

**ANALISIS *SELF EFFICACY* DAN *COPING STRESS*  
TERHADAP PERAN PEREMPUAN KEPALA KELUARGA  
DALAM MEMBINA KELUARGA SAKINAH  
(Studi Kasus di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan  
Kabupaten Pacitan)**

**SKRIPSI**



Oleh:

**RISMA WIGATI**

**101190089**

Pembimbing:

**ANJAR KUSUSIYANAH, M.Hum.**

**NIP 198807072019032020**

**JURUSAN HUKUM KELUARGA ISLAM FAKULTAS SYARIAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PONOROGO**

**2023**

**P O N O R O G O**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi atas nama saudara:

Nama : Risma Wigati  
NIM : 101190089  
Jurusan : Hukum Keluarga Islam  
Judul : **ANALISIS *SELF EFFICACY* DAN *COPING STRESS* TERHADAP PERAN PEREMPUAN KEPALA KELUARGA DALAM MEMBINA KELUARGA SAKINAH (STUDI KASUS DI KELURAHAN SIDOHARJO KECAMATAN PACITAN KABUPATEN PACITAN)**

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam ujian skripsi.

Mengetahui,  
Ketua Jurusan  
Hukum Keluarga Islam



Rifal Rohanah, M.Kn.  
NIP. 197503042009122001

Ponorogo, 30 Maret 2023  
Menyetujui,  
Dosen Pembimbing



Anjar Kususiyannah, M.Hum.  
NIP. 198807072019032020



**KEMENTERIAN AGAMA RI  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PONOROGO**

**PENGESAHAN**

Skripsi atas nama saudara:

Nama : Risma Wigati  
NIM : 101190089  
Jurusan : Hukum Keluarga Islam  
Judul : Analisis *Self Efficacy* dan *Coping Stress* Terhadap Peran Perempuan Kepala Keluarga dalam Membina Keluarga Sakinah (Studi Kasus di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan)

Skripsi ini telah dipertahankan pada sidang Munaqosah Fakultas Syariah Institut Agama Islam Negeri Ponorogo pada:

Hari : Rabu  
Tanggal : 17 Mei 2023

Dan telah diterima sebagai bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana dalam Ilmu Syariah pada:

Hari : Rabu  
Tanggal : 24 Mei 2023

**Tim Penguji:**

1. Ketua sidang : Dr. Hj. Khusniati Rofiah, M.S.I.
2. Penguji I : Wahyu Saputra, S.H.I., M.H.LI.
3. Penguji II : Anjar Kususiyannah, M.Hum.

(.....)  
(.....)  
(.....)

Ponorogo, 25 Mei 2023

Mengesahkan  
Dekan Fakultas Syariah,

  
**Dr. Hj. Khusniati Rofiah, M.S.I.**  
NIP. 197401102000032001

## PERNYATAAN KEASILAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Risma Wigati  
NIM : 101190089  
Jurusan : Hukum Keluarga Islam  
Judul : Analisis *Self Efficacy* dan *Coping Stress* Terhadap Peran Perempuan Kepala Keluarga dalam Membina Keluarga Sakinah (Studi Kasus di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan)

Dengan ini menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil-alihan tulisan atau pemikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi perbuatan tersebut.

Ponorogo, 29 Maret 2023

Yang Membuat Pernyataan,



Risma Wigati  
101190089



## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Risma Wigati

NIM : 101190089

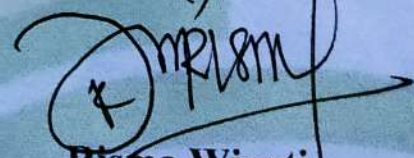
Jurusan : Hukum Keluarga Islam

Judul : Analisis *Self Efficacy* Dan *Coping Stress* Terhadap Peran Perempuan Kepala Keluarga Dalam Membina Keluarga Sakinah (Studi Kasus Di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan)

Menyatakan bahwa naskah skripsi ini telah diperiksa dan disaksikan oleh dosen pembimbing. Selanjutnya saya bersedia naskah tersebut dipublikasikan oleh perpustakaan IAIN Ponorogo yang dapat diakses di [etheses.iainponorogo.ac.id](http://etheses.iainponorogo.ac.id). Adapun isi dari keseluruhan tulisan tersebut, sepenuhnya menjadi tanggung jawab dari penulis.

Demikian pernyataan saya untuk dapat dipergunakan semestinya.

Ponorogo, 24 Mei 2023  
Yang Membuat Pernyataan,



**Risma Wigati**

**101190089**

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

*Self efficacy* dan *coping stress* merupakan faktor penting sekaligus inisiator yang berpengaruh terhadap motivasi individu dalam bertindak untuk menghadapi situasi yang penuh tekanan dan masalah.<sup>1</sup> Dua konsep ini dinilai penting diterapkan oleh keluarga terutama kepala keluarga sebagai orang yang bertanggung jawab memimpin dan melindungi suatu keluarga.<sup>2</sup> Karena, *self efficacy* dan *coping stress* sebagai kemampuan memecahkan masalah dan kemampuan menanggapi situasi yang sulit<sup>3</sup> dapat digunakan untuk mengendalikan keadaan keluarga sebagai lembaga sosial yang kompleks.<sup>4</sup> Tujuannya agar fungsi keluarga yang meliputi fungsi biologi, edukasi, religi, proteksi, sosialisasi, rekreasi, dan ekonomi<sup>5</sup> dapat terlaksana dengan baik.

Secara umum, kepala keluarga diperankan oleh laki-laki/suami sesuai Pasal 79 ayat (1) Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 1991 tentang Kompilasi Hukum Islam bahwa, “Suami adalah kepala keluarga dan isteri ibu rumah tangga.”<sup>6</sup>

---

<sup>1</sup> Lina Arifah Fitriyani, *Menanamkan Efikasi Diri Dan Kestabilan Emosi* (Jombang: LPPM UNHASY, 2019), 5–12.

<sup>2</sup> Muhammad Nur Kholis, “Konsep Kepala Keluarga Antara Laki-Laki Dan Perempuan Dalam Surat An Nisa (4) Ayat 34,” *ISTINBATH: Jurnal Hukum Islam* 12, no. 2 (2016): 274–90, <http://e-journal.metrouniv.ac.id/index.php/istinbath/article/view/585>.

<sup>3</sup> Abdul Nasir & Abdul Muhith, *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa* (Jakarta: Salemba Medika, 2011), 3.

<sup>4</sup> Ulfiah, *Psikologi Keluarga: Pemahaman Hakikat Keluarga Dan Penanganan Problematika Rumah Tangga* (Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia, 2016), 15–17.

<sup>5</sup> Mufidah Cholil, *Psikologi Keluarga Islam: Berwawasan Gender* (Malang: UIN-Maliki Press, 2014), 34.

<sup>6</sup> Pasal 79 Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 1991 tentang Kompilasi Hukum Islam.



Namun, faktanya muncul realitas sosial berupa eksistensi kepala keluarga perempuan. Yayasan Program Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga (Pekka) mendefinisikan perempuan kepala keluarga adalah perempuan yang berperan dan bertanggungjawab mencari nafkah, mengelola rumah tangga, mengasuh anak, dan melindungi keluarga.<sup>7</sup>

Berdasarkan data yang dirilis Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana, Pemberdayaan, Perlindungan, Perempuan dan Anak (PPKB & PPPA), hingga akhir tahun 2022, terdapat 21.638 perempuan kepala keluarga di Kabupaten Pacitan.<sup>8</sup> Dari jumlah tersebut, menurut data dari Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil (Dukcapil) Kabupaten Pacitan, jumlah terbanyak terdapat di Kecamatan Pacitan sebanyak 5500 orang, dengan jumlah terbanyak di Kelurahan Sidoharjo yaitu 552 perempuan yang menjadi kepala keluarga.<sup>9</sup>

Perempuan sebagai kepala keluarga harus mampu mengendalikan kehidupan keluarganya dan berupaya mewujudkan fungsi-fungsi keluarga<sup>10</sup> sehingga dapat membina keluarga sakinah. Keluarga sakinah ialah keluarga yang penuh kedamaian dengan ketaatan kepada Allah SWT, ekonomi yang tercukupi, adanya ketentraman dan kasih sayang di antara anggota keluarga,

---

<sup>7</sup> Andri Nurwandi, Nawir Yuslem, and Sukiati Sukiati, "Kedudukan Dan Peran Perempuan Sebagai Kepala Keluarga Menurut Hukum Islam (Studi Terhadap Kelompok Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga-PEKKA Di Kabupaten Asahan)," *At - Tafahum : Journal of Islamic Law* 2, no. 1 (2018): 68–85, <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/1040890>.

<sup>8</sup> Data Perempuan Kepala Keluarga dari Dinas PPKB & PPPA Kabupaten Pacitan.

<sup>9</sup> Data dari Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil (Dukcapil) Kabupaten Pacitan.

<sup>10</sup> Yoga Ardian Feriandi Ramadhan Prasetya Wibawa, Liana Vivin Wihartanti, Khoirul Huda, *Perempuan Kepala Keluarga Dalam Perubahannya* (Yogyakarta: Penerbit Deepublish, 2018), 1.

dan hubungan dengan lingkungan sosial yang baik.<sup>11</sup> Namun, perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan mengalami beragam hambatan yaitu beban psikologis, kesulitan ekonomi, dan peran ganda dalam pengasuhan anak. Seperti keterangan Ibu Sri, salah satu perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan yang menyatakan bahwa dirinya pernah mengalami gangguan psikologis dan kehilangan semangat hidup setelah suaminya meninggal dunia.<sup>12</sup>

Selain beban psikologis, perempuan kepala keluarga juga mengalami hambatan dalam aspek ekonomi. Ibu Sri selaku perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan pun mengatakan bahwa dirinya pernah mengalami kesulitan ekonomi.<sup>13</sup> Hal ini sesuai dengan keterangan Kepala Bidang Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Dinas PPKB dan PPPA Kabupaten Pacitan Kartika Indah Susana, bahwa mayoritas perempuan kepala keluarga mengalami kesejahteraan menengah ke bawah. Bahkan, kondisi ekonomi mereka ikut terdampak akibat pandemi *Covid-19*.<sup>14</sup> Fenomena tersebut juga sesuai dengan asumsi Kowaleski-Jones dan Dunifon (2006), bahwa eksistensi orang tua tunggal ternyata berpengaruh pada tingkat kesejahteraan yang lebih rendah.<sup>15</sup>

---

<sup>11</sup> Tim Penyusun and Ditjen Bimas Islam Subdit Bina Keluarga Sakinah, *Fondasi Keluarga Sakinah: Bacaan Mandiri Calon Pengantin* (Jakarta: Kemenag RI, 2017), 15.

<sup>12</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 22 Oktober 2022.

<sup>13</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 22 Oktober 2022.

<sup>14</sup> Jawa Pos Radar Madiun, "8.395 Perempuan di Pacitan Jadi Kepala Keluarga," dalam <https://radarmadiun.jawapos.com/berita-daerah/pacitan/22/12/2021/8-395-perempuan-di-pacitan-jadi-kepala-keluarga/> 22 Desember 2021 (diakses pada tanggal 15 November 2022, jam 23.39).

<sup>15</sup> Sri Lestari, *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai Dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2018), 8–9.



Tak hanya beban psikologis dan kesulitan ekonomi, menurut Ibu Sri dirinya juga menanggung peran ganda yang tidak mudah, karena harus mengasuh dan mendidik anak sendirian ketika anaknya mengalami kesedihan mendalam dan kehilangan motivasi sepeninggal ayahnya.<sup>16</sup> Hal ini sesuai dengan asumsi Jablonska dan Lindber bahwa remaja yang diasuh *single parent* berisiko lebih tinggi mengalami gangguan mental.<sup>17</sup>

Persoalan di atas menunjukkan beragam persoalan yang menjadi hambatan bagi perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan. Padahal, dalam pembinaan keluarga sakinah, aspek psikologi, ekonomi, dan pengasuhan harus dapat terpenuhi dengan baik. Maka, fenomena hambatan perempuan kepala keluarga dalam membina keluarga sakinah penting untuk diteliti menggunakan teori *self efficacy* dan *coping stress* sebagai keterampilan keluarga dalam mengatasi masalah untuk mengetahui sikap dan upaya perempuan kepala keluarga dalam mengatasi hambatan yang dialami. Urgensi penelitian ini untuk membangun kesadaran tentang pentingnya peran perempuan kepala keluarga sehingga mampu mendorong adanya dukungan moril dan materiil dari berbagai pihak.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul **“Analisis *Self Efficacy* dan *Coping Stress* terhadap Peran Perempuan Kepala Keluarga dalam Membina Keluarga Sakinah (Studi Kasus di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan).”**

---

<sup>16</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 22 Oktober 2022.

<sup>17</sup> Lestari, 9.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah, maka penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut.

1. Bagaimana analisis *self efficacy* terhadap sikap perempuan kepala keluarga ketika menghadapi hambatan dalam membina keluarga sakinah di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan?
2. Bagaimana analisis *coping stress* terhadap upaya perempuan kepala keluarga ketika mengatasi hambatan dalam membina keluarga sakinah di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini ialah:

1. Untuk menjelaskan analisis *self efficacy* terhadap sikap perempuan kepala keluarga ketika menghadapi hambatan dalam membina keluarga sakinah di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan.
2. Untuk menjelaskan analisis *coping stress* terhadap upaya perempuan kepala keluarga ketika mengatasi hambatan dalam membina keluarga sakinah di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan.

## **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini mempunyai beberapa manfaat yaitu sebagai berikut.

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan di bidang hukum keluarga Islam tentang upaya mengatasi persoalan keluarga bagi perempuan kepala keluarga dalam rangka membina keluarga yang sakinah melalui penerapan konsep *self efficacy* dan *coping stress*.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi penulis

Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada penulis tentang upaya mengatasi permasalahan keluarga oleh perempuan kepala keluarga dengan kajian *self efficacy* dan *coping stress*.

### b. Bagi masyarakat

1) Bagi perempuan kepala keluarga, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan terkait upaya mengatasi persoalan keluarga dengan konsep *self efficacy* dan *coping stress*.

2) Bagi komunitas perempuan khususnya kelompok PKK (Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga), hasil penelitian ini dapat memberikan masukan agar dapat mencanangkan program pemberdayaan perempuan kepala keluarga.

3) Bagi masyarakat umum, penelitian ini dapat menumbuhkan kesadaran tentang pentingnya peran perempuan kepala keluarga dalam pelaksanaan fungsi keluarga, sehingga diharapkan



menumbuhkan kesadaran agar masyarakat sekitar bersedia memberikan dukungan moril kepada mereka.

c. Bagi pemerintah

- 1) Bagi Penyuluh Keluarga Sakinah Kantor Urusan Agama (KUA), hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan dalam penyuluhan pembinaan keluarga bagi perempuan kepala keluarga terutama ketika menghadapi persoalan dalam keluarga.
- 2) Bagi Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana (PPKB) dan Pemberdayaan Perempuan dan Anak (PPPA) Kabupaten Pacitan, hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dan pertimbangan dalam merumuskan kebijakan yang lebih mengakomodasi pemberdayaan dan perlindungan bagi perempuan kepala keluarga.

## E. Telaah Pustaka

Pembahasan tentang topik perempuan kepala keluarga dan keluarga sakinah bukan hal baru dalam dunia akademik. Berikut ini telaah pustaka dari temuan penelitian terdahulu yang berhubungan dengan penelitian penulis.

Pertama, Maulana (Universitas Sriwijaya, 2020), skripsi yang berjudul "*Peran Perempuan Kepala Keluarga (PEKKA) dalam Mendidik Anak di Kelurahan Pasar Muaradua Kecamatan Muaradua Kabupaten Oku Selatan Provinsi Sumatera Selatan*". Rumusan masalah pada skripsi ini yaitu: (1) Bagaimana peran kepala keluarga perempuan dalam penanaman nilai agama kepada anak?; (2) Bagaimana peran kepala keluarga perempuan dalam

perkembangan jasmani anak?; (3) Apa saja kendala yang dialami kepala keluarga perempuan dalam mendidik anak?. Dengan menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif dan ditinjau dari teori peran, hasil penelitian menunjukkan bahwa peran perempuan kepala keluarga dalam penanaman nilai agama kepada anak dilakukan melalui pengenalan dan pengajaran agama sejak kecil. Kemudian, peran perempuan kepala keluarga pada pertumbuhan jasmani anak ditunjukkan melalui pemberian makanan bergizi kepada anak.<sup>18</sup>

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini terletak pada fokus penelitian dan penggunaan teori. Penelitian Maulana menekankan pada peran perempuan kepala keluarga dalam pendidikan jasmani dan rohani anak di Kelurahan Pasar Muaradua Sumatera Selatan menggunakan teori peran. Sementara, penelitian ini fokus pada peran perempuan kepala keluarga dalam membina keluarga sakinah di Kelurahan Sidoharjo Pacitan menggunakan teori *self efficacy* dan *coping stress*. Adapun persamaannya ialah terkait topik yang dibahas yaitu peran perempuan kepala keluarga.

Kedua, Lukman Budi Santoso, 2019, artikel jurnal berjudul “*Eksistensi Peran Perempuan Sebagai Kepala Keluarga (Telaah terhadap Counter Legal Draft-Kompilasi Hukum Islam dan Qira’ah Mubadalah)*.” Rumusan masalah yang dikaji ialah bagaimana peran kepala keluarga perempuan. Dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dan ditinjau dari perspektif CLD-KHI dan *Qira’ah Mubadalah*, temuan penelitian menunjukkan bahwa CLD-

---

<sup>18</sup> Maulana, “Peran Perempuan Kepala Keluarga (PEKKA) dalam Mendidik Anak di Kelurahan Pasar Muaradua Kecamatan Muaradua Kabupaten Oku Selatan Provinsi Sumatera Selatan,” *Skripsi* (Palembang: Universitas Sriwijaya, 2020), 51-69.

KHI menerangkan kesetaraan suami istri dalam hal kedudukan, hak, dan kewajiban dalam kehidupan rumah tangga dan sosial. Kemudian, menurut perspektif *Qira'ah Mubadalah*, kebutuhan nafkah keluarga menjadi tanggung jawab suami dan istri, sehingga keduanya dapat saling bekerja sama.<sup>19</sup>

Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian ini terlihat pada fokus penelitian dan penggunaan teori. Penelitian Lukman Budi Santoso menekankan pada peran kepala keluarga perempuan dalam perspektif CLD-KHI dan *Qira'ah Mubadalah*. Sementara, penelitian ini fokus pada peran perempuan kepala keluarga dalam membina keluarga sakinah menggunakan teori *self efficacy* dan *coping stress*. Adapun persamaannya ialah pada topik penelitian yaitu tentang perempuan kepala keluarga.

Ketiga, Badi'atut Durroh, 2017, skripsi yang berjudul "*Konsep Keluarga Sakinah Menurut Single Parent di Kecamatan Geger Kabupaten Madiun Perspektif M.Quraish Shihab.*" Rumusan masalah dalam penelitian ini ialah: (1) Bagaimana telaah M.Quraish Shihab terhadap pemaknaan keluarga sakinah menurut *single parent* di Kecamatan Geger; (2) Bagaimana telaah M.Quraish Shihab terhadap kriteria keluarga sakinah menurut *single parent* di Kecamatan Geger; (3) Bagaimana telaah M.Quraish Shihab terhadap faktor pendorong keluarga sakinah menurut *single parent* di Kecamatan Geger. Dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dan ditinjau dari perspektif M.Quraish Shihab, temuan penelitian memperlihatkan

---

<sup>19</sup> Lukman Budi Santoso, "Eksistensi Peran Perempuan Sebagai Kepala Keluarga (Telaah Terhadap Counter Legal Draft-Kompilasi Hukum Islam Dan Qira'ah Mubadalah)," *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama Dan Jender* 18, no. 2 (2020): 107, <https://doi.org/10.24014/marwah.v18i2.8703>.



bahwa: (1) Keluarga sakinah menurut *single parent* ialah keluarga yang bahagia, tentram, nyaman, tenang meskipun tidak selalu utuh; (2) Kriteria keluarga sakinah berdasarkan pendapat *single parent* yaitu keluarga yang saling menyayangi, taat ajaran agama, saling menjaga, dan tidak terdapat KDRT; (3) Hal-hal yang mendorong pembentukan keluarga sakinah menurut *single parent* yaitu pemahaman tingkah laku pasangan, rasa tanggung jawab, musyawarah, dan kesetaraan.<sup>20</sup>

Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian ini terlihat pada fokus kajian dan penggunaan teori. Penelitian Badi'atut Durroh menekankan pada konsep keluarga sakinah menurut *single parent* di Kecamatan Geger Madiun ditinjau dari pandangan M. Quraish Shihab. Sementara, penelitian ini menekankan pada peran perempuan kepala keluarga dalam membina keluarga sakinah di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan menggunakan teori *self efficacy* dan *coping stress*. Adapun persamaannya yaitu pada topik penelitian yaitu konsep perempuan *single parent* dan keluarga sakinah.

Keempat, Alif Hadi Saifulloh (Universitas Islam Malang, 2022), skripsi yang berjudul "*Perempuan Sebagai Kepala Keluarga Perspektif Hukum Islam (Studi Kasus di Kelurahan Sukomulyo Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan)*." Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu: (1) Bagaimana sebab-sebab perempuan menjadi kepala keluarga di Kelurahan Sukomulyo Lamongan?; (2) Bagaimana tinjauan Hukum Islam terhadap

---

<sup>20</sup> Badi'atut Durroh, "Konsep Keluarga Sakinah Menurut Single Parent di Kecamatan Geger Kabupaten Madiun Perspektif M. Quraish Shihab," *Skripsi* (Ponorogo: IAIN Ponorogo, 2017), 20-30.

peran kepala keluarga perempuan di Kelurahan Sukomulyo Lamongan?. Dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dan ditelaah dari tinjauan Hukum Islam, temuan penelitian memperlihatkan bahwa: (1) Sebab-sebab perempuan menjadi kepala keluarga di Kelurahan Sukomulyo Lamongan ialah kematian suami dan suami yang tidak bekerja; (2) Peran perempuan sebagai kepala keluarga di lokasi penelitian diperbolehkan karena sudah atas persetujuan suami dan sesuai hukum Islam.<sup>21</sup>

Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian ini terletak pada fokus kajian penelitian dan penggunaan teori. Penelitian Alif Hadi Saifulloh membahas tentang peran perempuan kepala keluarga dalam tinjauan hukum Islam di Kelurahan Sukomulyo Lamongan. Sementara, pembahasan ini fokus pada peran perempuan kepala keluarga dalam membina keluarga sakinah di Kelurahan Sidoharjo Pacitan menggunakan teori *self efficacy* dan *coping stress*. Adapun persamaannya terletak pada topik penelitian yaitu tentang perempuan kepala keluarga.

Kelima, Afifah Bastian Oktaviani, 2020, skripsi dengan judul “*Pemenuhan Nafkah Anak Wanita Single Parent Perspektif Hukum Islam: Studi Kasus di Desa Kauman Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo.*” Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu: (1) Bagaimana telaah hukum Islam (KHI) terhadap pemenuhan nafkah anak wanita *single parent* di Desa Kauman Ponorogo; (2) Bagaimana telaah hukum Islam terhadap peran

---

<sup>21</sup> Alif Hadi Saifulloh, “Perempuan sebagai Kepala Keluarga Perspektif Hukum Islam (Studi Kasus di Kelurahan Sukomulyo Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan,” *Skripsi* (Malang: Universitas Islam Malang, 2022), 30-35.

keluarga pihak ayah untuk memenuhi nafkah anak wanita *single parent* di Desa Kauman Ponorogo. Dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dan ditinjau dari perspektif hukum Islam, hasil penelitian memperlihatkan bahwa: (1) Pemenuhan nafkah anak perempuan *single parent* di Desa Kauman Ponorogo belum sesuai dengan ketentuan hukum Islam karena banyak ayah yang mengabaikan nafkah anak pasca perceraian;<sup>22</sup> (2) Hanya 25% narasumber yang mengatakan bahwa keluarga ayah telah memenuhi nafkah anak pasca perceraian.

Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian ini terlihat pada fokus kajian dan penggunaan teori. Penelitian Afifah Bastian Oktaviani menekankan pemenuhan hak nafkah anak pada orang tua *single parent* dengan teori hukum Islam. Sementara, penelitian ini mengkaji peran perempuan kepala keluarga dalam membina keluarga sakinah dengan teori *self efficacy* dan *coping stress*. Adapun persamaannya terletak pada topik penelitian yaitu tentang perempuan kepala keluarga.

Menelaah kajian pustaka dari penelitian-penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini berbeda dengan penelitian terdahulu, baik pada fokus kajian, lokasi penelitian, maupun pada teori yang digunakan. Dengan demikian, penelitian ini mampu menghasilkan temuan penelitian yang mengandung unsur kebaruan (*novelty*) sehingga akan memperkaya ilmu pengetahuan.

---

<sup>22</sup> Afifah Bastian Oktaviani, "Pemenuhan Nafkah Anak Wanita Single Parent (Studi Kasus di Desa Kauman Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo)," *Skripsi* (Ponorogo: IAIN Ponorogo, 2020), 64-74.



## **F. Metode Penelitian**

### **1. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Dalam penyusunan skripsi ini, penelitian yang dilakukan ialah penelitian lapangan dengan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif ini digunakan untuk memahami tentang apa yang dialami subjek penelitian,<sup>23</sup> yaitu tentang: (1) Sikap perempuan kepala keluarga ketika menghadapi hambatan dalam membina keluarga sakinah; (2) Upaya perempuan kepala keluarga ketika mengatasi hambatan dalam membina keluarga sakinah.

### **2. Kehadiran Penelitian**

Kehadiran peneliti sebagai instrumen di lokasi penelitian bertujuan untuk menggali dan mengumpulkan data dengan memilih informan<sup>24</sup> yaitu beberapa perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo sebagai sumber data. Peneliti pada penelitian ini bertindak selaku pengamat penuh terhadap objek penelitian yaitu peran perempuan keluarga dalam menghadapi dan mengatasi hambatan dalam membina keluarga sakinah.

### **3. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan. Lokasi ini dipilih karena pada Kelurahan Sidoharjo, hingga akhir tahun 2022 memiliki jumlah perempuan kepala keluarga

---

<sup>23</sup> Lexy Meleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2019), 6.

<sup>24</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R & D* (Bandung: Penerbit Alfabeta, 2019), 294.

terbanyak se-Kecamatan Pacitan yaitu 552 perempuan kepala keluarga dari jumlah total 5500 perempuan kepala keluarga di Kecamatan Pacitan, dimana jumlah tersebut ialah paling banyak se-Kabupaten Pacitan.

#### **4. Data dan Sumber Data**

##### **a. Data**

Pada penyusunan skripsi ini penulis memerlukan data primer dan data sekunder. Data primer berupa: (1) Makna keluarga sakinah menurut perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan; (2) Hambatan dan dampaknya yang dialami perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan; (3) Sikap perempuan kepala keluarga ketika menghadapi hambatan dalam membina keluarga sakinah; (4) Upaya perempuan kepala keluarga ketika mengatasi hambatan dalam membina keluarga sakinah beserta dampaknya. Penelitian ini dibatasi pada perempuan kepala keluarga yang disebabkan oleh kematian (cerai mati) dan perceraian (cerai hidup).

Sementara data sekunder berupa data gambaran objektif Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan berupa keadaan geografi dan keadaan demografi penduduk Kelurahan Sidoharjo Pacitan.

##### **b. Sumber Data**

Pada penyusunan skripsi ini, terdapat dua sumber data yang digunakan oleh penulis:

### 1) Sumber Data Primer

Sumber data primer ialah enam perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan yang memberikan informasi dalam kegiatan wawancara yaitu: Ibu Lina (nama samaran), Ibu Sita (nama samaran), Ibu Nana (nama samaran), Ibu Sri (nama samaran), Ibu Dewi (nama samaran), dan Ibu Dina (nama samaran). Pemilihan informan didasarkan pada kriteria: (1) Berusia produktif (15-64 tahun); (2) Masih memiliki tanggungan anak; dan (3) Minimal satu tahun menjadi kepala keluarga.

Adapun kegiatan wawancara tersebut menghasilkan data tentang:

- a) Makna keluarga sakinah menurut perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan;
- b) Hambatan dalam membina keluarga sakinah yang dialami perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan beserta dampaknya;
- c) Sikap perempuan kepala keluarga ketika menghadapi hambatan dalam membina keluarga sakinah;
- d) Upaya perempuan kepala keluarga ketika mengatasi hambatan dalam membina keluarga sakinah.

### 2) Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder berupa *website* resmi Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan yang memuat



tentang data gambaran objektif Kelurahan Sidoharjo Pacitan, yang meliputi kondisi geografis dan kondisi demografi penduduk Kelurahan Sidoharjo Pacitan.

## 5. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, data diperoleh peneliti dengan teknik pengumpulan data sebagai berikut.

### a. Wawancara

Penggalian data dilakukan dengan teknik wawancara terstruktur, artinya peneliti menyusun pertanyaan tertulis untuk wawancara.<sup>25</sup> Penulis melakukan wawancara terstruktur kepada enam perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan dengan kriteria: (1) Berusia produktif (15-64 tahun); (2) Masih memiliki tanggungan anak; (3) Minimal telah satu tahun menjadi kepala keluarga. Penelitian ini dibatasi pada perempuan kepala keluarga yang disebabkan oleh kematian (cerai mati) dan perceraian (cerai hidup).

Wawancara digunakan untuk menggali data tentang: (1) Makna keluarga sakinah menurut perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan; (2) Hambatan dan dampaknya yang dialami perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan; (3) Sikap perempuan kepala keluarga Kelurahan Sidoharjo Pacitan

---

<sup>25</sup> Haris Herdiansyah, *Wawancara, Observasi, Dan Focus Groups* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2013), 29.

ketika menghadapi hambatan dalam membina keluarga sakinah; (4) Upaya perempuan kepala keluarga Kelurahan Sidoharjo Pacitan ketika mengatasi hambatan dalam membina keluarga sakinah beserta dampaknya.

b. Dokumentasi<sup>26</sup>

Data hasil dokumentasi yang diperoleh yaitu data tentang gambaran objektif lokasi penelitian meliputi kondisi geografis dan kondisi demografi Kelurahan Sidoharjo Pacitan yang diperoleh dari *website* resmi Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan.

## 6. Analisis Data

Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis data model Miles dan Huberman. Analisis data model Miles dan Huberman terdiri dari:

a. *Data Collection*/Pengumpulan Data

Penulis telah mengumpulkan data tentang: (1) Gambaran objektif Kelurahan Sidoharjo Pacitan berupa kondisi geografis, keadaan demografi, persebaran agama, dan data perempuan kepala keluarga yang telah diperoleh dari *website* resmi Kelurahan Sidoharjo Pacitan; (2) Makna keluarga sakinah menurut perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan; (3) Hambatan dan dampaknya yang dialami perempuan kepala keluarga di Kelurahan

---

<sup>26</sup> Herdiansyah, 314–315.

Sidoharjo Pacitan; (4) Sikap perempuan kepala keluarga Kelurahan Sidoharjo Pacitan ketika menghadapi hambatan dalam membina keluarga sakinah; (5) Upaya perempuan kepala keluarga Kelurahan Sidoharjo Pacitan ketika mengatasi hambatan dalam membina keluarga sakinah beserta dampaknya. Data di atas diperoleh melalui wawancara dengan perempuan kepala keluarga yang masih berusia produktif (15-64 tahun), memiliki tanggungan anak, minimal telah satu tahun menjadi kepala keluarga; (6) Data pendukung berupa pembahasan tentang peran perempuan kepala keluarga dari buku, artikel jurnal, dan informasi lain yang relevan dengan pembahasan.

b. *Data Reduction/Reduksi Data*

Reduksi data ialah kegiatan merangkum, memilih, dan memilah hal-hal penting dari data yang diperoleh setelah pengumpulan data di lapangan.<sup>27</sup> Hasil dari proses reduksi menghasilkan data tentang: (1) Gambaran objektif meliputi kondisi geografis dan kondisi demografi Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan; (2) Sikap perempuan kepala keluarga ketika menghadapi hambatan dalam membina keluarga sakinah; dan (3) Upaya perempuan kepala keluarga ketika mengatasi hambatan dalam membina keluarga sakinah.

c. *Data Display/Penyajian Data*

Data yang disajikan pada penyusunan skripsi ini yaitu: (1)

Uraian gambaran objektif Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan

---

<sup>27</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R & D*, 325–326.

Kabupaten Pacitan meliputi kondisi geografis dan keadaan demografi di Kelurahan Sidoharjo Pacitan; (2) Uraian tentang sikap perempuan kepala keluarga ketika menghadapi hambatan dalam membina keluarga sakinah di Kelurahan Sidoharjo Pacitan; (3) Uraian tentang upaya perempuan kepala keluarga ketika mengatasi hambatan dalam membina keluarga sakinah di Kelurahan Sidoharjo Pacitan.

d. *Conclusion/Verification/Kesimpulan*

Kesimpulan pada penelitian kualitatif ialah temuan baru yang belum pernah ada.<sup>28</sup> Peneliti menarik kesimpulan tentang: (1) Uraian tentang analisis *self efficacy* terhadap sikap perempuan kepala keluarga ketika menghadapi hambatan dalam membina keluarga sakinah di Kelurahan Sidoharjo Pacitan; (2) Uraian tentang analisis *coping stress* terhadap upaya perempuan kepala keluarga ketika mengatasi hambatan dalam membina keluarga sakinah di Kelurahan Sidoharjo Pacitan.

## 7. Pengecekan Keabsahan Data

Peneliti melakukan uji keabsahan data dengan cara sebagai berikut.

a. Perpanjangan Pengamatan

Peneliti melakukan perpanjangan pengamatan dengan kembali ke lapangan guna memeriksa kredibilitas data yang telah didapatkan dengan melakukan wawancara kembali kepada para perempuan

---

<sup>28</sup> Sugiyono, 329.



kepala keluarga yang dipilih menjadi informan.<sup>29</sup> Wawancara ini dilakukan untuk mencocokkan data yang telah diolah apakah sesuai dengan keterangan informan atau tidak. Dari proses ini, penulis menemukan bahwa data yang telah diolah sesuai dengan keterangan semula informan.

b. Meningkatkan Ketekunan

Meningkatkan ketekunan berarti meningkatkan kecermatan dalam mengamati untuk menguji kepastian data. Dalam hal ini peneliti meningkatkan kecermatan<sup>30</sup> dalam wawancara dan membangun kenyamanan dengan informan, sehingga mereka dapat memberikan informasi yang mendalam. Selain itu, juga ditunjang dengan mengkaji beragam referensi buku, hasil penelitian, atau dokumentasi yang relevan dengan topik penelitian.

## 8. Tahapan-Tahapan Penelitian

Tahapan-tahapan yang dilakukan dalam penelitian ini sebagai berikut.

a. Tahapan pralapangan

Sebelum memasuki lapangan, penulis menyusun proposal penelitian dan melakukan ujian proposal hingga memperoleh persetujuan. Dalam penyusunan proposal penelitian, peneliti melakukan prapenelitian dengan mencari data awal berupa jumlah

---

<sup>29</sup> Sugiyono, 366.

<sup>30</sup> Sugiyono, 367.

perempuan kepala keluarga. Kemudian, peneliti menentukan lokasi penelitian, mengurus perizinan, melakukan studi pendahuluan ke lapangan untuk mendapatkan data awal, memilih, dan menentukan informan.

b. Tahapan Pelaksanaan Penelitian

Peneliti melakukan pengumpulan data dengan wawancara dan dokumentasi di lokasi penelitian. Hasil pengumpulan data kemudian ditulis sesuai kaidah penulisan skripsi.

c. Tahap Analisis

Peneliti mengolah data yang telah dikumpulkan dan menghubungkan antara teori dengan temuan data penelitian. Kemudian, menarik kesimpulan sebagai hasil dan temuan penelitian.

## G. Sistematika Pembahasan

Bab I memuat latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, telaah pustaka, metode penelitian, serta sistematika pembahasan. Bab ini ditulis untuk menjelaskan metode penelitian secara terperinci, untuk memaparkan permasalahan atau *gap* penelitian, dan untuk mengutarakan urgensi diadakannya penelitian ini.

Bab II menguraikan landasan teori yang digunakan untuk menganalisis permasalahan yang diangkat dalam skripsi ini yaitu mengenai konsep perempuan kepala keluarga, konsep keluarga sakinah, teori peran, teori *self efficacy*, dan teori *coping stress*. Bab ini berfungsi untuk memaparkan

konsep-konsep umum dan teori yang digunakan dalam penelitian sebagai landasan peneliti ketika menganalisis data yang ditemukan di lapangan.

Bab III berisi deskripsi data yang didapatkan dari lokasi penelitian berupa: Profil Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan dan hasil wawancara dengan perempuan kepala keluarga yang telah dipilih di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan tentang sikap dan upaya perempuan kepala keluarga dalam menghadapi dan mengatasi hambatan ketika membina keluarga sakinah. Bab ini berfungsi untuk menyajikan dan memaparkan data hasil penggalan data secara apa adanya.

Bab IV berisi uraian analisis *self efficacy* terhadap sikap perempuan kepala keluarga dalam menghadapi hambatan dalam membina keluarga sakinah dan analisis *coping stress* terhadap upaya perempuan kepala keluarga dalam mengatasi hambatan ketika membina keluarga sakinah di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan. Bab ini berfungsi untuk memaparkan pembahasan inti berupa hasil tinjauan teori terhadap data penelitian sehingga menghasilkan temuan sebagai hasil penelitian.

Bab V memuat kesimpulan dan saran dari temuan penelitian. Kesimpulan penting untuk ditulis karena berfungsi untuk memaparkan hasil akhir atau temuan dari penelitian yang menjadi jawaban dari rumusan masalah. Sementara saran berfungsi untuk memberikan rekomendasi kepada berbagai pihak yang terkait dengan topik penelitian, termasuk memberikan rekomendasi kepada peneliti selanjutnya.

**BAB II**  
**KONSEP PEREMPUAN KEPALA KELUARGA,**  
**KONSEP KELUARGA SAKINAH, TEORI PERAN,**  
**TEORI *SELF EFFICACY* DAN *COPING STRESS***

**A. Konsep Perempuan Kepala Keluarga**

Kepala keluarga adalah orang yang bertanggung jawab, memimpin, dan melindungi suatu keluarga baik secara ekonomi maupun sosial.<sup>1</sup> Kepala keluarga pada hakikatnya merupakan pemimpin bagi anggota keluarga yang mana peran utamanya mencari nafkah dan memenuhi kebutuhan keluarga, menegakkan *amar makruf nahi munkar*, dan menjaga keselamatan keluarga dan masyarakat, mengarahkan, membimbing, dan mendidik keluarganya.<sup>2</sup> Umumnya kepala keluarga diperankan oleh laki-laki atau suami. Hal ini sejalan dengan kedudukan suami isteri menurut Pasal 79 ayat (1) Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 1991 tentang Kompilasi Hukum Islam bahwa, “Suami adalah kepala keluarga dan isteri adalah ibu rumah tangga.”<sup>3</sup>

Namun, faktanya terdapat eksistensi “Perempuan Kepala Keluarga.”<sup>4</sup> Menurut Yayasan Program Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga (Pekka) yang dimaksud perempuan kepala keluarga (Pekka) adalah perempuan yang melaksanakan peran dan tanggung jawab sebagai pencari nafkah, pengelola rumah tangga, penjaga keberlangsungan kehidupan

---

<sup>1</sup> Yoga Ardian Feriandi Ramadhan Prasetya Wibawa, Liana Vivin Wihartanti, Khoirul Huda, *Perempuan Kepala Keluarga Dalam Perubahannya* (Yogyakarta: Penerbit Deepublish, 2018), 6.

<sup>2</sup> Muhammad Nur Kholis, “Konsep Kepala Keluarga Antara Laki-Laki Dan Perempuan Dalam Surat An Nisa (4) Ayat 34,” *ISTINBATH: Jurnal Hukum Islam* 12, no. 2 (2016): 274–90, <http://e-journal.metrouniv.ac.id/index.php/istinbath/article/view/585>.

<sup>3</sup> Pasal 79 “Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 1991 Tentang Kompilasi Hukum Islam” (n.d.).

<sup>4</sup> Lena Ariana Mukti, “Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga,” *Media Indonesia*, 2020, <http://www.mediaindonesia.com>. (diakses pada tanggal 19 Oktober 2022 pukul 12:29).



keluarga dan pengambil keputusan dalam keluarganya.<sup>5</sup> Julia Cleves dalam Ernawati memberikan istilah *women headed* (yang dikepalai oleh perempuan) atau *women maintaned* (yang dijaga oleh perempuan), yaitu perempuan yang memikul tanggung jawab tunggal menghidupi keluarganya. Pemahaman ini sesuai dengan pengertian kepala keluarga sebagai orang yang bertanggung jawab baik secara ekonomi maupun sosial terhadap keluarganya.<sup>6</sup>

Adapun sebab-sebab perempuan menjadi kepala keluarga yaitu: (1) Perempuan yang ditinggal atau diceraikan oleh suaminya; (2) Perempuan yang suaminya meninggal dunia; (3) Perempuan yang membujang atau tidak menikah dan memiliki tanggungan keluarga; (4) Perempuan bersuami, tetapi oleh suatu hal suami tidak dapat menjalankan fungsinya sebagai kepala keluarga, misalnya tidak bekerja karena sakit parah, sakit permanen, gangguan mental, dan lain-lain.<sup>7</sup>

## B. Konsep Keluarga Sakinah

Keluarga dalam bahasa Indonesia diartikan dengan “ibu dan bapak beserta anak-anaknya; dan seisi rumah yang menjadi tanggungan.”<sup>8</sup> Sementara menurut Pasal 1 Undang-Undang Nomor 10 Tahun 1992 tentang Kependudukan dan Keluarga Sejahtera, disebutkan bahwa keluarga dinyatakan sebagai unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari suami-

<sup>5</sup> Andri Nurwandi, Nawir Yuslem, and Sukiati Sukiati, “Kedudukan Dan Peran Perempuan Sebagai Kepala Keluarga Menurut Hukum Islam (Studi Terhadap Kelompok Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga-PEKKA Di Kabupaten Asahan),” *At - Tafahum : Journal of Islamic Law* 2, no. 1 (2018): 68–85, <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/1040890>.

<sup>6</sup> Ernawati, “Menyibak Perempuan Kepala Keluarga,” *Muwazah: Jurnal Kajian Gender* 5, no. 2 (2013): 96–100, <https://doi.org/https://doi.org/10.28918/muwazah.v5i2.343>.

<sup>7</sup> Nurwandi, Yuslem, and Sukiati, “Kedudukan Dan Peran Perempuan” 68-79.

<sup>8</sup> Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, “Kamus Besar Bahasa Indonesia Versi Daring,” dalam <https://kbbi.web.id/keluarga>, (diakses pada tanggal 05 November 2022, jam 15.27).

istri, atau suami istri dengan anaknya atau ayah dengan anaknya, atau ibu dengan anaknya.<sup>9</sup> Keluarga adalah rumah tangga yang memiliki hubungan darah atau perkawinan atau menyediakan terselenggaranya fungsi-fungsi instrumental mendasar dan fungsi-fungsi ekspresif keluarga bagi para anggotanya yang berada dalam suatu jaringan.<sup>10</sup>

Keberadaan keluarga memiliki fungsi yang sangat penting bagi eksistensi manusia. Djuju Sudjana dalam Mufidah Cholil memaparkan ada tujuh fungsi keluarga, yaitu:

1. Fungsi biologis, berkaitan dengan kebutuhan-kebutuhan biologis anggota keluarga, yang meliputi kebutuhan sandang, pangan, dan papan serta keterlindungan fisik termasuk kehidupan seksual.<sup>11</sup>
2. Fungsi edukatif, yaitu keluarga merupakan wadah pendidikan bagi semua anggotanya dimana orang tua berperan penting untuk membawa anak menuju kedewasaan jasmani dan rohani dalam dimensi kognisi, afektif, dan *skill*, dengan tujuan untuk mengembangkan aspek intelektual, moral, profesional, dan spiritual.<sup>12</sup> Fungsi edukasi merupakan bentuk penjagaan hak dasar manusia dalam memelihara dan mengembangkan potensi akalannya.<sup>13</sup>

---

<sup>9</sup> Pasal 1 Undang-Undang Nomor 10 Tahun 1992 tentang Kependudukan dan Keluarga Sejahtera.

<sup>10</sup> Mufidah Cholil, *Psikologi Keluarga Islam: Berwawasan Gender* (Malang: UIN-Maliki Press, 2014), 34.

<sup>11</sup> Ulfiah, *Psikologi Keluarga: Pemahaman Hakikat Keluarga Dan Penanganan Problematika Rumah Tangga* (Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia, 2016), 9.

<sup>12</sup> Ulfiah, 10.

<sup>13</sup> Tim Penyusun and Ditjen Bimas Islam Subdit Bina Keluarga Sakinah, *Fondasi Keluarga Sakinah: Bacaan Mandiri Calon Pengantin* (Jakarta: Kemenag RI, 2017), 15.

3. Fungsi religius, yaitu keluarga merupakan tempat penanaman nilai moral agama melalui pemahaman, penyadaran, dan praktik dalam kehidupan sehari-hari sehingga tercipta suasana keagamaan di dalamnya.<sup>14</sup>
4. Fungsi protektif, yaitu keluarga menjadi tempat yang aman dari gangguan internal maupun eksternal keluarga dan untuk menangkal segala pengaruh negatif yang masuk di dalamnya.<sup>15</sup>
5. Fungsi sosialisasi ialah fungsi keluarga yang terkait dengan persiapan anak menjadi anggota masyarakat yang baik, mampu memegang norma-norma kehidupan baik lintas suku, ras, budaya, agama, dan lain-lain.<sup>16</sup>
6. Fungsi rekreatif, bahwa keluarga merupakan tempat yang dapat memberikan kesejukan dan melepas lelah dari seluruh aktifitas masing-masing anggota keluarga.<sup>17</sup>
7. Fungsi ekonomis, yaitu keluarga merupakan kesatuan ekonomis dimana keluarga memiliki aktivitas mencari nafkah, pembinaan usaha, perencanaan anggaran, pengelolaan dan bagaimana memanfaatkan sumber-sumber penghasilan yang baik<sup>18</sup>

Setiap perkawinan tentu dibangun untuk mencapai keluarga yang harmonis dan penuh kasih sayang yang disebut dengan keluarga *sakinah, mawaddah wa rahmah*. Hal ini sesuai firman Allah dalam Surah Ar-Rum ayat 21 sebagai berikut.

---

<sup>14</sup> Cholil, *Psikologi Keluarga Islam: Berwawasan Gender*, 42.

<sup>15</sup> Cholil, 43.

<sup>16</sup> Cholil, 44.

<sup>17</sup> Cholil, 45.

<sup>18</sup> Cholil, 47.

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً ۗ إِنَّ فِي

ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

Artinya: Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu pasangan (istri/suami) dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya di antaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berpikir (Q.S. Ar-Rum ayat 21).<sup>19</sup>

*Sakinah* artinya kedamaian atau suasana damai yang melingkupi rumah tangga yang bersangkutan; masing-masing pihak menjalankan perintah Allah Swt. dengan tekun, saling menghormati, dan saling toleransi.<sup>20</sup> Makna *sakinah* dalam keluarga dapat dipahami sebagai keadaan yang tetap tenang walaupun menghadapi banyak rintangan dan ujian kehidupan. Dari suasana *sakinah* ini akan muncul rasa saling mengasihi dan menyayangi sehingga rasa tanggung jawab kedua belah pihak semakin tinggi. *Mawaddah* artinya cinta, maka orang yang memiliki cinta di hatinya akan lapang dadanya, penuh harapan, dan jiwanya akan selalu berusaha menjauhkan diri dari keinginan buruk atau jahat. *Rahmah*, artinya kasih sayang. *Rahmah* diartikan sebagai keadaan jiwa yang dipenuhi dengan kasih sayang. Rasa kasih sayang menyebabkan seseorang akan berusaha memberikan kebaikan, kekuatan, dan kebahagiaan bagi orang lain dengan cara-cara yang lembut dan penuh kesabaran.<sup>21</sup> Dengan demikian, keluarga *sakinah* adalah keluarga yang mampu memelihara kedamaian dan saling mencintai dan menyayangi.

<sup>19</sup> Al-Qur'an, 30: 21.

<sup>20</sup> Cholil Nafis, *Fikih Keluarga: Menuju Keluarga Sakinah, Mawaddah, Warahmah, Keluarga Sehat, Sejahtera, Dan Berkualitas* (Jakarta: Mitra Abadi Press, 2014), 25.

<sup>21</sup> Penyusun and Subdit Bina Keluarga Sakinah, *Fondasi Keluarga Sakinah*., 11.



Sementara itu, Keluarga *Sakinah* menurut organisasi Muhammadiyah yaitu keluarga yang setiap bagiannya selalu mengembangkan kemampuan dasar fitrah kemanusiaannya, dalam rangka menjadikan dirinya sendiri sebagai manusia yang memiliki tanggung jawab atas kesejahteraan sesama manusia dan alam, sehingga anggota keluarga tersebut selalu merasa aman, tentram, damai, dan bahagia.<sup>22</sup>

Dalam pemahaman yang lebih komprehensif, keluarga *sakinah*, *mawaddah*, dan *rahmah* dimaknai sebagai keluarga yang dibina atas perkawinan yang sah, mampu memenuhi hajat spiritual dan material secara layak dan seimbang, diliputi suasana kasih sayang antara anggota keluarga dan lingkungannya secara selaras, serasi serta mampu mengamalkan dan memperdalam nilai-nilai keimanan, ketakwaan, dan akhlak mulia.<sup>23</sup>

Keluarga *Sakinah* memiliki kriteria: (1) Memiliki dasar keimanan yang kuat dengan menjalankan misi ibadah dan menaati ajaran agama; (2) Saling mencintai dan menyayangi; (3) Saling menjaga dan menguatkan dalam kebaikan; (4) Mengutamakan musyawarah dan pembagian peran yang adil; (6) Melaksanakan pendidikan bagi anak-anak; (7) Memberi kontribusi untuk kebaikan masyarakat, bangsa, dan negara.<sup>24</sup> Keluarga yang harmonis tercipta dari kasih sayang, kehamornisan, dan ekonomi yang tercukupi.<sup>25</sup>

---

<sup>22</sup> Penyusun and Subdit Bina Keluarga Sakinah, 12–14.

<sup>23</sup> Henderi Kusmidi Kusmidi, “Konsep Sakinah, Mawaddah Dan Rahmah Dalam Pernikahan,” *EL-AFKAR: Jurnal Pemikiran Keislaman Dan Tafsir Hadis* 7, no. 2 (2018): 63, <https://doi.org/10.29300/jpkth.v7i2.1601>.

<sup>24</sup> Penyusun and Subdit Bina Keluarga Sakinah, *Fondasi Keluarga Sakinah*, 12–14.

<sup>25</sup> Cholil, *Psikologi Keluarga Islam: Berwawasan Gender*, 66–67.

### C. Teori Peran

Peran ialah harapan sosial terhadap posisi sebuah status dan apa yang harus dilakukan oleh individu dalam masyarakat.<sup>26</sup> Peran juga dimaknai sebagai seperangkat patokan, yang membatasi apa perilaku yang mesti dilakukan seseorang yang menduduki posisi tertentu.<sup>27</sup> Teori peran memusatkan kepada apa yang harus orang lakukan, dimana peran didasarkan pada ekspektasi yang tertuang dalam aturan atau norma. Konsep teori peran digunakan untuk menganalisis peran perempuan kepala keluarga dalam beragam aspek kehidupan keluarga dan untuk menganalisis aspek sikap dan upaya yang dilakukan dalam mengatasi hambatan yang dialami.

Kemudian, berkaitan dengan peran perempuan sebagai kepala keluarga, terdapat tiga peran vital yang dilakukan, yaitu sebagai peran reproduktif, peran produktif, dan peran sosial.<sup>28</sup> Peran reproduktif yaitu peran perempuan kepala keluarga dalam mengurus dan mengelola rumah tangga atau yang biasa disebut peran domestik. Peran produktif yaitu perempuan kepala keluarga ketika mencari nafkah dengan melakukan profesi tertentu agar dapat menopang kebutuhan ekonomi sebab dirinya sebagai tulang punggung keluarga. Terakhir, peran sosial yakni segala bentuk aktivitas perempuan kepala keluarga dalam kegiatan-kegiatan sosial di masyarakat.<sup>29</sup>

---

<sup>26</sup> Fathul Lubabin Nuqul, *Bahan Ajar Teori Peran (Role Theory)* (Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim, 2018), 90–91.

<sup>27</sup> Edy Suhardono, *Teori Peran: Konsep, Derivasi, Dan Implikasinya* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1994), 15.

<sup>28</sup> Ramadhan Prasetya Wibawa, Liana Vivin Wihartanti, Khoirul Huda, *Perempuan Kepala Keluarga Dalam Perubahannya*, 38.

<sup>29</sup> Ramadhan Prasetya Wibawa, Liana Vivin Wihartanti, Khoirul Huda, 38.

Dalam menjalankan peran, seseorang akan mengambil sikap terhadap posisi yang diduduki. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), sikap ialah perbuatan dan sebagainya yang berdasarkan pada pendirian, atau sikap juga dapat diartikan sebagai keyakinan.<sup>30</sup> Sementara kata menyikapi diartikan sebagai mengambil sikap terhadap sesuatu.<sup>31</sup> Selain itu, dalam menjalankan peran, seseorang tentu menghadapi hambatan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), hambatan diartikan sebagai halangan atau rintangan.<sup>32</sup>

#### **D. Teori *Self Efficacy***

Secara etimologi, *self efficacy* terdiri dari dua kata yaitu “*self*” yang artinya pribadi atau bagian dari kepribadian. Adapun kata “*efficacy*” diartikan sebagai penilaian diri tentang baik dan buruk, benar, dan salah, bisa dan tidak menyelesaikan suatu hal sesuai dengan yang ditentukan. Sementara secara terminologi, teori *self efficacy* diartikan sebagai keyakinan diri individu dalam memperhitungkan kemampuan dirinya dalam melakukan sesuatu untuk mencapai hasil pada situasi dan kondisi tertentu.<sup>33</sup> Selain itu, teori ini juga menanamkan perasaan, pemikiran, dan tingkah laku bahwa individu tersebut mampu mengendalikan lingkungan sosialnya.<sup>34</sup> Teori *self efficacy* diperkenalkan oleh Albert Bandura dalam bukunya yang berjudul

---

<sup>30</sup> Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, “Kamus Besar Bahasa Indonesia Versi Daring,” dalam <https://kbbi.web.id/sikap>, (diakses pada tanggal 11 Februari 2023, jam 15.27).

<sup>31</sup> Ibid.,

<sup>32</sup> Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, “Kamus Besar Bahasa Indonesia Versi Daring,” dalam <https://kbbi.web.id/hambatan>, (diakses pada tanggal 11 Februari 2023, jam 15.27).

<sup>33</sup> Alwisol, *Psikologi Kepribadian* (Malang: UMM Press, 2007), 287.

<sup>34</sup> Lina Arifah Fitriyani, *Menanamkan Efikasi Diri Dan Kestabilan Emosi* (Jombang: LPPM UNHAS, 2019), 5–12.

*Psychological Review* nomor 84 tahun 1986. Menurut Bandura, *self efficacy* mengarah pada keyakinan seorang individu dalam mengukur kemampuannya untuk menyelesaikan tugas dan melakukan hal-hal yang dibutuhkan guna mencapai hasil dan tujuan yang diharapkan.<sup>35</sup> Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa *self efficacy* ialah keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki, untuk melaksanakan serangkaian kegiatan guna mencapai tujuan tertentu.

Tumbuhnya *self efficacy* dapat berasal dari pembelajaran dan pengembangan empat sumber informasi, yaitu:<sup>36</sup> *Mastery Experience* (Pengalaman Keberhasilan), *Social modeling* (Permodelan sosial), *Social percuasan* (Persuasi Sosial), *Physicological and Emotional States* (Kondisi fisik dan emosi).

*Self efficacy* yang dimiliki setiap manusia berbeda-beda sebab memiliki beberapa komponen, yaitu:<sup>37</sup>

1. *Magnitude*, yaitu komponen yang berkaitan dengan kesulitan tugas.
2. *Generality*, yaitu komponen yang berkaitan dengan luas bidang tugas dengan keyakinan individu atas kemampuannya untuk menyelesaikan tugas tersebut.
3. *Strength*, yaitu komponen yang berkaitan dengan kemantapan dan kekuatan seseorang terhadap keyakinannya untuk bisa menyelesaikan tugas dengan baik dan sempurna.<sup>38</sup>

---

<sup>35</sup> Syamsu Yusuf, *Teori Kepribadian* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2012), 135.

<sup>36</sup> Fitriyani, *Menanamkan Efikasi Diri Dan Kestabilan Emosi*, 5–12.

<sup>37</sup> Fitriyani, 5–12.



Dikutip dari *Encyclopedia of Human Behavior*, Bandura menjelaskan tentang proses psikologis *self-efficacy* dalam mempengaruhi fungsi manusia, yaitu sebagai berikut:<sup>39</sup>

1. Proses Kognitif

Yaitu proses pemikiran dan pengaturan perilaku manusia untuk mencapai sebuah tujuan tertentu, yang didasari pengetahuan dan pengalaman individu.

2. Proses motivasi

Yaitu proses dimana individu merasakan dorongan yang timbul dari pemikiran optimis dalam dirinya untuk mewujudkan tujuan yang diharapkan. Kebanyakan motivasi individu dihasilkan dari proses kognitif. Individu memotivasi diri sendiri dan memandu tindakannya dengan latihan pemikiran ke depan. Jadi, motivasi individu timbul dari pemikiran optimis dalam dirinya untuk mewujudkan tujuan yang diharapkan.

3. Proses Afeksi

Yaitu proses yang berkaitan dengan kemampuan mengatasi emosi yang timbul pada diri sendiri untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Afeksi ditujukan dengan mengontrol kecemasan dan perasaan stress.

4. Proses seleksi

Yaitu proses yang berkaitan dengan kemampuan individu untuk menyeleksi tingkah laku dan lingkungan yang tepat guna mencapai

---

<sup>38</sup> Nur Ghufon, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzza Media, 2010), 80–81.

<sup>39</sup> Albert Bandura, "Self Efficacy" (*Encyclopedia of Human Behavior*, 1994), 4.

tujuan yang diharapkan. *Self efficacy* juga dapat membantu dalam membentuk sikap hidup individu melalui pemilihan tipe aktivitas (tingkah laku) dan lingkungan yang tepat.

*Self efficacy* (efikasi diri) juga dikenal dalam hukum Islam, seperti yang diterangkan dalam QS. Al-Baqarah ayat 286, sebagai berikut.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِكْرَامًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Artinya:

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan dia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): “Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kepada kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami, maka tolonglah kami menghadapi orang-orang kafir”<sup>40</sup>

Tafsir Kemenag menyebutkan bahwa, Allah akan membebani umatnya sesuai beban kesanggupannya. Ayat Al Quran ini mendorong manusia agar mengerjakan perbuatan yang baik serta menunaikan kewajiban yang telah ditetapkan agama.<sup>41</sup> Adanya keinginan yang tertanam pada diri seseorang untuk mengerjakan suatu pekerjaan yang baik, akan memberikan kemungkinan baginya untuk mendapat jalan yang mudah dalam mengerjakan pekerjaan itu. Apalagi bila dia berhasil dan dapat

<sup>40</sup> Alquran, 2: 286.

<sup>41</sup> Fitriyani, *Menanamkan Efikasi Diri Dan Kestabilan Emosi*, 14.

menikmati usahanya, maka dorongan dan semangat untuk melakukan pekerjaan baik yang lain semakin bertambah pada dirinya.<sup>42</sup>

Selain itu, keyakinan bahwa ada kemampuan dalam menyelesaikan persoalan juga diterangkan dalam Q.S Al-Insyirah ayat 5-6.

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا  
إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Artinya: Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.<sup>43</sup>

Ayat di atas menerangkan bahwa Allah SWT menjanjikan bahwa setelah kesulitan akan didatangkan kemudahan, sehingga manusia sebaiknya tidak berputus asa dan memiliki keyakinan dalam menjalani setiap ujian, cobaan, dan kesulitan yang dihadapi. Keyakinan ini harus ditumbuhkan setiap manusia agar memiliki semangat untuk bisa menjalani dan mengatasi permasalahan dalam kehidupan ini.

#### E. Teori Coping Stress

Secara etimologi, *coping* berarti penanggulangan, pengatasan, juga usaha untuk mengontrol, mengurangi, atau belajar untuk memahami ancaman yang menimbulkan stres.<sup>44</sup> Menurut Lazarus, *coping* diartikan sebagai semua usaha secara kognitif dan perilaku untuk mengatasi, mengurangi, dan tahan

<sup>42</sup> Fitriyani, 14.

<sup>43</sup> Alquran, 94: 5-6.

<sup>44</sup> Petty Gina & Putri Nurdiana, *Pengantar Psikologi* (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), 220.

terhadap tuntutan-tuntutan.<sup>45</sup> Selain itu, *coping stress* juga dimaknai sebagai cara yang digunakan individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan, serta respon terhadap situasi yang mengancam.<sup>46</sup>

*Coping stress* terdiri dari tiga unsur yaitu: (1) *Coping respond*, yaitu perilaku kognitif atau fisik yang terjadi sebagai respon terhadap ancaman stres yang dipersepsikan atau diarahkan untuk mengubah kejadian yang menyebabkan stres. (2) *Coping goal*, yaitu tujuan yang ingin dicapai setelah menghilangkan atau mengurangi tingkat ancaman stres. (3) *Coping outcome*, yaitu konsekuensi langsung dari respon *coping* baik yang bersifat positif maupun negatif.<sup>47</sup>

Sementara itu, gaya *coping* ada dua macam, yaitu:<sup>48</sup>

#### 1. Gaya *Coping* Positif

Yaitu gaya *coping* yang mampu memberikan dampak positif bagi individu yang menerapkannya. Adapun macam-macam gaya *coping* positif yakni: (1) *Problem solving*, yaitu usaha untuk memecahkan suatu masalah; (2) *Utilizing social support*, yaitu cara menyelesaikan masalah dengan cara mencari dukungan dan bantuan dari orang lain; (3) *Looking for silver lining*, yaitu upaya menyelesaikan masalah dengan sikap menerima kenyataan bahwa masalah yang ada adalah sebuah ujian dan cobaan yang harus dihadapi.

---

<sup>45</sup> Triantoro Safaria & Nofran Eka, *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda* (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2012), 96.

<sup>46</sup> Abdul Nasir & Abdul Muhith, *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa* (Jakarta: Salemba Medika, 2011), 3.

<sup>47</sup> Muhith, 3.

<sup>48</sup> Muhith, 3.

## 2. Gaya Coping Negatif

Yaitu gaya *coping* yang dapat berdampak negatif dan merugikan individu yang menerapkannya. Gaya *coping* ini terdiri dari: (1) *Avoidance*, yaitu cara menyelesaikan masalah dengan cara lari dari masalah; (2) *Self-blame*, yaitu sikap menyalahkan diri sendiri tanpa evaluasi diri yang optimal. (3) *Wishfull thinking*, yaitu pendapat yang menganggap kegagalan dalam mencapai tujuan yang diinginkan harusnya tidak menjadikan seseorang berada pada kesedihan mendalam.

Menurut Lazarus, *coping* dibagi dalam tiga kategori besar yaitu sebagai berikut:<sup>49</sup>

### 1. *Problem Focused Coping* (*Coping* berfokus pada masalah)

*Coping* yang berfokus pada masalah ialah upaya untuk mengatasi stres dengan cara mencari solusi dari masalah yang dihadapi. *Coping* ini dibedakan menjadi lima macam, yaitu: (1) *Active Coping* (keaktifan diri), merupakan sebuah proses mengambil langkah aktif untuk menghindari ancaman stres atau memperbaiki dampak dari stres. (2) *Planning* (perencanaan), merupakan proses berpikir tentang bagaimana cara untuk menghadapi stres. (3) *Suppression of Competing Activities*, merupakan proses individu yang mengesampingkan urusan lain agar dapat berkonsentrasi dalam menghadapi stres. (4) *Restraint Coping* (kontrol diri), yaitu cara menunggu saat yang tepat untuk bertindak dan tidak terburu-buru. (5) *Seeking of Instrumental Social Support*, yaitu individu

---

<sup>49</sup> Muhith, 3.



akan berupaya untuk mencari saran, bantuan, dan informasi dari orang-orang di sekitarnya.

2. *Emotion-Focused Coping* (*coping* berfokus pada emosi)

Yaitu jenis *coping* yang bertujuan untuk meredakan atau mengatur tekanan emosional atau mengurangi emosi negatif yang ditimbulkan oleh situasi. Adapun aspek-aspek *emotion-focused coping* antara lain: (1) *Seeking of Emotional Social Support*, yaitu upaya untuk mendapatkan dukungan moral, simpati, dan pemahaman dari orang-orang di sekitarnya; (2) *Positive Reinterpretation*, merupakan sebuah proses mengambil hikmah atau nilai positif dari apa yang telah terjadi; (3) *Acceptance*, yakni penerimaan individu terhadap situasi atau keadaan yang terjadi; (4) *Denial*, yaitu individu akan menolak untuk percaya bahwa stres itu nyata dan bertindak seolah-olah ancaman stres tersebut tidak ada; (5) *Turning to religion*, yaitu individu akan beralih ke agama dan mendekatkan diri kepada Allah SWT ketika berada dalam situasi yang penuh dengan tekanan.

*Coping stress* menurut Richard Lazarus memiliki dua fungsi umum, yaitu:<sup>50</sup>

1. *Emotional-focused coping*, yaitu *coping stress* berfungsi untuk mengendalikan respon emosional terhadap situasi yang sangat menekan. Sikap ini dilakukan ketika individu tidak mampu

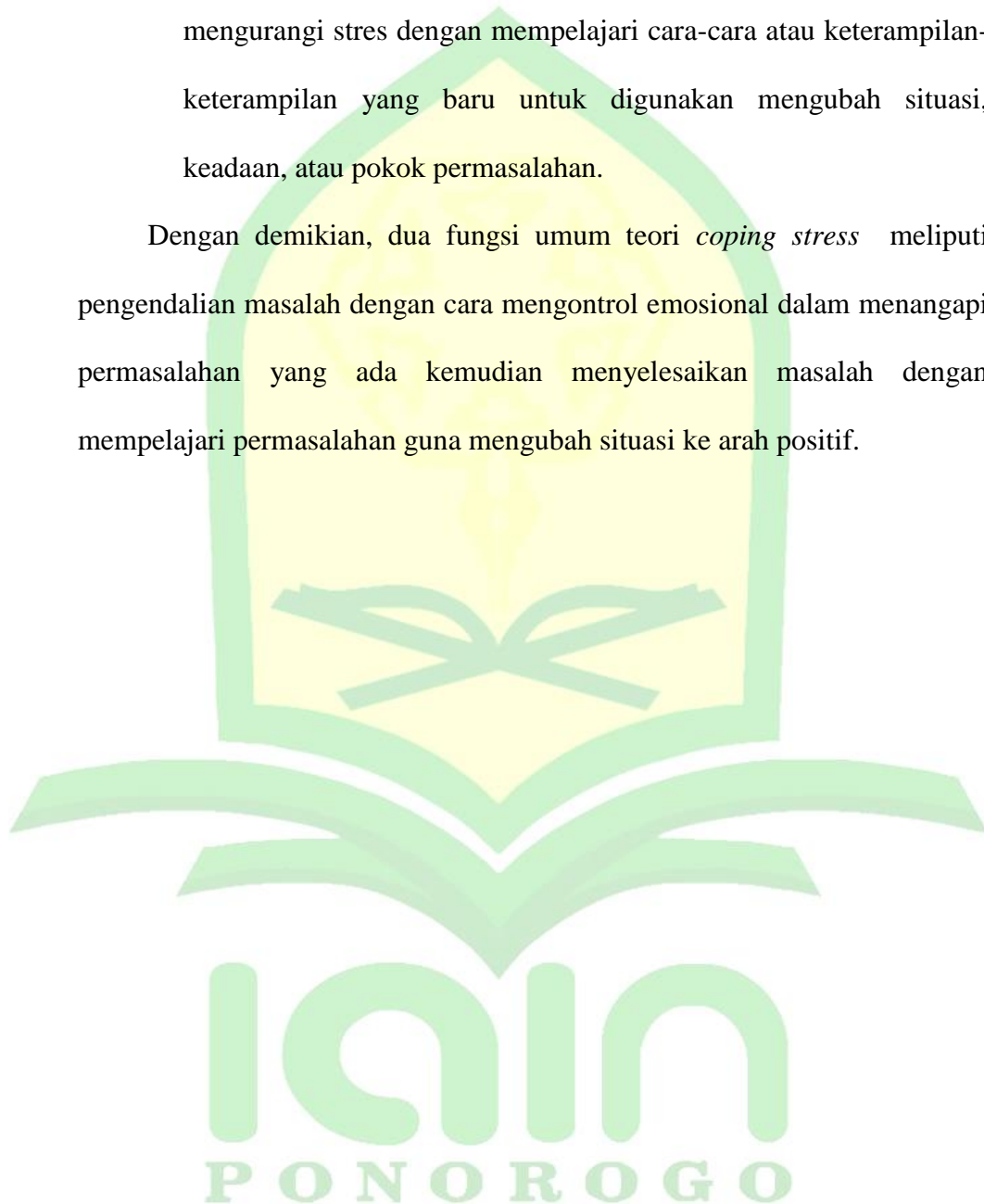
---

<sup>50</sup> Eka, *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*, 104.

mengubah kondisi yang *stressfull*, individu hanya dapat mengatur emosinya.

2. *Problem-focused coping*, yaitu *coping stress* berfungsi untuk mengurangi stres dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan-keterampilan yang baru untuk digunakan mengubah situasi, keadaan, atau pokok permasalahan.

Dengan demikian, dua fungsi umum teori *coping stress* meliputi pengendalian masalah dengan cara mengontrol emosional dalam menanggapi permasalahan yang ada kemudian menyelesaikan masalah dengan mempelajari permasalahan guna mengubah situasi ke arah positif.



**BAB III**  
**PERAN PEREMPUAN KEPALA KELUARGA**  
**DALAM MEMBINA KELUARGA SAKINAH**  
**(Studi Kasus di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan**  
**Kabupaten Pacitan)**

**A. Gambaran Umum Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan**

1. Kondisi Geografis

Kecamatan Pacitan merupakan salah satu wilayah di Kabupaten Pacitan yang memiliki luas 77,11 km<sup>2</sup>, dengan tanah kering seluas 65,04 km<sup>2</sup> dan tanah sawah seluas 12,07 km<sup>2</sup>. Kecamatan yang terletak di pusat pemerintahan Kabupaten Pacitan ini, terdiri dari 20 desa dan 5 kelurahan. Salah satunya Kelurahan Sidoharjo. Secara administratif, Kelurahan Sidoharjo berbatasan dengan:<sup>1</sup>

Sebelah Utara : Desa Bangunsari Kecamatan Pacitan

Sebelah Selatan : Samudera Hindia

Sebelah Timur : Kelurahan Ploso Kecamatan Pacitan

Sebelah Barat : Desa Dadapan Kecamatan Pringkuku

Kondisi topografi Kelurahan Sidoharjo berada di dataran dan pesisir pantai karena wilayah paling selatan langsung berhadapan dengan pantai dan Samudera Hindia. Wilayahnya terdiri dari 12 lingkungan, 15 RW, dan 56 RT, yaitu Lingkungan Teleng dengan 1 RW 6 RT,

---

<sup>1</sup> Website Kelurahan Sidoharjo Pacitan, "Kondisi Geografis Kelurahan Sidoharjo Pacitan,:" dalam <https://kelurahansidoharjo.kabpacitan.id> 01 Oktober 2022 (diakses pada tanggal 24 Januari 2023, jam 21:00).

Lingkungan Tamperan dengan 1 RW 4 RT, Lingkungan Pojok dengan 1 RW 4 RT, Lingkungan Pelen dengan 2 RW dan 6 RT, Lingkungan Kriyan dengan 1 RW dan 4 RT, Lingkungan Jaten dengan 1 RW dan 6 RT, Lingkungan Caruban dengan 1 RW dan 2 RT, Lingkungan Bleber dengan 1 RW 3 RT, Lingkungan Barean dengan 2 RW dan 7 RT, Lingkungan Barak 1 RW dan 4 RT, Lingkungan Balong dengan 1 RW dan 5 RT, Lingkungan Tuban dengan 1 RW dan 5 RT.<sup>2</sup>

## 2. Kondisi Demografi

Jumlah penduduk di Kelurahan Sidoharjo Pacitan secara keseluruhan sebanyak 9164 jiwa, dengan rincian sebagai berikut:<sup>3</sup>

Jumlah penduduk laki-laki : 4530 jiwa

Jumlah penduduk perempuan : 4634 jiwa

Jumlah kepala keluarga (KK) : 3134 KK

Adapun komposisi penduduk Kelurahan Sidoharjo Pacitan ialah sebagai berikut.

### a. Komposisi Penduduk Menurut Mata Pencaharian

Mata pencaharian masyarakat Kelurahan Sidoharjo Pacitan sangat beragam dengan tingkat ekonomi kelas menengah ke atas. Secara lengkap, mata pencaharian penduduk Kelurahan Sidoharjo ialah: Tidak bekerja sebanyak 1515 orang, mengurus rumah tangga

<sup>2</sup> Website Kelurahan Sidoharjo Pacitan, "Kondisi Geografis Kelurahan Sidoharjo Pacitan,:" dalam <https://kelurahansidoharjo.kabpacitan.id> 01 Oktober 2022 (diakses pada tanggal 24 Januari 2023, jam 21:00).

<sup>3</sup> Website Kelurahan Sidoharjo Pacitan, "Jumlah Penduduk Kelurahan Sidoharjo Pacitan,:" dalam <https://kelurahansidoharjo.kabpacitan.id> 01 Oktober 2022 (diakses pada tanggal 24 Januari 2023, jam 21:00).

sebanyak 607 orang, pelajar atau mahasiswa sebanyak 1743, PNS/TNI/POLRI sebanyak 778 orang, perdagangan sebanyak 81 orang, pertanian dan peternakan sebanyak 525 orang, perikanan sebanyak 118 orang, industri dan karyawan sebanyak 1549 orang, wiraswasta sebanyak 2136 orang, tenaga pendidikan sebanyak 98 orang, dan tenaga kesehatan 14 orang.<sup>4</sup>

b. Komposisi Penduduk Menurut Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan di Kelurahan Sidoharjo sudah mencapai kelas menengah ke atas sehingga kualitas sumber daya manusianya juga meningkat. Adapun, tingkat pendidikan masyarakat di Kelurahan Sidoharjo ialah: Tidak/belum sekolah sebanyak 2251 orang, belum tamat SD/ sederajat sebanyak 16 orang, tamat SD/ sederajat sebanyak 1607 orang, SLTP/ sederajat sebanyak 1350 orang, SLTA/ sederajat sebanyak 2726 orang, Diploma I/II sebanyak 77 orang, Akademi/Diploma III/Sarjana Muda sebanyak 140 orang, Diploma IV/Strata I sebanyak 935 orang, Strata II sebanyak 61 orang, dan Strata III satu orang.<sup>5</sup>

c. Komposisi Penduduk Menurut Agama

Masyarakat Kelurahan Sidoharjo Pacitan mayoritas beragama Islam, dengan jumlah penduduk beragama Islam sebanyak 9065

---

<sup>4</sup> Website Kelurahan Sidoharjo Pacitan, "Kondisi Demografi Kelurahan Sidoharjo Pacitan,:" dalam <https://kelurahansidoharjo.kabpacitan.id> 01 Oktober 2022 (diakses pada tanggal 24 Januari 2023, jam 21:00).

<sup>5</sup> Ibid.,



orang, Kristen sebanyak 73 orang, Katholik sebanyak 25 orang, dan Hindu hanya seorang.<sup>6</sup>

### 3. Data Perempuan Kepala Keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan

Berdasarkan data yang diberikan pihak Kelurahan Sidoharjo Pacitan, dari jumlah keseluruhan Kepala Keluarga sebanyak 3134 KK, 552 di antaranya merupakan Perempuan Kepala Keluarga. Adapun persebaran jumlah perempuan Kepala Keluarga di setiap lingkungan sebagai berikut.<sup>7</sup>

Tabel. 3.1. Persebaran Perempuan KK di Kelurahan Sidoharjo

No.	Lingkungan	Jumlah	No.	Lingkungan	Jumlah
1.	Teleng	37	7.	Bleber	37
2.	Tamperan	50	8.	Barean	61
3.	Pojok	40	9.	Barak	33
4.	Plelen	93	10.	Balong	42
5.	Kriyan	26	11.	Tuban	63
6.	Jaten	32	12.	Caruban	19

Adapun perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo yang dapat dijadikan informan dalam penelitian ini ialah yang memenuhi kriteria: masih berusia produktif (15-64 tahun), memiliki tanggungan anak, dan minimal telah satu tahun menjadi perempuan kepala keluarga. Berikut ini profil perempuan kepala keluarga yang memenuhi kriteria dan bersedia menjadi informan dalam penelitian ini.

#### a. Ibu Lina (nama samaran)

<sup>6</sup> Ibid.,

<sup>7</sup> Data Jumlah Perempuan Kepala Keluarga di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan.

Ibu Lina (nama samaran), seorang ibu *single parent* yang telah menjadi kepala keluarga selama lima tahun karena suaminya meninggal. Bu Lina berumur 56 tahun, bekerja sebagai wiraswasta, dan memiliki dua anak. Anak pertama lahir pada tahun 1994 dan anak kedua lahir pada tahun 2002.<sup>8</sup>

b. Ibu Sita (nama samaran)

Ibu Sita (nama samaran) ialah *single parent* yang telah menjadi kepala keluarga selama dua tahun semenjak suaminya meninggal dunia. Bu Sita berumur 36 tahun, bekerja sebagai karyawan swasta, dan memiliki dua anak.<sup>9</sup>

c. Ibu Nana (nama samaran)

Ibu Nana ialah *single parent* yang telah menjadi perempuan kepala keluarga selama tiga tahun semenjak suaminya meninggal dunia. Bu Nana berumur 45 tahun dan bekerja sebagai wiraswasta serta memiliki satu anak.<sup>10</sup>

d. Ibu Sri (nama samaran)

Ibu Sri ialah *single parent* yang telah menjadi kepala keluarga selama empat tahun sejak bercerai dengan suaminya. Bu Sri berumur 41 tahun dan bekerja sebagai petani. Bu Sri mengasuh dua anak yang berada dalam hak asuhnya sebab mantan suaminya tidak bertanggung jawab.<sup>11</sup>

---

<sup>8</sup> Ibu Lina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan 15 Januari 2023

<sup>9</sup> Ibu Sita (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan 15 Januari 2023.

<sup>10</sup> Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan 15 Januari 2023.

<sup>11</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan 16 Januari 2023.

e. Ibu Dewi (nama samaran)

Ibu Dewi ialah *single parent* yang telah menjadi perempuan kepala keluarga selama empat tahun semenjak bercerai dengan suaminya. Bu Dewi berumur 39 tahun, bekerja sebagai karyawan swasta, dan mengasuh dua anak. Bu Dewi memegang semua hak asuh anaknya, karena mantan suami dikenalnya sebagai orang yang suka mabuk dan judi, sehingga tidak layak untuk mengasuh anak-anaknya.<sup>12</sup>

f. Ibu Dina (nama samaran)

Ibu Dina ialah *single parent* yang telah menjadi kepala keluarga selama tiga tahun setelah suaminya meninggal dunia. Bu Dina berumur 53 tahun, bekerja sebagai guru, dan mengasuh satu anak.<sup>13</sup>

## **B. Sikap Perempuan Kepala Keluarga dalam Menghadapi Hambatan saat Membina Keluarga Sakinah di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan**

Keluarga dibangun oleh ikatan perkawinan antara suami dan istri. Pasal 31 ayat (1) menyebutkan bahwa, “Hak dan kedudukan isteri adalah seimbang dengan hak dan kedudukan suami dalam kehidupan rumah tangga dan pergaulan hidup bersama dalam masyarakat.”<sup>14</sup> Dalam pelaksanaan fungsi-fungsi keluarga, maka terdapat kepala keluarga yang bertanggung jawab memimpin, dan melindungi suatu keluarga. Pasal 31 ayat (3) Undang-

<sup>12</sup> Ibu Dewi (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan 16 Januari 2023.

<sup>13</sup> Ibu Dina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan 16 Januari 2023.

<sup>14</sup> Pasal 31 ayat (1) Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan.

Undang Perkawinan Nomor 1 Tahun 1974 jo. Pasal 79 ayat (1) Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 1991 tentang Kompilasi Hukum Islam menyebutkan bahwa, “Suami adalah kepala keluarga dan isteri ibu rumah tangga.”<sup>15</sup> Sehingga, lazimnya kepala keluarga diperankan oleh laki-laki/suami. Namun, faktanya muncul realitas sosial berupa eksistensi “Perempuan Kepala Keluarga” sehingga terdapat pemahaman bahwa kepala keluarga tidak hanya diperankan oleh laki-laki, tetapi juga perempuan dalam keadaan tertentu.

Makna keluarga sakinah pun menjadi penting didefinisikan oleh perempuan kepala keluarga. Sebab, pemahaman tentang keluarga sakinah ialah harus memuat keluarga utuh terdiri dari ayah, ibu, dan anak. Namun, tidak semua keluarga dapat memiliki komponen yang utuh, sehingga terdapat fenomena struktur keluarga dengan orang tua tunggal (*single parent*).

Apabila keluarga sakinah dipahami sebagai keluarga yang aman, tentram, damai, bisa menunaikan hajat material, memiliki hubungan yang baik dengan Allah SWT (vertikal), dan sesama manusia (horizontal), maka dapat lebih mengakomodasi keluarga dengan orang tua tunggal, agar dapat membina keluarga sakinah.

Berdasarkan hasil wawancara dengan enam informan, makna keluarga sakinah menurut perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan secara umum berpandangan bahwa keluarga tidak harus utuh tetapi menekankan pada aspek spiritualitas, batiniah, dan material.

---

<sup>15</sup> Pasal 31 ayat (3) Undang -Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan jo. Pasal 79 Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 1991 tentang Kompilasi Hukum Islam.

Ibu Lina sebagai salah satu perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan memaknai keluarga sakinah sebagai keluarga yang tentram, aman, adanya hubungan yang baik kepada Allah SWT, diikuti dengan hubungan yang baik dengan sesama, kondisi ekonomi tercukupi, dan saling menyayangi antar anggota keluarga, meskipun dalam keadaan anggota keluarga yang tidak selalu utuh. Maka menurut Ibu Lina, keluarga dengan struktur orang tua tunggal tetap memiliki peluang untuk membina keluarga sakinah. Justru, Ibu Lina memaknai keluarga sakinah sebagai usaha pembinaan keluarga dengan melanjutkan ketentraman dan kedamaian yang pernah dijalin dahulu ketika keluarganya masih utuh dan suami belum meninggal.<sup>16</sup>

Pemaknaan keluarga sakinah yang tidak mensyaratkan keutuhan struktur keluarga juga disampaikan oleh Ibu Sita. Menurut Ibu Sita, makna keluarga sakinah ialah keluarga yang penuh kasih sayang, kondisi ekonomi tercukupi, hubungan yang rukun dengan tetangga, dan keadaan anak bahagia meskipun dalam struktur keluarga yang tidak utuh. Menanggapi pemahaman bahwa keluarga sakinah ialah harus keluarga dengan struktur yang utuh terdiri dari ayah, ibu, dan anak-anak, Ibu Sita tetap memiliki harapan dan cita-cita untuk membina keluarga sakinah.<sup>17</sup> Pemaknaan yang hampir senada juga disampaikan Ibu Nana yang mengartikan keluarga sakinah sebagai keluarga yang tentram, terpenuhinya kebutuhan keluarga, anak yang saleh, adanya saling menyayangi dan mendukung, dan kemampuan berperan sebagai ayah

---

<sup>16</sup> Ibu Lina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>17</sup> Ibu Sita (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.



untuk anak-anak setelah sosok ayah dalam keluarganya tiada. Ibu Nana juga menjadikan aktivitas sosial dengan lingkungan masyarakat sebagai bagian dari perannya sebagai kepala keluarga dalam rangka membina keluarga sakinah.<sup>18</sup>

Pemaknaan keluarga sakinah menurut Ibu Sri, selain tidak mensyaratkan keutuhan struktur keluarga, juga dibarengi dengan asumsi bahwa struktur keluarga yang utuh pun belum menjadi jaminan bisa membina keluarga sakinah. Selain memaknai keluarga sakinah sebagai keluarga yang penuh kasih sayang, dapat membina kerukunan dalam keluarga, disertai pemenuhan kebutuhan sandang, pangan, papan. Ibu Sri juga mensyaratkan adanya pengelolaan masalah dengan baik agar dapat mencegah konflik berkepanjangan dalam keluarga.<sup>19</sup> Ibu Dewi pun berpendapat bahwa keutuhan rumah tangga tidak selalu menjadi ukuran terciptanya keluarga sakinah. Selain memaknai keluarga sakinah sebagai keluarga yang dihiasi ketentraman, saling menyayangi antar anggota keluarga, didukung kualitas ibadah kepada Allah SWT. yang baik, anak memiliki pemahaman agama yang baik, hubungan rukun dengan tetangga, dan kebutuhan tercukupi, Ibu Dewi mensyaratkan tidak adanya kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) baik fisik maupun psikis sebagai kriteria keluarga sakinah.<sup>20</sup>

Pemaknaan keluarga sakinah menurut Ibu Dina ialah keluarga yang membina ketaatan beribadah kepada Allah SWT, terciptanya keharmonisan, adanya rasa saling menyayangi, anak-anak berbakti dan shalih, juga

---

<sup>18</sup> Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>19</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>20</sup> Ibu Dewi (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

hubungan baik dengan saudara dan tetangga. Selain itu, Ibu Dina juga mensyaratkan adanya kemampuan seorang ibu untuk berperan ganda baik sebagai ayah maupun ibu bagi anak-anak dalam keadaan struktur orang tua tunggal.<sup>21</sup>

Eksistensi perempuan kepala keluarga memegang peran ganda sebagai pencari nafkah, pengasuh anak, pengelola rumah tangga, dan sebagai anggota masyarakat. Peran ganda tersebut tidak jarang menimbulkan beban dan hambatan bagi perempuan kepala keluarga dalam membina keluarga sakinah. Mengingat, perempuan kepala keluarga sebagai tulang punggung keluarga yang memegang kendali seluruh kehidupan keluarga, maka kepala keluarga perempuan harus mampu menentukan dan mengambil sikap dalam menghadapi beragam permasalahan yang menjadi hambatan dalam membina keluarga.

Berdasarkan hasil wawancara dengan enam informan, hambatan dalam membina keluarga sakinah meliputi aspek ekonomi, beban psikologis, dan pengasuhan. Adapun secara umum dampak yang dialami perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan ialah hambatan tersebut mengganggu peran sebagai kepala keluarga sehingga ada beberapa fungsi-fungsi keluarga yang tidak terlaksana secara optimal.

Hambatan dalam aspek psikologis dialami semua perempuan kepala keluarga yang menjadi informan di Kelurahan Sidoharjo Pacitan. Setelah lima tahun berperan sebagai kepala keluarga, Ibu Lina menyatakan bahwa dirinya

---

<sup>21</sup> Ibu Dina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

mengalami beban psikologis seperti cemas, frustrasi, dan sedih karena beban ganda sebagai kepala keluarga. Ibu Lina menyadari bahwa beban psikologis yang berlarut-larut memberikan dampak bagi kestabilan kondisi keluarga, dengan kata lain keluarga tidak bisa hidup normal ditambah anak-anak merasakan kesedihan.<sup>22</sup> Sementara Ibu Sita menyatakan bahwa dirinya mengalami beban psikologis berupa kesedihan, kebingungan, dan rasa cemas dalam mengurus keluarga. Ibu Sita menyadari bahwa dampak dari kesedihannya menyebabkan anak-anak semakin sedih dan kehilangan semangat untuk sekolah.<sup>23</sup> Hal serupa juga dialami Ibu Nana yang mengaku mengalami krisis emosional sepeninggal suami yang mengakibatkan dirinya mengalami kelelahan secara psikis.<sup>24</sup> Selain itu, dirinya mengatakan bahwa sulit membagi waktu, karena harus bekerja, mengurus rumah tangga dan kegiatan lingkungan.<sup>25</sup> Begitupun dengan Ibu Dina yang mengalami kesedihan dan kehilangan yang mendalam. Ibu Dina juga merasakan adanya tanggung jawab yang harus dilakukan sendiri. Mulai dari mencari nafkah, mendidik anak, hingga menyelesaikan masalah rumah tangga. Ibu Dina menyadari bahwa kesedihan yang berlarut-larut dapat mengakibatkan fungsi dan peran kepala keluarga menjadi terbelah bahkan berdampak bagi kehidupan anak.<sup>26</sup>

Hambatan berupa beban psikologis ternyata tidak hanya disebabkan oleh kesedihan, frustrasi, kecemasan sepeninggal suami. Selain mengalami

---

<sup>22</sup> Ibu Lina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>23</sup> Ibu Sita (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>24</sup> Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>25</sup> Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>26</sup> Ibu Dina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

kesedihan, Ibu Sri mengaku mengalami beban psikologis yang disebabkan oleh cibiran dan stigma bahwa orang yang bercerai itu dianggap tidak baik. Sehingga, sebagai janda cerai hidup, dirinya dianggap sebelah mata. Hal ini mengakibatkan Ibu Sri sering tidak percaya diri ketika bergaul dengan kaum ibu-ibu di lingkungannya.<sup>27</sup> Tidak jauh berbeda dengan Ibu Sri, beban psikologis akibat rasa minder juga dialami Ibu Dewi yang merasa terpinggirkan dengan pemaknaan keluarga sakinah yang mensyaratkan struktur keluarga yang utuh. Menurutnya, struktur orang tua tunggal bukanlah keinginan tetapi karena keadaan.<sup>28</sup>

Selain mengalami beban psikologis, sebagian besar perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan juga mengalami hambatan dalam aspek ekonomi. Ibu Lina mengalami kendala ekonomi sehingga harus banting tulang mencari nafkah sebagai karyawan pabrik agar dapat membiayai sekolah anaknya. Kendala ekonomi ini mengakibatkan dirinya sempat memiliki banyak hutang.<sup>29</sup> Ibu Sita mengalami kesulitan ekonomi sebab sebelumnya dirinya tidak bekerja, akibatnya ekonomi keluarga menjadi tersendat.<sup>30</sup> Kesulitan ekonomi juga dialami Ibu Nana ketika dirinya harus menjadi pencari nafkah utama dalam keluarganya. Dampaknya, Ibu Nana sering mengalami kondisi keuangan yang pas-pasan.<sup>31</sup> Ibu Sri juga mengalami beban ekonomi karena pekerjaannya sebagai petani memberikan

---

<sup>27</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>28</sup> Ibu Dewi (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>29</sup> Ibu Lina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>30</sup> Ibu Sita (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>31</sup> Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

hasil yang pas-pasan.<sup>32</sup> Sementara, Ibu Dewi dan Ibu Dina menyatakan tidak terlalu mengalami hambatan dalam aspek ekonomi. Sebab, Ibu Dewi sudah terbiasa bekerja sendiri semenjak dirinya masih menikah, karena suaminya tidak bertanggung jawab terhadap nafkah anak.<sup>33</sup> Lalu, Ibu Dina bekerja sebagai guru ASN sehingga memiliki penghasilan tetap untuk menunjang kehidupan anak dan keluarganya.<sup>34</sup>

Tak hanya hambatan pada ranah psikologis dan ekonomi, perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo juga mengalami hambatan dalam aspek pengasuhan. Secara umum, hambatan yang dirasakan ialah adanya tanggung jawab berperan ganda sebagai ayah sekaligus ibu yang mendidik anak,<sup>35</sup> merawat, mencukupi kebutuhan anak,<sup>36</sup> dan menumbuhkan kembali semangat hidup anak sepeninggal sosok ayahnya.<sup>37</sup>

Setelah menggali data tentang hambatan-hambatan yang dialami perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan dalam membina keluarga sakinah beserta dampaknya bagi keberlangsungan fungsi-fungsi keluarga, peneliti lalu menggali data tentang sikap perempuan kepala keluarga dalam menghadapi hambatan-hambatan tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara dengan enam informan, diperoleh fakta lapangan bahwa secara umum perempuan kepala keluarga di Kelurahan

---

<sup>32</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>33</sup> Ibu Dewi (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>34</sup> Ibu Dina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>35</sup> Ibu Dina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>36</sup> Ibu Lina (nama samaran), Ibu Dewi (nama samaran), Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05-06 Februari 2023.

<sup>37</sup> Ibu Sita (nama samaran) dan Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.



Sidoharjo Pacitan terutama yang menjadi informan memiliki keyakinan bahwa mereka bisa dan mampu mengatasi hambatan dalam pelaksanaan fungsi-fungsi keluarga ketika berhadapan dengan situasi keluarga dengan struktur orang tua tunggal dalam rangka membina keluarga sakinah. Akan tetapi, setiap informan memiliki sumber motivasi berbeda-beda yang menumbuhkan keyakinan untuk bisa menghadapi hambatan-hambatan yang ada.

Ketika menghadapi beragam hambatan dalam aspek ekonomi, beban psikologis, dan pengasuhan, Ibu Lina mengakui bahwa awalnya merasa kaget dan terpuruk. Tetapi, lambat laun mulai tumbuh keyakinan untuk bisa menghadapi keadaan. Keyakinan itu muncul ketika melihat anak-anak yang sangat membutuhkan sosok pelindung yang kuat.<sup>38</sup> Dengan kata lain, sumber keyakinan dari Ibu Lina yaitu keinginannya menjadi sosok pelindung bagi anak-anaknya. Sumber motivasi dari anak-anak juga disampaikan oleh Ibu Nana, dirinya menyatakan bahwa tetap memiliki semangat untuk bangkit walaupun secara perlahan-lahan karena ada anak-anak yang jadi tanggungannya. Selain itu, sumber motivasi lainnya ialah dari kondisi lingkungan sosial. Menurutnya, kehidupan harus tetap berjalan jika tidak maka akan dicemooh orang lain.<sup>39</sup> Keyakinan semacam ini juga dimiliki oleh Ibu Sri. Dalam menghadapi hambatan dan persoalan yang ada, dirinya mengaku jika memiliki keyakinan dan sikap optimis walaupun harus mengurus keluarga dan anak-anak sendiri. Sumber motivasinya ialah

---

<sup>38</sup> Ibu Lina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>39</sup> Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

kesendirian itu menjadikan Ibu Sri menjadi lebih kuat. Sebab, dia belum berniat mencari pasangan baru untuk saat ini karena banyak trauma yang dialami.<sup>40</sup> Sumber motivasi yang demikian, juga disampaikan oleh Ibu Dewi. Dirinya memiliki keyakinan untuk bisa membangun keluarga bahagia meskipun dengan struktur keluarga orang tua tunggal.<sup>41</sup>

Sumber keyakinan tidak hanya bersumber dari faktor internal yakni keberadaan anak-anak dan faktor eksternal yaitu keadaan sosial, tetapi keyakinan juga berasal dari pemahaman nilai-nilai agama dan bersandar pada aspek spiritualitas. Hal ini terlihat dari sumber keyakinan Ibu Sita dan Ibu Dina. Ibu Sita memiliki keyakinan bahwa dirinya dapat beradaptasi setelah menghadapi kesulitan dalam keluarganya, walaupun awalnya merasa sedih dan bingung. Ibu Sita meyakini bahwa Allah tidak mungkin menguji di luar batas kemampuan umatnya.<sup>42</sup> Artinya, sumber keyakinan Ibu Sita ialah aspek spiritualitas yang disandarkan kepada Allah SWT. Sementara, Ibu Dina menyatakan bahwa dirinya memiliki keyakinan karena timbulnya pemikiran bahwa dirinya diberi kepercayaan oleh Allah untuk mendidik anak-anak walaupun tanpa suami. Ibu Dina menyadari bahwa dirinya harus keluar dari zona kesedihan, hingga dirinya sampai pada pemikiran jika ujian yang diberikan merupakan wujud kepercayaan dari Allah kepada dirinya untuk membesarkan anak sendiri.<sup>43</sup>

---

<sup>40</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>41</sup> Ibu Dewi (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>42</sup> Ibu Sita (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>43</sup> Ibu Dina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

Menilik hasil wawancara dengan informan sebagai perempuan kepala keluarga di atas, dapat dipahami bahwa perempuan kepala keluarga mengambil sikap dalam menghadapi hambatan dalam membina keluarga sakinah dengan menanamkan keyakinan yang kuat bahwa mereka mampu menghadapi dan mencari solusi yang tepat dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi. Keyakinan ini muncul ketika perempuan kepala keluarga menyadari bahwa kesedihan berlarut-larut hanya akan memperlambat langkah dan menghalangi peran mereka dalam melaksanakan fungsi-fungsi keluarga.

### **C. Upaya Perempuan Kepala Keluarga dalam Mengatasi Hambatan ketika Membina Keluarga Sakinah di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan**

Eksistensi perempuan kepala keluarga pada prinsipnya memiliki peranan yang sangat penting dalam membina keluarga di tengah ketiadaan sosok suami/ayah sebagai kepala keluarga. Namun, hasil penggalian data menunjukkan bahwa perempuan kepala keluarga mengalami beragam hambatan yang meliputi aspek beban psikologis, ekonomi, dan pengasuhan dalam membina keluarga sakinah. Akan tetapi, di sisi lain mereka memiliki keyakinan dan sikap optimis untuk bisa mengatasi hambatan dalam membangun keluarga sakinah. Selain keyakinan, diperlukan upaya untuk mengatasi beragam hambatan yang dialami dalam membina keluarga sakinah.

Berdasarkan hasil wawancara dengan enam informan, diperoleh data bahwa setiap informan memiliki cara mengatasi hambatan yang berbeda-beda sesuai dengan kondisi yang dialami.

Hambatan yang dialami hampir semua perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan yang menjadi informan ialah beban psikologis. Dalam mengatasi beban psikologis berupa frustrasi dan sedih, Ibu Lina menenangkan hati dengan cara mendekatkan diri kepada Allah SWT dan mengikuti pengajian untuk memperdalam ilmu agama. Ketenangan hati juga dia peroleh ketika menjadikan anak-anak sebagai motivasi utama. Motivasi Ibu Lina semakin meningkat ketika dirinya memiliki harapan untuk membina ketentraman keluarga yang dulu dibina bersama suami yang harus dilanjutkan bersama anak-anak.<sup>44</sup>

Upaya mengatasi beban psikologis dengan bersandar pada aspek spiritualitas dan nilai-nilai agama juga diterapkan oleh Ibu Sita. Dirinya mengaku bahwa dalam mengatasi perasaan sedih dan kehilangan, dia lalu meningkatkan kualitas ibadah kepada Allah SWT untuk mendapatkan ketenangan jiwa.<sup>45</sup> Hal demikian juga dilakukan oleh Ibu Sri yang menyatakan bahwa dirinya terus meningkatkan kualitas ibadah untuk mengatasi rasa kesedihan.<sup>46</sup>

Menciptakan suasana ketenangan dalam keluarga pasca kesedihan karena ketiadaan sosok ayah, juga dilakukan dengan cara mengatur kestabilan emosi. Hal ini dilakukan oleh Ibu Nana, dalam mengatasi hambatan berupa beban psikologis, dirinya mencoba sabar, menerima keadaan, dan memperbanyak bersyukur.<sup>47</sup> Pengaturan kestabilan emosi juga dilakukan Ibu

---

<sup>44</sup> Ibu Lina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>45</sup> Ibu Sita (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>46</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>47</sup> Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

Sri untuk mengatasi beban psikologis, dengan cara belajar menerima keadaan, memupuk keyakinan dan rasa optimis, serta menjadikan anak-anak sebagai motivasi utama. Selain itu, dirinya belajar mengatasi masalah yang ada dibarengi dengan usaha menjaga diri agar bisa melawan stigma yang ada.<sup>48</sup>

Senada dengan Ibu Sri, Ibu Dewi mengatasi beban psikologis dengan cara belajar menerima keadaan, mengatur kondisi emosi, menghilangkan rasa minder, dan selalu memperbaiki diri.<sup>49</sup> Begitupun dengan Ibu Dina, pengaturan kestabilan emosi sebagai upaya mengatasi tekanan psikologis dilakukan dengan berdamai dengan diri sendiri, mencoba menerima keadaan, dan menjadikan peristiwa yang telah dialami sebagai pelajaran agar dirinya menjadi pribadi yang berkualitas. Selain itu, adanya dukungan motivasi dari saudara dan tetangga menjadikan Ibu Dina dapat memulihkan keadaan psikologisnya dengan lebih cepat.<sup>50</sup>

Tak hanya hambatan dalam aspek psikologis, perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo terutama yang menjadi informan sebagian besar mengalami kendala ekonomi. Ibu Lina mengatasi hambatan ekonomi dengan menata ulang pengelolaan keuangan, menerapkan perilaku hemat, dan melakukan pekerjaan tambahan.<sup>51</sup> Upaya serupa juga dilakukan Ibu Sita yang mengalami kesulitan ekonomi pasca meninggalnya suami karena dirinya tidak bekerja. Dirinya mengatasi hambatan tersebut dengan segera mencari

---

<sup>48</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>49</sup> Ibu Dewi (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>50</sup> Ibu Dina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>51</sup> Ibu Lina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.



pekerjaan agar mendapatkan penghasilan.<sup>52</sup> Begitupun dengan Ibu Nana, ketika merasa penghasilan dari pekerjaannya sebagai buruh pabrik belum mencukupi, dirinya segera menutupi kekurangan tersebut dengan mencari pekerjaan tambahan, yaitu dengan berjualan secara online.<sup>53</sup> Sementara Ibu Sri mengatasi keadaan ekonomi yang pas-pasan dengan memacu semangat bekerja lebih keras lagi.<sup>54</sup>

Berbeda dengan keempat informan lainnya, Ibu Dewi dan Ibu Dina tidak terlalu merasakan hambatan dalam aspek ekonomi. Sebab, Ibu Dewi sudah terbiasa bekerja sendiri sejak dirinya belum bercerai dengan suami.<sup>55</sup> Sementara, Ibu Dina tergolong memiliki penghasilan tetap yang mencukupi karena dirinya bekerja sebagai guru ASN (Aparatur Sipil Negara). Meskipun demikian, Ibu Dina menyatakan bahwa dirinya terus menjalani profesi dengan semangat.<sup>56</sup>

Hambatan yang tak kalah penting untuk diatasi ialah hambatan dalam aspek pengasuhan. Umumnya, anak-anak perempuan kepala keluarga terutama yang menjadi informan mengalami kesedihan mendalam sebab ketiadaan sosok ayah. Menanggapi persoalan tersebut, Ibu Sita mengatasinya dengan memberikan semangat dan motivasi kepada anak-anaknya untuk sabar dalam menghadapi situasi tersebut.<sup>57</sup> Hal senada juga diungkapkan oleh Ibu Dina. Dirinya mengatasi hambatan dalam aspek pengasuhan dengan lebih

---

<sup>52</sup> Ibu Sita (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>53</sup> Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>54</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>55</sup> Ibu Dewi (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>56</sup> Ibu Dina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>57</sup> Ibu Sita (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

bertanggung jawab ketika mendidik anak, memberikan kasih sayang yang lebih, dan mengajarkan ketabahan serta membangun motivasi dalam diri anaknya.<sup>58</sup> Sementara itu, Ibu Nana mengatasi hambatan pengasuhan anak dengan mengagendakan kegiatan berlibur bersama anak-anak. Liburan ini selain bertujuan untuk mengatasi stress juga sebagai sarana belajar tentang kehidupan bagi anak-anak. Selain itu, Ibu Nana selalu meluangkan waktu khusus bersama anak-anak di samping perannya sebagai pencari nafkah dan pengatur urusan rumah tangga. Bahkan, dirinya juga mengajari anaknya untuk berjualan online mulai dari cara paling sederhana dan modal yang ringan. Dari upaya tersebut, kini Ibu Nana mulai merasakan hasilnya. Terbukti dari anaknya yang menunjukkan sikap dan pemikiran dewasa sehingga sangat perhatian kepada sang ibu.<sup>59</sup>

Dari beragam upaya yang dilakukan guna mengatasi hambatan dalam membina keluarga sakinah yang meliputi aspek psikologis, aspek ekonomi, dan aspek pengasuhan anak, perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan terutama yang menjadi informan telah merasakan hasil dari upaya yang mereka lakukan. Dari upaya tersebut, Ibu Lina merasakan bahwa kehidupan keluarganya sudah mulai normal, ditandai dengan kestabilan ekonomi, terciptanya kerukunan dengan anak-anak melalui musyawarah, dan adanya ketentraman dan ketenangan.<sup>60</sup> Hal senada juga disampaikan Ibu Sita yang merasakan bahwa keluarganya sudah bangkit, kondisi ekonomi

---

<sup>58</sup> Ibu Dina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>59</sup> Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>60</sup> Ibu Lina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

tercukupi, dan jiwanya terasa lebih tenang.<sup>61</sup> Kemudian, Ibu Nana merasakan saat ini dirinya sudah bisa berdamai dengan keadaan. Diikuti dengan permasalahan yang ada sebagian besar sudah bisa diselesaikan bersama. Bahkan, didukung dengan keadaan ekonomi yang mulai membaik, meskipun di sisi lain Ibu Sita masih kesulitan membagi waktu.<sup>62</sup> Hal senada juga dirasakan Ibu Sri yang merasakan semangat yang lebih baik dari sebelumnya diimbangi keadaan ekonomi yang tercukupi. Meskipun dirinya masih terganggu dengan stigma bahwa orang yang bercerai itu dianggap tidak baik.<sup>63</sup> Sementara, Ibu Dewi sekarang merasakan dirinya lebih percaya diri, tenang, disertai keadaan ekonomi yang semakin baik.<sup>64</sup> Dampak positif juga dirasakan Ibu Dina. Dirinya merasakan kondisi keluarga sudah berangsur-angsur normal, tabah, dan anaknya bisa menerima keadaan. Ibu Dina juga sudah mulai terbiasa dengan ragam peran sebagai kepala keluarga, bahkan timbul rasa semangat untuk berusaha menjadi pribadi yang lebih baik lagi.<sup>65</sup>

Menilik hasil penggalian data dari lapangan di atas, terlihat bahwa dalam mengatasi hambatan-hambatan dalam membina keluarga sakinah, tidak hanya diperlukan suatu keyakinan, tetapi diperlukan upaya nyata untuk mengatasi persoalan yang dialami. Dalam hal ini, perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan terutama yang menjadi informan telah menerapkan beberapa upaya untuk mengatasi beragam hambatan yang dihadapi dalam membina keluarga sakinah. Secara umum, persoalan yang ada

---

<sup>61</sup> Ibu Sita (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>62</sup> Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>63</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>64</sup> Ibu Dewi (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>65</sup> Ibu Dina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

mencakup aspek psikologis, ekonomi, dan pengasuhan anak. Secara singkat, upaya yang dilakukan mencakup beberapa hal penting yaitu dengan melalui aspek spiritualitas, pengaturan kestabilan emosi, solusi dalam aspek ekonomi dan solusi dalam aspek pengasuhan anak.



**BAB IV**  
**ANALISIS *SELF EFFICACY* DAN *COPING STRESS* TERHADAP**  
**SIKAP DAN UPAYA PEREMPUAN KEPALA KELUARGA**  
**DALAM MEMBINA KELUARGA SAKINAH**  
**(Studi Kasus di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan**  
**Kabupaten Pacitan)**

**A. Analisis *Self Efficacy* terhadap Sikap Perempuan Kepala Keluarga Ketika Menghadapi Hambatan dalam Membina Keluarga Sakinah di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan**

Menurut Albert Bandura, *self efficacy* diartikan sebagai keyakinan seorang individu dalam mengukur kemampuannya untuk menyelesaikan tugas dan melakukan hal-hal yang dibutuhkan guna mencapai hasil dan tujuan yang diharapkan.<sup>1</sup> Dalam konteks perempuan kepala keluarga, *self efficacy* dinilai penting untuk diterapkan sebagai kemampuan untuk membangun keyakinan bahwa mereka mampu melaksanakan fungsi-fungsi keluarga untuk membina keluarga sakinah.

Berdasarkan hasil wawancara dengan keenam informan sebagai perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, semua perempuan kepala keluarga melaksanakan peran ganda tersebut dalam rangka menjalankan fungsi-fungsi keluarga, yaitu sebagai pencari nafkah, pengelola rumah tangga, pengasuh anak, dan sebagai anggota masyarakat.

Peran-peran yang dilakukan perempuan kepala keluarga di atas, bertujuan untuk melaksanakan fungsi-fungsi keluarga. Pelaksanaan fungsi

---

<sup>1</sup> Syamsu Yusuf, et. al., *Teori Kepribadian* (Bandung: PT: Remaja Rosdakarya, 2012), 135.



keluarga merupakan hal yang penting dalam upaya pembinaan keluarga sakinah. Berdasarkan hasil analisis peran-peran ganda yang ditanggung perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan yang menjadi informan, dapat diidentifikasi bahwa peran reproduktif bertujuan untuk melaksanakan fungsi biologis, fungsi edukatif, fungsi religius, fungsi protektif, dan fungsi rekreatif. Fungsi-fungsi tersebut banyak terejawantah dalam peran perempuan kepala keluarga ketika mengelola rumah tangga dan mengasuh anak. Peran produktif dilakukan untuk melaksanakan fungsi ekonomis berupa pemenuhan sandang, pangan, dan papan. Kemudian, peran sosial dilakukan untuk melaksanakan fungsi sosialisasi dengan menjalin hubungan baik dengan lingkungan sosial.

Dalam menjalankan peran ganda tersebut, perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan ternyata mengalami beragam hambatan. Maka, diperlukan keyakinan bahwa mereka mampu menjalani peran yang ada dan menyelesaikan hambatan yang dihadapi. Berdasarkan hasil wawancara dengan keenam informan, sebagai perempuan kepala keluarga, secara umum mereka menyatakan memiliki keyakinan untuk bisa menjalankan peran dalam melaksanakan fungsi-fungsi keluarga dan menghadapi persoalan yang ada. Tingkat *self efficacy* perempuan kepala keluarga dapat dikatakan cukup tinggi, tetapi berbeda-beda tiap perempuan kepala keluarga sesuai kondisi yang dialami. Hal ini dapat dilihat dari komponen *self efficacy*, yaitu:

1. *Magnitude*, yaitu komponen yang berkaitan dengan kesulitan tugas.

Menilik peran ganda perempuan kepala keluarga, tugas yang diemban

dapat dikatakan cukup berat, karena harus memerankan peran domestik (mengurus rumah tangga dan mengasuh anak), peran publik (bekerja dan mencari nafkah), dan peran sosial sebagai anggota masyarakat. Setiap perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan yang menjadi informan memiliki kesulitan tugas yang hampir sama, yaitu meliputi aspek psikologis, ekonomi, pengasuhan, dan aktivitas sosial. Ibu Lina merasakan kesulitan tugas dalam mengatur kondisi emosional dan ekonomi, akan tetapi Ibu Lina memiliki keyakinan untuk bisa menghadapi kesulitan tugas tersebut karena adanya motivasi dari anak-anaknya.<sup>2</sup> Kesulitan dalam aspek psikologis dan ekonomi juga dialami Ibu Sita semenjak meninggalnya suami. Bahkan, Ibu Sita harus menghadapi situasi anak-anak yang merasakan kesedihan mendalam. Akan tetapi, Ibu Sita memiliki keyakinan untuk mampu beradaptasi dengan keadaan tersebut sebab dirinya yakin Allah SWT. tidak akan menguji di luar batas kemampuan umat-Nya.<sup>3</sup> Kemudian, selain mengalami kesulitan dalam aspek ekonomi dan psikologis, Ibu Nana mengalami kesulitan tugas yang cukup kompleks pada aspek pengasuhan dan sosial. Kesulitan pada aspek pengasuhan dirasakan ketika anak-anak ikut mengalami beban psikologis sepeninggal sosok ayah mereka. Sementara, kesulitan pada aspek sosial dirasakan ketika dirinya tetap dibebani kewajiban sebagai anggota masyarakat sedangkan Ibu Nana mengalami beban ganda. Akan tetapi, Ibu Nana memiliki keyakinan untuk bisa menghadapi kondisi tersebut karena anak-

---

<sup>2</sup> Ibu Lina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>3</sup> Ibu Sita (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

anak menjadi motivasi utama. Selain itu, Ibu Nana menyadari kehidupan harus tetap berjalan, jika tidak akan dicemooh orang lain.<sup>4</sup> Begitupun dengan Ibu Sri, dirinya mengalami kesulitan dalam aspek ekonomi, psikologis, dan pengasuhan, tetapi dirinya memiliki keyakinan dan optimis bisa menjalani semua tanggung jawabnya sendiri, mengingat mencari pasangan baru bukanlah solusi yang tepat baginya saat ini.<sup>5</sup> Berbeda dengan informan sebelumnya, Ibu Dewi dan Ibu Dina tidak mengalami kesulitan ekonomi. Ibu Dewi menyatakan bahwa dirinya sudah terbiasa dengan peran ganda sejak sebelum bercerai dengan suaminya. Tetapi, Ibu Dewi merasakan kesulitan tugas dalam aspek psikologis, karena merasa minder jika pemahaman keluarga sakinah hanya diperuntukkan bagi keluarga yang anggotanya lengkap, sementara dirinya *single parent*. Akan tetapi, Ibu Dewi memiliki keyakinan untuk bisa membina keluarga sakinah.<sup>6</sup> Ibu Dina juga tidak merasakan kesulitan ekonomi karena dirinya memiliki pekerjaan tetap, tetapi merasakan kesulitan tugas dalam aspek pengasuhan. Dalam hal ini, Ibu Dina memiliki keyakinan untuk menghadapi kesulitan tersebut karena merasa diberi amanah dari Allah SWT.<sup>7</sup>

2. *Generality*, yaitu komponen yang berkaitan dengan luas bidang tugas disertai keyakinan individu bahwa dia mampu menyelesaikan tugas tersebut. Semua perempuan kepala keluarga yang menjadi informan di

---

<sup>4</sup> Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>5</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>6</sup> Ibu Dewi (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>7</sup> Ibu Dina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

Kelurahan Sidoharjo Pacitan mengemban luas tugas yang hampir sama meliputi peran reproduktif dengan mengurus rumah tangga dan pengasuhan anak, peran produktif sebagai pencari nafkah, dan peran sosial yaitu sebagai anggota masyarakat. Ibu Lina menjalankan peran reproduktif dengan berperan sebagai pengelola rumah tangga dan mengasuh anak. Peran produktif dilakukan Ibu Lina dengan bekerja sebagai karyawan pabrik untuk mencari nafkah. Sementara peran sosial, Ibu Lina mengikuti kegiatan sosial sebagai masyarakat pada umumnya. Begitupun dengan Ibu Sita, dirinya menjalankan peran reproduktif dengan mengurus rumah tangga. Sebelum menjadi kepala keluarga, Ibu Sita tidak menjalankan peran produktif karena dirinya tidak bekerja. Akan tetapi, ketika berperan menjadi kepala keluarga, Ibu Sita juga melakukan peran produktif karena dia akhirnya bekerja untuk mencari nafkah sepeninggal suami. Sementara, terkait peran sosial Ibu Sita tetap bersosialisasi dengan lingkungan seperti biasanya. Kemudian, Ibu Nana pun menanggung beban ganda. Pada aspek reproduktif, Ibu Nana berperan mengelola urusan rumah tangga dan mengasuh anak. Dalam proses pengasuhan, Ibu Nana memberikan motivasi kepada anak dan terkadang melakukan rekreasi untuk menghibur anak. Sementara, peran produktif dilakukan dengan bekerja baik pekerjaan pokok maupun pekerjaan tambahan. Akan tetapi, Ibu Nana mengalami beban dalam peran sosial karena dirinya memiliki kewajiban yang lebih berat sebagai kepala keluarga dalam hal pergaulan sosial. Beban ganda juga dialami Ibu Sri dan Ibu Dewi. Secara umum, keduanya menjalani

peran reproduktif dengan mengurus tata kelola rumah tangga dan pengasuhan anak. Akan tetapi, dalam peran sosial, Ibu Sri dan Ibu Dewi yang mengalami cerai hidup cenderung menarik diri dari pergaulan sosial. Sikap ini disebabkan karena adanya stigma dan cibiran bahwa orang yang bercerai itu tidak baik. Bahkan, Ibu Dewi merasa terpinggirkan dengan adanya pemahaman bahwa hanya keluarga yang strukturnya lengkap yang dapat membina keluarga sakinah. Sementara, dirinya mengalami keadaan sebagai *single parent*. Berbeda dengan Ibu Dina, dirinya juga menanggung peran ganda dalam mengelola rumah tangga, mencari nafkah, dan mengasuh anak. Dalam perannya sebagai kepala keluarga, dirinya mengaku dapat mengikuti kegiatan sosial. Ketika berhadapan dengan situasi tersebut, para perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan terutama yang menjadi informan tetap memiliki keyakinan bahwa semua itu bisa mereka laksanakan. Maka tingkat *self efficacy* pada perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan dapat dikatakan cukup tinggi.

3. *Strength*, yaitu komponen yang berkaitan dengan kemantapan dan kekuatan seseorang terhadap keyakinannya untuk bisa menyelesaikan tugas. Perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan yang menjadi informan terlihat memiliki kemantapan untuk bisa menyelesaikan semua tugas dan perannya dengan baik karena memiliki sumber keyakinan tertentu yang berbeda-beda. Sumber keyakinan tersebut ada yang berasal dari kehadiran anak-anak yang menjadi motivasi seperti yang diungkapkan



Ibu Lina, Ibu Sita, Ibu Sri, dan Ibu Nana. Keyakinan juga dapat berasal dari kemampuan beradaptasi dan keyakinan bahwa Allah SWT. tidak akan membebani di luar batas kemampuan umat-Nya, seperti yang diungkapkan oleh Ibu Sita. Selain itu, keyakinan juga dapat bersumber dari dukungan saudara dan tetangga seperti yang dialami Ibu Dina. Selain itu, Ibu Dewi memiliki keyakinan karena dirinya sudah terbiasa menjalani peran ganda sejak belum bercerai dengan suami.

Kemudian, tumbuhnya *self efficacy* berasal dari pembelajaran dan pengembangan empat sumber informasi, yaitu: pengalaman keberhasilan, permodelan sosial, persuasi sosial, dan kondisi serta emosi (*psychological and emotional states*).<sup>8</sup> Bahkan, berdasarkan hasil wawancara dengan para informan, kondisi emosi juga dipengaruhi aspek spiritual yang ditunjukkan dengan pemahaman nilai-nilai agama. Dalam konteks perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, tumbuhnya efikasi diri pada mereka secara umum berasal dari kondisi dan emosi yang dialami, persuasi sosial, dan pengalaman keberhasilan. Ibu Lina, Ibu Sita, Ibu Nana, dan Ibu Sri memiliki sumber efikasi diri yang hampir sama yaitu kondisi dan emosi yang dihadapi. Setelah mereka kehilangan sosok suami baik karena perceraian maupun kematian, peran-peran dalam keluarga berpindah ke pundak mereka sehingga mereka mengalami beban ganda baik pada ranah domestik, ranah publik, maupun ranah sosial, sehingga mengalami tekanan fisik dan emosional. Namun, hal ini justru menumbuhkan *self efficacy* dalam diri

---

<sup>8</sup> Fitriyani, dkk., *Menanamkan Efikasi Diri dan Kestabilan Emosi*, 5-12.

perempuan kepala keluarga, sehingga memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu melakukan peran-peran tersebut dengan baik demi tercapainya tujuan keluarga. Sementara itu, tumbuhnya efikasi diri pada Ibu Dewi berasal dari pengalaman keberhasilan, sebab Ibu Dewi telah berperan ganda sejak dia belum bercerai dengan suami. Sehingga, pasca bercerai Ibu Dewi yakin tetap bisa melaksanakan peran ganda dengan baik dalam rangka membina keluarga sakinah. Berbeda dengan Ibu Dina, efikasi diri yang dia miliki berasal dari persuasi sosial berupa dukungan dari saudara dan tetangga. Sementara itu, tumbuhnya efikasi diri dari aspek spiritual dialami oleh Ibu Lina, Ibu Sita, dan Ibu Dina. Ibu Lina mengatasi kondisi emosional dengan mendekati diri kepada Allah SWT sehingga timbul keyakinan untuk mampu melewati kesulitan yang ada. Begitu juga dengan Ibu Sita yang meyakini bahwa Allah SWT. tidak akan membebani umat-Nya melebihi kemampuannya. Kemudian, Ibu Dina meyakini bahwa ujian yang dialami merupakan bukti amanah dan kepercayaan yang diberikan Allah SWT. kepada dirinya. Sehingga, Ibu Dina memiliki keyakinan untuk mampu melewati kesulitan yang dilewati.

Setiap keluarga tentunya mendambakan keluarga yang sakinah, begitupun keluarga dengan struktur orang tua tunggal (*single parent*) dalam hal ini perempuan kepala keluarga. Dalam membina keluarga sakinah, perempuan kepala keluarga berperan melaksanakan fungsi-fungsi keluarga. Menurut analisis *self efficacy*, perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan memiliki keyakinan untuk bisa melaksanakan fungsi-fungsi keluarga guna membina keluarga sakinah. Dimensi keluarga sakinah sebagai

perwujudan pelaksanaan fungsi-fungsi keluarga meliputi aspek spiritual, material, batiniah, dan sosial. Aspek spiritual berkaitan dengan ketaatan dan peribadatan kepada Allah SWT yang mana disebut fungsi religius. Aspek material berkaitan dengan pemenuhan sandang, pangan, dan papan yang cukup yang mana disebut fungsi ekonomi dan fungsi proteksi. Aspek batiniah berkaitan dengan pemenuhan cinta, kasih sayang, kedamaian, dan manajemen konflik yang baik. Aspek ini mengejawantahkan fungsi rekreasi, fungsi biologi, dan fungsi edukasi. Terakhir, aspek sosial berkaitan dengan hubungan keluarga dengan sesama dan lingkungan sekitar yang mana disebut fungsi sosialiasi.

Mengingat luasnya dimensi keluarga sakinah yang hendak dibina suatu keluarga, *self efficacy* menjadi konsep yang relevan untuk diterapkan oleh anggota keluarga terutama kepala keluarga. Terlebih, perempuan kepala keluarga yang harus berperan ganda dalam berbagai aspek, maka diperlukan keyakinan yang tinggi bahwa mereka mampu melaksanakan fungsi-fungsi keluarga dalam membina keluarga sakinah.

Sementara itu, menurut Albert Bandura proses psikologis *self efficacy* dalam mempengaruhi fungsi manusia terdiri dari beberapa tahapan: yaitu proses kognitif, proses motivasi, proses afeksi, dan proses seleksi.<sup>9</sup> Proses-proses ini pula yang dialami perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan hingga sampai pada keyakinan dan mampu menentukan sikap dalam menghadapi hambatan-hambatan ketika membina keluarga

---

<sup>9</sup> Bandura, Albert, "Self-Efficacy", *Encyclopedia of Human Behavior*, (1994), 4.

sakinah. Adapun analisis proses psikologis *self efficacy* terhadap peran perempuan kepala keluarga dalam menghadapi beragam hambatan ketika membina keluarga sakinah, yaitu sebagai berikut.

#### 1. Proses Kognitif

Proses kognitif ialah proses dimana tumbuhnya *self efficacy* berawal dari pengetahuan dan pemikiran individu sehingga bisa mengarahkan perilaku untuk mencapai tujuan tertentu. Pengetahuan dan pemikiran dalam konteks perempuan kepala keluarga ialah tentang pembinaan keluarga sakinah, sebab hal ini merupakan tujuan utama dari pembinaan keluarga yang dilakukan setiap kepala keluarga. Berangkat dari makna keluarga sakinah, semua perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan yang menjadi informan sepakat bahwa makna keluarga sakinah tidak harus memiliki anggota keluarga yang utuh dan lengkap. Artinya, pemaknaan mereka mengakomodasi keluarga dengan struktur orang tua tunggal. Sebagai inti dari proses kognitif *self efficacy*, pemaknaan keluarga sakinah menurut para perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan ini merupakan pemikiran sekaligus tujuan yang mengarahkan perilaku mereka guna mencapai tujuan keluarga sakinah.

Secara umum, pemaknaan keluarga sakinah menurut perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan intinya hampir sama yaitu keluarga yang dibangun dengan pemenuhan kebutuhan ekonomi, hubungan yang baik kepada Allah SWT diimbangi hubungan baik

dengan sesama, adanya ketentraman, ketenangan, serta kedamaian dalam keluarga yang berasal dari rasa saling menyayangi, meskipun struktur anggota keluarga tidak selalu lengkap. Pemaknaan ini sama persis dengan makna keluarga sakinah menurut Ibu Sita.<sup>10</sup> Maka, dapat dipahami bahwa dengan pemaknaan kriteria keluarga sakinah tersebut yang menjadi arahan bagi Ibu Sita dalam pembinaan keluarga sakinah sekaligus sebagai tujuan keluarga yang hendak dicapai.

Selain pemaknaan di atas, menurut Ibu Lina, keluarga dengan struktur orang tua tunggal tetap memiliki peluang untuk membina keluarga sakinah melalui usaha melanjutkan ketentraman dan kedamaian yang pernah dijalin dahulu ketika keluarganya masih utuh dan suami belum meninggal.<sup>11</sup> Maka, pemaknaan tersebut merupakan pemahaman sekaligus tujuan yang mengarahkan Ibu Lina dalam pembinaan keluarga menuju keluarga yang sakinah. Pemaknaan senada juga disampaikan Ibu Nana, akan tetapi dirinya menambahkan kriteria bahwa ibu harus memiliki kemampuan berperan sebagai ayah untuk anak-anak setelah sosok ayah dalam keluarganya tiada.<sup>12</sup> Kemampuan berperan ganda menurut Ibu Nana dapat dipahami sebagai pedoman sekaligus tujuan pembinaan keluarga.

Selain hampir sama dengan pemaknaan keluarga sakinah sebelumnya, Ibu Sri juga mensyaratkan adanya pengelolaan masalah dengan baik agar dapat mencegah konflik berkepanjangan dalam

---

<sup>10</sup> Ibu Sita (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>11</sup> Ibu Lina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>12</sup> Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.



keluarga.<sup>13</sup> Dapat dipahami bahwa Ibu Sri hendak membina keluarga sakinah sesuai dengan pemaknaan yang disampaikan yaitu dapat membina keluarga yang rukun, dan pemenuhan kebutuhan sandang, pangan, papan, disertai pengelolaan konflik yang baik.

Sementara, Ibu Dewi mensyaratkan tidak adanya kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) baik fisik maupun psikis sebagai kriteria keluarga sakinah.<sup>14</sup> Artinya, Ibu Dewi ingin membina keluarga sesuai dengan pemaknaan keluarga sakinah yang dia sampaikan, yaitu keluarga yang dihiasi ketentraman, saling menyayangi antar anggota keluarga, didukung kualitas ibadah kepada Allah SWT. yang baik, anak memiliki pemahaman agama yang baik, hubungan rukun dengan tetangga, dan kebutuhan tercukupi serta keluarga yang nir KDRT. Lalu, Ibu Dina mensyaratkan adanya kemampuan seorang ibu untuk berperan ganda baik sebagai ayah maupun ibu bagi anak-anak dalam keadaan struktur orang tua tunggal.<sup>15</sup> Dapat dipahami bahwa pemaknaan keluarga sakinah menurut Ibu Dina sebagai keluarga yang membina ketaatan beribadah kepada Allah SWT, terciptanya keharmonisan, adanya rasa saling menyayangi, anak-anak berbakti dan saleh, juga hubungan baik dengan saudara dan tetangga, merupakan arahan sekaligus tujuan yang hendak dicapai oleh Ibu Dina ketika membina keluarga.

Para perempuan kepala keluarga sebagai informan menyatakan bahwa keluarga sakinah ialah keluarga yang tentram, saling menyayangi,

---

<sup>13</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>14</sup> Ibu Dewi (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>15</sup> Ibu Dina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

taat beribadah, hubungan sosial yang baik dengan tetangga dan saudara, anak-anak saleh dan bahagia, aman dari KDRT, manajemen konflik yang baik, dan ekonomi tercukupi. Dalam keadaan orang tua tunggal, maka perempuan kepala keluarga yang akan berperan ganda sebagai ayah dan ibu untuk anak-anak agar fungsi keluarga dapat terlaksana.

Proses kognitif yang terjadi berupa pemahaman dan pengetahuan tentang makna dan kriteria keluarga sakinah sebagai tujuan keluarga yang ingin dicapai. Dari pemaknaan keluarga sakinah yang tidak mensyaratkan keutuhan keluarga di atas menurut informan dari perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, menunjukkan adanya keyakinan dari perempuan kepala keluarga sebagai *single parent* untuk dapat membina keluarga sakinah sesuai pemaknaan yang mereka ketahui, sehingga mendorong perempuan kepala keluarga untuk memiliki kemampuan efikasi diri.

## 2. Proses Motivasi

Yaitu proses timbulnya dorongan dari dalam diri sehingga memiliki sikap optimis yang memandu perilaku individu agar dapat mewujudkan tujuan yang diharapkan. Sebagian besar motivasi individu dihasilkan dari proses kognitif.

Dalam konteks perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, maka *self efficacy* pada mereka berawal dari proses kognitif dimana mereka mengetahui dan memahami makna keluarga sakinah dan menjadikan keluarga sakinah sebagai tujuan pembinaan keluarganya.

Sehingga, timbul keyakinan yang mendasari munculnya motivasi dan sikap optimis.

Dari pemaknaan keluarga sakinah menurut perempuan kepala keluarga, dapat dipahami bahwa ada sumber-sumber motivasi yang menjadikan mereka memiliki keyakinan untuk bisa menjalankan peran sebagai kepala keluarga. Adapun, sumber-sumber motivasi tersebut ialah: (1) Ibu Lina memaknai keluarga sakinah yang dimaksud dalam keluarga *single parent* merupakan keberlanjutan dari kedamaian dan ketentraman keluarga saat masih bersama suami;<sup>16</sup> (2) Ibu Lina, Ibu Nana, dan Ibu Sita memiliki sumber motivasi dari adanya harapan untuk mewujudkan kebahagiaan bagi anak-anak;<sup>17</sup> (3) Ibu Sita dan Ibu Dina memiliki sumber motivasi dari sandaran spiritual yaitu keyakinan bahwa Allah SWT., tidak menguji di luar batas kemampuan umat-Nya, dan justru merasa diberikan amanah dari Allah SWT. untuk membesarkan anak sendirian; (4) Ibu Sri dan Ibu Dewi berpandangan bahwa bagi *single parent* karena cerai hidup, keluarga yang utuh belum menjamin terciptanya keluarga yang sakinah.<sup>18</sup>

Dapat dipahami bahwa sumber-sumber motivasi setiap perempuan kepala keluarga yang menjadi informan di Kelurahan Sidoharjo Pacitan berbeda-beda. Motivasi tersebut ada yang berasal dari kehadiran anak-

---

<sup>16</sup> Ibu Lina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>17</sup> Ibu Lina (nama samaran), Ibu Nana (nama samaran), dan Ibu Sita (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>18</sup> Ibu Sri (nama samaran), dan Ibu Dewi (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

anak, aspek spiritual dan nilai-nilai agama, dan sikap optimis untuk melanjutkan harapan membina keluarga sakinah.

### 3. Proses Afeksi

Yaitu kepercayaan individu dalam kemampuan mengatasi masalah atau rintangan mereka, yang dapat memengaruhi seberapa banyak stres dan depresi yang individu alami dalam situasi yang sulit. Dalam konteks perempuan kepala keluarga, penting bagi mereka untuk mengetahui dan memahami permasalahan dalam membina keluarga sakinah.

Berdasarkan hasil penggalan data dengan enam informan sebagai perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, hambatan yang dialami dalam melaksanakan fungsi-fungsi keluarga dalam membina keluarga sakinah di antaranya: (1) Beban ekonomi yang dialami Ibu Lina, Ibu Sita, Ibu Sri, dan Ibu Nana;<sup>19</sup> (2) Beban psikologis berupa rasa kehilangan, kesedihan, krisis emosional, frustrasi, bingung, dan seterusnya yang dialami oleh semua perempuan kepala keluarga yang menjadi informan; (3) Adanya stigma dan cibiran bahwa *single parent* yang disebabkan perceraian dianggap orang yang tidak baik dan gagal berumah tangga, seperti yang dialami Ibu Sri dan Ibu Dewi; (4) Keadaan psikologis anak yang merasakan kesedihan pasca ketiadaan sosok ayah, yang dialami oleh Ibu Lina, Ibu Sita, Ibu Nana, dan Ibu Dina.

---

Hambatan-hambatan yang dialami perempuan kepala keluarga di atas tentu saja menimbulkan dampak-dampak bagi keberlangsungan keluarga, maupun pelaksanaan peran dan fungsi sebagai kepala keluarga. Adapun dampak-dampak yang dialami perempuan kepala keluarga akibat adanya hambatan tersebut di antaranya: (1) Kesulitan ekonomi dan memiliki banyak hutang seperti yang dialami Ibu Lina, Ibu Nana, Ibu Sita, dan Ibu Sri; (2) Peran terbengkalai sehingga tidak dapat hidup normal karena ada fungsi keluarga yang belum terlaksana yang dialami hampir semua perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan; (3) Beban psikologis pada anak-anak yang dialami Ibu Lina, Ibu Nana, Ibu Sita, dan Ibu Dina; (4) Kelelahan yang berarti baik fisik maupun pikiran dan kesulitan membagi waktu yang dialami Ibu Sri dan Ibu Nana; (5) Munculnya perasaan minder dan tidak percaya diri karena dianggap gagal bagi perempuan *single parent* akibat cerai hidup, yang dialami Ibu Sri dan Ibu Dewi.

Dengan menyadari dan memahami apa saja hambatan-hambatan yang dialami dalam melaksanakan peran dan fungsi keluarga beserta dampaknya, menurut proses afeksi perempuan kepala keluarga dapat mengukur kemampuan diri untuk bisa mengatasi permasalahan yang ada dengan mengendalikan kecemasan dan perasaan stres akibat permasalahan tersebut. Proses afeksi pula yang menjadikan perempuan kepala keluarga berproses dalam pengambilan keputusan untuk



menentukan sikap guna menghadapi hambatan yang dialami sebelum merumuskan upaya mengatasinya.

Proses afeksi yang diterapkan oleh para perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan yang menjadi informan dilakukan sesuai kemampuan dan permasalahan yang dihadapi. Kendala ekonomi yang dialami Ibu Lina segera diatasi dengan mengatur kembali tata kelola keuangan diimbangi dengan mencari pekerjaan tambahan. Tidak jauh berbeda dengan Ibu Lina, Ibu Sita yang semula tidak bekerja segera berusaha mencari pekerjaan agar dirinya memiliki penghasilan. Begitupun dengan Ibu Nana, ketika penghasilan dari buruh pabrik tidak mencukupi, dirinya mencari pekerjaan sampingan dengan berjualan *online* untuk memenuhi kebutuhan. Sementara Ibu Sri mengatasi kendala ekonomi dengan semangat bekerja keras tanpa mencari pekerjaan tambahan.

Sementara beban psikologis yang dirasakan para perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan diatasi dengan cara menata kondisi emosional. Ibu Lina, Ibu Nana, Ibu Sri, dan Ibu Dewi mengatasi hambatan psikologis dengan menyadari bahwa ada anak-anak sebagai motivasi utama sehingga tumbuh keyakinan bahwa mereka mampu mengatasi keadaan tersebut. Sementara, Ibu Sita dan Ibu Dina meyakini bahwa Allah SWT tidak akan menguji di luar batas kemampuan umat-Nya.

#### 4. Proses Seleksi

Yaitu proses yang berkaitan dengan kemampuan individu untuk menyeleksi tingkah laku dan lingkungan yang tepat guna mencapai tujuan yang diharapkan. Jika individu tidak mampu memilah tingkah laku yang tepat, akibatnya individu dapat mengalami rasa tidak percaya diri, bingung, dan mudah menyerah dalam menghadapi beragam persoalan.

Dalam konteks perempuan kepala keluarga, setelah memahami makna sakinah, hambatan, dan dampaknya bagi keluarga, saatnya perempuan kepala keluarga menentukan sikap dalam menghadapi keadaan tersebut. Menurut proses seleksi, individu dalam proses ini akan menyaring tingkah laku dan lingkungan yang tepat dalam menghadapi persoalan yang ada. Hal ini sesuai dengan tindakan perempuan kepala keluarga yang akhirnya mengambil sikap dan menentukan tindakan selanjutnya untuk mengatasi masalah atau hambatan yang ada.

Berdasarkan hasil penggalian data, sikap-sikap perempuan kepala keluarga dalam menghadapi hambatan ketika membina keluarga sakinah yaitu: (1) Ibu Lina mulai tumbuh keyakinan untuk menghadapi keadaan tersebut karena anak memerlukan sosok yang kuat, meskipun awalnya merasa terpuruk;<sup>20</sup> (2) Ibu Sita memiliki keyakinan untuk bisa beradaptasi dan yakin pasti ada jalan keluar, karena Allah SWT tidak mungkin menguji umatnya di luar batas kemampuan umat-Nya;<sup>21</sup> (3) Ibu Nana memiliki semangat untuk bangkit dari keterpurukan karena

---

<sup>20</sup> Ibu Lina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>21</sup> Ibu Sita (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

kehadiran anak-anak yang menjadi tanggung jawabnya. Kehidupan harus tetap berjalan, jika tidak maka khawatir dicemooh orang lain;<sup>22</sup> (4) Ibu Sri berusaha yakin, kuat, dan optimis bahwa dirinya bisa menjalani peran sebagai kepala keluarga dan bisa membesarkan anak-anak walaupun sendiri;<sup>23</sup> (5) Ibu Dewi memiliki keyakinan bahwa mereka bisa membangun keluarga bahagia;<sup>24</sup> (6) dan Ibu Dina menyadari bahwa kesedihan berlarut-larut akan membuat tanggung jawab tidak terlaksana dengan baik. Sehingga, ada semangat untuk keluar dari kesedihan. Bahkan, muncul pemikiran bahwa jika diberi ujian ini berarti diberi kepercayaan oleh Allah dan diamanahi membesarkan anak sendiri.<sup>25</sup>

Menilik sikap-sikap perempuan kepala keluarga dalam menghadapi hambatan ketika membina keluarga sakinah beserta dampaknya di atas, apabila dianalisis dari proses seleksi maka menunjukkan adanya proses pemilihan tingkah laku yang didasari keadaan tertentu dan motivasi tertentu guna mencapai tujuan. Ibu Lina menyatakan bahwa tumbuhnya keyakinan untuk menghadapi keadaan tersebut karena anak memerlukan sosok yang kuat, meskipun awalnya merasa terpuruk. Maka, dapat dipahami bahwa Ibu Lina yang awalnya merasa terpuruk telah melakukan seleksi terhadap tingkah laku dan sikap yang akan diambil untuk menghadapi keadaan bahwa dirinya berperan sebagai kepala keluarga dengan beragam persoalan. Proses seleksi sikap dan tingkah

---

<sup>22</sup> Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

<sup>23</sup> Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>24</sup> Ibu Dewi (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

<sup>25</sup> Ibu Dina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

laku Ibu Lina didasari motivasi bahwa anak-anaknya memerlukan sosok ibu yang kuat, sehingga dia akhirnya memilih untuk keluar dari keterpurukan dan menumbuhkan keyakinan bahwa dirinya bisa mengatasi hambatan yang ada dalam membina keluarga.

Sementara, Ibu Sita memiliki keyakinan untuk bisa beradaptasi dan ada jalan keluar, karena Allah SWT tidak mungkin menguji umat-Nya di luar batas kemampuannya. Maka, dapat dipahami bahwa sikap Ibu Sita telah melakukan proses seleksi terhadap keadaan yang dialami sehingga timbul keyakinan untuk bisa beradaptasi dan menemukan jalan keluar. Adaptasi ini dilakukan dari yang semula tidak menjadi pencari nafkah utama hingga menjadi tulang punggung keluarga, yang semula tidak menjadi kepala keluarga hingga menjadi kepala keluarga, yang semula mendidik anak bersama-sama hingga mendidik anak sendirian. Selain itu, proses seleksi yang dilakukan oleh Ibu Sita didasari motivasi bahwa Allah SWT tidak akan memberi ujian di luar batas kemampuan umat-Nya, sehingga keyakinan untuk mampu menjalani kehidupan dengan beragam hambatan semakin meningkat.

Selanjutnya, Ibu Nana menyatakan bahwa dirinya memiliki semangat untuk bangkit dari keterpurukan karena kehadiran anak-anak yang menjadi tanggung jawabnya. Selain itu, kehidupan harus tetap berjalan, jika tidak, maka khawatir dicemooh orang lain. Dapat dipahami bahwa sikap Ibu Nana telah menunjukkan adanya proses seleksi tingkah laku dalam menghadapi hambatan dalam membina keluarga sakinah. Ibu

Nana memilih untuk bangkit dari keterpurukan didasari motivasi kehadiran anak-anak yang menjadi tanggung jawabnya. Selain itu, pilihan sikap Ibu Nana untuk semangat dan bangkit juga didasari motivasi bahwa kehidupan harus terus berjalan disertai adanya kekhawatiran mendapat cemoohan dari lingkungan sekitar apabila kehidupannya terus terpuruk.

Hampir sama dengan informan lainnya, Ibu Sri menyatakan bahwa dirinya memiliki keyakinan dan sikap optimis dalam menghadapi hambatan ketika menjadi kepala keluarga. Maka, dapat dipahami bahwa sikap Ibu Sri telah melakukan proses seleksi terhadap tingkah laku yang akan dilakukan dalam menghadapi hambatan ketika menjalani peran sebagai kepala keluarga. Ibu Sri yang memilih untuk yakin, kuat, dan optimis didasari motivasi bahwa banyak tanggung jawab yang ditanggung terutama membesarkan anak-anak, sehingga dirinya lebih memilih untuk keluar dari kesedihan yang dirasakan.

Ibu Dewi sebagai *single parent* akibat bercerai dengan suami menyatakan bahwa dirinya memiliki keyakinan bisa membangun keluarga bahagia bersama anak-anak meskipun keluarganya tidak utuh. Maka, dapat dipahami bahwa Ibu Dewi telah melakukan proses seleksi terhadap keadaan yang dialami, sehingga dirinya memilih untuk yakin bahwa bisa membangun keluarga sakinah. Pilihan ini didasari motivasi bahwa dirinya dahulu pernah gagal membina keluarga yang berakibat perceraian, sehingga dirinya memiliki pandangan bahwa untuk mencapai



sakinah tidak harus keluarga yang utuh, sebab keluarga yang utuh sekalipun belum ada jaminan bisa benar-benar membina keluarga sakinah.

Terakhir, Ibu Dina menyatakan bahwa dirinya menyadari bahwa kesedihan berlarut-larut akan membuat tanggung jawab tidak terlaksana dengan baik. Sehingga, ada semangat untuk keluar dari kesedihan. Bahkan muncul pemikiran bahwa jika diberi ujian ini, berarti diberi kepercayaan oleh Allah dan diamanahi membesarkan anak sendiri. Maka, dapat dipahami bahwa sikap Ibu Dina telah melalui proses seleksi terhadap kondisi kehidupan yang telah dialami, yaitu berawal dari kesadaran bahwa kesedihan yang berkepanjangan akan membuat tanggung jawab tidak terlaksana dengan baik, sehingga dirinya memilih semangat untuk keluar dari kesedihan. Pilihan sikap Ibu Dina tidak terlepas dari motivasi bahwa jika dirinya diberi ujian seperti itu, berarti diberi amanah oleh Allah SWT untuk membesarkan dan mendidik anak-anak walaupun seorang diri.

Berdasarkan uraian analisis di atas, dapat dipahami bahwa sikap perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan dalam menghadapi hambatan-hambatan ketika membina keluarga sakinah, melewati proses dari proses kognitif, proses motivasi, proses afeksi, dan proses seleksi. Keempat proses tersebut merupakan serangkaian proses psikologis pada *self efficacy*.

Konsep *self efficacy* memiliki keterkaitan yang kuat dengan tujuan pembinaan keluarga sakinah. Karena tumbuhnya keyakinan yang baik akan mendorong timbulnya motivasi yang dapat mendorong perempuan kepala keluarga untuk menemukan upaya-upaya yang tepat dalam pelaksanaan fungsi-fungsi keluarga. Keterkaitan ini terlihat dari empat proses psikologis *self efficacy* mulai dari proses kognitif, motivasi, afeksi, dan seleksi. Proses kognitif sebagai proses dasar yang mensyaratkan adanya pengetahuan dan pemahaman tentang kriteria dan pemaknaan keluarga sakinah. Hasil wawancara menunjukkan bahwa perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan terutama yang menjadi informan telah memiliki pemahaman yang memadai tentang makna keluarga sakinah. Pemaknaan ini kemudian menjadi motivasi bagi perempuan kepala keluarga bahwa mereka harus membina keluarga sakinah meskipun strukturnya sebagai orang tua tunggal. Tumbuhnya motivasi ini menunjukkan adanya proses motivasi yang didasari semangat membina keluarga sakinah di tengah keterbatasan struktur keluarga yang tidak lengkap.

Tumbuhnya keyakinan pada perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan tidak berhenti pada proses kognitif dan motivasi, tetapi berlanjut pada proses afeksi. Proses ini dilalui dengan adanya kesadaran perempuan kepala keluarga bahwa dalam pembinaan keluarga sakinah, mereka mengalami beragam hambatan dalam aspek ekonomi, beban psikologis, dan pengasuhan. Maka, mereka akhirnya terdorong untuk melakukan upaya untuk mengatasi persoalan tersebut. Perempuan kepala

keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan mulai memilih perilaku yang tepat guna mengatasi hambatan yang dialami, yang mana proses ini disebut proses seleksi. Dengan rangkaian proses yang menumbuhkan keyakinan perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, membuktikan bahwa konsep *self efficacy* relevan dengan pembinaan keluarga sakinah.

#### **B. Analisis *Coping Stress* terhadap Upaya Perempuan Kepala Keluarga ketika Mengatasi Hambatan dalam Membina Keluarga Sakinah di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan**

Menurut Lazarus, *coping stress* merupakan usaha secara kognitif dan perilaku untuk mengatasi, mengurangi, dan tahan terhadap tuntutan-tuntutan.<sup>26</sup> Selain itu, *coping stress* juga diartikan sebagai usaha untuk mengendalikan dan memahami ancaman yang menimbulkan stres.<sup>27</sup>

Dalam konteks perempuan kepala keluarga yang mengalami beragam persoalan dan hambatan dalam membina keluarga sakinah, usaha untuk mengurangi dan mengatasi ancaman stres dan tekanan sangat penting untuk diterapkan. Berdasarkan hasil wawancara dengan enam informan selaku perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, dalam mengatasi persoalan dan hambatan dalam membina keluarga sakinah, mereka melakukan beragam upaya untuk mengatasi hambatan tersebut.

*Coping stres* sebagai usaha mengatasi ancaman stres sendiri terdiri dari tiga unsur yaitu: *coping respond*, *coping goal*, dan *coping out come*. Dalam

---

<sup>26</sup> Triantoro Safaria & Nofran Eka, *Manajemen Emosi Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda* (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2012), 96.

<sup>27</sup> Abdul Nasir & Abdul Muhith, *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa* (Jakarta: Salemba Medika, 2011), 3.

konteks perempuan kepala keluarga, ketiga konsep ini dapat digunakan untuk memahami peran perempuan kepala keluarga dalam upaya mengatasi hambatan dan permasalahan dalam membina keluarga sakinah, yaitu sebagai berikut.

### 1. *Coping Respond*

Yaitu perilaku kognitif atau fisik yang terjadi sebagai respon atau tanggapan terhadap ancaman stres yang dipersepsikan atau diarahkan untuk mengubah kejadian yang menyebabkan stres. Dalam konteks perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, setiap informan memiliki cara yang bervariasi dalam menanggapi ancaman stres berupa hambatan dalam membina keluarga akibat berpindahnya peran kepala keluarga kepada diri mereka.

Ibu Lina telah menerapkan *coping respond* pada tiga pokok persoalan utama, yaitu masalah psikologis dan ekonomi. Untuk mengatasi beban psikologis berupa frustrasi, Ibu Lina berusaha mendekatkan diri kepada Allah SWT, memperdalam ilmu agama dengan rajin mengikuti pengajian, dan menjadikan anak-anak sebagai motivasi utama. Kemudian pada masalah ekonomi, Ibu Lina mengatasi dengan bekerja keras disertai mencari pekerjaan tambahan, menata kembali pengelolaan uang dan berperilaku lebih hemat. Selain itu, dalam pengambilan keputusan keluarga, Ibu Lina selalu bermusyawarah bersama anak.

Menilik upaya-upaya yang dilakukan Ibu Lina, dapat dipahami bahwa dirinya telah melakukan *coping respond* untuk mengatasi tekanan

dan ancaman stres karena adanya hambatan dalam membina keluarga sakinah baik hambatan berupa beban psikologis, ekonomi, maupun dalam pelaksanaan fungsi-fungsi keluarga dalam rangka membina keluarga sakinah.

Ibu Sita telah menerapkan *coping respond* pada tiga pokok persoalan utama, yaitu aspek psikologis, ekonomi, dan pengasuhan. Beban psikologis berupa kesedihan, Ibu Sita mengatasinya dengan memperbanyak ibadah, menenangkan diri dan menerima keadaan yang ada. Selain itu, Ibu Sita menjadikan anak-anak sebagai sumber motivasi utama. Pada ranah ekonomi, Ibu Sita mengatasi masalah ekonomi sebab hilangnya sosok suami sebagai tulang punggung keluarga dengan berusaha mencari bekerja sehingga mendapatkan penghasilan. Pada aspek pengasuhan anak, Ibu Sita mengatasi kesedihan pada anak-anak setelah kehilangan ayahnya dengan memberikan motivasi bahwa ayah sudah bahagia di surga Allah SWT., dan suatu saat mereka akan menyusulnya sehingga bisa bersama-sama kembali dalam kebahagiaan yang abadi. Upaya-upaya yang telah dilakukan Ibu Sita di atas, dapat dikategorikan tindakan *coping respond* terhadap hambatan dan persoalan yang dialami Ibu Sita pasca meninggalnya suami.

Ibu Nana dapat dikatakan telah menerapkan *coping respond* pada tiga pokok persoalan utama, yaitu beban psikologis, ekonomi, dan pengasuhan. Beban psikologis diatasi dengan sabar, menerima keadaan, dan banyak bersyukur. Masalah ekonomi diatasi dengan bekerja keras dan



melakukan pekerjaan tambahan untuk meningkatkan penghasilan. Aspek pengasuhan diatasi dengan memberikan motivasi kepada anak-anak, membagi waktu dengan baik dengan prioritas anak, mengajak anak berekreasi untuk menghilangkan kejenuhan dan kesedihan serta belajar tentang kehidupan dan rasa syukur. Upaya-upaya yang telah dilakukan Ibu Nana di atas, dapat dikategorikan tindakan *coping respond* terhadap hambatan dan persoalan yang dialami pasca meninggalnya suami.

Sama dengan Ibu Sita dan Ibu Nana, Ibu Sri telah menerapkan *coping respond* pada tiga pokok persoalan utama, yaitu beban psikologis, aspek ekonomi, dan pengasuhan. Beban psikologis diatasi dengan beribadah, menata perasaan, menerima dengan ikhlas, yakin, dan optimis bahwa keadaan apapun bisa dilalui, belajar mengatasi masalah, dan menjaga diri baik-baik sebagai *single parent* untuk melawan stigma negatif. Ibu Sri mengatasi masalah ekonomi dengan semangat bekerja. Sementara, aspek pengasuhan anak diatasi dengan menjadikan anak-anak sebagai semangat. Upaya-upaya yang telah dilakukan Ibu Sri di atas, dapat dikategorikan tindakan *coping respond* terhadap hambatan dan persoalan yang dialami pasca bercerai dengan suami.

Ibu Dewi telah menerapkan *coping respond* pada tiga pokok persoalan utama, yaitu beban psikologis, ekonomi, dan pengasuhan anak. Beban psikologis diatasi dengan sikap menerima keadaan dan mengatur emosi. Selain itu, Ibu Dewi menghilangkan rasa minder bahwa *single parent* tetap berpeluang membina keluarga sakinah. Aspek ekonomi

diatasi dengan bekerja keras disertai semangat untuk membesarkan anak-anak. Kemudian, masalah pengasuhan yang berupa beban psikologis pada anak, diatasi dengan terus memperbaiki diri agar bisa memberikan teladan bagi anak-anak dan memberikan kasih sayang dengan sebaik-baiknya kepada mereka. Peran Ibu Dewi dalam upaya mengatasi hambatan dan persoalan di atas, merupakan tindakan *coping respond*.

Ibu Dina telah menerapkan *coping respond* pada dua pokok persoalan utama, yaitu beban psikologis dan pengasuhan anak. Beban psikologis, diatasi dengan berdamai dengan diri sendiri, menerima keadaan dan menyadari bahwa ujian ini agar menjadi pribadi yang berkualitas. Selain itu, Ibu Dina mendapat dukungan dari saudara dan keluarga untuk menjalankan peran sebagai kepala keluarga. Aspek pengasuhan, diatasi dengan memberi motivasi kepada anak, bahwa mereka orang terpilih untuk menghadapi ujian tersebut, mendidik anak dengan sabar, memberi kasih sayang lebih serta mengajari anak untuk tabah. Upaya-upaya yang dilakukan Ibu Dina dapat dikategorikan sebagai *coping respond* terhadap hambatan dan persoalan yang terjadi dalam keluarga pasca meninggalnya sosok suami.

## 2. *Coping Goal*

Yaitu tujuan yang ingin dicapai setelah menghilangkan atau mengurangi tingkat ancaman stres dan dapat mengubah ancaman tersebut. Dalam konteks peran perempuan kepala keluarga, terdapat tujuan yang ingin dicapai dibalik upaya mengatasi hambatan dan permasalahan yang

mereka alami. Berdasarkan hasil wawancara kepada enam informan selaku perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, secara umum semua informan memiliki tujuan utama yang sama, yaitu ingin membina keluarga sakinah. Tujuan ini didasari pemaknaan keluarga sakinah menurut perempuan kepala keluarga.

Ibu Lina sebagai *single parent* yang disebabkan meninggalnya suami menyatakan bahwa dirinya memiliki tujuan untuk membina ketentraman dalam keluarga, mewujudkan keluarga sakinah, dan melanjutkan sakinah yang telah dibina ketika suami masih ada.<sup>28</sup> Sakinah menurutnya ialah tentram, aman, hubungan yang dekat pada Allah, hubungan baik dengan sesama, keadaan ekonomi tercukupi, dan dilingkupi rasa saling menyayangi. Maka, dapat dipahami bahwa makna keluarga sakinah yang disebutkan Ibu Lina merupakan *coping goal* dari semua upaya yang dilakukan Ibu Lina untuk mengatasi hambatan dan persoalan yang dialami.

Ibu Sita sebagai perempuan kepala keluarga berusaha mengatasi hambatan dan persoalan yang dialami pasca meninggalnya suami, dengan tujuan agar fungsi-fungsi keluarga dapat terlaksana dengan baik. Sakinah menurutnya ialah keluarga yang penuh kasih sayang dan ekonominya baik, rukun dengan tetangga, dan keadaan anak bahagia. Maka, makna sakinah tersebut dapat dikategorikan sebagai *coping goal* dari semua upaya yang dilakukan Ibu Sita.

---

<sup>28</sup> Ibu Lina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

Ibu Nana pun memiliki *coping goal* yang diilhami dari makna keluarga sakinah menurutnya. Meskipun sebagai perempuan kepala keluarga, dalam mengatasi hambatan dan persoalan yang dialami, dirinya memiliki tujuan untuk melaksanakan fungsi-fungsi keluarga dengan baik dalam rangka membina keluarga sakinah. Sakinah menurutnya ialah tentram, kebutuhan keluarga tercukupi, anak yang saleh, saling menyayangi dan mendukung, dan bisa berperan sebagai ayah untuk anak-anak, serta tak lupa hubungan sosial dengan lingkungan.

Ibu Sri sebagai *single parent* karena perceraian mengatasi hambatan dan permasalahan yang dihadapi dengan tujuan agar dapat membina keluarga sakinah, yaitu keluarga yang diliputi kasih sayang, rukun, bisa mengelola masalah agar tidak cekcok, gotong royong dengan tetangga, dan kebutuhan sandang, pangan, papan tercukupi. Maka, tujuan tersebut dapat dikategorikan sebagai *coping goal* dari semua upaya yang dilakukan Ibu Sri. Kemudian, Ibu Dewi melakukan beragam upaya untuk mengatasi hambatan dan persoalan pasca perceraian dengan suami bertujuan agar dapat membina keluarga yang aman, tentram, saling menyayangi, ibadahnya baik, anak yang saleh, memiliki hubungan yang baik dengan tetangga, dan kebutuhan tercukupi meskipun sebagai *single parent*. Tujuan yang dimiliki Ibu Dewi dalam segala upayanya tersebut, dapat dikatakan sebagai *coping goal* atau tujuan yang hendak dicapai yakni membina keluarga yang sakinah.

Begitupun dengan Ibu Dina melakukan beragam upaya untuk mengatasi hambatan dan persoalan yang muncul semenjak dirinya menjadi perempuan kepala keluarga pasca meninggalnya suami dengan tujuan untuk membina keluarga yang tentram dengan peran ganda sebagai ayah sekaligus ibu untuk anak-anaknya, keluarga yang taat beribadah, harmonis, saling menyayangi, anak-anak berbakti dan saleh, juga hubungan baik dengan saudara dan tetangga.. Tujuan ini dapat dikategorikan sebagai *coping goal* dari semua upaya yang dilakukan untuk mengatasi hambatan dan persoalan yang ada sehingga dapat membina keluarga yang sakinah.

### 3. *Coping Out Come*

Yaitu konsekuensi langsung dari respon *coping*, baik yang positif maupun negatif.<sup>29</sup> Dalam konteks peran perempuan kepala keluarga, upaya *coping* yang dilakukan untuk mengatasi hambatan yang ada dapat menimbulkan dampak bagi keadaan keluarga. Berdasarkan hasil wawancara dengan keenam informan selaku perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, upaya yang mereka lakukan dalam mengatasi hambatan dan permasalahan yang dialami, secara umum menghasilkan dampak positif terhadap keadaan keluarga. Dampak positif ini berasal dari keberhasilan perempuan kepala keluarga dalam mengatasi hambatan dan persoalan yang dialami. Keberhasilan terlihat dari

---

<sup>29</sup> Ibid.,



terlaksananya fungsi-fungsi keluarga dengan baik yang semula mengalami hambatan.

Keberhasilan keluarga Ibu Lina setelah melakukan beragam upaya dalam mengatasi hambatan yang dialami, ialah keluarganya mulai berfungsi dengan normal disertai hadirnya rasa ketenangan dan ketentraman. Keadaan ini ditandai dengan keadaan ekonomi yang mulai membaik dan kebutuhan tercukupi, sehingga bisa dikatakan bahwa rezeki keluarga sudah lancar. Dampak yang dirasakan Ibu Lina dalam keluarganya dapat dikategorikan *coping out come* yang bernilai positif, karena menunjukkan hasil yang positif terhadap berbagai sisi keluarga Ibu Lina. Maka, upaya *coping respond* yang diterapkan Ibu Lina dapat membantu dalam pembinaan keluarga sakinah ditandai dengan mulai berfungsinya dengan baik keadaan psikologis dan ekonomi keluarga.

Dampak positif dalam keluarga juga dirasakan Ibu Sita yang menyatakan bahwa dirinya sudah bisa bangkit dan mampu beradaptasi dengan perannya sebagai kepala keluarga setelah melakukan beragam upaya untuk mengatasi hambatan dan permasalahan pasca meninggalnya suami. Dengan beribadah dan berusaha, Ibu Sita mengaku masalah ekonomi dapat diatasi dan dirinya bersama anak-anak merasa lebih tenang. Dampak yang terjadi dalam keluarga Ibu Sita merupakan *coping out come* yang bernilai positif, sehingga dapat membantu Ibu Sita dalam membina keluarga sakinah dengan membenahi fungsi-fungsi keluarga yang sempat mengalami hambatan.

Keberhasilan keluarga Ibu Nana terlihat pada kondisi psikologis, ekonomi, dan pengasuhan anak. Upaya yang telah dilakukan Ibu Nana membuahkan hasil positif yaitu dirinya dapat berdamai dengan keadaan, masalah dapat diselesaikan, bahkan anak-anak Ibu Nana mulai tumbuh dewasa pemikirannya sehingga lebih perhatian kepada ibunya. Ibu Nana pun mengatakan bahwa rezekinya kini lancar sehingga masalah ekonomi dapat diatasi. Perubahan keadaan di atas dapat dikategorikan sebagai *coping out come* yang bernilai positif, karena menimbulkan kebaikan dan kemanfaatan bagi keluarga Ibu Nana. Maka, upaya *coping respond* yang dilakukan dapat membantu dalam membina keluarga sakinah yang dibuktikan dengan fungsi ekonomi, fungsi pengasuhan, dan keadaan psikologis yang berangsur normal. Akan tetapi, Ibu Nana masih kesulitan membagi waktu akibat banyaknya tugas yang harus diselesaikan. Kesulitan yang masih dirasakan ini dapat dikategorikan sebagai *coping out come* yang bernilai negatif, karena meskipun telah diupayakan, persoalan tersebut masih belum teratasi dengan sempurna.

Upaya yang telah dilakukan Ibu Sri dalam mengatasi hambatan dan permasalahan yang dialami setelah perceraian dengan suami telah membuahkan hasil. Menurutnya, setelah menerima keadaan tersebut, dirinya bisa semangat dan termotivasi, sehingga pekerjaan dan peran ganda yang dilakukannya dapat terasa ringan. Terlebih mengingat anak sebagai motivasi utamanya. Aspek ekonomi pun dapat dikatakan cukup untuk mencukupi kebutuhan keluarga. Maka, dapat dipahami bahwa

keadaan di atas tergolong *coping out come* yang bernilai positif karena memberikan kebaikan dan kemanfaatan bagi keluarga Ibu Sri. Keberhasilan tersebut memperlihatkan upaya *coping respond* yang dilakukan dapat membantu dalam membina keluarga sakinah yang dibuktikan dengan fungsi ekonomi dan keadaan psikologis yang berangsur normal. Akan tetapi, di sisi lain Ibu Sri masih merasakan beban ketika memikirkan stigma negatif orang sekitar tentang orang yang bercerai dianggap tidak baik. Meskipun, sudah berusaha menenangkan diri, tetapi Ibu Sri mengaku masih memikirkan hal tersebut. Keadaan ini dapat dikatakan sebagai *coping out come* yang bernilai negatif, sebab meskipun sudah dilakukan *coping respond* untuk mengatasi hambatan tersebut, tetapi hal itu belum teratasi sepenuhnya.

Dampak positif juga dirasakan Ibu Dewi setelah melakukan upaya-upaya dalam mengatasi hambatan dan persoalan yang ada pasca perceraian dengan suami. Pada sisi psikologis, Ibu Dewi dan anak-anak dapat merasakan ketenangan dan percaya diri sehingga tidak minder meskipun sebagai *single parent*. Sebab, dirinya *single parent* bukanlah hambatan untuk mewujudkan kebahagiaan anak-anak. Sementara, pada aspek ekonomi, Ibu Dewi merasa bersyukur karena meskipun hanya bekerja sendiri sebagai karyawan swasta, dirinya dapat mencukupi kebutuhan keluarga dan anak-anak. Dampak-dampak yang dirasakan oleh Ibu Dewi dapat dikatakan sebagai *coping out come* yang bernilai positif, karena telah memberikan kebaikan dan kemanfaatan bagi diri dan

keluarganya. Dampak positif ini menunjukkan adanya kemajuan proses menuju keluarga sakinah dengan mulai normalnya beberapa fungsi-fungsi keluarga.

Dampak positif pun dirasakan Ibu Dina setelah upaya-upaya yang dilakukan dalam mengatasi hambatan dan persoalan ketika dirinya menjadi perempuan kepala keluarga pasca meninggalnya suami. Menurut Ibu Dina, keluarganya berangsur-angsur normal, tabah, dan bisa menerima keadaan tanpa kehadiran sosok suami/ayah. Ibu Dina pun mengaku mulai terbiasa dengan beragam perannya sebagai kepala keluarga. Bahkan, dirinya termotivasi untuk berusaha menjadi pribadi yang lebih baik. Sementara, dalam bidang ekonomi Ibu Dina merasa bersyukur, penghasilan dari pekerjaannya sebagai guru dapat mencukupi kebutuhan anak-anak dan rumah tangganya. Menilik berbagai dampak kebaikan yang dirasakan di atas, maka dapat dikategorikan sebagai *coping out come* yang bernilai positif, sebab berdampak pada kebaikan dan kemanfaatan bagi keluarga Ibu Dina. Hal ini juga menunjukkan adanya proses yang baik menuju keluarga yang sakinah.

Unsur-unsur *coping stress* yang terdiri dari *coping respond*, *coping goal*, dan *coping out come* memiliki keterkaitan yang erat dengan proses pembinaan keluarga sakinah, seperti yang dilakukan perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan. Pembinaan keluarga sakinah dimulai dengan memahami hambatan yang mengganggu terlaksananya fungsi-fungsi keluarga, kemudian melakukan upaya yang tepat untuk mengatasi

hambatan tersebut sehingga fungsi-fungsi keluarga dapat terlaksana secara normal. Menilik kemanfaatan yang dapat dirasakan perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, maka menunjukkan bahwa penerapan strategi *coping stress* dapat membantu keluarga dalam membina keluarga sakinah melalui proses mengatasi persoalan yang menghambat fungsi-fungsi keluarga.

*Coping stress* memiliki dua jenis gaya, yaitu gaya *coping* positif dan gaya *coping* negatif. Gaya *coping* positif merupakan gaya *coping* yang menerapkan cara-cara positif dalam mengatasi situasi yang dihadapi dan menimbulkan dampak yang positif. Sebaliknya, gaya *coping* negatif merupakan *coping* yang menerapkan cara-cara yang kurang baik dalam mengatasi situasi yang ada sehingga menimbulkan dampak yang negatif pula.

Upaya *coping* yang dilakukan keenam informan sebagai perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan dapat dikategorikan dalam konsep jenis-jenis *coping*, baik *coping* positif maupun *coping* negatif. *Coping* positif terdiri dari tiga jenis, yaitu:

1. *Looking for Silver Lining*

Yaitu, upaya menyelesaikan masalah dengan menerima kenyataan sebagai sebuah ujian dan cobaan yang harus dihadapi dan terus semangat untuk mencari penyelesaian masalah. Menurut keterangan keenam informan selaku perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, semua informan menyatakan bahwa dalam mengatasi beban psikologis, pertama kali mereka berusaha menerima keadaan dengan



tenang dan mencoba berdamai dengan keadaan. Akan tetapi, setiap informan memiliki sikap berbeda-beda dalam menerima keadaan yang terjadi. Ibu Lina berusaha menerima keadaan dengan cara menenangkan diri dan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Ibu Sita dan Ibu Sri berusaha menenangkan diri dengan menata dan mengatur perasaan. Ibu Nana berusaha menerima keadaan dengan memupuk kesabaran dalam menghadapi segala ujian hidup. Sementara, Ibu Dewi dan Ibu Dina menerima keadaan dengan berdamai dengan diri sendiri dan keadaan. Maka dapat dipahami bahwa, para perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan ketika menghadapi hambatan dan persoalan pasca ketidakhadiran suami baik karena perceraian maupun kematian, langkah awal yang dilakukan ialah mengatur kondisi emosional untuk menerima keadaan yang terjadi pada diri dan keluarga mereka.

## 2. *Problem solving*

Yaitu usaha untuk memecahkan masalah. Pemecahan masalah ini diterapkan oleh semua informan selaku perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan dalam mengatasi beragam hambatan dan permasalahan yang dialami, yang berfokus pada tiga aspek utama, yaitu aspek psikologis, ekonomi, dan pengasuhan anak dengan cara-cara yang beragam. Permasalahan dalam aspek psikologis seperti frustrasi, kehilangan semangat hidup, kesedihan, dan keterpurukan diatasi dengan cara-cara beribadah kepada Allah SWT, mengikuti pengajian untuk belajar agama, meningkatkan motivasi, banyak bersyukur, menerima

keadaan dengan ikhlas, berdamai dengan diri sendiri, menjadikan anak sebagai motivasi utama, dan terus memperbaiki diri. Kemudian, permasalahan dalam aspek ekonomi diselesaikan dengan mencari pekerjaan bagi perempuan kepala keluarga yang belum bekerja, semangat bekerja, dan mencari penghasilan tambahan dengan menekuni usaha dan pekerjaan sampingan. Sementara itu, aspek pengasuhan diatasi dengan memberikan motivasi kepada anak-anak untuk tabah dan sabar, menjadi sosok ayah sekaligus ibu untuk anak, mendidik anak dengan sabar disertai kasih sayang yang lebih, memprioritaskan waktu untuk anak, dan mengajak rekreasi untuk belajar tentang kehidupan sekaligus menghiburnya.

### 3. *Utilizing social support*

Yaitu, cara penyelesaian masalah dengan mencari dukungan dan bantuan dari orang lain di sekitarnya. Menurut keterangan keenam perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, lima informan menyatakan tidak menerapkan gaya *coping* ini. Artinya, para informan jarang dan bahkan tidak mencari dukungan serta bantuan dari orang-orang di sekitarnya. Dengan kata lain, mereka memilih untuk menyelesaikan persoalan yang dihadapinya sendiri, daripada mengandalkan ketergantungan dan bantuan dari orang lain. Sehingga, hanya satu informan yaitu Ibu Dina yang mengatakan bahwa dirinya mendapat dukungan dari saudara dan tetangga sehingga memberikan motivasi lebih untuk dapat menjalani peran sebagai kepala keluarga.

Selain ada gaya *coping* positif, ada pula gaya *coping* negatif. Macam-macam gaya *coping* negatif yaitu: (1) *Avoidance*, yaitu sikap lari dari masalah ketika menghadapi permasalahan dan hambatan dalam situasi tertentu; (2) *Self blame*, yaitu sikap menyalahkan diri sendiri tanpa melalui evaluasi diri yang optimal ketika menghadapi suatu keadaan tertentu; (3) *Wishfull thinking*, yaitu pemikiran bahwa sesuatu kegagalan telah menyebabkan kesedihan mendalam.

Berdasarkan keterangan dari enam informan selaku perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, tiada satu pun informan yang menerapkan macam-macam gaya *coping* negatif seperti konsep di atas. Maka, dapat dipahami bahwa, semua informan selaku perempuan kepala keluarga ketika berhadapan dengan situasi sulit karena ketiadaan suami dan pergeseran peran kepala keluarga kepada perempuan, mereka tidak menerapkan cara-cara penyelesaian masalah yang diawali dengan orientasi negatif seperti lari dari masalah maupun menyalahkan diri sendiri dan keadaan. Sehingga, perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan tidak menerapkan gaya *coping* negatif dalam mengatasi permasalahan yang dialami.

Penerapan gaya *coping* positif dan menghindari gaya *coping* negatif, menunjukkan bahwa dalam mengatasi hambatan dalam membina keluarga sakinah, perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan selalu menempuh upaya-upaya yang baik dan menghindari penggunaan upaya-upaya yang buruk. Hal ini sesuai dengan tujuan yang mulia yakni pembinaan keluarga sakinah. Dengan demikian, penerapan gaya *coping* positif seperti

menerima kenyataan, memecahkan masalah, mencari dukungan dan bantuan dari orang sekitar.

Konsep *coping stress* dibagi menjadi dua kategori utama, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. *Problem focused coping*, yaitu cara mengatasi persoalan dengan mengatasi langsung pada sumber masalah, dengan kata lain, *coping* yang berorientasi pada masalah secara langsung. Sementara, *emotion focused coping* yaitu cara penyelesaian masalah dengan meredakan atau mengatur tekanan emosional atau mengurangi emosi negatif yang ditimbulkan situasi tertentu. Artinya, *coping* ini berfokus pada kondisi emosional.

*Problem focused coping*, memiliki beberapa macam cara, yakni:

1. *Planning* (perencanaan), yaitu proses berpikir tentang bagaimana cara menghadapi stres, tekanan, hambatan, dan persoalan yang dihadapi. Berdasarkan keterangan keenam informan selaku perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, semuanya menunjukkan adanya proses perencanaan yang diwujudkan dengan memikirkan bagaimana cara mengatasi persoalan yang ada, secara bertahap. Rata-rata para informan mengatasi masalah psikologis berupa keterpurukan dan kesedihan terlebih dahulu sebelum memetakan cara penyelesaian masalah yang lain. Hal ini dinilai penting, sebab masalah psikologis memberikan dampak signifikan bagi aspek lainnya. Apabila aspek psikologis tidak diatasi dengan baik, maka fungsi-fungsi keluarga yang lain akan sulit dilakukan. Hal ini terbukti dari perencanaan Ibu Lina yang terlebih dahulu mengatasi beban

psikologis dengan menenangkan diri dan mendekati diri kepada Allah SWT, kemudian memberikan motivasi kepada anak-anak, dan menyelesaikan kendala ekonomi dengan menata ulang pengelolaan uang diikuti mencari pekerjaan tambahan. Tak jauh berbeda dengan Ibu Sita, dirinya mengatasi persoalan psikologis dengan meyakini Allah SWT tidak akan menguji di luar batas kemampuan umat-Nya. Pada aspek pengasuhan Ibu Sita berusaha mengembalikan semangat anak-anak yang hilang sepeninggal sosok ayah mereka. Setelah itu, Ibu Sita memikirkan bagaimana solusi untuk mencari pekerjaan agar dirinya memiliki penghasilan untuk memenuhi kebutuhan keluarganya. Ibu Sri juga menerapkan cara yang hampir sama dengan Ibu Sita dan Ibu Lina. Pertama kali, Ibu Sri menata keadaan emosionalnya dengan menanamkan sikap yakin dan optimis. Kemudian, dia menjadikan anak-anak sebagai motivasi utama juga membangkitkan semangat anak-anak dalam menghadapi keadaan keluarga tanpa sosok ayah. Baru setelahnya, Ibu Sri memupuk semangat bekerja keras untuk mencari nafkah lebih baik lagi. Hal ini juga diterapkan Ibu Dewi, dia mengutamakan untuk menata kondisi emosionalnya. Pada aspek pengasuhan, Ibu Dewi terus memperbaiki diri untuk menjadi teladan bagi anak-anak. Ketika sudah termotivasi, maka Ibu Dewi memiliki semangat bekerja yang lebih baik. Berbeda dengan sebelumnya, Ibu Dina lebih mengutamakan penyelesaian masalah dalam ranah psikologis dan pengasuhan saja dibandingkan dengan ekonomi. Sebab, dirinya dapat dikatakan tidak terlalu mengalami kendala ekonomi



karena telah bekerja dengan penghasilan tetap. Sementara, Ibu Nana memiliki pola perencanaan yang cukup berbeda dengan informan lainnya, karena setelah menyelesaikan persoalan psikologis, Ibu Nana terlebih dahulu mencari solusi untuk menyelesaikan masalah ekonomi dengan menekuni pekerjaan tambahan dengan berjualan online. Baru setelah itu, Ibu Nana merancang pola pengasuhan yang sesuai untuk keadaan anaknya. Ketika memiliki cukup uang, Ibu Nana mengajak anaknya berlibur untuk menghibur sang anak sekaligus mengajaknya belajar tentang kehidupan.

2. *Active Coping* (keaktifan diri), merupakan sebuah proses mengambil langkah aktif untuk menghapus atau menghindari ancaman stres atau untuk memperbaiki dampak dari stres itu sendiri. Berdasarkan keterangan keenam informan sebagai perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, semuanya menunjukkan sikap keaktifan diri untuk mengambil langkah aktif dalam mengatasi permasalahan dan menghindari ancaman stres. Upaya *active coping* ini terlihat dalam berbagai aspek terutama, aspek psikologis, aspek ekonomi, dan aspek pengasuhan.
3. *Suppression of Competing Activities*, yaitu proses yang berfokus pada masalah sehingga mengesampingkan urusan lain yang sekiranya mengganggu. Berdasarkan hasil wawancara dengan keenam informan selaku perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, semuanya menunjukkan bahwa mereka sangat fokus pada masalah sehingga berusaha mencari upaya-upaya terbaik untuk mengatasi

persoalan yang sedang dihadapi. Mulai dari aspek psikologis, ekonomi, dan pengasuhan anak.

4. *Restraint Coping* (kontrol diri), yaitu proses menyelesaikan persoalan dengan tidak terburu-buru dan menunggu saat yang tepat. Berdasarkan keterangan para informan, dapat dipahami bahwa tindakan yang diambil dalam mengatasi persoalan yang ada telah menerapkan konsep *restraint coping*. Para perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan umumnya segera mencari jalan keluar untuk mengatasi persoalan yang ada ketika dirinya beranjak sebagai kepala keluarga secepat mungkin, tetapi bukan berarti terburu-buru melainkan masalah dan hambatan yang ada memerlukan penyelesaian dan solusi secepat mungkin. Sehingga, cara yang cepat dapat dikatakan tepat pada waktunya. Hal ini bertujuan agar fungsi-fungsi keluarga dapat terlaksana. Aspek utama yang menjadi fokus pada perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan ialah menyelesaikan persoalan psikologis terlebih dahulu. Dalam kasus Ibu Sita yang semula tidak bekerja sepeninggal suami, maka tulang punggung keluarga berpindah kepadanya. Dirinya mengatakan segera mencari pekerjaan agar memiliki penghasilan guna mengurus anak dan rumah tangganya. Upaya yang dilakukan Ibu Sita ini merupakan tindakan yang tepat pada waktunya dan tidak dapat dianggap terburu-buru karena memang saat itu aspek ekonomi memerlukan solusi secepatnya.
5. *Seeking of instrumental social support*, yaitu proses penyelesaian masalah dengan mencari dukungan, bantuan, dan informasi dari orang di

sekitarnya. Berdasarkan keterangan keenam informan selaku kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, hanya satu informan yaitu Ibu Dina yang menyatakan bahwa dalam proses mengatasi hambatan dan persoalan ketika membina keluarga, yang mendapat dukungan dari saudara dan tetangga. Kelima informan lain tidak menyebutkan hal tersebut dan juga tidak melakukan pencarian bantuan seperti yang dimaksud dalam konsep ini. Dari data tersebut, dapat dipahami bahwa mayoritas informan memiliki sikap kemandirian dan tidak bergantung pada dukungan dan bantuan pihak lain dalam mengatasi hambatan dan persoalan dalam melaksanakan fungsi-fungsi keluarga.

Sementara itu, *emotional focused coping* juga memiliki beberapa jenis yaitu:

1. *Turning to religion*, individu akan beralih ke agama dan mendekati diri kepada Allah SWT ketika berada dalam situasi yang penuh dengan tekanan. Dalam mengatur dan mengelola kondisi emosional pasca ketiadaan suami, sebagian besar informan melakukan upaya mendekati diri kepada Allah SWT, baik dengan meningkatkan ibadah maupun mengikuti pengajian untuk memperdalam ilmu agama seperti yang dilakukan Ibu Lina. Selain itu, meskipun ada informan yang tidak menyebutkan secara terang bahwa dirinya mendekati diri kepada Allah SWT ketika mengatasi persoalannya, tetapi sikap ini dapat dipahami dari keyakinannya yang disandarkan kepada Allah bahwa Allah akan memberi pertolongan dan tidak akan membebani

umatnya di luar batas kemampuannya, seperti yang dilakukan Ibu Nana, Ibu Sita, dan Ibu Dina.

2. *Seeking of instrumental social support*, yaitu proses penyelesaian masalah dengan mencari dukungan, bantuan, dan informasi dari orang di sekitarnya. Berdasarkan keterangan keenam informan selaku kepala keluarga, hanya satu informan yaitu Ibu Dina yang menyatakan bahwa dalam proses mengelola kondisi emosional, dia mendapat dukungan dari saudara dan tetangga. Kelima informan lain tidak menyebutkan hal tersebut dan juga tidak melakukan pencarian bantuan seperti yang dimaksud dalam konsep ini. Dari data tersebut, dapat dipahami bahwa mayoritas informan memiliki tidak bergantung pada dukungan dan bantuan pihak lain dalam mengatur kondisi emosional mereka.
3. *Positive reinterpretation*, merupakan sebuah proses mengambil hikmah atau nilai positif dari apa yang telah terjadi. Berdasarkan keterangan dari keenam informan, sebagian besar mengatur kondisi emosionalnya dengan mengambil hikmah dari keadaan yang terjadi. Ibu Sita mengambil hikmah dari ketiadaan suami dengan berpikir bahwa Allah SWT tidak akan menguji umat-Nya di luar batas kemampuannya. Ibu Lina mengambil hikmah dari ketiadaan suami dengan bersikap optimis bahwa dapat melanjutkan kondisi keluarga bahagia dan sakinah sepeninggal suami bersama anak-anak. Ibu Nana mengambil hikmah dengan banyak-banyak bersyukur karena meskipun diberikan ujian seperti itu, dirinya dan anak-anak masih diberi kesehatan fisik dan akal.

Ibu Dewi dan Ibu Sri yang mengalami perceraian dapat mengambil hikmah bahwa peran perempuan kepala keluarga dapat membawanya pada keluarga sakinah sehingga dirinya bisa merasa lebih aman ketimbang melanjutkan pernikahan dengan mantan suaminya. Sementara Ibu Dina mengambil hikmah dari ujian meninggalnya suami dengan memiliki keyakinan bahwa dirinya telah dipilih oleh Allah SWT dan diamanahi untuk membesarkan serta mendidik anak, artinya dirinya diberi kepercayaan dan dianggap mampu.

4. *Acceptance*, yaitu proses penerimaan individu terhadap keadaan yang telah terjadi padanya. Berdasarkan keterangan dari keenam informan sebagai perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan, semuanya menyatakan bahwa dalam mengatur kondisi emosionalnya, mereka terlebih dahulu harus menerima dengan ikhlas dan berdamai dengan keadaan agar dapat merasakan ketenangan.
5. *Denial*, yaitu proses dimana individu menolak untuk percaya bahwa suatu keadaan itu telah terjadi. Menurut hasil wawancara, tiada satu pun informan selaku perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan yang menyangkal bahwa peristiwa ketiadaan suami baik karena perceraian maupun kematian itu tidak terjadi pada mereka. Bahkan, mereka telah menyadari sepenuhnya bahwa peran kepala keluarga telah beralih ke pundaknya, sehingga ada beragam hambatan dan persoalan yang harus segera diatasi agar fungsi-fungsi keluarga tetap terlaksana dalam rangka pembinaan keluarga sakinah.



Kedua jenis *coping* di atas semuanya diterapkan perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan yang menjadi informan dengan disesuaikan persoalan yang dihadapi masing-masing. Baik *problem focused coping* maupun *emotion focused coping* menunjukkan dampak yang positif bagi keadaan keluarga mereka. Penggunaan kedua jenis *coping* ini perlu penyesuaian dengan permasalahan yang dihadapi agar dapat mengatasi masalah secara maksimal. *Problem focused coping* lebih relevan jika digunakan untuk menyelesaikan hambatan dalam aspek ekonomi. Sementara, *emotion focused coping* cukup relevan untuk mengatasi beban psikologis sepinggal suami dan beban pengasuhan, contohnya mendekati diri kepada Allah SWT atau bersandar pada aspek spiritual, mencari dukungan dan bantuan motivasi dari orang terdekat, menerima, dan mengambil hikmah dari peristiwa yang terjadi.

Berdasarkan analisis di atas, dapat dipahami bahwa *problem focused coping* dan *emotion focused coping* relevan ketika diterapkan perempuan kepala keluarga dalam membina keluarga sakinah, dengan mengatasi persoalan konkrit yang dialami demi terlaksananya fungsi-fungsi keluarga dengan baik dan maksimal. Maka, *coping stress* memang relevan untuk diterapkan sebagai strategi pembinaan keluarga sakinah dengan cara mengatasi hambatan dan persoalan yang dialami sehingga fungsi-fungsi keluarga yang semula terhambat dapat kembali berfungsi normal. Dengan kata lain, strategi *coping stress* dapat membantu perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan untuk membina keluarga sakinah.

## BAB V PENUTUP

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa:

1. Perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan telah memiliki sikap *self efficacy* yang tinggi. Hal ini dibuktikan dengan sikap-sikap perempuan kepala keluarga ketika menghadapi hambatan, yaitu: (a) Adanya keyakinan yang bersumber dari kepercayaan bahwa Allah SWT tidak akan menguji melebihi kemampuan umat-Nya; (b) Keyakinan dan sikap optimis karena adanya motivasi dari anak-anak; (c) Adanya keyakinan untuk dapat beradaptasi dengan keadaan yang sulit; dan (d) Adanya semangat untuk bangkit dari keterpurukan. Dengan adanya kemampuan *self efficacy*, maka dapat membantu perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan dalam menghadapi beragam hambatan ketika membina keluarga sakinah.
2. Perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Kecamatan Pacitan Kabupaten Pacitan, telah menerapkan kemampuan *coping stress* yang baik dalam tiga aspek yaitu psikologis, ekonomi, dan pengasuhan. *Coping stress* yang telah diterapkan meliputi: (a) *problem focused coping*, yaitu upaya untuk mengatasi masalah ekonomi dan pengasuhan; dan (b) *emotional focused coping* yaitu upaya untuk mengatasi beban psikologis. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara kepada enam informan yang menyatakan bahwa mereka terlebih dahulu mengatasi beban psikologis sebelum menyelesaikan persoalan ekonomi dan pengasuhan. Upaya yang

dilakukan untuk mengatasi beban psikologis yaitu mendekati diri kepada Allah SWT, mengatur emosi diri dengan berusaha tenang, sabar, optimis, dan menerima keadaan. Kemudian masalah ekonomi diatasi dengan meningkatkan penghasilan dengan pekerjaan tambahan. Persoalan pada aspek pengasuhan diatasi dengan menjadikan anak-anak sebagai motivasi utama, mengajarkan kesabaran dan ketabahan kepada anak, mendidik anak dengan sabar dan penuh kasih sayang, serta memperbaiki diri untuk menjadi teladan bagi anak. Akibatnya, penerapan *coping stress* dapat menimbulkan dampak positif bagi pelaksanaan fungsi-fungsi keluarga. Sehingga, kemampuan *coping stress* dapat membantu perempuan kepala keluarga di Kelurahan Sidoharjo Pacitan untuk membina keluarga sakinah.

## **B. Saran**

1. Menilik peran ganda dan beragam persoalan yang dialami perempuan kepala keluarga, sebaiknya perempuan kepala keluarga dapat memiliki keyakinan untuk mampu menghadapi persoalan yang ada dan menjalani peran ganda dengan baik. Sebaiknya keyakinan ini ditumbuhkan dari pendekatan diri kepada Allah SWT., menjadikan anak-anak sebagai motivasi utama, dan membangkitkan semangat disertai sikap optimis untuk keluar dari kesulitan.
2. Selain harus memiliki keyakinan, perempuan kepala keluarga sebaiknya memiliki pemahaman yang baik terhadap persoalan yang dihadapi. Sehingga, mereka dapat merancang upaya untuk mengatasi persoalan

yang dihadapi dalam membina keluarga. Keyakinan yang dimiliki harus diimbangi dengan upaya untuk menyelesaikan hambatan pembinaan keluarga yang dialami. Sebaiknya, perempuan kepala keluarga memetakan persoalan yang dialami, misalnya beban psikologis, ekonomi, dan pengasuhan. Salah satu cara yang dapat diterapkan ialah *coping stress*. Penerapan *coping stress* dapat membantu perempuan kepala keluarga untuk menyelesaikan permasalahan terutama persoalan psikologis dan persoalan pada aspek lainnya.

3. Peran perempuan kepala keluarga sangat penting dalam membina keluarga, sebab di sana ada peran pengasuhan anak dan peran sebagai anggota masyarakat. Mengingat, beragamnya kendala yang dialami, seyogyanya semua pihak baik pemerintah maupun masyarakat memberikan dukungan moril dan materiil kepada eksistensi perempuan kepala keluarga. Dukungan moril berupa dukungan semangat, perlindungan, dan menjauhkan sikap diskriminasi. Sementara, dukungan materiil dapat berupa program pemberdayaan ramah perempuan *single parent* yang dapat meningkatkan keterampilan dan keadaan ekonomi perempuan kepala keluarga.
4. Peran perempuan kepala keluarga sangat penting, akan tetapi eksistensinya belum diakui oleh peraturan hukum baik dalam Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan maupun dalam Kompilasi Hukum Islam. Sehingga, tidak ada peraturan yang memuat hak-hak yang harus diterima dan bagaimana upaya perlindungan

terhadapnya. Maka, seyogyanya perumus peraturan perundang-undangan lebih memerhatikan fakta sosial yang ada sehingga dapat mengakomodasi pemenuhan hak dan perlindungan terhadap eksistensi perempuan kepala keluarga.





## DAFTAR PUSTAKA

### Referensi Buku:

- Al-Quran Al-Karim dan Terjemahannya*, Departemen Agama RI, Semarang: PT Karya Toha Putra, 2011.
- Alwisol. *Psikologi Kepribadian*. Malang, UMM Press, 2007.
- Bandura, Albert, “*Self-Efficacy*”, *Encyclopedia of Human Behavior*, (1994).
- Fitriyani, Lina Arifah, dkk.. *Menanamkan Self efficacy dan coping stress dan Kestabilan Emosi*. Jombang: LPPM UNHAS Y Tebuireng Jombang, 2019.
- Gina, Petty & Nurdina, Putri. *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika, 2012.
- Ghufron, Nur. el. al. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzza Media, 2010.
- Herdiansyah, Haris. *Wawancara, Observasi, dan Focus Groups*. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada, 2013.
- Lestari, Sri. *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*. Jakarta: Prenadamedia Group, 2018.
- Meleong, Lexy. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 1995.
- Mufidah Ch. *Psikologi Keluarga Islam: Berwawasan Gender*. Malang: UIN-Maliki Press, 2014.
- Nasir, Abdul & Muhih, Abdul. *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika, 2011.
- Nafis, Cholil. *Fikih Keluarga: Menuju Keluarga Sakinah, Mawaddah, Warahmah Keluarga Sehat, Sejahtera, dan Berkualitas*. Jakarta: Mitra Abadi Press, 2014.
- Safaria, Triantoro & Eka, Nofran. *Manajemen Emosi Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*. Jakarta: PT.Bumi Aksara, 2012.
- Suhardono, Edy. *Teori Peran: Konsep, Derivasi, dan Implikasinya*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1994.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Penerbit Alfabeta, 2019.

Tim Penyusun. *Fondasi Keluarga Sakinah: Bacaan Mandiri Calon Pengantin*. Jakarta: Subdit Bina Keluarga Sakinah, Ditjen Bimas Islam Kemenag RI, 2017.

Ulfiah. *Psikologi Keluarga: Pemahaman Hakikat Keluarga dan Penanganan Problematika Rumah Tangga*. Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia, 2016.

Wibawa, Ramadhan Prasetya, dkk.. *Perempuan Kepala Keluarga dalam Perubahannya*. Yogyakarta: Penerbit Deepublish, 2018.

Yusuf, Syamsu. *Teori Kepribadian*. Bandung: PT: Remaja Rosdakarya, 2012.

#### **Referensi Jurnal dan Artikel Ilmiah:**

Ernawati. "Menyibak Perempuan Kepala Keluarga." *Muwazah: Jurnal Kajian Gender*, Vol. 5. 2013. 96-100.  
<https://doi.org/10.28918/muwazah.v5i2.343>

Kholis, Muhammad Nur. "Konsep Kepala Keluarga antara Laki-Laki dan Perempuan dalam Surat An-Nisa (4) Ayat 34." *Jurnal Hukum*, Vol. 12. 2015. 274-290. <https://e-journal.metrouniv.ac.id/index.php/istinbath/article/view/585>

Kusmidi, Henderi. "Konsep Sakinah, Mawaddah, dan Rahmah dalam Pernikahan." *El-Afkar*, Vol. 7. 2018. 64-78.  
<https://ejournal.iainbengkulu.ac.id/index.php/elafkar/article/view/1601/1376>

Nurwandi, Andri, Nawir Yuslem, Sukiati. "Kepala Keluarga Menurut Hukum Islam (Studi terhadap Kelompok Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga-PEKKA di Kabupaten Asahan)." *At-Tafahum*, Vol. 2. 2018. 68-78. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/1040890>

Miswanto, Agus. "Keluarga Sakinah dalam Perspektif Ulama Tafsir: Studi terhadap Rumah Tangga Nabi Adam." *Cakrawala: Jurnal Studi Islam*, Vol. 14. 2019. 67-71. <https://doi.org/10.31603/cakrawala.v14i2.3017>

Santoso, Lukman Budi. "Eksistensi Peran Perempuan Sebagai Kepala Keluarga (Telaah terhadap Counter Legal Draft-Kompilasi Hukum Islam dan Qira'ah Mubadalah)." *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama*,

dan Jender, Vol. 18. 2019. 107-120.  
<http://10.24014/Marwah.v18i2.8703>

Nuqul, Fathul Lubabin. "Teori Peran (Role Theory)," *Artikel Bahan Ajar* Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2018.

Sa'dan, Masthuriyah. "Posisi Perempuan Kepala Keluarga dalam Kontestasi Tafsir dan Negosiasi Realita Masyarakat Nelayan Madura: Kajian Muhammad Syahrur." *Jurnal Studi Ilmu-Ilmu al-Qur'an dan Hadis*, Vol. 18. 2017. 88-98.

Ramadhany, Nurul & Rahmawati, Rita. "Kepemimpinan Perempuan dalam Menjalankan Fungsi Keluarga pada Komunitas PEKKA (Perempuan Kepala Keluarga)." *Journal of Islamic Family Law*, Vol. 1, 2022. 29-43.

#### **Referensi Skripsi:**

Durroh, Badi'atut. "Konsep Keluarga Sakinah Menurut Single Parent di Kecamatan Geger Kabupaten Madiun Perspektif M. Quraish Shihab." Skripsi. Ponorogo: IAIN Ponorogo, 2017.

Maulana. "Peran Perempuan Kepala Keluarga (PEKKA) dalam Mendidik Anak di Kelurahan Pasar Muaradua Kecamatan Muaradua Kabupaten Oku Selatan Provinsi Sumatera Selatan." Skripsi. Palembang: Universitas Sriwijaya, 2020.

Saifulloh, Alif Hadi. "Perempuan sebagai Kepala Keluarga Perspektif Hukum Islam (Studi Kasus di Kelurahan Sukomulyo Kecamatan Lamongan Kabupaten Lamongan." Skripsi. Malang: Universitas Islam Malang, 2022.

Oktaviani, Afifah Bastian. "Pemenuhan Nafkah Anak Wanita Single Parent (Studi Kasus di Desa Kauman Kecamatan Kauman Kabupaten Ponorogo)." Skripsi. Ponorogo: IAIN Ponorogo, 2020.

#### **Referensi Peraturan:**

Undang-Undang Nomor 10 Tahun 1992 tentang Kependudukan dan Keluarga Sejahtera.

Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan.

Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 1991 tentang Kompilasi Hukum Islam.

### **Referensi Internet:**

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, “Kamus Besar Bahasa Indonesia Versi Daring,” dalam <https://kbbi.web.id/keluarga> , (diakses pada tanggal 05 November 2022, jam 15.27).

Media Indonesia, “Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga,” dalam <http://www.mediaindonesia.com> 28 Oktober 2020 ( diakses pada tanggal 19 Oktober 2022 12:29).

Jawa Pos Radar Madiun, “8.395 Perempuan di Pacitan Jadi Kepala Keluarga,” dalam <https://radarmadiun.jawapos.com/berita-daerah/pacitan/22/12/2021/8-395-perempuan-di-pacitan-jadi-kepala-keluarga/> 22 Desember 2021 (diakses pada tanggal 15 November 2022, jam 23.39)

### **Referensi Wawancara:**

Ibu Dina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

Ibu Dewi (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

Ibu Lina (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

Ibu Nana (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

Ibu Sita (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 05 Februari 2023.

Ibu Sri (nama samaran), *Hasil Wawancara*, Pacitan, 06 Februari 2023.

