tinggi lebih bahagia. Spiritualitas mencakup antara 3 hingga 26% dari varian unik dalam kebahagiaan anak-anak tergantung pada ukurannya. Temperamen juga merupakan prediktor kebahagiaan, tetapi spiritualitas tetap menjadi prediktor penting kebahagiaan bahkan setelah menghapus varians yang terkait dengan temperamen. Pribadi (yaitu, makna dan nilai dalam kehidupannya sendiri) dan umum (kualitas dan kedalaman hubungan interpersonal) domain spiritualitas merupakan prediktor yang sangat baik terhadap kebahagiaan anak-anak. Hasil ini serupa dengan kebahagiaan orang dewasa dan menyarankan strategi untuk meningkatkan kebahagiaan pada anak-anak. Dari penelitian tersebut dapat diketahui bahwa penelitian yang dilakukan oleh Mark D. Holder, Ben Coleman, dan Judi M. Wallace berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis karena penulis memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping ibu tunggal.

Dari beberapa pemaparan penelitian diatas, penulis beranggapan bahwa penelitian yang dilakukan oleh peneliti memiliki perbedaan dengan penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya karena variabel terikat penelitian yang digunakan oleh penulis sama dengan penelitian sebelumnya namun pada variabel

bebas yang digunakan berbeda. Penelitian yang dilakukan penulis menggunakan variabel independen pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping pada ibu tunggal dengan variabel dependen kebahagiaan anak. hal tersebut dilakukan untuk mengetahui pengaruh dari pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping ibu tunggal terhadap kebahagiaan anak. apakah kebahagiaan anak baik ataukah sebaliknya. Untuk itulah penulis melakukan penelitian dengan variabel-variabel tersebut, untuk mengetahui hasil dari kebahagiaan anak jika ditinjau dari variabel independennya yang berupa pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping ibu tunggal.

## **2.6 Hipotesis**

Hipotesis merupakan pernyataan dalam bentuk kalimat yang berisi dugaan sementara dari rumusan masalah penelitian (Sugiyono, 2015). Dalam artian lain, hipotesis merupakan hasil penelitian yang hakekatnya adalah sebuah jawaban atau dugaan sementara yang telah dirumuskan dalam perencanaan penelitian. Dalam pelaksanaan penelitian dilakukan guna mengetahui kualitas kebahagiaan pada anak. Adapun hipotesis yang peneliti ajukan sebagai berikut:

### Hipotesis Kualitas Kebahagiaan Anak di Kota Semarang

1.  $H_{a1}$  : Pola komunikasi terbuka berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang  
 $H_{o1}$  : Pola komunikasi terbuka tidak berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang
2.  $H_{a2}$  : Pola komunikasi tertutup berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang

Ho<sub>2</sub> : Pola komunikasi tertutup tidak berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang

3. Ha<sub>3</sub> : *Problem focused coping* berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang

Ho<sub>3</sub> : *Problem focused coping* tidak berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang

4. Ha<sub>4</sub> : *Emotion focused coping* berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang

Ho<sub>4</sub> : Pola komunikasi tertutup tidak berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang

5. Ha<sub>5</sub> : Pola komunikasi terbuka, pola komunikasi tertutup, problem focused coping dan emotion focused coping secara bersama-sama (simultan) berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang

Ho<sub>5</sub> : Pola komunikasi terbuka, pola komunikasi tertutup, problem focused coping dan emotion focused coping secara bersama-sama (simultan) tidak berpengaruh signifikan terhadap kebahagiaan anak di Kota Semarang.

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian kebahagiaan anak ditinjau dari pola komunikasi ibu-anak dan strategi coping ibu tunggal (*single mother*) di Kota Semarang, maka dapat disimpulkan :

1. Berdasarkan perhitungan uji parsial dapat diambil kesimpulan bahwa pola komunikasi terbuka memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kebahagiaan anak dari keluarga ibu tunggal (*single mother*) di Kota Semarang.
2. Berdasarkan perhitungan uji parsial dapat diambil kesimpulan bahwa pola komunikasi tertutup memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kebahagiaan anak dari keluarga ibu tunggal (*single mother*) di Kota Semarang.
3. Berdasarkan perhitungan uji parsial dapat diambil kesimpulan bahwa Strategi coping *Problem Focused Coping* pada ibu tunggal memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kebahagiaan anak dari keluarga ibu tunggal (*single mother*) di Kota Semarang.
4. Berdasarkan perhitungan uji parsial dapat diambil kesimpulan bahwa Strategi coping *Emotion Focused Coping* pada ibu tunggal tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kebahagiaan anak dari keluarga ibu tunggal (*single mother*) di Kota Semarang.

5. Berdasarkan perhitungan uji F dapat diambil kesimpulan bahwa pola komunikasi terbuka, pola komunikasi tertutup, strategi coping *problem focused coping*, strategi coping *emotion focused coping* secara bersama-sama (simultan) berpengaruh terhadap kebahagiaan anak dari keluarga ibu tunggal (*single mother*) di Kota Semarang.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka terdapat beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan, sebagai berikut:

1. Bagi Orangtua

Kebahagiaan anak merupakan hal yang penting bagi orangtua, untuk menjaga kebahagiaan anak tetap terjaga orangtua harus mampu untuk meluangkan waktu untuk berkomunikasi dengan anak agar anak merasa nyaman, aman dan terbiasa bercengkerama dengan orangtua. Hal itu dilakukan agar tercipta suasana kekeluargaan antara ibu dan anak, terciptanya suasana tersebut dapat membuat ibu dan anak lebih terbuka dan mengerti satu sama lain. Untuk menciptakan suasana kekeluargaan yang baik, sebagai orangtua harus mampu menilai situasi dan menggunakan pola komunikasi yang sesuai dengan keadaan keluarga, hal itu bertujuan untuk menjaga kebahagiaan anak agar tidak terganggu. Disamping memperhatikan pola komunikasi yang dipakai, sebagai orangtua juga harus mampu mengatasi masalah yang dihadapinya menggunakan strategi coping yang sesuai dengan kemampuan yang dimiliki masing-masing orangtua, hal ini ditujukan agar tidak

mengganggu hubungan antara orangtua dan anak ketika berinteraksi sehingga kebahagiaan yang dimiliki anak tetap stabil.

## 2. Bagi Guru

Sebagai seorang guru diharapkan lebih mengetahui kondisi serta keadaan yang dialami oleh anak, guru harus lebih memperhatikan masing-masing anak karena pada dasarnya setiap anak merupakan individu yang berbeda, sehingga sebagai seorang guru sebaiknya memberikan perlakuan yang sesuai kepada anak agar kebahagiaan anak semakin bertambah. Guru juga harus memberikan kegiatan yang menarik bagi anak sehingga anak mampu mengekspresikan diri dan lebih terbiasa berinteraksi dengan orang sekitar.

## 3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, hasil dari penelitian ini dapat dijadikan rujukan untuk penelitian selanjutnya mengenai kebahagiaan anak pada keluarga ibu tunggal. Selain itu, hendaknya peneliti selanjutnya lebih mengembangkan dan memperdalam kajian teori mengenai kebahagiaan anak dan disarankan untuk menggunakan pendekatan kualitatif, terutama hal-hal yang menyebabkan kebahagiaan anak. selain itu dapat melakukan penelitian yang mendalam mengenai kebahagiaan anak dengan subyek yang berbeda. Untuk selanjutnya peneliti juga diharapkan menggunakan instrumen lain, selain dalam bentuk skala misalnya menggunakan pedoman wawancara dan pedoman observasi untuk mengungkapkan kebahagiaan anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adams, Christine A dan Butch, Robert J. (2001). *Gembira Menjadi Diri Sendiri: Paduan Untuk Menghargai Diri Sendiri*. Yogyakarta: Kanisius (Anggota IKAPI)
- Ahsyari, Era Rahman Novie. (2015). “Kelelahan dan Strategi Coping Pada Wanita *Single Parent*”. *E-Jurnal Psikologi*. 3 (1), 422-432 (diunduh pada 9 Juli 2017)
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Ariyanti, Zuni Shofiana. (2016). “Pengaruh Antara Strategi *Coping* dengan Kebahagiaan (*happiness*) Mahasiswa Tahfidz Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang yang Bekerja”. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang yang Bekerja (diunduh pada 22 Februari 2018)
- Armuyati, L & Sumiati. (2015). “Studi Deskriptif Strategi *Coping* pada Anak Jalanan di Riau. *Jurnal An-Nafs*. 9 (3) (diunduh pada 20 Juli 2017)
- Ashari, Okiana Budi. (2016). “Apakah Orang Miskin Tidak Bahagia? Studi Fenomenologi Tentang Kebahagiaan di Dusun Deliksari”. *Skripsi*. Universitas Negeri Semarang
- Atmaningtyas, Naila. (2010). *Kiat Hidup Bahagia Tanpa Stress & Depresi*. Yogyakarta: Getar Hati Yogyakarta
- Behbehani, Soraya Susan. (2007). *Fit from Within Sehat dan Smart Tanpa Obat*. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta
- Cahyani, Kurnia Dwi. (2016). “Masalah dan Kebutuhan Orangtua Tunggal Sebagai Kepala Keluarga”. *E-jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi 8 Tahun ke-5*. Universitas Negeri Yogyakarta

- Chaplin, Lan Nguyen. (2009). "Please May I Have a Bike? Better Yet, May I Have a Hug? An Examination of Children's and Adolescents' Happiness". *Jurnal Of Happiness Studies* 10 (5) Pada 2 April 2018
- Dagun, Save M. (2002). *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dewi, Pracasta Samya dan Utami, Muhana Sofiati. 2006. "Subjective Well-Being Anak Dari Orangtua Yang Bercerai". *Jurnal Psikologi*. 35 (2), 194-212 (diunduh pada 19 Februari 2018)
- Diponegoro, A.M & Mulyono. (2015). "Faktor-faktor Psikologis yang Mempengaruhi Kebahagiaan pada Lanjut Usia Suku Jawa di Klaten". *Jurnal Psikopedagogia*. 4(1)
- Djamarah, Bahri Syaiful. (2004). *Pola Komunikasi Orang Tua dan Anak dalam Keluarga*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Dzikran, Ahmad. (2018). *Jadilah Diri Sendiri: Panduan Membangun Pribadi Berkarakter Dan Percaya Diri*. Jakarta: Gemilang
- Efendy, Onong Uchana. (2005). *Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- Elfida, dkk. (2014). "Hubungan Baik dengan Orang yang Signifikan dan Kontribusinya terhadap Kebahagiaan Remaja Indonesia". *Jurnal Psikologi*. 10 (2)
- Fadillah, Amalia Erit Rina. (2013). "Stres dan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Mulawarman Yang Sedang Menyusun Skripsi". *eJournal Psikologi*. 1 (3), 254-267
- Fadillah, Nur. (2015). "Peran Ibu 'Single Parent' Dalam Menumbuhkan Kemandirian Anak Di Desa Bojong Timur Magelang". *Skripsi*. Universitas Negeri Semarang (diunduh pada 13 Juli 2017)
- Fajarwati, Mila. (2011). "Pola Komunikasi Orangtua Dengan Anak Remaja Dalam Berinternet Sehat Di Surabaya". *Skripsi*. Universitas

- Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur (diunduh pada 25 Februari 2018)
- Gaol, Nasib Tua Lumban. (2016). “Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional”. *Jurnal Buletin Psikologi*. 24(1), 1 –11
- Ghozali, Imam. 2013. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 21*. Semarang : Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hakiki, Ainul. (2017). “Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Motivasi Belajar Siswa Di Madrasah Aliyah Islamiyah Ciputat”. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta (diunduh pada 25 Februari 2018)
- Haryanto, J.T, dkk. (2012). *Transformasi dari Tulang Rusuk Menjadi Tulang Punggung*. Yogyakarta: CV. Arti Bumi Intaran
- Hiasinta, Yosefina. 2016. “Pengaruh Pola Komunikasi Orangtua Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas V SD Tarakan Bumijo Yogyakarta Tahun Pelajaran 2015-2016”. *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta (diunduh pada 22 Februari 2018)
- Hidayanti, Ema. (2013). “Strategi Coping Stress Perempuan Dengan HIV/AIDS”. *Jurnal SAWWA*. 9(1)
- Holder, M D., Coleman, B dan Wallace, J.M. (2008). “Spirituality, Religiousness, and Happiness in Children Aged 8-12 Years”. *Jurnal Of Happiness Studies*. 11 (2), 131-150 (diunduh pada 2 April 2018)
- Holder, M.D., Coleman, B dan Kamlesh, Singh. (2013). “Temperament and Happiness in Children in India”. *Jurnal Of Happiness Studies*. 13 (2), 261-274 (diunduh pada 2 April 2018)
- Holder, Mark D. (2009). “The Contribution of Social Relationships to Children’s Happiness”. *Jurnal Of Happiness Studies*. 10(3),329-349 (diunduh pada 2 April 2018)
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Ruang Kehidupan Edisi 5*. Jakarta: Erlangga.

- Hurlock, Elizabeth B. 1997. *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga: Jakarta.
- Lloyd, Katrina. (2012). "Happiness and Well-Being of Young Carers: Extent, Nature and Correlates of Caring Among 10 and 11 Year Old School Children". *Jurnal Of Happiness Studies*. 14(1) (diunduh pada 2 April 2018)
- Maharani, Deviana. (2015). "Tingkat Kebahagiaan (Happiness) Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta
- Maryam, Siti. (2017). "Strategi Coping: Teori dan Sumberdayanya". *JurnalKonseling Andi Matappa*.1 (2),101-107
- Matheos, Meriam Oriliand. (2017). "Faktor-Faktor Determinan Kebahagiaan Kerja Karyawan (Studi Kasus Pada PT. Bank Bukopin Tbk. Cabang Manado)". *Jurnal Riset Bisnis dan Manajemen*. 5 (4)
- Muafiqoh, Laily (2017). "Strategi Coping (Problem Focused Coping dan Emotional Focused Coping) Ditinjau Dari Tipe Kepribadian (Ekstrovert dan Introvert)". *Skripsi thesis*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Murniasih, Elia. (2008). *Mengenal Keluarga*. Jakarta: Cerdas Interaktif
- Nuraini, Martunis Yahya. (2017). "Komunikasi 4 Tipe Keluarga Terhadap Perilaku Aak Dalam Penyesuaian Sosial". *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsyiah*. 2 (4) (diunduh pada 25 Februari 2018)
- Nurfardila, Siti. (2016). "POLA KOMUNIKASI PENGASUHAN *SINGLE PARENT* TERHADAP ANAK (Studi Fenomenologi di Desa Tarengge). *Skripsi*. Universitas Negeri Alauddin Makasar (diunduh pada 25 Februari 2018)
- Nuryanto, Hery. (2012). *Sejarah Perkembangan Teknologi Informasi dan Komunikasi*. Jakarta: PT. Balai Pustaka

- Patnani, Miwa dan Nifa Juniar. (2014). "Definisi dan Sumber Kebahagiaan Pada Anak Umur 9-12 Tahun Di Jakarta (*Definition And Sources Of Happiness: Description Of Happiness In Children Age 9-12 Years in Central Jakarta*)". *Jurnal Psikologi Indonesia*. 11(1), 1-13 Universitas YARS
- Perez, B.L., Sanchez, J dan Gummerum, M. (2015). "Children's and Adolescents' Conceptions of Happiness". *Jurnal Of Happiness Studies*. 17 (6), 2431-2455 (diunduh pada 2 April 2018)
- Pitasari, A.T dan Cahyono, Rudi. (2014). "*Coping* pada Ibu yang Berperan Sebagai Orangtua Tunggal Pasca Kematian Suami". *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*. 3 (1) (diunduh pada 22 Februari 2018)
- Putri, Arlin Setrina. (2016). "POLA KOMUNIKASI *SINGLE PARENT* DALAM MENDIDIK ANAK (Studi Kasus di Desa Banglas Barat, Kecamatan Tebing Tinggi, Kabupaten Kepulauan Meranti)". *Jurnal JOM FISIP*. 3(1) (diunduh pada tanggal 14 Juli 2017)
- Rahardjo, Wahyu. (2007). "Kebahagiaan Sebagai Suatu Proses Pembelajaran". *Jurnal Penelitian Psikologi*. 12 (2), 1-11
- Rahmatika, R., Fourianalisyawati, E., dan Akmal, S.Z. (2014). "Aspek-aspek Penunjang Kebahagiaan Wanita Hamil (*Supporting Aspects On Happiness In Pregnant Woman*)". *Jurnal Psikologi Indonesia Himpunan Psikologi Indonesia*. 11 (1), 28-44
- Ramadhani, M., Moningka, C. (2017). "Strategi *Coping* untuk Individu dengan Peran Ganda". *Jurnal*. 3 (13)
- Rofa'ah. (2016). "*Pentingnya Kompetensi Guru dalam Kegiatan Pembelajaran dalam Perspektif Islam*". Yogyakarta: Deepublish
- Rofiah, Siti. (2015). "Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Strategi *Coping* Pada *Caregiver* Formal Lansia". *Skripsi*. Universitas Negeri Semarang

- Santrock, J.W. (2002). *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup, Jilid 2*, Penerjemah: Chusairi dan Damanik). Jakarta: Erlangga
- Sari, Afrina, dkk. (2011). “Pola Komunikasi Keluarga, Fungsi Sosialisasi dan Bentuk Komunikasi yang Terjadi Dalam Keluarga Di Pemukiman dan Perkampungan Kota Bekasi”. *Jurnal Makna*. 1(2)(diunduh pada 22 Februari 2018)
- Sari, Afrina. (2015). “Model Komunikasi Keluarga Pada Orangtua (*Single Parent*) Dalam Pengasuhan Anak Balita”. *Jurnal Ilmu Komunikasi*. 3(2) (diunduh pada 27 Februari 2018)
- Sari, Hubeis, dkk. (2010). “Pengaruh Pola Komunikasi Keluarga dalam Fungsi Sosialisasi Keluarga terhadap Perkembangan Anak”. *Jurnal Komunikasi Pembangunan*. 8 (2) (diunduh pada 22 Februari 2018)
- Sarwono, Jonathan. (2012). *Metode Riset Skripsi Pendekatan Kuantitatif Menggunakan Prosedur SPSS (Edisi Pertama)*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Seligman, M. E. P. (2005). *Authentic Happiness; Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Terjemahan. Bandung: PT Mizan Pustaka
- Setiawati, Santun dan Agus Citra dermawan.2008. *Penuntun Praktik Asuhan Keluarga*. Edisi 2 . Jakarta: Trans Info Medika.
- Setyowati, Yuli. 2005. “Pola Komunikasi Keluarga dan Perkembangan Emosi (Studi Kasus Penerapan Pola Komunikasi Keluarga dan Pengaruhnya terhadap Perkembangan Emosi pada Keluarga Jawa)”. *Jurnal Ilmu Komunikasi*. 2(1), 67-78 (diunduh pada 27 february 2018)
- Sistem Informasi Penelusuran Perkara Pengadilan Agama Semarang. (2018). Data PenelusuranPerkara.[http://sipp.pasemarang.go.id/list\\_perkara/page/345/aFcZM2FGV3ZiTVc4U25RVG85cS8zQk9YTGc1VXRIOE1ObnV6S3R5MGFFNGRUa3FsdmZFYXpLQ3RWZEdyUjVrWDZxd2o1RW9qTWlqcUJhL1IwWkxDbnc9PQ==/clIETDkrRklZT01QTjdYQytVQjIrbVFFOH](http://sipp.pasemarang.go.id/list_perkara/page/345/aFcZM2FGV3ZiTVc4U25RVG85cS8zQk9YTGc1VXRIOE1ObnV6S3R5MGFFNGRUa3FsdmZFYXpLQ3RWZEdyUjVrWDZxd2o1RW9qTWlqcUJhL1IwWkxDbnc9PQ==/clIETDkrRklZT01QTjdYQytVQjIrbVFFOH)

NPc0o4R2VOaE1qL2NQTEFlZnlYaVcxdzFDVFhldis0NDZiZUVSSFI  
3M2NoYUx1ZXBnNklsQ0ZU Uc5TWc9PQ==/col/2

- Sobur, Alex. (1986). *Anak Masa Depan*. Bandung: Angkasa
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Penerbit CV. Alfabeta: Bandung.
- Sunyoto, Danang. (2009). *Analisis Regresi dan Uji Hipotesis*, edisi pertama, Media Pressindo, Yogyakarta.
- Suprpto, Tommy. (2009). *Pengantar Teori dan Manajemen Komunikasi*. Jakarta: PT. Buku Kita
- Thoilliez, Bianca. (2012). "How to Grow up Happy: An Exploratory Study on the Meaning of Happiness from Children's Voices". *Jurnal Child Indicators Research*. 4 (2), 323-351 (diunduh pada 2 April 2018)
- Ulfiyanti, Ingrid Ismi & Astuti, Henny Puji. Tingkat Kebahagiaan (Happiness) Anak Usia Dini Ditinjau dari Model Single Parent di Kecamatan Tembalang Kota Semarang. *Skripsi*. Universitas Negeri Semarang
- Wardani, Tirta Arta. (2014). "Pengaruh Harapan dan Coping Stres Terhadap Resiliensi Caregiver Kanker". *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta
- Widiastuti, Reksi Yuliana. (2015). "Dampak Perceraian Pada Perkembangan Sosial Dan Emosional Anak Usia 5-6 Tahun". *Jurnal PG-PAUD Trunjoyo*. 2 (2), 76-149
- Wijayanti, Nindya. (2013). "Strategi Coping Menghadapi Stres Dalam Penyusunan Tugas Akhir Skripsi Pada Mahasiswa Program S1 Fakultas Ilmu Pendidikan". *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta