

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Selama menjalani masa kehidupan ada banyak rasa yang bisa dirasakan oleh setiap individu. Perasaan senang, sedih, marah merupakan hal yang wajar dialami. Pada umumnya individu pernah mengalami kegagalan, masa-masa yang penuh dengan kesulitan, bahkan peristiwa yang traumatis di hidupnya (Purwanti & Aulia, 2017). Termasuk mahasiswa, Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2016), mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi. Juke (dalam Marlia, 2012) menyatakan bahwa mahasiswa berada pada masa transisi dengan rentang usia 18 hingga 22 tahun. Mahasiswa adalah individu yang sedang dalam proses menjadi orang dewasa. Di Indonesia, mahasiswa berusia 18 hingga 25 tahun. Dalam kajian psikologi, mahasiswa termasuk dalam periode *emerging adulthood*, yang merupakan periode transisi antara remaja dan dewasa. Adapun karakteristik yang paling menonjol pada periode *emerging adulthood* adalah ketidakstabilan (Syed, 2015). Fase ini merupakan fase yang sangat penuh tantangan baik itu dalam ranah pendidikan, karir, percintaan, dan keluarga. Untuk mencapai kematangan dan kestabilan dalam fase ini, banyak sekali kesulitan yang harus diselesaikan oleh individu tersebut. Individu dalam fase ini seringkali sulit dalam menemukan rasa kedewasaan sebelum mereka mencapai stabilitas dalam berbagai aspek kehidupan, seperti memiliki tempat tinggal, menyelesaikan pendidikan, memiliki karier yang kokoh, serta sudah menikah atau minimal telah memasuki komitmen serius untuk hubungan jangka panjang (Arnett, 2000).

Mahasiswa merupakan individu yang berada pada masa transisi dari remaja akhir menuju dewasa awal dengan berbagai perubahan pada tugas maupun tanggung jawab yang sedang dihadapi maupun tuntutan pada masa depan (Awaliyah & Listiyandini, 2017). Mahasiswa yang berusia 18 hingga 25 tahun termasuk dewasa awal. Menurut Santrock (2013) dewasa awal merupakan masa

transisi dari remaja menuju dewasa dengan rentang usia 18-25 tahun. Ciri-ciri yang ditunjukkan pada tahap perkembangan dewasa awal yaitu individu sebagai usia produktif, sebagai masa bermasalah, sebagai masa yang penuh dengan ketegangan dan masa perubahan nilai (Hurlock, 2017). Individu dewasa awal siap untuk mengambil peran, tanggung jawab, masa untuk bekerja, terlibat dalam hubungan sosial masyarakat dan menjalin hubungan dengan lawan jenis (Trianawati, 2017). Sedangkan menurut Santrock (2011) menyebutkan kategori dewasa awal yaitu berada pada rentang usia 18-25 tahun, pada awal dewasa, individu cenderung melakukan kegiatan eksplorasi dan eksperimen sifatnya, perpindahan dari remaja ke dewasa tentu diwarnai oleh perubahan dan tantangan yang berkelanjutan.

Menurut data Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (PDDikTI) tahun 2022, Indonesia memiliki 4.397 perguruan tinggi. Perguruan Tinggi tersebut terdiri berbagai jenis, seperti universitas, institut, sekolah tinggi, politeknik, akademi, dan akademi komunitas. Sebagian besar perguruan tinggi Indonesia berada di Pulau Jawa, dengan total 1.477 unit yang tersebar di enam provinsi, yaitu Daerah Khusus Jakarta, Jawa Barat, Banten, Jawa Tengah, Daerah Istimewa Yogyakarta, dan Jawa Timur. Khususnya di Jawa Timur menempati urutan nomor 2 perguruan tinggi terbanyak di Pulau Jawa, memiliki 341 unit perguruan tinggi negeri dan swasta setelah Jawa Barat yaitu memiliki 388 unit perguruan tinggi.

Beberapa mahasiswa dalam sejarah hidupnya ada yang memiliki pengalaman pahit seperti kematian orang tua dan perceraian orang tua. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, keluarga adalah sekelompok orang yang memiliki hubungan darah, hubungan kekerabatan, atau ikatan khusus lainnya. Keluarga juga dapat diartikan sebagai: Ibu dan bapak beserta anak-anaknya, orang seisi rumah yang menjadi tanggungan, sanak saudara atau kaum kerabat, satuan kekerabatan yang sangat mendasar dalam masyarakat. Dari penjelasan di atas terdapat kalimat “keluarga adalah ibu dan bapak beserta anak-anaknya”. Hal ini menunjukkan bahwa seorang anak umumnya mempunyai dua orang tua yaitu ayah dan ibu.

Namun, apabila salah satu dari orang tua harus kehilangan pasangan hidupnya karena meninggal atau bercerai, maka orang tua tersebut akan menjadi *single parent* bagi anak-anaknya. Menurut Hadi (2019) Secara umum *single parent* adalah orang tua tunggal yang memiliki kewajiban mengurus keluarga tanpa bantuan dari pasangannya.

Menurut Monica dkk (2020) Jumlah orang tua tunggal di Indonesia sebanyak 18,25% dari total penduduk yang berjumlah 1.970.446 dan jumlahnya meningkat 0,1% setiap tahunnya. Jumlah ibu tunggal 14,84% dan ayah tunggal 4,05%. Data tersebut menunjukkan bahwa jumlah anak yang tumbuh dengan orang tua tunggal juga semakin meningkat. Adanya status orang tua tunggal mengakibatkan seseorang tersebut harus mampu untuk beradaptasi dengan situasi dan kondisi yang baru bagi hidupnya, seperti berperan ganda sebagai ayah dan ibu maupun sebaliknya, dan harus tetap mencari nafkah untuk anaknya. Orang tua tunggal yang disebabkan perceraian menurut Badan Peradilan Agama Indonesia, Mahkamah Agung (CNBC Indonesia, 2024) mencatat ada sekitar 463 ribu kasus perceraian di Indonesia sepanjang tahun 2024.

Data-data di atas menunjukkan bahwa dengan banyaknya orang tua yang berpisah karena perceraian, artinya akan banyak anak yang harus menghadapi kenyataan dan mulai menjalani kehidupan baru yaitu sebagai anak dari seorang *single parent*. Perceraian termasuk salah satu dari banyak kejadian yang dapat mengubah kehidupan dalam keluarga terutama pada anak. Selain itu, secara tidak langsung permasalahan yang terjadi dalam keluarga seperti perceraian akan berdampak pada diri individu. Saat perceraian terjadi, kebanyakan orang tua terlalu berfokus pada permasalahan dalam proses perceraian dan mengabaikan anak (Putri, dkk. 2020). Sering kali anak menjadi salah satu bagian yang diperdebatkan, sehingga bukan hal mudah bagi kebanyakan keluarga untuk menerima perceraian dengan baik. Peristiwa perceraian salah satu orang tua maupun kematian orang tua dapat membawa individu kedalam situasi yang sulit. Banyak masyarakat Indonesia yang hidup dengan ketidakhadiran seorang ayah baik secara fisik maupun

psikologis dalam kehidupan mereka. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Putri dan Ratriana (2022) mahasiswa dengan orang tua tunggal karena bercerai dan mengalami *fatherless* menjadi marah, kecewa, sempat membatasi komunikasi dengan ayahnya, bahkan tidak mau tahu kabar tentang ayahnya karena ia kecewa tentang keutuhan keluarganya yang tiba-tiba menjadi kehancuran. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Fitriani (2021) remaja putri yang memiliki orang tua tunggal karena bercerai dan mengalami *motherless* belum mampu memilih dan yakin atas tindakan yang mereka lakukan dikarenakan selain ketiadaan peran dari sosok ibu juga tidak adanya sosok orangtua baik ayah, bibik atau nenek yang dapat memberikan penguatan atau memberikan informasi mengenai suatu pilihan tersebut sehingga mereka belum mempunyai pendirian dan pedoman hidup yang akhirnya ragu-ragu dalam mengambil suatu keputusan atau lebih memilih ikut-ikutan dalam kelompok teman sebayanya.

Kematian orang tua adalah sebuah kesedihan yang mendalam bagi yang mengalaminya dan pada kenyataannya akan memberikan dampak yang signifikan terhadap kehidupan anak. Ketika anak kehilangan orang tua, maka mereka akan kehilangan orang terdekat yang memberikan kasih sayang dan cinta. Dalam hal ini seseorang membutuhkan proses secara bertahap dan mencoba bangkit dari keterpurukan hidupnya (Vasty, dkk. 2021). Individu yang merasakan sakit yang begitu dalam, rasa frustrasi, dan kehilangan yang mungkin baru akan hilang setelah melalui waktu yang cukup lama (Aprilia, 2013). Peristiwa kematian orang yang dicintai seperti orang tua tidak pernah diketahui pasti kapan ajal menjemput oleh siapapun, maka dari itu peristiwa kematian dapat menyebabkan individu merasakan *shock* atau terkejut karena bersifat tiba-tiba. Sebuah penelitian yang mengatakan bahwa wanita yang mengalami *fatherless* karena kematian dapat menjauh dari kontak dengan lawan jenis, mempunyai konsep mengenai ayah dengan baik, serta merasakan kesedihan karena kehilangan (Alfasma, 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Fitriani (2021) remaja putri yang memiliki orang tua tunggal karena meninggal dunia dan mengalami *fatherless* mampu memilih dan yakin atas

tindakan yang mereka lakukan hal ini didukung pula oleh orangtua sebagai sumber informasi atau tempat mereka bertanya mengenai suatu hal sehingga remaja putri tersebut dapat berpikir secara optimal dalam mengambil sebuah keputusan. Lalu penelitian yang dilakukan oleh Arhadita dan Ira (2024) wanita dewasa awal yang memiliki orang tua tunggal karena meninggal dunia dan mengalami motherless tetap menemukan kesulitan untuk menerima posisi yang dimiliki pasca kematian ibu.

Dampak fatherless bagi perempuan yaitu beberapa penelitian menjelaskan individu dengan fatherless menyebabkan anak merasa kesepian (*loneliness*), kecemburuan (*envy*), kedukaan (*grief*), perasaan kehilangan (*lost*), rendahnya kontrol diri (*self-control*), keberanian mengambil resiko (*risk taking*), dan kecenderungan neurotik yang terutama terjadi pada anak perempuan (Salsabila, 2020). Pengaruh peran ayah terhadap anak perempuan untuk masa depan adalah ketika anak perempuan berhubungan sosial dengan lawan jenis (Dagun, dalam Junaidin, dkk, 2023). Selain itu, anak perempuan juga memerlukan hubungan kedekatan dengan ayah agar meningkatkan kemampuan berpikir secara rasional (Auni, 2017). Pada mahasiswa perempuan dewasa awal dalam penelitian Rachmanulia dan Kartika (2023) mengungkapkan kehilangan peran ayah menyebabkan individu tersebut merasa marah (*angry*) dan kecemburuan (*envy*).

Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Iskandar dan Fatchiah (2023) pada laki-laki usia dewasa awal yang mengalami fatherless subjek memiliki teman dari berbagai kalangan namun subjek sangat selektif dalam menentukan teman yang dapat dipercayai karena subjek hanya terbuka dengan orang yang bisa membuatnya nyaman dan merasa ada kesamaan, hanya dekat dengan ibu dan merasa dirinya berharga di mata ibu, Subjek berharap keluarga terutama ibunya mampu menerima subjek sepenuhnya, karena ibu subjek memiliki harapan bahwa subjek dapat berubah menjadi laki-laki seutuhnya. Subjek juga berharap dapat diterima oleh orang lain dengan kelebihan maupun kekurangan dirinya. Harapan subjek ingin mempunyai pasangan yang menyayangi, mengayomi, dan menuntun.

Subjek tidak memiliki ketertarikan terhadap lawan jenis. Subjek menyadari hal itu disebabkan karena kurang kasih sayang dari sosok ayah.

Lalu penelitian telah menunjukkan bahwa laki-laki yang tidak memiliki ibu atau motherless mungkin mengalami tingkat depresi, kecemasan, dan isolasi sosial yang lebih tinggi daripada teman sebayanya yang tidak mengalami kehilangan ibu (Feigelman dkk, 2017). Mereka juga mungkin berisiko lebih tinggi terhadap penyalahgunaan zat, menyakiti diri sendiri, dan bunuh diri (Geldard, Geldard & Foo, 2018; van der Kolk, 2005). Penting bagi profesional kesehatan mental untuk menyadari risiko ini dan memberikan dukungan serta intervensi yang tepat untuk membantu anak laki-laki yang tidak memiliki ibu mengelola tekanan emosional mereka. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Fitriani (2021) pada remaja putri yang mengalami motherless sebagian memiliki self control yang baik ditandai dengan ketiga aspek yang diteliti, yakni kontrol tingkah laku, kontrol kognitif dan mengontrol keputusan. Mereka mampu mengatur pelaksanaan, mengontrol stimulus, mengantisipasi dan menafsirkan peristiwa atau kejadian serta memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada suatu yang diyakini atau disetujui. Dan sebagian nya lagi belum mampu mengontrol dirinya dengan baik pada dua aspek yakni kontrol kognitif dan mengontrol keputusan, akan tetapi mereka memiliki kontrol stimulus yang baik, dimana mereka tahu, paham dan sadar tentang masalah yang dihadapi dengan kondisinya yang motherless.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti Anggraini (2022) dengan penelitian yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Resiliensi Mahasiswa Dengan Orang Tua Tunggal” pada 30 responden mahasiswa dengan orang tua tunggal, sebanyak 83% dari mahasiswa dengan orang tua tunggal mengalami perubahan situasi dan perubahan emosi, 46% mengalami keterpurukan, 30% mengalami stres, dan selebihnya mengalami frustrasi hingga trauma. Bahkan 20% dari mahasiswa dengan orang tua tunggal pernah menggunakan bantuan jasa psikolog/psikiater untuk menolong apa yang mereka alami karena kehilangan salah satu orang tuanya. Selain itu, mahasiswa dengan orang tua tunggal dihadapkan

dengan berbagai permasalahan kehidupan diantaranya sebanyak 76% responden mengalami tekanan untuk menjadi lebih cepat dewasa, sebanyak 60% responden menanggung beban untuk bertanggung jawab melebihi kapasitas, sebanyak 56% responden mengalami kesulitan finansial, dan permasalahan lain seperti isolasi sosial dan kesepian.

Kesejahteraan psikologis adalah suatu kondisi seseorang yang bukan hanya bebas dari tekanan atau masalah-masalah mental saja, tetapi lebih dari itu yaitu kondisi seseorang yang mempunyai kemampuan menerima diri sendiri maupun kehidupan di masa lalunya, pengembangan atau pertumbuhan diri, keyakinan bahwa hidupnya bermakna dan memiliki tujuan, memiliki kualitas hubungan positif dengan orang lain, kapasitas untuk mengukur kehidupan lingkungannya secara efektif dan kemampuan seseorang untuk menentukan tindakan sendiri sehingga akan menciptakan kesejahteraan pada individu tersebut yang diukur melalui kebahagiaan dan kepuasan hidup (Ryff, 1995). Kesejahteraan psikologis penting bagi mahasiswa agar tumbuh menjadi pribadi yang produktif dalam bidang akademik dan berbagai bidang kehidupan. Kesejahteraan psikologis pada mahasiswa menjadi prediktor: prestasi akademik (Iosua, dkk. 2014), kontrol diri (Udhayakumar & Illango, 2018), kepuasan hidup, rasa syukur, optimis, harapan (Kardas, dkk. 2019), dan kebahagiaan (Ghasempour, dkk. 2013). Kesejahteraan psikologis menjadi prediktor berbagai aspek kehidupan mahasiswa, seperti, aspek pribadi-sosial, akademis, dan karier.

Fenomena rendahnya kesejahteraan psikologis pada kalangan mahasiswa ditemukan di berbagai belahan dunia (Ghasempour, dkk. 2013; Punia & Malaviya, 2015). Rendahnya kesejahteraan psikologis mahasiswa juga ditemukan di Indonesia. Triaswari & Utami, (2014) menemukan bahwa 27,26% mahasiswa psikologi Universitas Gadjah Mada memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Putri (2012) menemukan bahwa 46,2% mahasiswa Universitas Indonesia memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Sebanyak 38% dari mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah

(Kurniasari, dkk. 2019). Rendahnya kesejahteraan psikologis mahasiswa yang sedang menempuh perkuliahan di Malang ditunjukkan dari konflik antar mahasiswa (Parella, dkk. 2018), stres (Ambarwati, dkk. 2019; Hamadi, dkk. 2018), penyesuaian diri yang rendah (Sari & Jamain, 2019) serta penerimaan diri mahasiswa yang rendah (Prabowo, 2020).

Chao (2012) menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah lebih cenderung terlibat dalam kegiatan negatif seperti penggunaan alkohol, perilaku menetap, terlalu sedikit atau terlalu banyak tidur, ketidakpuasan hidup atau bahkan perilaku bunuh diri. Sebaliknya, Individu yang tinggi pada kesejahteraan psikologis mampu menavigasi dirinya secara efektif dan terampil dalam menghadapi tantangan yang muncul (Bowman, 2010). Kesejahteraan psikologis yang rendah pada mahasiswa dapat diakibatkan karena beberapa faktor seperti pengaturan waktu yang buruk, kualitas tidur yang buruk dan kurangnya dukungan. Husted (2017) mengatakan bahwa mengatur waktu secara efektif dapat menyangga efek dari tekanan akademik yang mengarah pada kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Kualitas dukungan sosial juga terkait erat dengan kesejahteraan psikologis dalam konteks akademik (Fernández-González dkk, 2015). Penelitian menunjukkan bahwa kualitas tidur yang buruk menyebabkan peningkatan risiko masalah mental, termasuk depresi dan kecemasan (Glozier et al., 2010). Menurut penjelasan diatas, mahasiswa dapat membangun cara meningkatkan kesejahteraan psikologis dengan latihan pengaturan waktu, mencari dukungan sosial dan memiliki kualitas tidur yang baik.

Berikut ini adalah hasil wawancara tentang dampak yang dirasakan pada 5 mahasiswa dengan orang tua tunggal dikarenakan salah satunya meninggal dunia dan bercerai:

Pada subjek berinisial N yang salah satu orang tua nya meninggal dunia yaitu ibu nya “apa ya? ngerasa kesepian karena ayahku gak selalu ada buat aku” (Wawancara personal, 29 Mei 2025).

Pada subjek berinisial Y yang salah satu orang tua nya meninggal dunia yaitu ayahnya “yahh yg kyk kubilang sebelumnya.. kesulitan dlm hal ekonomi. tp kalo dlm sisi psikologis yg paling keliatan ya kehilangan sosok pemimpin. sandaran keluarga. jd ya keluargaku smpet kacau jga karna gatau hrus gmana. harus kemana arahnya. dan psti ada omongan2 jga soal anak yatim. adek prnah dijelek2 kan disekolahnya krna gapunya bapak. kyk diomongin orng suruh jga ibuku krna udh gapunya bapak. atau ada yg kyk anak itu gapunya bapak gmana kuliahnya. ya gtu2 lah” (Wawancara personal, 29 Mei 2025).

Pada subjek berinisial M yang orang tua nya bercerai dan tinggal dengan ibunya “Terkadang merasa cukup lelah dengan keadaan karena saya memiliki orang tua tunggal, kadang pgn juga ngerasain dikasi uang saku oleh ayah dan kadang pernah juga merasa sedikit sedih ketika melihat teman mendapat perhatian dari ayahnya melalui wa dan hal" kecil lainnya. Namun meski hanya punya ortu tunggal yaitu ibu, saya tetap mendapat perhatian yang cukup meskipun terkadang ibu saya juga sibuk bekerja, namun saya tetap bersemangat untuk belajar saat kuliah. Disisi lain saya merasa harus mau gamau berjuang keras untuk menyemangati diri saya sendiri, karena anak tunggal sehingga sering saya menyimpan semua sendirian mengenai perkuliahan saya, meski begitu ibu saya juga mendukung keputusan" saya disaat saya kebingungan bercerita membuat keputusan” (Wawancara personal, 29 Mei 2025).

Pada subjek berinisial R yang salah satu orang tua nya meninggal dunia yaitu ibunya “Salah satunya aku ngerasa rumah udah enggak se nyaman dulu lagi, kayak ada yg kurang terus ngerasa keluarga kurang lengkap aja. Kangen teruss,, Kadang ngerasa kurang termotivasi mau ngapain, kadang ngerasa ngga punya arah. Intinya kek ngerasa kurang aja. Kalo dari segi emosi, yg kurasain itu bedanya aku gabisa ngerasa seneng banget tapi juga ngga ngerasa sedinhhh banget,, kayak yaudah,, gitu” (Wawancara personal, 29 Mei 2025).

Pada subjek berinisial S yang salah satu orang tua nya meninggal dunia yaitu ibunya “dulu memang serasa hidup ku kek ga berarti, setiap hari bahkan buat ikhlas pun rasa e kek ga mampu tapi seiring berjalan e waktu aku mencoba buat keluar dari kesedihan iku, dan nk emang bukan karna keluarga ku terutama papa ku ya siapa lagi sing harus menjadi peran sing gantiin mama ku dan sekarang mungkin sudah lama mangkanya aku ws berasa ikhlas bnget ngejalani hidup dan bahkan ikhlas juga ad sing gantiin mama ku d hidup e papaku” (Wawancara personal, 30 Mei 2025).

Berdasarkan hasil wawancara diatas dampak yang dirasakan memiliki orang tua tunggal karena bercerai maupun meninggal dunia dari kelima subjek berbeda-beda. Subjek N merasa kesepian karena ayah tidak selalu ada buat subjek. Subjek Y kesulitan ekonomi, kehilangan sosok pemimpin, adek subjek mengalami bullying verbal. Subjek M merasa cukup lelah dengan keadaan, kurang perhatian dari ayah, kadang merasa sedikit sedih, tetapi ibu subjek memberi perhatian yang cukup kepada subjek. Subjek R merasa rumah sudah tidak nyaman dulu seperti ada yang kurang, selalu rindu, kadang merasa kurang termotivasi, kadang merasa tidak punya arah, tidak bisa merasa senang banget tapi juga tidak merasa sedih banget. Yang terakhir adalah subjek S dulu merasa hidup tidak berarti tetapi sekarang sudah menjalani kehidupan dengan ikhlas.

Berbagai penelitian tentang kesejahteraan psikologis menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh kepribadian (Hicks & Mehta, 2018), religiusitas (Harpan, 2015), status sosial (Fassbender & Leyendecker, 2018), dan dukungan sosial (Adyani, dkk. 2018). Terutama bagi mahasiswa, dukungan sosial merupakan faktor yang penting bagi kesejahteraan psikologis mahasiswa (Z. Luo, dkk. 2019). Dukungan sosial tersebut akan membuat mahasiswa tetap sehat secara fisik dan mental (Yasin & Dzulkifli, 2010). Menurut Saronson (2005) bahwa dukungan sosial adalah sebuah perhatian atau kepercayaan dalam bentuk dorongan atau semangat yang diberikan kepada orang lain yang dimaksudkan untuk memberi bantuan.

Menurut Apollo dan Cahyadi (2012) dukungan sosial adalah tindakan yang bersifat membantu, melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan instrumen, dan penilaian positif pada individu dalam menghadapi permasalahannya. Secara singkat, dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai ketersediaan orang-orang yang dapat diandalkan oleh seseorang pada saat dibutuhkan. Dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap tingkat stress yang dialami seseorang. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah tingkat stress yang dirasakan, begitupun

sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka akan semakin tinggi pula stress yang dirasakannya (Sibua dan Silaen, 2020). Selain itu, seseorang yang menerima dukungan sosial akan lebih mampu melakukan penyesuaian diri di lingkungannya, ataupun menyesuaikan diri dalam keadaan atau masalah yang dialami (Amylia & Surjaningrum, 2014). Sehingga dapat disimpulkan bahwa, kurangnya dukungan sosial dari orang-orang terdekat dapat menimbulkan kerentanan seseorang mengalami stress ataupun memperparah kondisi orang tersebut, sedangkan seseorang yang mendapatkan dukungan sosial yang memadai dapat mengurangi efek dari situasi stress yang sedang dialami.

Cochran (2009) mengidentifikasi sistem dukungan sosial sebagai orang-orang yang berhubungan langsung dengan orang tersebut, termasuk orang tua, saudara, tetangga, rekan kerja, dan teman yang berinteraksi dengan orang tersebut. Setuju dengan Smet, Sarason menjelaskan (dalam Sarafino 2011): Dukungan sosial adalah perhatian, penghargaan, kenyamanan, dan dukungan yang diterima seseorang dari individu atau kelompok lain. Oleh karena itu, kehadiran, kemauan, dan perhatian orang lain yang menghargai dan menyayangi orang tersebut merupakan salah satu bentuk dukungan sosial. Hubungan interpersonal suatu bentuk istirahat fisik atau mental, perhatian, penghargaan, kontribusi (Sarafino, 2011) dan bentuk lain yang diberikan kepada individu dan kelompok lain, dampak dukungan sosial terhadap individu tergantung pada ada tidaknya stres. Dari orang itu sendiri atau dari luar untuk menghindari hambatan fisik dan psikis. Individu membutuhkan dukungan dari orang-orang disekitarnya untuk mendapatkan hiburan (Ariyanthi, 2016).

Korelasi positif antara kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial pada mahasiswa telah ditemukan dalam berbagai penelitian (Adyani, dkk. 2018; Triaswari & Utami, 2014; Yasin & Dzulkifli, 2010). Kesejahteraan psikologis mahasiswa mengalami peningkatan seiring dengan diterimanya dukungan sosial. Bantuan yang diterima mahasiswa, berupa materi, penghargaan, dan perhatian akan membantu mahasiswa menghadapi situasi yang tidak menyenangkan dan meningkatkan kemampuan mahasiswa beradaptasi dengan lebih baik. Penelitian

hubungan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa telah banyak dilakukan (Adyani, dkk. 2018; Pertiwi & Utami, 2018; Yasin & Dzulkifli, 2010). Namun, penelitian yang menjelaskan bahwa pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa dengan orang tua tunggal belum banyak dilaporkan.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa dengan orang tua tunggal?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa dengan orang tua tunggal

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan pengetahuan dan informasi tentang pengaruh dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa dengan orang tua tunggal, serta dapat memberikan manfaat bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat praktis

- a) Bagi mahasiswa dengan orang tua tunggal: penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan kepada mahasiswa dengan orang tua tunggal untuk dapat mengontrol diri dan dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa dengan orang tunggal.
- b) Bagi orangtua: penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan serta pengetahuan untuk selalu memperingati perkembangan anaknya.
- c) Bagi peneliti lainnya: hasil dari penelitian ini diharapkan mampu dijadikan landasan untuk melengkapi kekurangan dan kelebihan setiap pembahasan

dalam penelitian ini untuk melakukan penelitian selanjutnya terkait dengan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa dengan orang tua tunggal

- d) Bagi konselor kampus atau dosen: penelitian ini diharapkan dapat sebagai dasar dalam merancang layanan bimbingan dan konseling yang berfokus pada penguatan dukungan sosial, membantu konselor dalam mengidentifikasi mahasiswa yang berisiko mengalami rendahnya kesejahteraan psikologis sehingga intervensi dapat dilakukan secara lebih tepat. Memberikan pemahaman mengenai pentingnya peran dukungan sosial dalam proses pembelajaran.