

# COMMUNICATIONS

## Disonansi Kognitif pada Ibu Tunggal

**1\* Annisa Dwi Kurnia, 2Nina Yudha Aryanti, 3Anna Gustina Zainal**

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Magister Ilmu Komunikasi, Universitas Lampung  
Jl. Prof. Dr. Sumantri Brojonegoro No.1 Bandar Lampung 35145

\*[2226031029@students.unila.ac.id](mailto:2226031029@students.unila.ac.id), [nina.yudha@fisip.unila.ac.id](mailto:nina.yudha@fisip.unila.ac.id), [anna.gustina@fisip.unila.ac.id](mailto:anna.gustina@fisip.unila.ac.id)

### ARTICLE INFO

Received on December 13, 2023

Received in revised from January 16, 2024

Accepted January 17, 2024

Published on January 29, 2024

**Keywords:** Komunikasi Interpersonal; Disonansi Kognitif; Ibu tunggal

**How to cite this article:** Kurnia, A.D., Aryanti, N.Y., Zainal, A.G. (2024). Disonansi Kognitif pada Ibu Tunggal. *Communications* 6(1), 1-18



### ABSTRACT

As a single mother, the responsibilities are more complex because she must fulfill multiple roles: being the head of the family, earning a living, educating children, and taking care of the household alone. The difficult roles that must be lived and the self-acceptance that must be passed cause a condition of cognitive dissonance in single mothers. This study aims to determine the cognitive dissonance experienced by single mothers as the head of the family. Qualitative descriptive method was used in this study with constructivist paradigm. Data collection was conducted through semi-structured in-depth interviews and non-participant observation. The data collected were analyzed using data analysis techniques from Miles and Huberman, namely through the stages of data condensation, data

presentation, verification and conclusion drawing. The results of this study are that single mothers feel quite heavy in carrying out their role of earning a living while taking care of the house, the four informants chose to accept the situation and continue to live to support their children.

### ABSTRAK

Sebagai seorang ibu tunggal, tanggung jawab yang diemban lebih kompleks karena harus menjalani peran ganda: menjadi kepala keluarga, mencari nafkah, mendidik anak, dan mengurus rumah tangga seorang diri. Peran sulit yang harus dijalani serta penerimaan diri yang harus dilalui menimbulkan kondisi disonansi kognitif pada ibu tunggal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui disonansi kognitif yang dialami oleh ibu tunggal sebagai kepala keluarga. Metode deskriptif kualitatif digunakan dalam penelitian ini dengan paradigma konstruktivis. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi terstruktur dan observasi non-partisipan. Data yang dikumpulkan dianalisis menggunakan teknik analisis data dari Miles dan Huberman yaitu melalui tahap kondensasi data, penyajian data, verifikasi dan penarikan kesimpulan. Adapun hasil dari penelitian ini adalah Ibu tunggal merasa cukup berat dalam menjalani perannya mencari nafkah sekaligus mengurus rumah, keempat informan memilih

*untuk menerima keadaan dan melanjutkan hidup demi menghidupi anak.*

## **PENDAHULUAN**

Keluarga didefinisikan oleh Helmawati dalam (Adison & Suryadi, 2020) sebagai kelompok kecil yang di dalamnya terdapat ketua dan anggota, memiliki pemberian peran dan tugas, serta hak dan kewajiban bagi setiap anggotanya. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2016) mengartikan keluarga sebagai unit terkecil dari masyarakat, yaitu individu-individu yang saling bergantung terdiri dari kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul dan tinggal di bawah satu atap. Konsep keluarga di Indonesia dipahami sebagai komunikasi dan interaksi yang melibatkan semua orang di dalamnya memainkan peran, sebagai suami dan istri, orang tua dan anak, juga anak sebagai saudara kakak-adik.

Pada umumnya, peran setiap individu di dalam keluarga didasari oleh harapan dan pola perilaku, keluarga, masyarakat beserta budaya yang dianut. Ayah sebagai suami bagi istri dan ayah bagi anak berperan sebagai pemimpin atau disebut sebagai kepala keluarga, mencakup sebagai panutan, pencari nafkah, pemberi rasa aman dan memberikan perlindungan bagi anggota keluarga. Peran ibu sebagai istri bagi suami dan ibu bagi anak yaitu pendidik, mengurus rumah tangga bersama suami, mengatur kebutuhan rumah tangga, dan lain sebagainya. Sedangkan anak berperan sebagai anggota keluarga secara psikososial sesuai dengan tingkat perkembangannya.

Saat ini telah terjadi pergeseran peranan dalam keluarga disebabkan oleh kondisi tertentu. Salah satunya adalah adanya fenomena ibu tunggal yang disebabkan oleh kondisi berupa cerai hidup, cerai mati atau bahkan ditinggalkan pasangan tanpa status yang jelas. Papalia dalam (Puspitaningrum & Satiningsih, 2020) mengatakan bahwa Ibu tunggal memutuskan untuk membesarkan anak-anaknya tanpa melakukan pernikahan lagi. Ibu tunggal menjalani peran ganda dalam keluarga yakni sebagai ibu dan ayah bagi anak-anaknya. Tanggung jawab yang dipikul oleh ibu tunggal menurut (Simamora et al., 2019) yaitu berupa penyediaan finansial, pemenuhan kebutuhan rumah tangga, dan juga dalam pengasuhan.

Fenomena Ibu tunggal banyak terjadi di Indonesia. Berdasarkan data dari Statistik Indonesia 2022 yang dirilis oleh Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2021, kasus perceraian terjadi sebanyak 447.743 kasus. Dibandingkan dengan tahun 2020 yang tercatat terdapat 291.677 perkara, angka kasus perceraian di tahun 2021 mengalami peningkatan (Annur, 2023). Dilansir

dari databooks oleh katadata.co.id, Kota Prabumulih menduduki peringkat kelima sebagai kota/kabupaten di Sumatera Selatan yang memiliki presentase penduduk berstatus cerai hidup di tahun 2021, yaitu sebesar 1,15% (Kusnandar, 2022). Pada tahun 2021 Kepala PA Kota Prabumulih dalam portal berita sindonews.com menyebutkan bahwa terdapat 367 perkara cerai sepanjang tahun 2021 (Febriansyah, 2022).

Perceraian menjadi salah satu faktor meningkatnya angka pada banyaknya ibu tunggal di Kota Prabumulih. Belum ditambah dengan ibu tunggal yang diakibatkan oleh kematian pasangan. Kail & Cavanaugh dalam (Sari et al., 2019) menyebutkan, seseorang yang mengalami kematian pasangan akan mengalami kesedihan dalam jangka waktu satu sampai dua tahun setelah waktu kematian. Ditinggalkan pasangan dengan cara cerai hidup maupun cerai mati sama-sama menyebabkan rasa kehilangan. Kehilangan pasangan mengharuskan seseorang untuk melakukan penyesuaian dengan kehidupan yang baru. Ibu tunggal menghadapi berbagai permasalahan pasca bpisah dengan pasangannya. Lansford dalam (Sirait & Manauli, 2015) mengatakan permasalahan yang terjadi umumnya seperti adanya gangguan orang tua dan anak, tekanan dari sosial, rasa gagal dalam memenuhi harapan keluarga dan lingkungan sekitar dan rentan adanya masalah dari kedua pihak keluarga yang dapat menyebabkan timbulnya gejala depresi.

Faktor eksternal seperti lingkungan sosial menambah kesulitan bagi ibu tunggal. Di mana stigma masyarakat yang seringkali memojokkan posisi ibu tunggal. Berbeda dengan laki-laki yang menjadi duda, masalah sosial lebih sulit diatasi wanita sebagai janda. Stereotip gender menjadi *problem* yang sering hadir dalam kehidupan masyarakat sebagai pembatas kepada laki-laki maupun perempuan agar tidak menghilangkan stereotip yang telah berkebang sebelumnya, stereotip ini yang menciptakan batasan-batasan kehidupan antara laki-laki dan perempuan (Munir & Ayu Pamukir, 2021). Bagi seorang ibu tunggal, hal tersebut menjadi pengalaman berat yang harus dijalani. Ketakutan jika stigma terhadap dirinya dapat mempengaruhi perkembangan anak-anaknya juga menjadi beban bagi ibu tunggal yang sejatinya harus menjadi panutan bagi anak-anaknya (Sirait & Manauli, 2015). Anggapan miring masyarakat terhadap eksistensi dari ibu tunggal menjadi kendala bagi rata-rata ibu tunggal.

Koordinator Nasional Program Pemberdayaan Perempuan Kepala Keluarga (Pekka) Pusat Pengembangan Sumberdaya Wanita (PPSW) menurut Naufaliasari dan Andriani dalam (Sari et al., 2019) mengungkapkan bahwa sebutan ibu tunggal (*single mother*) adalah suatu aib, tanpa memandang peringkat kelas sosial seseorang. Menurut Zulminarni dalam (Rahayu et al., 2016) masyarakat cenderung untuk memberikan stigma buruk bahkan penghinaan

terhadap ibu tunggal yang diakibatkan oleh kondisi cerai hidup maupun cerai mati tanpa terlebih dulu mengetahui faktor penyebab dan situasi yang dihadapi oleh mereka.

Berbagai permasalahan yang dialami oleh ibu tunggal berdampak pada kesejahteraan psikologisnya. Stigma masyarakat dan permasalahan di lingkungan sosial dapat menyebabkan ibu tunggal sulit menjalin hubungan positif dengan orang-orang di lingkungan sekitarnya. Ketidakstabilan ekonomi juga berperan sebagai penyebab timbulnya emosi negatif pada ibu tunggal dan mereka menjadi sulit menerima keadaan (Zakaria et al., 2019). Peran ganda yang harus dijalani hingga tekanan sosial yang diterima oleh ibu tunggal menjadi tekanan psikologis bagi mereka. Namun demikian, ibu tunggal tetap harus melanjutkan hidup dan menjalankan perannya sebagaimana mestinya. Kondisi ini harus membuat ibu tunggal untuk tetap menerima dirinya dengan status yang disandang. Penerimaan diri yang harus dilalui oleh ibu tunggal menjadi suatu kondisi yang dapat menyebabkan timbulnya disonansi kognitif pada ibu tunggal.

Berdasarkan fenomena yang ada, penelitian ini akan menggambarkan disonansi kognitif yang dialami oleh Ibu tunggal. Teori disonansi kognitif dari Leon Festinger digunakan sebagai pisau analisis dalam penelitian ini. Peneliti akan menjawab rumusan masalah sebagai berikut: (1). Apa saja sumber dari disonansi kognitif yang dialami oleh ibu tunggal? (2). Bagaimana cara mengatasi disonansi kognitif yang dialami oleh ibu tunggal?

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran dari sumber-sumber disonansi kognitif yang dialami ibu tunggal, cara mengatasi disonansi yang dialami, dan kadar disonansi kognitif yang dirasakan oleh ibu tunggal di Kota Prabumulih sebagai kepala keluarga. Melalui penelitian ini, peneliti berharap dapat menambah wawasan pembaca dan memperkaya sumber kajian ilmu komunikasi terkhusus dalam kajian komunikasi interpersonal. Peneliti juga berharap, penelitian ini dapat menjadi pembelajaran dan penguat bagi ibu tunggal yang mengalami hal serupa dengan permasalahan penelitian, serta peneliti berharap, stigma negatif terhadap sosok ibu tunggal yang selama ini berkembang di masyarakat dapat direduksi sehingga menciptakan dukungan sosial bagi ibu tunggal.

## **KAJIAN PUSTAKA**

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang terjadi antara orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pelakunya menangkap reaksi orang lain secara langsung, secara verbal maupun nonverbal (Mulyana, 2016). Terdapat bentuk khusus dari komunikasi

antarpribadi yaitu komunikasi diadik yang melibatkan hanya dua orang. Namun demikian, komunikasi Interpersonal juga dapat terjadi antara individu dengan beberapa orang, dengan bertambahnya orang yang terlibat dalam proses komunikasi, maka bertambah pula persepsi orang dalam kejadian komunikasi sehingga komunikasi yang terjadi akan semakin kompleks. Komunikasi Interpersonal bertujuan untuk membentuk hubungan dengan individu lainnya (Budyatna, 2015).

Disonansi kognitif merupakan perasaan yang tidak seimbang di mana seseorang menemukan dirinya melakukan sesuatu yang tidak sesuai dengan pengetahuan yang mereka miliki, atau bertindak tidak sesuai dengan apa yang mereka yakini seiring dengan definisi dari Festinger dalam (West & Turner, 2008). Keadaan disonansi kognitif menjadi ketidaknyamanan psikologis atau ketegangan yang memotivasi individu untuk mencapai konsonansi atau keseimbangan. Hal serupa sejalan dengan pemikiran Festinger dalam (Griffin, 2012) yang mengatakan bahwa jika seseorang mengalami kondisi disonansi kognitif, secara otomatis akan timbul rasa ingin mengurangi atau bahkan menghindari disonansi yang ada, karena pada dasarnya manusia adalah makhluk yang konsonan terutama pada hubungan kognitifnya.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan data yang disajikan berupa kata-kata bukan angka. Penelitian kualitatif menurut Bodgan & Taylor dalam (Moleong, 2018) yaitu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa pernyataan lisan atau kalimat tertulis dari objek yang diamati. Terdapat empat informan dalam penelitian ini yang ditentukan menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan lima kriteria yang telah ditetapkan sebagai berikut: Wanita dewasa dengan rentang umur 21 – 59 tahun; telah menjalani usia pernikahan minimal dua tahun; mengalami cerai hidup atau cerai mati atau ditinggalkan tanpa status oleh pasangan; memiliki minimal satu anak; merupakan ibu tunggal yang bekerja.

Peneliti mengumpulkan data menggunakan teknik wawancara mendalam (indepth interview) semi terstruktur. Pelaksanaan dari wawancara semi terstruktur menurut (Sugiyono, 2019) menyatakan bahwa lebih bebas jika dibandingkan dengan wawancara terstruktur. Jenis wawancara ini bertujuan untuk mengetahui permasalahan secara lebih terbuka dan informan dapat secara leluasa membagikan pengalaman. Peneliti dalam melakukan wawancara menggunakan pedoman wawancara guna mempermudah dan membantu peneliti tetap fokus

dalam mengutarakan pertanyaan. Wawancara yang dilakukan peneliti terhadap empat informan dilakukan secara langsung tatap muka. Selain dari wawancara, data juga didapatkan melalui kegiatan observasi non-partisipan. Peneliti hanya berperan sebagai pengamat dan tidak terjun langsung melakukan aktifitas objek yang diteliti. Observasi tidak hanya sebagai sarana mengukur sikap dari informan namun juga dapat menangkap berbagai situasi dan kondisi yang terjadi. Peneliti melakukan observasi secara langsung dengan cara mendatangi rumah masing-masing informan untuk melihat bagaimana interaksi informan dengan anak, keluarga, dan lingkungan sekitar.

Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik analisis data dari Miles dan Huberman melalui tiga tahapan yaitu kondensasi data, penyajian data, verifikasi dan penarikan kesimpulan (Miles et al., 2014).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti mewawancarai empat informan yang menjalankan peran sebagai ibu tunggal. Terdapat satu informan yaitu TR dengan status cerai hidup yang sudah menjadi ibu tunggal selama dua tahun, informan tiga dan informan empat berstatus cerai mati dan sudah menjalani peran ibu tunggal selama dua tahun, sedangkan informan dua, SM saat ini masih berstatus menikah secara administratif namun telah menjalani peran ibu tunggal selama tujuh tahun disebabkan oleh kepergian pasangan karena permasalahan rumah tangga. Profil informan dalam penelitian ini tertuang dalam Tabel 1, sebagai berikut:

Tabel 1. Profil Informan

Data	Informan 1	Informan 2	Informan 3	Informan 4
Inisial	TR	SM	NL	NH
Usia	26	48	41	43
Status	Cerai hidup	Menikah (Adm)	Cerai Mati	Cerai Mati
Pendidikan Terakhir	S1	D3	SMA	SMA
Pekerjaan	Pegawai Swasta	ASN	Pedagang	Honoror
Jumlah anak/ Usia	2/ 7 tahun dan 2 tahun	2/ 19 tahun dan 17 tahun	1/ 15 Tahun	4 / 22 tahun, 17 tahun, 5 tahun, 2 tahun

(sumber: olahan peneliti)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, keempat informan memiliki pemahaman yang sama terkait definisi ibu tunggal, yaitu sebagai seorang ibu yang harus menjalani dua peran sekaligus yaitu sebagai ibu dan ayah. Hal serupa juga dikatakan oleh (Prahastami et al., 2022) yaitu orang tua tunggal yang tidak menikah memiliki masalah yang berbeda dari orang tua lengkap yaitu harus menjalani peran sebagai ibu dan ayah sekaligus.

SM menambahkan bahwa peran yang dijalani bukan hanya terpusat pada menanggung beban sebagai ibu dan sebagai ayah melainkan adanya beban psikologis anak.

*"Sebenarnya secara psikologis untuk anak itu kurang sehat ya, walaupun gimana anak tetap membutuhkan figur ayah tapi karena keadaan memaksa kita harus berjuang karena kita harus mendidik anak-anak untuk jadi manusia seutuhnya. Walaupun dengan kekurangan, kalau kita berusaha pasti bisa. Ibu tunggal adalah seorang ibu yang harus bisa jadi ibu dan ayah untuk anak-anaknya." (wawancara SM, 6 September 2023).*

Perasaan sedih disebabkan oleh kehilangan pasangan menjadi perasaan yang mendominasi keempat informan pada awal menjalani peran ibu tunggal. NH sebagai ibu tunggal akibat cerai mati, mengaku bahwa sebelum pasangannya meninggal dunia, ia telah mempersiapkan diri untuk menjadi ibu tunggal dikarenakan pasangannya sudah lama mengidap penyakit.

Perasaan menyesal dialami oleh TR sebagai ibu tunggal dengan status cerai hidup. TR merasakan ibu tunggal adalah peran yang sangat berat untuk dijalani dan berpikir kenapa perpisahan dengan pasangan harus terjadi. TR yang sudah menikah dua kali dan kedua pernikahannya berpisah karena cerai hidup, dia menyesalkan atas perpisahan yang terjadi namun saat itu merasa belum cukup mampu mengendalikan emosi dan situasi maka perceraian menjadi keputusan akhir dan dianggap sebagai jalan terbaik, meskipun anaknya masih sangat kecil dan membutuhkan peran ayah dalam tumbuh kembang mereka. Dalam suatu tatanan rumah tangga, konflik pertengkarannya rumah tangga menjadi hal yang tidak terbantahkan kehadirannya. Faktor-faktor penyebab pertengkarannya rumah tangga yakni ketidaksetiaan, ekonomi, mertua/ keluarga lainnya, pekerjaan rumah tangga, kebiasaan buruk, komitmen, seks, ponsel/ sosial media, pengasuhan anak, pekerjaan prioritas utama, kecanduan, dan anak (Andu, 2021).

Namun TR meyakini perceraian akan lebih baik dibanding harus hidup bersama pasangan yang tidak bisa mengontrol ego dan mengelola emosi secara baik yang justru kedepannya akan lebih memperburuk kondisi psikologi dirinya dan anak-anak. Berbeda dengan TR, SM mempertahankan ikatan pernikahannya secara negara karena faktor anak kedua SM yang memiliki kondisi istimewa (autism) yang masih sangat membutuhkan ayahnya, walaupun hanya sesekali dan secara fisik. Menyikapi hal tersebut, SM memilih untuk tetap melanjutkan hidup.

Merasa berat, keempat informan memiliki kekuatan untuk menjalani peran ibu tunggal karena

sebuah keharusan melanjutkan hidup dan menghidupi anak-anaknya. Aprilia dalam (Simanjuntak & La Kahija, 2023) mengatakan bahwa individu yang memiliki kontrol yang kuat akan lebih optimis dan cenderung lebih berhasil dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah. SM sebagai ibu tunggal, sebelumnya terdapat konflik dengan suami sehingga suaminya pergi dan SM memilih untuk menjadi ibu tunggal. Permasalahan dan kesulitan yang dialami oleh ketiga informan TR, NL, NM ada pada faktor ekonomi dan manajemen waktu antara bekerja dan mengurus anak.

Ketiga informan tersebut berpendapat bahwa sumber utama yang memberatkan peran mereka sebagai ibu tunggal adalah di faktor ekonomi. Di mana mereka harus mencukupi kebutuhan rumah tangga dan kebutuhan anak-anak dengan penghasilan yang cukup terbatas. Terutama pada NL yang tidak memiliki penghasilan tetap setiap bulannya. Sedangkan pada informan SM sudah lebih mandiri secara finansial meskipun harus dicukupkan, sehingga permasalahan utama yang dialaminya ada pada menghadapi psikologi anak yang terganggu akibat permasalahan rumah tangga dan perannya sebagai ibu tunggal. Menurutnya, Faktor psikologi anak adalah hal terpenting yang harus ia jaga.

NL yang bekerja sebagai pedagang di pasar harus berangkat setiap jam dua pagi untuk berdagang hingga jam enam pagi dilanjutkan dengan menjadi buruh setrika. Jika keadaan mendesak terutama saat anaknya membutuhkan keperluan untuk sekolah seperti uang buku dan lain sebagainya, NL akan mencari pekerjaan tambahan berupa menyediakan jasa cuci pakaian ke rumah-rumah di lingkungan tempat kerjanya, beban kerja yang cukup berat untuk menghidupi diri sendiri beserta anaknya. Ditambah dengan keadaan yang membuat waktunya untuk anak sangat terbatas. Dalam proses menjalani kehidupan sebagai ibu tunggal. Keempat informan mengalami disonansi kognitif. Festinger dalam (Dewanti & Irwansyah, 2021) menjelaskan bahwa setiap individu berusaha untuk menjaga konsistensi diantara berbagai kognisi seperti pikiran, perilaku, sikap, dan keyakinan di dalam dirinya. Kondisi inkonsistensi kognisi menimbulkan keadaan tidak nyaman dalam diri dan pada akhirnya mendorong individu untuk melakukan hal yang membawanya pada situasi yang konsonan. Sumber-sumber disonansi kognitif menurut Festinger yaitu berupa inkonsistensi logis, nilai budaya, pengalaman masa lalu, dan pendapat umum. Berdasarkan hasil penelitian, adapun sumber disonansi kognitif dari keempat informan tertuang dalam tabel 2. Sebagai berikut:

Tabel 2. Sumber Disonansi Kognitif

<b>Sumber</b>	<b>TR</b>	<b>SM</b>	<b>NL</b>	<b>NM</b>
Inkonsistensi logis	Merasa tidak seharusnya menjalani peran ibu tunggal	Berpikiran seharusnya dibahagiakan dan disayangi tetapi harus menerima keadaan untuk menjalani peran ibu tunggal	Pernah beranggapan miring terhadap peran ibu tunggal	Merasakan konflik batin antara keinginan diri dengan peran yang dijalani
Nilai budaya	-	Keluarga yang kadang tidak paham situasi melibatkan anaknya ke permasalahan orang tua. Membandingkan budaya barat dan timur.	-	-
Pengalaman masa lalu	Orang pertama di keluarga yang menjadi ibu tunggal	Orang pertama di keluarga yang menjadi ibu tunggal	Orang pertama di keluarga yang menjadi ibu tunggal	-
Pendapat umum	Mendapatkan Pertanyaan kenapa bisa berpisah, terkadang masyarakat menilai tanpa tahu apa yang	Ada yang mengolok-olok perannya sebagai ibu tunggal, berusaha memanfaatkan dirinya	Terdapat omongan tetangga terkait jam kerja dan perannya sebagai ibu tunggal	Terkadang perannya sebagai ibu tunggal kerap menjadi bahan candaan di tempat kerja

	sebenarnya terjadi.			
--	---------------------	--	--	--

(sumber: olahan peneliti)

Inkonsistensi logis yang dialami oleh keempat informan adalah kondisi dimana ketidaksesuaian antara keinginan dan kenyataan yang dihadapi. Keempat informan menyatakan bahwa tidak ada seorang pun yang menginginkan dirinya menjadi ibu tunggal di mana harus mengemban tugas sebagai ibu sekaligus menjadi ayah. Tugas ibu dalam rumah tangga seperti mendidik anak, mengurus rumah tangga harus ditambah dengan tugas mencari nafkah. Informan penelitian kerap mengalami konflik batin antara keinginan diri dengan peran yang harus diajalani saat ini. Terlebih harus menghadapi situasi kesepian akibat kehilangan pasangan, rasa menyesal akan perpisahan hingga menghadapi perkembangan anak yang terganggu dari segi psikologis akibat *fatherless*.

Kehadiran sosok Ayah menyumbang peranan penting dalam perkembangan psikologis anak. Ayah bukan semata menjadi “penyedia jasa keuangan” bagi keluarga namun juga semestinya menjadi teladan bagi anak-anaknya. Masalah psikologis anak dialami oleh SM pada anak pertamanya yang berumur 19 tahun. Kondisi *fatherless* membuat anaknya hingga harus melakukan konsultasi ke psikolog.

*” Faktor psikologis anak, jadi kalo anak-anak dengan orang tua tunggal itu ada sisi yang gak bisa dijamah. Fatherless lah pasti kan. Terus kadang-kadang, mentalnya tidak sekuat anak yang orang tuanya cukup. Ketika dia bersaing di luar zona nyamannya. Kalo dia di seputar pengasuhan kita, dekat dengan kita, emaknya, anak itu kuat. Tapi kalau dia jauh, itu terasa.” (wawancara SM, 6 September 2023).*

Inkonsistensi logis yang dialami oleh NL berupa pandangan miring yang dahulu ia miliki terhadap ibu tunggal. Namun saat ini NL sendiri yang mengalami peran ibu tunggal dan memahami bahwa tidak semua ibu tunggal sedemikian buruk seperti apa yang dia pikirkan sebelumnya. NL tidak pernah membayangkan sebelumnya harus menjalani peran ibu tunggal. Di mana pada saat pasangannya masih hidup, yang mencari nafkah adalah suaminya sedangkan ia hanya mengurus anak di rumah. Namun setelah kematian pasangan, NL harus keluar dari zona nyamannya demi mencukupi dan menghidupi anaknya seorang diri. TR menjadi informan dengan inkonsistensi logis yang cukup dominan dikarenakan di usia yang masih terbilang muda dibandingkan dengan ketiga informan lainnya dan telah mengalami dua kali pernikahan dan dua kali perceraian. Hal tersebut menjadi faktor kuat yang mempengaruhi diri TR yang beranggapan bahwa semestinya dia tidak berada di posisi ibu tunggal seperti

sekarang karena mengalami dua kali kegagalan dalam hubungan pernikahan.

Nilai budaya tidak menjadi sumber yang dapat menimbulkan disonansi kognitif pada ketiga informan yaitu TR, NL, dan NH. TR menjelaskan bahwa nilai budaya tidak menjadi pemicu ketidaknyamanan pada dirinya, karena baik di lingkungan keluarga maupun lingkungan tempat tinggalnya banyak ibu-ibu yang juga bekerja, membantu suami memenuhi kebutuhan rumah tangga. Berbeda dengan SM yang mengalami disonansi kognitif dari nilai budaya yang ada dikeluarganya karena berasal dari keluarga yang sebelumnya tidak ada riwayat ibu tunggal. SM mengatakan bahwa banyak pihak yang menentang keputusan SM menjadi ibu tunggal terutama dari pihak keluarga. SM juga beranggapan bahwa budaya barat cenderung lebih ramah dengan keberadaan ibu tunggal dibandingkan dengan budaya di Indonesia. SM merasa tidak nyaman dengan situasi saat keluarganya sering mempertanyakan keadaannya sebagai ibu tunggal namun tidak diikuti dengan niat membantu. Hanya bertanya keberadaan suaminya yang bahkan dia sendiri tidak tahu. Kondisi seperti ini kerap memicu konflik batin di dalam dirinya.

Tiga dari empat informan, yaitu TR, SM dan NL mendapati disonansi kognitif bersumber dari pengalaman masa lalu, di mana pada garis keturunan keluarganya, mereka menjadi orang pertama yang menjalani peran sebagai ibu tunggal. Pada ibu tunggal yang mengalami cerai hidup, keluarga seringkali membawa pembicaraan tentang kondisinya sebagai ibu tunggal, karena sebelumnya tidak ada yang menjadi ibu tunggal di keluarganya. Berasal dari keluarga yang utuh menjadikan peran ibu tunggal yang dijalani oleh ketiga informan tersebut menjadi cukup berat karena harus berjuang sendiri tanpa mengalami hal itu sebelumnya. Hal berbeda dialami oleh NM yang sudah banyak mengenal peran ibu tunggal dari keluarga dan lingkungan kerjanya. Selain itu, kondisi mantan suaminya yang sudah lama sakit-sakitan membuat NM terbiasa menjalani peran ibu tunggal meskipun suaminya masih ada di dunia.

Pendapat umum menjadi faktor yang cukup berdampak bagi keempat informan terutama karena stigma buruk yang terlanjur buruk di mata masyarakat. Kematian pasangan membuat istri menjadi sosok ibu tunggal yang harus mengatasi berbagai tekanan, perasaan sedih, hingga kembali beradaptasi dengan realitas sosial yang mencerminkan kehidupan barunya sebagai ibu tunggal. Begitu pula istri yang mengalami perceraian, menghadapi tekanan berupa trauma dan menghadapi stigma negatif dari masyarakat (Sutriyadi, 2022). NL sebagai ibu tunggal yang bekerja sebagai pedagang di pasar, mengharuskannya untuk berangkat bekerja jam dua pagi. Penampilan NL yang berambut pirang dan selalu keluar di malam hari untuk pergi ke pasar, mengundang stigma negatif dari beberapa orang. Mereka menganggap NL melakukan hal tidak benar seperti “perempuan bookingan” karena penampilan dan jam

kerjanya.

Pada informan SM, ia mengaku bahwa kadang kala ada orang-orang yang mengolok statusnya sebagai ibu tunggal, meskipun secara administrasi ia masih menikah. Ada pula beberapa orang yang berusaha mencoba mendekatinya hanya untuk memanfaatkan keadaan, di mana SM merupakan wanita karir yang bekerja sebagai ASN. Kesendiriannya menjadi peluang bagi orang yang tidak bertanggung jawab mencoba untuk memanfaatkannya. Status yang dijalani oleh NM sebagai ibu tunggal dan pekerjaan sebagai tenaga honorer di suatu instansi pemerintahan seringkali menjadi bahan bercandaan bagi rekan kantornya, seperti dijodohkan dengan rekan kerja yang juga *single*. NM memahami apa yang dilakukan oleh teman kerjanya hanya bercanda semata, namun terkadang membuat NM tidak enak hati dan merasa canggung hingga kadang membuat NM menangis.

Berbeda halnya dengan TR yang berusia paling muda di antara empat informan penelitian ini. Di lingkungan masyarakat ataupun lingkungan kerjanya tidak begitu memperdulikan dan melemparkan stigma buruk "janda" kepada dirinya sebagai ibu tunggal dengan status cerai hidup. Hanya saja ia sering mendapatkan pertanyaan atas penyebab perceraian dengan pasangannya. Hal tersebut terkadang membuat TR cukup terganggu. Pernah suatu saat ketika kumpul keluarga, permasalahan rumah tangga dan status TR sebagai ibu tunggal dibicarakan bersama anggota keluarga.

Sumber disonansi kognitif selanjutnya masih pada faktor pandangan umum, namun berkaitan dengan anak mereka. Kondisi ibu tunggal berpengaruh pada aspek psikologis anak. Keempat informan mengatakan bahwa mereka berupaya memberikan pengertian kepada anak-anak. Pada kasus TR sebagai ibu tunggal yang cerai hidup, anak pertamanya seringkali bertanya di mana sosok ayahnya. TR memberikan pengertian bahwasannya ayahnya tidak lagi tinggal di rumah yang sama karena bekerja di tempat yang jauh. Ketiga informan lainnya juga sering mengajak anak-anaknya berbincang tentang kehidupan dan peran ibunya sebagai ibu tunggal. Mereka berharap anak-anaknya dapat menerima keadaan dan memaklumi jika waktunya harus terbagi untuk bekerja dan mengurus rumah.

Pada awalnya, terdapat penyangkalan pada anak-anak keempat informan. Terutama pada informan NL dengan kondisi memiliki anak tunggal. Sebelum kematian ayahnya, anak NL sangat dimanja, segala kebutuhan dan keinginan dipenuhi oleh ayahnya. Sehingga terdapat *shock* ketika menghadapi kenyataan harus kehilangan sosok ayah. Seiring berjalannya waktu, anak-anak dari keempat informan mencoba mengerti keadaan ibunya sebagai ibu tunggal, cenderung tidak banyak menuntut dan membantu pekerjaan ibu di rumah.

Dalam mengatasi disonansi kognitif yang ada, keempat informan menempuh cara yang

berbeda masing-masing, namun terdapat beberapa kesamaan sikap. Festinger mengemukakan tiga cara yang dapat digunakan untuk mengurangi disonansi, yaitu: mengubah elemen tingkah laku, mengubah elemen kognitif, dan menambah elemen kognitif baru (Festinger, 1957). Cara masing-masing informan dalam mengatasi disonansi kognitif yang dialami tertuang pada Tabel 3. Sebagai berikut:

Tabel 3. Cara Mengatasi Disonansi Kognitif

Cara mengatasi	TR	SM	NL	NM
Mengubah elemen tingkah laku	Menjauhi sumber disonan berupa pendapat orang lain tentang ibu tunggal	Menjauhi sumber disonan berupa pendapat orang lain tentang ibu tunggal	Menjauhi sumber disonan berupa pendapat orang lain tentang ibu tunggal	Menjauhi sumber disonan berupa pendapat orang lain tentang ibu tunggal
Mengubah elemen kognitif	-	Berserah diri kepada tuhan	Berserah diri kepada tuhan	Berserah diri kepada tuhan
Menambah elemen kognitif	Mencari referensi di google dan youtube terkait pengelolaan stres	Menyibukkan diri merawat tanaman dan memelihara ikan	Mendengarkan ceramah di internet untuk menenangkan hati	Membuat postingan di media sosial untuk mendapat dukungan sosial

(sumber: olahan peneliti)

Mengubah elemen tingkah laku dilakukan oleh keempat Menurut Festinger mengubah elemen tingkah laku akan dilakukan ketika disonansi terjadi antara elemen yang berhubungan dengan pengetahuan mengenai lingkungan (elemen lingkungan) dan elemen tingkah laku. Metode ini sendiri sering dilakukan untuk mengurangi disonansi, sehingga tidak mengherankan apabila dilakukan oleh keempat subjek.

Keempat informan dalam rangka mengurangi kondisi disonansi kognitif yang dialami cenderung mengubah elemen tingkah laku dengan cara menjauhi sumber disonan yang membuat diri mereka tidak nyaman. Keempat informan mengetahui pandangan masyarakat terhadap sosok ibu tunggal. Istilah janda memiliki citra yang buruk di mata masyarakat Indonesia yang dapat menjadi beban psikologis bagi wanita dengan peran tersebut. Masyarakat pada umumnya beranggapan bahwa peran janda identik dengan perilaku negatif (Nuzula & Rizkiantono, 2021). Keempat informan memilih untuk tidak ambil pusing dan menarik diri dari orang yang berperilaku *toxic* yang dapat

mengganggu kesejahteraan psikologisnya. Informan menganggap stigma negatif dari masyarakat akan tetap begitu adanya dikarenakan ada beberapa yang memang cenderung berperilaku negatif namun tidak semua janda adalah orang yang buruk. Hal penting yang dilakukan oleh keempat informan adalah dengan fokus pada diri sendiri dan anak-anaknya.

Keempat informan mempresentasikan dirinya di mata masyarakat dengan citra yang positif, sebagai ibu tunggal yang harus bekerja keras untuk mencukupi kebutuhan hidup dan mendidik anak-anaknya. Sehingga, semua informan memutuskan untuk menjauhi sumber disonan tersebut. Perpisahan dengan pasangan baik secara cerai mati, cerai hidup, maupun kepergian tanpa status yang jelas, ketiganya menimbulkan rasa sedih pada ibu tunggal. Beban hidup yang kian berat ditambah dengan tuntutan anak, keluarga, hingga lingkungan sekitar menyulut perasaan disonansi kognitif pada ibu tunggal. Hal demikian dapat menjadi stressor bagi ibu tunggal. Keempat informan kerap mengalami stres dengan pemicu yang beragam. Faktor utamanya adalah keadaan ekonomi. Permasalahan ekonomi sangat berpengaruh pada kesejahteraan psikologis individu (Iganingrat & Eva, 2021). Banyaknya beban yang harus ditanggung dan rasa stres yang dialami tidak membuat para informan berada di titik putus asa dengan keadaan sehingga berniat untuk lari dari masalah dan meninggalkan tanggung jawabnya. Resiliensi diperlukan bagi ibu tunggal untuk menjadi pedoman kekuatan emosional dan psikologis individu.

Resiliensi menurut (Dimala et al., 2022) merupakan kemampuan daya lenting individu mengatasi dan beradaptasi dengan suatu kondisi traumatis atau permasalahan dalam kehidupan. Informan melakukan resiliensi dengan cara mengubah elemen kognitif yaitu berperilaku lebih religius. Ketika berada dalam kondisi disonansi kognitif, informan semampunya merubah *mindset* dari kekecewaan terhadap kenyataan menjadi menerima kenyataan atas dasar takdir dari Tuhan Yang Maha Esa (YME). Selain itu, perasaan sedih keempat informan akan berangsur pulih ketika bertemu dengan anak-anak.

Selanjutnya, sebagai upaya mengatasi disonansi kognitif yang dialami, keempat informan melakukan kegiatan tambahan untuk menyibukkan diri dan menghindari rasa sepi. Selain itu, TR mencari informasi tambahan terkait cara pengelolaan stres melalui internet sebagai ilmu yang sangat diperlukan dalam menajalani peran ibu tunggal. Kegiatan religius juga dilakukan seperti mendengarkan ceramah untuk mencapai ketenangan jiwa serta menjawab pertanyaan-pertanyaan di dalam diri informan terkait perannya sebagai ibu tunggal. Dukungan sosial juga dibutuhkan oleh ibu tunggal dalam bentuk penghargaan dan penerimaan yang positif dari lingkungan sekitar terhadap statusnya sebagai ibu tunggal. NM dan NL seringkali mengunggah aktivitas sehari-harinya yang memperlihatkan perannya sebagai ibu tunggal di media sosial, selain itu kegiatan mengunggah kalimat-kalimat yang menggambarkan apa yang mereka rasakan. Melalui itu, NM dan NL

mendapatkan dukungan sosial berupa semangat yang diberikan oleh teman di media sosial dari kolom komentar maupun pesan pribadi.

Sejauh ini, keempat informan belum mempunyai rencana untuk menikah lagi untuk mengurangi beban yang diemban sebagai ibu tunggal dikarenakan belum ada niat menjalin hubungan disebabkan rasa traumatis dan masih berfokus pada tumbuh kembang anak-anak menjadi anak yang kuat dan bahagia meskipun besar ditangan seorang ibu tunggal. Namun, tidak menutup kemungkinan untuk kembali menikah atas izin dari Tuhan YME.

Pertentangan antara keyakinan atau harapan yang dimiliki dengan kenyataan yang dialami oleh ibu tunggal menempatkan ibu tunggal pada kondisi disonansi kognitif. Berdasarkan temuan penelitian, ibu tunggal seringkali menghadapi ketidaksetaraan antara keinginan dalam memberikan kehidupan yang layak kepada anaknya seperti halnya anak dengan orang tua lengkap dan kenyataan kompleksitas beban tanggung jawab dalam mengemban peran ganda yang sulit untuk dijalani. Kondisi disonansi yang dialami berasal dari dalam dan luar dirinya. Terutama dalam proses komunikasi interpersonal, pendapat umum menjadi sumber yang memicu timbulnya keadaan disonansi kognitif pada diri ibu tunggal. Selaras dengan salah satu asumsi dasar teori disonansi kognitif bahwasannya sifat dasar yang melekat pada manusia adalah mengutamakan stabilitas dan konsistensi terhadap nilai keyakinan, sikap, serta perilaku. Ibu tunggal berusaha mengembalikan situasi menjadi konsisten seperti semula dalam dirinya melalui beberapa cara yaitu dengan cara mengubah elemen tingkah laku, mengubah elemen kognitif, dan menambah elemen kognitif.

Berdasarkan hasil penelitian, dukungan sosial menjadi hal penting bagi ibu tunggal disamping kebutuhan aspek ekonomi. Dukungan sosial dari keluarga, teman sejawat, dan masyarakat sangat dibutuhkan bagi penguraian inkonsistensi dalam diri Ibu tunggal. Seperti halnya Informan NL yang tergabung dalam grup perempuan pedagang yang berjualan di pasar, yang mendapatkan dukungan sosial dan motivasi untuk bekerja keras. Penerimaan masyarakat dan orang-orang di lingkungan sekitar sangat berarti bagi ibu tunggal dalam mengembalikan konsistensi nilai keyakinan, sikap dan perilakunya. Stigma masyarakat terhadap sosok ibu tunggal adalah hal yang tidak dapat dihindarkan. Melalui penelitian ini, peneliti berharap masyarakat semestinya dapat lebih sadar dalam memahami kondisi disonansi yang terjadi pada ibu tunggal. Mengingat betapa pergulatan batin dan kompleksitas upaya dalam menjalankan peran gandanya di dalam keluarga.

## **KESIMPULAN**

Disonansi kognitif yang dialami oleh keempat informan dominan bersumber dari inkonsistensi logis

dan pendapat umum. Keinginan keempat informan untuk dapat hidup berkeluarga dan berbahagia tidak sejalan dengan realita yang harus dijalani saat ini. Menjalani peran sebagai ibu tunggal baik disebabkan karena cerai mati, cerai hidup maupun ditinggalkan pasangan tanpa status yang jelas merupakan perihal yang berat, ditambah dengan tuntutan dari faktor eksternal seperti ekspektasi dari keluarga dan tekanan dari lingkungan sosial yang kerap menimbulkan disonansi kognitif dan berujung pada kondisi stres pada ibu tunggal. Menyikapi keadaan disonansi kognitif yang dialami, keempat informan cenderung menjauhi sumber disonansi, menyibukkan diri dengan berbagai aktivitas serta menambah elemen kognitif melalui informasi yang dapat membantu menguatkan diri mereka sebagai ibu tunggal. Alasan utama dari para informan untuk tetap melanjutkan hidup yaitu kehidupan anak-anak mereka.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adison, J., & Suryadi. (2020). Peranan Keluarga Dalam Membentuk Kedisiplinan Anak Kelas Vii Di Smp Negeri 1 Koto Xi Tarusan Kabupaten Pesisir Selatan. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(6), 1131–1138.
- Andu, C. P. (2021). Faktor – Faktor Pertengkaran antara Suami dan Istri di dalam Rumah Tangga Serta Pemicunya. *Communications*, 3(1), 18–42. <https://doi.org/10.21009/communications.4.1.2>
- Annur, C. M. (2023). *Kasus Perceraian di Indonesia Melonjak Lagi pada 2022, Tertinggi dalam Enam Tahun Terakhir*. Databoks.Katadata.Co.Id. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/03/01/kasus-perceraian-di-indonesia-melonjak-lagi-pada-2022-tertinggi-dalam-enam-tahun-terakhir>
- Budyatna, M. (2015). *Komunikasi Antar Pribadi*. Kharisma Putra Utama.
- Dewanti, I. N., & Irwansyah, I. (2021). Disonansi Kognitif Dalam Perilaku Konsumen Masyarakat Indonesia Terhadap Pembelian Produk Tanpa Logo Halal. *Jurnal Lensa Mutiara Komunikasi*, 5(1), 99–109. <https://doi.org/10.51544/jlmk.v5i1.1657>
- Dimala, C. P., Hakim, A. R., Aprijal, R., Azizah, I. N., & Fadhil, A. F. (2022). Resiliensi sebagai mediator pengaruh bullying terhadap psychotic like experience pada remaja di kabupaten karawang. *Jurnal Psikologi*, 6(2), 72–82. <https://journal.ubpkarawang.ac.id/index.php/Psikologi/article/view/2024/1470>
- Febriansyah, D. (2022). *Janda di Prabumulih Bertambah 305 Orang, Ini Faktor Penyebabnya*. Sindonews.Com. <https://daerah.sindonews.com/newsread/647169/720/janda-di-prabumulih-bertambah-305-orang-ini-faktor-penyebabnya>
- Festinger, L. (1957). *A Theory of Cognitive Dissonance*. Standford University Press.
- Griffin. (2012). *A First Look at Communication Theory*. McGraw-Hill Companies.
- Iganingrat, A., & Eva, N. (2021). Kesejahteraan psikologis pada Ibu tunggal : Sebuah literature review. “*Memperkuat Kontribusi Kesehatan Mental Dalam Penyelesaian Pandemi Covid 19: Tinjauan Multidisipliner*,” 1, 444–451.

- Kusnandar, V. B. (2022). *Ini Kabupaten dengan Penduduk Cerai Hidup Tertinggidi Sumatera Selatan*. Databoks.Katadata.Co.Id. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/06/10/ini-kabupaten-dengan-penduduk-cerai-hidup-tertinggi-di-sumatera-selatan>
- Miles, M. ., Huberman, A. ., & Saldana. (2014). *Qualitative Data Analysis*. Sage Publisher.
- Moleong, L. J. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif* (Edisi Revi). Remaja Rosdakarya.
- Mulyana, D. (2016). *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Remaja Rosdakarya.
- Munir, M., & Ayu Pamukir, D. (2021). Pola Komunikasi Feminisme Dalam Video Najwa Shihab dan Agnes Monica. *Communications*, 3(1), 87–107. <https://doi.org/10.21009/communications.4.1.5>
- Nuzula, K. F., & Rizkiantono, R. E. (2021). Perancangan Kampanye Mengurangi Stigma terhadap Ibu Tunggal akibat Perceraian. *Jurnal Sains Dan Seni ITS*, 10(1), 56–63. <https://doi.org/10.12962/j23373520.v10i1.59987>
- Prahastami, K. K., Virgonita, M., & Winta, I. (2022). Coping Strategy Orang Tua Tunggal Tak Menikah Di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 1320–1327.
- Puspitaningrum, D., & Satiningsih. (2020). Karakteristik Hardiness Pada Remaja yang Diasuh oleh Single Mother. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 1–7.
- Rahayu, S. A., Siany, L. I., & Nurhadi. (2016). Strategi Adaptasi Menjadi Single Mother (Studi Deskriptif Kualitatif Perempuan Single Mother di Desa Cepokosawit Kecamatan Sawit Kabupaten Boyolali). *Jurnal Analisa Sosiologi UNS*, 5(2), 9–25. <https://jurnal.fkip.uns.ac.id/index.php/sosant/article/view/9027/6586>
- Sari, I. P., Ildil, I., & Yendi, F. M. (2019). Resiliensi Pada Single Mother Setelah Kematian Pasangan Hidup. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 4(3), 78. <https://doi.org/10.23916/08411011>
- Simamora, Y. A., Yuliani, D., & Wardhani, D. T. (2019). Hardiness Perempuan Rawan Sosial Ekonomi Dalam Pemenuhan Kebutuhan Ekonomi Di Kelurahan Sukapura Kecamatan Kiaracandong Kota Bandung. *LINDAYASOS: Jurnal Ilmiah Perlindungan Dan Pemberdayaan Sosial*, 1(2), 176–188.
- Simanjuntak, C. C., & La Kahija, Y. F. (2023). Interpretative Phenomenological Analysis Tentang Pengalaman Single Mother Pascakematian Suami. *Jurnal EMPATI*, 12(5), 386–391. <https://doi.org/10.14710/empati.2023.29043>
- Sirait, N. Y. ., & Manauli, I. (2015). Hardinesss pada Single Parent. *Jurnal DIVERSITA*, 1(2), 28–38.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sutriyadi, M. S. (2022). Gambaran kebermaknaan hidup ibu tunggal yang memiliki anak dengan disabilitas intelektual. *Jurnal Penelitian Kualitatif Ilmu Perilaku*, 3(1), 8–16.
- West, R., & Turner, L. H. (2008). *Pengantar Teori Komunikasi Analisis dan Aplikasi Edisi 3* (3rd ed.). Salemba Humanika.
- Zakaria, S. M., Nurul Shafini Shafurdin, Noremy Md Akhir, Suzana Mohd Hoesni, & Manap, J. H. (2019). Life challenges of a single-mother: its' impact on emotional well-being. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 4(24), 69–84.