

Resiliensi Dan *Work-Family Conflict* Pada Orang Tua *Single Parent*

Enjelita Putri Sabanari¹, Arthur Huwae²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana,
Indonesia¹

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana,
Indonesia²

E-mail: enjelitasabanari@gmail.com¹, arthur.huwae@uksw.edu²

Correspondent Author: Enjelita Putri Sabanari, enjelitasabanari@gmail.com

Doi: [10.31316/g-couns.v9i2.6199](https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.6199)

Abstrak

Menjalankan peran sebagai orang tua *single parent*, tampaknya diperhadapkan pada berbagai situasi atau kondisi yang menyulitkan. Keadaan ini membuat orang tua *single parent* berada pada situasi konflik peran ganda. Terjadinya peningkatan maupun penurunannya konflik peran ganda, dapat disebabkan oleh tinggi dan rendahnya kemampuan resiliensi yang dibentuk. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dan *work-family conflict* pada orang tua *single parent*. Metode yang digunakan yaitu kuantitatif dengan desain korelasional bivariat. Partisipan penelitian ini adalah 125 orang tua *single parent* dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Pengukuran penelitian menggunakan *Connor-Davidson Resilience Scale* ($\alpha = 0,871$) dan *Work Family Scale* ($\alpha = 0,898$). Hasil penelitian membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara resiliensi dengan *work family conflict* ($r = -0,483$ dan $\text{sig} = 0,000$ ($p < 0,01$)). Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan *work-family conflict*. Artinya, ketika terjadi peningkatan atau penurunan resiliensi, ada kaitannya dengan penurunan atau peningkatan *work-family conflict* pada orang tua *single parent*.

Kata kunci: resiliensi, *work family conflict*, orang tua *single parent*

Abstract

Carrying the role of a single parent seems to face various situations or conditions that make it difficult. This situation puts single parents in a dual role conflict. The increase or decrease in dual role conflict can be caused by the high and low resilience abilities formed. This study aims to determine the relationship between resilience and work-family conflict in single parents. The method used is quantitative with a bivariate correlation design. The participants of this study were 125 single-parent parents using an accidental sampling technique. Research measurements used the Connor-Davidson Resilience Scale ($\alpha = 0.871$) and the Work-Family Scale ($\alpha = 0.898$). The results prove a significant negative relationship between resilience and work-family conflict ($r = -0.483$ and $\text{sig} = 0.000$ ($p < 0.01$)). This shows that resilience is one of the factors associated with work-family conflict. That is, when there is an increase or decrease in resilience, there is a decrease or increase in work-family conflict for single parents.

Keywords: resilience, *work family conflict*, single parent

Info Artikel

Diterima Mei 2024, disetujui Desember 2024, diterbitkan April 2025



PENDAHULUAN

Sepanjang kehidupan seseorang, status perkawinan akan selalu berubah. Status perkawinan di Indonesia dibagi menjadi empat kategori, antara lain belum kawin, kawin, cerai hidup, dan cerai mati. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik, terdapat 11.168.460 (5,8%) penduduk Indonesia yang mempunyai status janda, dan 2.786.460 (1,4%) berstatus duda dari total penduduk Indonesia sebanyak 191.709.144 jiwa (Pagarwati, 2020). Jumlah ibu tunggal lebih banyak dibandingkan ayah tunggal. Hal ini ditunjukkan dengan besar persentase ibu tunggal sebesar 14,84%, sangat jauh lebih tinggi dibandingkan dengan persentase pada ayah tunggal yang memiliki persentase sebesar 4,05%. Faktor-faktor seperti seks pranikah, kematian pasangan hidup, pilihan perceraian, perpisahan, dan perbedaan generasi dapat menyebabkan keluarga berstatus orang tua tunggal (Mrinde, 2014). Keluarga yang mengalami perpecahan akibat perceraian atau kematian menyebabkan keluarga menjadi tidak lengkap, karena hanya ada ayah atau ibu dengan anak dalam keluarga (Pujihavuty, Subeqi, & Murniati, 2021). Kehilangan pasangan merupakan sebuah kenyataan hidup yang seringkali tidak dapat dihindari dan dapat memengaruhi aspek psikologis bagi orang yang mengalaminya, seperti kesedihan dan penolakan untuk mengambil tanggung jawab baru sebagai ayah atau ibu tunggal (Nurfitri & Waringah, 2018; Sundari, 2023).

Single parent mengalami perubahan hidup yang menuntut mereka untuk bertanggung jawab penuh terhadap keluarga. *Single parent* harus melakukan berbagai tugas yang sebelumnya dilakukan bersama dengan pasangan, seperti mengurus rumah tangga, membimbing, membesarkan, serta memenuhi kebutuhan anaknya sendiri (Maldonado, & Nieuwenhuis, 2015). *Single parent* menghadapi tugas yang jauh lebih sulit dan berat dari sebelumnya dengan tanggung jawab baru ini (Weinraub & Kaufman, 2019). Selain itu, terdapat perubahan yang dapat menyebabkan masalah, karena seseorang yang tadinya hanya berperan sebagai seorang istri atau suami, kini harus berperan ganda (Nieuwenhuis & Maldonado, 2018). Menyelesaikan tugas berbeda yang awalnya dilakukan bersama-sama menyebabkan kelebihan beban tugas bagi orang tua tunggal. Permasalahan ekonomi atau finansial merupakan hal yang dialami oleh orang tua tunggal. Oleh karena itu orang tua tunggal diibankan untuk dapat menjalani kedua peran tersebut untuk melaksanakan tanggung jawab dan kewajiban di tempat kerjanya (Bailyn, 2022). Pekerjaan dan keluarga merupakan bagian yang sangat penting dalam kehidupan seseorang sehingga sulit untuk dipisahkan satu sama lain (Perry-Jenkins & Gerstel, 2020). Seringkali terjadi konflik dan kesulitan dalam memberikan prioritas pada kedua peran tersebut ketika mencoba menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga. Walaupun memenuhi kedua peran dapat bermanfaat positif bagi individu, konflik antar peran akan meningkat ketika seseorang tidak dapat menyeimbangkan tanggung jawab kedua peran tersebut (Adisa, Aiyenitaju, & Adekoya, 2021). Kondisi seperti ini dikenal dengan *work-family conflict* (konflik pekerjaan-keluarga).

Untuk mendukung penelitian ini, peneliti melakukan wawancara awal terhadap 10 orang tua *single parent* (Wawancara dilakukan selama bulan Mei 2023). Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat dilihat bahwa 6 dari 10 orang tua *single parent* sering mengalami kelelahan dalam menjalani kedua peran secara bersamaan. Salah satu hal yang ditimbulkan dalam menjalani dua peran sebagai orang tua tunggal adalah adanya keluhan dan kritikan dari anak-anak terhadap pekerjaan yang dikerjakan, karena merasa kurang adanya perhatian yang dirasakan. Kemudian, 8 dari 10 orang tua *single parent* mengungkapkan bahwa seringkali mengalami kesulitan dalam pengelolaan waktu. Hal ini membuatnya harus melakukan segala sesuatu dengan sendirinya sebagai orang tua



tunggal untuk memenuhi kebutuhan finansial keluarga. Kesulitan mengatur waktu dirasakan orang tua *single parent* karena harus bekerja dan mengurus anak.

Dari hasil wawancara tersebut, tampak bahwa orang tua *single parent* mengalami *work-family conflict* karena pernyataan tersebut sejalan dengan pendapat Greenhaus dan Beutell (1985) tentang salah satu dimensi *work-family conflict* yaitu konflik yang mendasar waktu (*time based conflict*). Konflik peran ganda ini dapat terjadi ketika waktu yang dibutuhkan untuk menjalankan satu peran tersebut tidak dapat digunakan untuk menjalankan peran lainnya. Artinya seseorang yang menghadapi konflik antar peran sekaligus tidak dapat menjalankan dua peran lainnya dalam waktu yang bersamaan karena akan membuat suatu peran tidak dapat dilakukan (Lembang & Huwae, 2022).

Work-family conflict (WFC), sering diartikan sebagai konflik antara peran pekerjaan dan keluarga yang tidak seimbang atau bertentangan. Konflik pekerjaan dan keluarga merupakan konflik antar peran yang terjadi ketika tuntutan peran pekerjaan mengganggu tuntutan keluarga. (Greenhaus & Beutell, 1985). Kondisi konflik antar peran terjadi ketika individu tidak mampu menjaga keseimbangan dalam tuntutan waktu satu peran dengan keikutsertaan peran lainnya sehingga menimbulkan kesenjangan dalam kedua peran yang dijalani yang mengarahkan individu mengalami konflik antar pekerjaan-keluarga. Ketika kedua peran ini tidak berjalan dengan sesuai, konflik sering terjadi antara keluarga dan pekerjaan (Frone, Russell, & Cooper, 2020). Dengan demikian, *WFC* mempunyai dua arah yaitu konflik pekerjaan terhadap keluarga dan konflik keluarga terhadap pekerjaan. Greenhaus dan Beutell (dalam Lembang & Huwae, 2022) membagi *WFC* menjadi tiga dimensi, yaitu konflik yang berdasar waktu (*time based conflict*), konflik berdasar tegangan (*strain based conflict*), dan konflik berdasar perilaku (*behavior based conflict*).

Menurut Zhang, Moeckel, Moreno, Shuai, dan Gao (2020) bahwa ada beberapa dampak yang didapatkan ketika seseorang mengalami tingkat konflik antar peran dalam pekerjaan yang tinggi adalah memiliki motivasi kerja yang rendah, berkurangnya konsentrasi dalam bekerja, munculnya kecemasan, ketegangan dan stres yang merugikan pada diri. Bahkan masalah *WFC* yang ditimbulkan oleh jam kerja yang panjang atau padat dan jadwal kerja yang tidak fleksibel adalah faktor yang meningkatkan kemungkinan untuk meninggalkan pekerjaan (Chung, Chan, Lanier, & Wong, 2023). Selain itu, dampak yang dirasakan keluarga termasuk kesulitan untuk memberikan perhatian penuh pada keluarga, keterbatasan aktivitas untuk memenuhi kebutuhan peran keluarga, anak yang rewel, dukungan perkawinan, dan kelelahan. Akibat dari konflik antar peran tersebut membuat individu mengalami stres atau tekanan sehingga tidak mampu bertahan dalam keadaan sulit dan penuh tantangan yang sangat berpengaruh terhadap kinerja pekerjaan dan keluarga.

Untuk memberikan solusi atas permasalahan tersebut, maka perlu diketahui faktor yang memengaruhi *WFC*. Guo dkk. (2023) berpendapat bahwa sumber daya yang telah terbukti dapat mengatasi tantangan peran adalah resiliensi yang merupakan respons psikologis yang dapat membantu mengatasi kesulitan dan situasi yang menekan atau stres pada individu. Dengan demikian resiliensi dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi *WFC* pada individu (Bernuzzi, Setti, Maffoni, & Sommovigo, 2022). Resiliensi berperan sebagai emosi positif untuk membantu individu beradaptasi dalam situasi sulit atau menekan dan sebagai peningkatan kepuasan hidup, artinya emosi positif dapat meningkatkan kepuasan hidup. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Siebert dalam bukunya *The Resiliency Advantage*, resiliensi mengacu pada kemampuan untuk mengatasi berbagai perubahan hidup yang signifikan, berguna untuk menjaga kesehatan



dalam situasi penuh tekanan, bangkit dari keterpurukan, menangani kemalangan, mengubah cara hidup ketika cara yang lama dianggap tidak sesuai lagi dengan keadaan, dan menghadapi masalah tanpa melakukan kekerasan (Sissilia & Falah, 2020).

Menurut Connor dan Davidson (dalam Azizah, Widiana, & Urbayatun, 2021), resiliensi merupakan bentuk kemampuan seseorang dalam mengatasi berbagai bentuk tekanan, karena dianggap penting untuk pemulihan kecemasan, depresi, dan reaksi stres. Selain itu, Connor dan Davidson (2003) merefleksikan resiliensi menjadi lima aspek yaitu *personal competence, trust in one's instincts, positive acceptance of change, control* dan *spiritual*. Resiliensi dapat membantu seseorang bertindak positif, sehingga orang yang memiliki resiliensi yang baik dapat beradaptasi setelah mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan, dapat menjaga kesehatan mental dan stabilitas, menghindari stres, trauma, serta dapat menjalani kehidupan dengan baik (Cinderby, Haq, Cambridge, & Lock, 2016; Denckla, 2020; Feldman, 2020).

Individu yang memiliki resiliensi yang baik merupakan orang yang cerdas, menarik, mudah diterima, dan mampu mengatasi perubahan di lingkungannya (Pragholapati, Yosef, & Soemantri, 2020; Putri & Huwae, 2023). Hasil penelitian dari Azzahra (2017) mengungkapkan bahwa seseorang dengan resiliensi yang tinggi cenderung akan memiliki tekanan psikologis yang rendah, dan sebaliknya ketika seseorang memiliki resiliensi yang rendah, maka semakin tinggi tekanan psikologisnya. Pada realitanya beberapa orang dalam seluruh spektrum pekerjaan tampak jauh lebih berhasil dalam mengatasi tuntutan pekerjaan yang tinggi dan dianggap memiliki resiliensi kerja yang tinggi. Selain itu, resiliensi berperan sebagai hubungan antara emosi positif dan peningkatan kepuasan hidup (Eldeleklioglu & Yildiz, 2020; Bozdağ & Ergün, 2021; Sianturi & Huwae, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Dönmez, Gürlek, dan Karatepe (2024) menemukan adanya hubungan signifikan resiliensi dengan *WFC*. Artinya bahwa resiliensi yang lebih tinggi mengarah pada *WFC* yang lebih rendah, dan sebaliknya. Hal ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan Alya (2020) yang menemukan bahwa resiliensi tidak berpengaruh terhadap dimensi-dimensi dari *WFC* yang dialami oleh ibu bekerja di perusahaan jasa.

Dari penjabaran di atas dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan hasil penelitian sebelumnya mengenai resiliensi dan *WFC*. Perbedaan tersebut menjadikan penelitian ini penting untuk dilakukan. Selain itu, pentingnya penelitian ini dilakukan karena resiliensi dan *WFC* berhubungan langsung terhadap individu itu sendiri maupun keberlangsungan dalam pekerjaan dan keluarganya. Perlu diketahui bahwa orang tua *single parent* sangat memerlukan resiliensi setelah berpisah dengan pasangan, banyaknya beban dan permasalahan yang dihadapi membuat individu rentan mengalami gangguan psikologis dan mengalami konflik peran ganda. Sebagai orang tua *single parent* harus menanggung beban hidup tanpa pasangan pendamping.

Single parent adalah orang tua yang membesarkan anak tanpa kehadiran, dukungan atau bantuan dari pasangan. Sejalan dengan itu, ketika seseorang menghadapi kesulitan untuk mengatur dua peran yang berbeda, mereka akan mengalami tekanan (Morr-Loftus & Droser, 2020). Oleh karena itu, kemampuan resiliensi sangat penting untuk meminimalisir dampak psikologis dalam menjalani status baru sebagai orang tua *single parent*. Sebagaimana dijelaskan oleh Herbert, Manjula, dan Philip (2013) bahwa resiliensi bukan hanya kemampuan untuk bertahan dalam situasi sulit, namun juga kemampuan mengatasi dan pulih dari depresi. Selain itu, resiliensi sebagai komponen psikologi positif, membantu orang menciptakan gaya hidup yang lebih baik dan



meningkatkan kualitas hidup mereka (Taylor & Conger, 2017). Lebih lanjut, penelitian ini penting untuk dilakukan karena orang tua *single parent* rentan mengalami *WFC* karena tekanan peran dan psikologis yang dapat berdampak dalam kualitas pekerjaan dan keluarga. Untuk itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dan *WFC* pada orang tua *single parent*. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan negatif signifikan antara resiliensi dengan *WFC* pada orang tua *single parent*. Semakin tinggi resiliensi, maka semakin rendah *WFC*. Sebaliknya, semakin rendah resiliensi, maka semakin tinggi *WFC*.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasi bivariat, untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dan *WFC* pada orang tua *single parent*. Peneliti melakukan penelitian melalui media sosial dengan menyebar *link Google Form* melalui platform *Instagram, Telegram, Twitter, Tik-tok, dan WhatsApp*. Penelitian dilakukan pada tanggal 20 Desember 2023 sampai dengan 18 Januari 2024. Partisipan dalam penelitian ini sebanyak 125 orang tua *single parent* berusia 21-40 tahun dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Data demografi partisipan disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1.
Demografi Partisipan Penelitian

Klasifikasi Partisipan	Keterangan	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	24	19,2%
	Perempuan	101	80,8%
Usia	21-25	10	8%
	26-30	20	16%
	31-35	41	32,8%
	36-40	54	43,2%

Penelitian ini diukur menggunakan skala resiliensi dan skala *WFC*. Resiliensi diukur menggunakan *Connor Davidson Resilience Scale* yang diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Azizah dkk. (2021). Skala resiliensi kemudian disesuaikan kembali oleh peneliti berdasarkan pada konteks partisipan penelitian, dan divalidasi oleh tiga orang *expert judgement*. Skala resiliensi memiliki 25 aitem dengan memiliki empat opsi respons, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Berdasarkan hasil uji skala, diperoleh nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,871.

WFC diukur menggunakan *Work-Family Conflict Scale* dari Greenhaus dan Beutell yang diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh peneliti dan disesuaikan pada konteks partisipan penelitian, kemudian divalidasi oleh tiga orang *expert judgement*. Skala *WFC* memiliki 24 aitem dalam bentuk pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Setiap aitem memiliki empat opsi respons, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Berdasarkan hasil uji skala, diperoleh nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,898.

Pengujian hipotesis penelitian menggunakan uji korelasi bivariat *product moment* dari *Karl Pearson* untuk menguji hubungan antara variabel bebas (X/resiliensi) dan variabel terikat (Y/*work family conflict*).



HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Uji Deskriptif Statistik dan Kategorisasi

Hasil dari data statistik deskriptif pada Tabel 2, menunjukkan bahwa partisipan sebanyak 125 orang, memiliki skor resiliensi yang bergerak dari skor minimum 45 sampai dengan skor maksimum 99 dengan rata-rata 75,20 dan standar deviasi 9,846. Kemudian, *WFC* partisipan memiliki skor yang bergerak dari skor minimum 24 sampai dengan skor maksimum 86 dengan dengan rata-rata 45,18 dan standar deviasi 9,392. Setelah itu, dilakukan kategorisasi pada variabel resiliensi dan variabel *WFC*.

Tabel 2.

Hasil Uji Deskriptif Statistik Variabel Penelitian					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Resiliensi	125	45	99	75,20	9,846
<i>WFC</i>	125	24	86	45,18	9,392

Setelah pemaparan statistik deskriptif, selanjutnya dilakukan kategorisasi skor dari variabel-variabel yang diteliti. Dari data kategorisasi pada Tabel 3, menunjukkan tingkat resiliensi dari 125 partisipan yang terbagi menjadi 3 kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Sebanyak 62 partisipan (49,6%) berada pada kategori tinggi, 61 partisipan (48,8%) pada kategori sedang, dan 2 partisipan (1,6%) pada kategori rendah. Berdasarkan nilai rata-rata skor, maka sebagian besar partisipan memiliki skor resiliensi yang berada pada kategori tinggi.

Tabel 3.

Kategorisasi Resiliensi			
Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$75 \leq x \leq 100$	Tinggi	62	49,6%
$50 \leq x < 75$	Sedang	61	48,8%
$25 \leq x < 50$	Rendah	2	1,6%
Jumlah		125	100%

Hasil kategorisasi pada Tabel 4, menunjukkan tingkat *WFC* dari 125 partisipan yang terbagi menjadi 3 kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Sebanyak 2 partisipan (1,6%) berada pada kategori tinggi, 34 partisipan (27,2%) pada kategori sedang, dan 89 partisipan (71,2%) pada kategori rendah. Berdasarkan nilai rata-rata skor, maka sebagian besar partisipan memiliki skor *WFC* yang berada pada kategori rendah.

Tabel 4.

Kategorisasi <i>WFC</i>			
Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$72 \leq x \leq 96$	Tinggi	2	1,6%
$48 \leq x < 72$	Sedang	34	27,2%
$24 \leq x < 48$	Rendah	89	71,2%
Jumlah		125	100%

Uji Asumsi Normalitas dan Linieritas

Hasil uji asumsi normalitas untuk variabel resiliensi memiliki nilai *Kolmogorov-Smirnov Z* sebesar 0,946 dengan sig. = 0,333 ($p > 0,05$), maka variabel resiliensi berdistribusi normal. Pada variabel *WFC* memiliki nilai *Kolmogorov-Smirnov Z* sebesar



1,163 dengan sig. = 0,133 ($p > 0,05$), maka variabel *WFC* juga berdistribusi normal. Selanjutnya, hasil uji linieritas dengan nilai F_{hitung} sebesar 58,875 dan sig. = 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa resiliensi dan *WFC* pada orang tua *single parent* adalah linier.

Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil uji korelasi pada Tabel 5, diperoleh nilai *Pearson correlation* sebesar -0,483 dengan nilai sig = 0,000 ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara variabel resiliensi dan *WFC* pada orang tua *single parent* di Indonesia, dimana semakin tinggi resiliensi maka semakin rendah *WFC*, dan sebaliknya.

Tabel 5.
 Hasil Uji Korelasi Resiliensi dengan *WFC*

		Resiliensi	<i>WFC</i>
Resiliensi	<i>Pearson Correlation</i>	1	-0,483**
	Sig. (1-tailed)		0,000
	N	125	125
<i>WFC</i>	<i>Pearson Correlation</i>	-0,483**	1
	Sig. (1-tailed)	0,000	
	N	125	125

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan membuktikan bahwa hipotesis penelitian diterima. Artinya terdapat hubungan negatif signifikan antara resiliensi dan *WFC* pada orang tua *single parent*, dimana semakin tinggi resiliensi maka semakin rendah *WFC*, dan sebaliknya. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Dönmez dkk. (2024) bahwa resiliensi membantu individu untuk bisa memaknai perjalanan hidupnya guna mengatasi permasalahan *WFC*.

Munculnya *WFC* karena tuntutan peran untuk melakukan tugas pekerjaan yang terganggu karena tuntutan peran keluarga. Ketika seseorang menghadapi kesulitan untuk mengatur dua peran yang berbeda, mereka akan mengalami situasi-situasi terganggu dan mengancam (Kelly dkk., 2014; Kossek & Lee, 2017). Seseorang yang menjalani status sebagai *single parent* rentan mengalami *WFC* karena dituntut untuk harus menyeimbangkan peran keluarga dan pekerjaannya. Selain itu, dengan banyaknya beban dan masalah yang dihadapi membuat *single parent* rentan terhadap gangguan psikologis (Meier, Musick, Flood, & Dunifon, 2016). Hal inilah yang membuat orang tua *single parent* dalam penelitian ini terus membentuk kemampuan resilien guna untuk dapat menghadapi situasi-situasi berat dalam pekerjaan maupun keluarga.

Orang tua *single parent* yang mengalami peran ganda memiliki kemampuan dan kekuatan untuk dapat mengatur diri mereka dengan sebaik-baiknya dalam pekerjaan dan keluarga. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Gonzalez-Zuniga (2022) bahwa resiliensi berfungsi sebagai penghubung antara emosi positif dan peningkatan kepuasan hidup. *Single parent* yang memiliki resiliensi yang tinggi cenderung dapat mengurangi dampak psikologis dalam menjalani status sebagai orang tua tunggal (Hetherington, 2014). Selain itu, *single parent* yang memiliki resiliensi yang tinggi dan baik tentunya memiliki kemampuan dalam menjalani peran ganda dan bertahan dalam situasi sulit. Oleh karena



itu, *single parent* memiliki resiliensi yang tinggi dapat menyebabkan *WFC* yang semakin rendah.

Banyak faktor yang dapat menjadi penyebab tinggi dan rendahnya *WFC* dalam kehidupan orang tua *single parent*, dan resiliensi menjadi salah satu faktor yang berhubungan. Jika dilihat sumbangan efektif, resiliensi memberikan kontribusi sebesar 23,3% terhadap *WFC* dan sebanyak 76,7% dipengaruhi oleh faktor lain di luar resiliensi seperti faktor ciri demografis, manajemen waktu, karakteristik peran dan dukungan sosial (Nordenmark, Almén, & Vinberg, 2020; Wang, Ma, & Guo, 2020; Molina, 2021).

Penelitian ini telah dilakukan sesuai dengan prosedur yang berlaku. Namun, terdapat keterbatasan yang tidak terungkap dalam penelitian ini, yaitu peneliti tidak melakukan pemetaan demografis berkaitan dengan lamanya individu menjadi *single parent*, penyebab menjadi *single parent*, dan usia anak. Hal ini membuat gambaran *WFC* yang diungkapkan hanya secara umum untuk keseluruhan orang tua *single parent*. Dinamika individu menjadi resilien yang berkaitan dengan *WFC* juga hanya tergambar secara umum, karena tidak adanya variasi demografis.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara resiliensi dan *WFC* pada orang tua *single parent*. Resiliensi orang tua *single parent* berada pada kategori tinggi dan *WFC* berada pada kategori rendah. Artinya, semakin tinggi resiliensi orang tua *single parent*, maka semakin rendah *WFC*-nya, dan begitu sebaliknya. Resiliensi memberi sumbangan efektif terhadap *WFC* sebesar 23,3%. Dari hasil penelitian, maka saran penelitian ini, yaitu bagi orang tua *single parent* agar dapat terus meningkatkan dan mempertahankan resiliensi agar dapat terus bertahan dalam menjalani peran ganda dengan cara menerapkan aspek resiliensi dalam kehidupan, seperti memiliki keyakinan untuk terus maju, tetap mampu beradaptasi serta memiliki hubungan yang baik dengan keluarga maupun lingkungan sekitar. Bagi penelitian selanjutnya dapat melakukan studi eksplorasi dengan pendekatan eksperimen untuk melihat sejauh mana persoalan *WFC* dapat diatasi dengan intervensi psikologis dengan pelatihan resiliensi atau melalui metode konseling.

DAFTAR PUSTAKA

- Adisa, T. A., Aiyenitaju, O., & Adekoya, O. D. (2021). The work–family balance of British working women during the COVID-19 pandemic. *Journal of Work-Applied Management*, 13(2), 241-260.
<https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/JWAM-07-2020-0036/full/html>
- Alya, P. T. (2020). *Pengaruh resiliensi terhadap work family conflict ibu bekerja di perusahaan jasa* (doctoral dissertation, Universitas Negeri Jakarta).
- Azizah, P. N., Widiani, H. S., & Urbayatun, S. (2021). Analisis faktor konfirmatori Connor-Davidson resilience scale. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 1-7.
<http://dx.doi.org/10.24014/jp.v17i1.11043>
- Azzahra, F. (2017). Pengaruh resiliensi terhadap distres psikologis pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5(1), 80-96.
<https://doi.org/10.22219/jipt.v5i1.3883>
- Bailyn, L. (2022). Accommodation of work to family. In *Working couples* (pp. 159-174). Routledge.



- Bernuzzi, C., Setti, I., Maffoni, M., & Sommovigo, V. (2022). From moral distress to burnout through work-family conflict: the protective role of resilience and positive refocusing. *Ethics & Behavior*, 32(7), 578-600. <https://doi.org/10.1080/10508422.2021.1955682>
- Bozdağ, F., & Ergün, N. (2021). Psychological resilience of healthcare professionals during Covid-19 Pandemic. *Psychological Reports*, 124(6), 2567-2586. <https://doi.org/10.1177/003329412096547>
- Cinderby, S., Haq, G., Cambridge, H., & Lock, K. (2016). Building community resilience: Can everyone enjoy a good life?. *Local Environment*, 21(10), 1252-1270. <https://doi.org/10.1080/13549839.2015.1100597>
- Chung, G. S. K., Chan, X. W., Lanier, P., & Wong, P. Y. J. (2023). Associations between work-family balance, parenting stress, and marital conflicts during COVID-19 pandemic in Singapore. *Journal of Child and Family Studies*, 32(1), 132-144. <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02490-z>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Denckla, C. A., Cicchetti, D., Kubzansky, L. D., Seedat, S., Teicher, M. H., Williams, D. R., & Koenen, K. C. (2020). Psychological resilience: An update on definitions, a critical appraisal, and research recommendations. *European Journal of Psychotraumatology*, 11(1), 1822064. <https://doi.org/10.1080/20008198.2020.1822064>
- Dönmez, F. G., Gürlek, M., & Karatepe, O. M. (2024). Does work-family conflict mediate the effect of psychological resilience on tour guides' happiness?. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, 36(9), 2932-2954.
- Eldeleklioglu, J., & Yildiz, M. (2020). Expressing emotions, resilience and subjective well-being: An investigation with structural equation modeling. *International Education Studies*, 13(6), 48-61. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1254738>
- Feldman, R. (2020). What is resilience: An affiliative neuroscience approach. *World Psychiatry*, 19(2), 132-150. <https://doi.org/10.1002/wps.20729>
- Frone, M. R., Russell, M., & Cooper, M. L. (2020). Relationship of work and family stressors to psychological distress: The independent moderating influence of social support, mastery, active coping, and self-focused attention. In *Occupational stress* (pp. 129-150). CRC Press.
- Gonzalez-Zuniga, A. (2022). Nuestra fuerza: Understanding the resilience of Latinx, first-generation students from single-parent families. <https://digital.sandiego.edu/soles-mahel-action/107/>
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76-88. <https://doi.org/10.5465/amr.1985.4277352>
- Guo, T., Jiang, D., Kuang, J., Hou, M., Gao, Y., Herold, F., ... & Chen, Y. (2023). Mindfulness group intervention improved self-compassion and resilience of children from single-parent families in Tibetan areas. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 51, 101743. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2023.101743>
- Herbert, H. S., Manjula, M., & Philip, M. (2013). Growing up with a parent having schizophrenia: Experiences and resilience in the offsprings. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 35(2), 148-153. <https://doi.org/10.4103/0253-7176.11624>



- Hetherington, E. M. (2014). *Coping with divorce, single parenting, and remarriage: A risk and resiliency perspective*. Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9781410602893>
- Kelly, E. L., Moen, P., Oakes, J. M., Fan, W., Okechukwu, C., Davis, K. D., ... & Casper, L. M. (2014). Changing work and work-family conflict: Evidence from the work, family, and health network. *American Sociological Review*, 79(3), 485-516. <https://doi.org/10.1177/00031224145314>
- Kossek, E. E., & Lee, K. H. (2017). Work-family conflict and work-life conflict. In *Oxford research encyclopedia of business and management*. <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190224851.013.52>
- Lembang, I. B., & Huwae, A. (2022). Work family conflict dan psychological well-being pada istri yang berkarir di Toraja Utara. *Jurnal Psikologi Udayana*, 9(2), 148-155. <https://doi.org/10.24843/JPU/2022.v09.i02.p05>
- Maldonado, L. C., & Nieuwenhuis, R. (2015). Family policies and single parent poverty in 18 OECD countries, 1978–2008. *Community, Work & Family*, 18(4), 395-415. <https://doi.org/10.1080/13668803.2015.1080661>
- Meier, A., Musick, K., Flood, S., & Dunifon, R. (2016). Mothering experiences: How single parenthood and employment structure the emotional valence of parenting. *Demography*, 53(3), 649-674. <https://doi.org/10.1007/s13524-016-0474-x>
- Molina, J. A. (2021). The work–family conflict: Evidence from the recent decade and lines of future research. *Journal of Family and Economic Issues*, 42(Suppl 1), 4-10. <https://doi.org/10.1007/s10834-020-09700-0>
- Morr-Loftus, M. C., & Droser, V. A. (2020). Parent and child experiences of parental work–family conflict and satisfaction with work and family. *Journal of Family Issues*, 41(9), 1649-1673. <https://doi.org/10.1177/0192513X19895043>
- Mrinde, N. J. (2014). Challenges that single parented students face in attaining secondary school education in Kinondoni Municipal Dar-es-Salaam. *Unpublished dissertation. Open University of Tanzania: Tanzania*. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/55389838/SR_BEDA_MKOMBOZI-libre.pdf?1514449489=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DSR_BEDA_MKOMBOZI.pdf&Expires=1725742800&Signature=W4Sf4ebvxS7fG08fvtrH9ticCICeLBII9my9hZv5qIXbxTRkeOXU~qZ0ALG1mnVfFDG8le-AkWIIqcyqBiI6iJVSdws9eAhZrmk7kzJ3Ww9hPSMr5gof0mbqnPXEb4zoQU1Lt9NnxySARf7Vjv6V1a9I2OVxTDEwx1iTyYSz7hXc81BF8wv3DlSr6bHwZitBUSOduPXVvk5V6no7U5947wpSDN6l7KwQkwEwi8vzId3hhu99d7GJE50t4CH~DDJ1v38AFxQO6lqckcLpk6qGbDv77YSPzaCT9zsPiRZTeVOcflagWTOT~7ehJ20D1~V8eEvYYsg3EyDtv~PpOO0Q__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA
- Nieuwenhuis, R., & Maldonado, L. (2018). *The triple bind of single-parent families: Resources, employment and policies to improve well-being*. Policy Press.
- Nordenmark, M., Almén, N., & Vinberg, S. (2020). Work/family conflict of more importance than psychosocial working conditions and family conditions for mental wellbeing. *Societies*, 10(3), 67. <https://doi.org/10.3390/soc10030067>
- Nurfitri, D., & Waringah, S. (2018). Ketangguhan pribadi orang tua tunggal: Studi kasus pada perempuan pasca kematian suami. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 4(1), 11-24. <https://doi.org/10.22146/gmajop.45400>



- Pagarwati, L. (2020). Profil pendidikan karakter anak dengan pengasuhan orang tua tunggal (single parent). *Pedagogi: Jurnal Anak Usia Dini dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 68-80. <https://doi.org/10.30651/pedagogi.v6i2.5183>
- Perry-Jenkins, M., & Gerstel, N. (2020). Work and family in the second decade of the 21st century. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 420-453. <https://doi.org/10.1111/jomf.12636>
- Pragholapati, A., Yosef, I., & Soemantri, I. (2020). The correlation of resilience with nurses work stress in emergency unit rumah sakit Al Islam (RSAI) Bandung. *Sorume Health Sciences Journal*, 1(1), 9-18. <https://www.usnsj.com/index.php/shsj/article/view/999>
- Pujihasyuty, R., Subeqi, A. T., & Murniati, C. (2021). Single parents in Indonesia: how to carry out the practice of the eight family functions?. *The Family Journal*, 0(0), 1066480720986500. <https://doi.org/10.1177/1066480720986500>
- Putri, H. P., & Huwae, A. (2023). Hardiness and resilience in women who have spontaneous abortions. *Philanthropy: Journal of Psychology*, 7(2), 118-131. <http://dx.doi.org/10.26623/philanthropy.v7i2.6718>
- Sianturi, S. F., & Huwae, A. (2023). Harga diri dan resiliensi pada perempuan dewasa awal yang bekerja sebagai tulang punggung keluarga. *SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 9(2), 169-187. <https://doi.org/10.30738/sosio.v9i2.14488>
- Sissilia, V., & Falah, F. (2020). Resiliensi single mother pasca perceraian. *Proyeksi*, 13(1), 68-77. <http://dx.doi.org/10.30659/jp.13.1.68-77>
- Sundari, P. (2023). Psikologi keluarga dalam konteks orang tua tunggal (single parent). *Khazanah Multidisiplin*, 4(1), 109-128. <https://doi.org/10.15575/kl.v4i1.23335>
- Taylor, Z. E., & Conger, R. D. (2017). Promoting strengths and resilience in single-mother families. *Child Development*, 88(2), 350-358. <https://doi.org/10.1111/cdev.12741>
- Wang, H. M., Ma, A. L., & Guo, T. T. (2020). Gender concept, work pressure, and work-family conflict. *American journal of men's health*, 14(5), 1557988320957522. <https://doi.org/10.1177/1557988320957522>
- Weinraub, M., & Kaufman, R. (2019). Single parenthood. In *Handbook of parenting* (pp. 271-310). Routledge.
- Zhang, S., Moeckel, R., Moreno, A. T., Shuai, B., & Gao, J. (2020). A work-life conflict perspective on telework. *Transportation Research Part A: Policy and Practice*, 141, 51-68. <https://doi.org/10.1016/j.tra.2020.09.007>

