

Kesejahteraan Subjektif Pada Single Mother yang Bekerja dan Memiliki Anak Disabilitas

Mahendra Adi Tyawardana

Jurusan Psikologi, FIP, Universitas Negeri Surabaya,
email: mahendra.18087@mhs.unesa.ac.id

Muhammad Syafiq

Jurusan Psikologi, FIP, Universitas Negeri Surabaya,
email: muhammadsyafiq@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran kesejahteraan subjektif pada single mother yang bekerja dan memiliki anak disabilitas. Metode penelitian ini adalah kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian ini terdiri dari tiga orang yang memiliki rentan usia antara 40 – 50 tahun dengan latar belakang profesi yang berbeda – beda. Penelitian ini menemukan empat tema besar, diantaranya evaluasi kognitif terhadap status sebagai single mother yang bekerja dan memiliki anak disabilitas, evaluasi afek positif atas kondisi emosional yang muncul dalam diri, pengalaman tidak menyenangkan dari subjek berupa afek negatif dalam kehidupan, serta faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif. Dari hasil temuan tema tersebut, dianalisis menggunakan metode tematik dan menemukan bahwa ketiga subjek memiliki makna kesejahteraan subjektif yang positif dengan cara bersyukur atas kondisi kehidupan yang sekarang, meningkatkan religiusitas, serta menjalin relasi yang baik dengan lingkungan sosial terdekatnya.

Kata kunci : kesejahteraan subjektif, single mother, bekerja, anak disabilitas

Abstract

This study aims to find out how the subjective well-being picture of single mothers who work and have children with disabilities. This research method is qualitative using a case study approach. The subjects of this study consisted of three people who were aged between 40-50 years with different professional backgrounds. The results of this study found four major themes including cognitive evaluation of status as a single mother who works and has children with disabilities, evaluation of positive affect on emotional conditions that arise in oneself, unpleasant experiences of the subject in the form of negative affect in life, and factors that influence subjective well-being. From the findings of the theme, it was analyzed using the thematic method and found that the three subjects had a positive subjective well-being meaning by being grateful for the current living conditions, increasing religiosity, and establishing good relationships with their closest social environment.

Keywords : subjective well-being, single mother, working, disabilities child

Pendahuluan

Anak disabilitas adalah seseorang yang memiliki keterbatasan baik fisik, mental, maupun kognitif yang berbeda dari manusia normal pada umumnya (Triutari, 2014). Dengan keterbatasan yang dimiliki oleh anak disabilitas, tentunya keluarga khususnya orang tua merupakan lingkungan primer yang mempunyai tanggung jawab untuk mengasuh dan mendidik anak - anaknya. Merawat anak tidak berarti hanya sekedar untuk membesarkan dan memberi asupan makanan yang baik saja, namun anak dengan disabilitas juga harus diberikan nilai karakter dan budi pekerti serta kasih sayang yang tulus agar bisa menjadi anak yang bermoral serta berprestasi (Mukhtar et al., 2018). Meninjau dari kompleksnya proses dalam mengasuh anak, tentunya menimbulkan beban dan stress yang berat orang tua jika tidak intens

dalam memperhatikan kebutuhan anak. Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (McConnell et al., 2014) menunjukkan hasil bahwa orangtua dengan anak penyandang disabilitas memiliki tingkat permasalahan psikologis yang kompleks. Dalam penelitian tersebut, menyatakan bahwa beban psikologis yang subjek rasakan adalah sering merasakan duka dan marah, serta rasa isolasi diri karena sering mendapatkan stigma negatif karena memiliki anak dengan gangguan perkembangan (disabilitas). Dari penelitian tersebut tentunya dukungan sosial yang *supportif* dan terciptanya suasana lingkungan keluarga yang harmonis antara ayah dengan ibu perlu dilakukan agar bisa berbagi peran dalam mengasuh anak. Selain itu juga, komunikasi interpersonal yang baik juga sangat dibutuhkan dalam kolaborasi untuk mengasuh anak disabilitas. (Dewi & Sudhana, 2013).

Tentunya dengan beban mengasuh anak yang mengalami disabilitas membutuhkan tenaga yang lebih ekstra agar anak – anak tersebut mampu untuk bertumbuh serta berkembang dengan baik. Permasalahannya, tidak semua manusia yang ada di dunia ini mampu untuk memiliki keluarga yang anggota keluarga intinya lengkap terdiri dari ayah, ibu, dan anak. Banyak peristiwa seperti bencana alam dan sakit hingga meninggal dunia, menyebabkan seseorang harus berpisah dengan pasangannya. Salah satu contohnya adalah ketika seorang perempuan yang tidak memiliki suami dan hanya mengasuh anak seorang diri. Perempuan ini selanjutnya disebut sebagai seorang *single mother*.

Single mother adalah seorang perempuan yang ditinggal pergi oleh suaminya baik dalam kondisi dicerai atau meninggal dunia dan memutuskan untuk tidak menikah lagi sehingga harus merawat serta membesarkan anak seorang diri tanpa seorang suami (Lestari, 2016). Status sebagai seorang *single mother* merupakan babak kehidupan baru bagi seorang perempuan ditambah harus memiliki anak disabilitas. *Single mother* harus mengambil kewajiban peran seorang ayah sekaligus seorang ibu dalam keluarganya seperti menjadi seorang kepala keluarga, mencari nafkah, mengasuh dan bertanggung jawab atas kesejahteraan psikis anaknya (Hurlock, 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Aulia menyebutkan bahwa *single mother* dengan anak kebutuhan khusus membutuhkan cara pola asuh berupa ketelatenan dan kesabaran yang ekstra dibandingkan dengan anak normal pada umumnya dengan tujuan agar anak disabilitas itu mampu memahami pelajaran atau ilmu yang diberikan oleh orang tua mereka (Aulia & Nurdibyanandaru, 2020). Penelitian yang ada sebelumnya, menyebutkan bahwa perempuan yang ditinggalkan cerai oleh suami mengalami masalah utama yaitu mengenai keuangan mereka karena dalam rumah tangganya akan mengalami penurunan finansial hingga mencapai 50 persen (Molina, 2000). Hal tersebut dikarenakan yang menjadi tulang punggung dalam mencari nafkah hanyalah seorang perempuan saja dan sebelumnya yang mencari nafkah adalah suaminya, sehingga membutuhkan penyesuaian diri untuk memulai kehidupan barunya sebagai *single mother*. Masalah berikutnya adalah stigma negatif yang ada di masyarakat khususnya tentang perempuan yang cerai dengan suaminya dianggap orang yang gagal membina rumah tangga dan rentan dituduh penggoda suami orang (Parker et al., 2016). Dari banyaknya permasalahan yang dialami oleh para penyandang status *single mother*. Tentunya, pasti ada ketidakseimbangan antara bekerja dan

mengasuh anak. Terlebih anak dengan disabilitas mengakibatkan para *single mother* kerap mengalami *stress parenting*.

Stress parenting adalah serangkaian peristiwa yang muncul atau yang dialami oleh seseorang yang mengasuh anak karena beban dan tekanan psikologis akibat tidak bisa membagi peran mereka untuk mengasuh dan melakukan pengaturan kehidupan rumah tangga yang baik (Burack et al., 2012). Tuntutan untuk menjadi orang tua bagi anak disabilitas tentunya memberikan kontribusi beban stres lebih tinggi daripada mengasuh anak normal pada umumnya. Gejala stresor yang menjadi kontribusi dalam *stress parenting* orangtua dengan anak disabilitas yakni keterbatasan fisik yang dimiliki anaknya, rendahnya intelektualitas dan kemampuan mengurus dirinya sendiri, serta rendahnya kemampuan sosial mereka (Burack et al., 2012). Pendapat lain juga mengatakan, tentunya sebagai orangtua akan mengalami rasa khawatir dengan masa depan anak mereka jika tidak bisa sukses atau berprestasi karena kemampuan mengurus diri anaknya yang rendah (Vani et al., 2014). Hal tersebutlah yang membuat para orang tua sulit untuk mempertahankan cara berpikir positif sehingga menyebabkan *stress parenting* dalam rentan waktu yang cukup lama (Barlow et al., 2008).

Orang tua tunggal yang harus bekerja dan mengasuh anak yang menyandang disabilitas tentu menjalani peran yang tidak mudah. Berbagai tekanan akan dialami akibat beban peran ganda sebagai orang tua tunggal pencari nafkah keluarga dan sekaligus mengasuh anak yang memerlukan layanan khusus. Pengertian anak disabilitas adalah seseorang yang memiliki keterlambatan perkembangan baik psikis maupun fisiologis. Sedangkan pengertian *single mother* adalah seorang perempuan yang secara mandiri mengurus anaknya secara mandiri tanpa memiliki suami atau pasangan rumah tangga. Pengalaman dan kenyataan hidup sebagai seorang *single mother* yang harus bekerja dan memiliki tanggung jawab untuk mengasuh anak dengan disabilitas.

Individu memiliki kapasitas untuk mengatasi masalah yang dialami atau beban yang ditanggung. Salah satunya adalah strategi mekanisme coping. Strategi mekanisme coping merupakan cara manusia untuk mampu dalam mengatasi stres yang tepat, melalui berbagai kontrol pikiran, hati dan perasaan. Lalu ditunjukkan bahwa salah satu topik psikologi yang relevan untuk menggambarkan kondisi psikologis orang tua tunggal bekerja dengan anak disabilitas adalah *subjective well-being*.

Diantara beberapa dinamika psikologis yang

terjadi pada *single mother*, tidak semua mengalami stress dan depresi, ada beberapa orang yang mampu memberikan makna positif dengan meningkatkan subjective well beingnya. Penelitian yang dilakukan oleh (Herbst, 2012), menunjukkan hasil bahwa ketika individu sedang mengalami kesulitan, mampu mengubah kesulitan tersebut dengan memaknai secara positif dan memilih untuk menyukai pekerjaan yang mereka kerjakan.

Individu yang mampu mengubah pola persepsi negatif yang menimpa dirinya menjadi pengalaman yang positif, maka seseorang tersebut mampu menerapkan *subjective well-being* pada dirinya. Menurut (Compton & Hoffman, 2013) *subjective well-being* adalah cara seseorang dalam melakukan persepsi atas pengalaman yang ada pada hidupnya baik berupa afek positif maupun afek negatif (emosi) dan kepuasan hidup (kognitif) yang sudah pernah dilalui. Seseorang mengalami afek negatif ketika mereka sering merasa tidak puas atas pencapaian hidupnya dan sering merasakan emosi negatif. Sebaliknya, orang yang mengalami afek positif adalah saat mereka mampu untuk merasa bahagia, merasa berkecukupan, dan sering merasakan emosi yang menyenangkan. Seseorang yang memiliki tingkat *subjective well-being* tinggi mereka akan merasa percaya diri dan optimis untuk menjalani kehidupan serta mampu menjalin interaksi sosial yang baik dalam lingkungan masyarakat disekitarnya.

Penelitian dengan topik subjective well-Being sebelumnya telah diteliti pada orang tua tunggal yang membahas hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada orang tua yang memiliki anak tuna grahita menunjukkan hasil bahwa sebanyak 51 orang dari 83 partisipan memiliki tingkat kebersyukuran yang tinggi sejalan dengan konsep *subjective well-being* yang memaknai afek positif berupa kebahagiaan dapat diperoleh melalui proses penerimaan diri atas anak mereka dan kebersyukuran yang tinggi terhadap segala pencapaian kehidupannya (Murisal & Hasanah, 2017) Juga telah diteliti pada orang tua dengan anak disabilitas, ditemukan hasil mengenai gambaran *subjective well-being* pada *single mother* dengan anak disabilitas yang melibatkan sebanyak 3 orang partisipan mendapatkan hasil bahwa kesejahteraan subjektif didapatkan dari tingkat pendapatan masing – masing subjek (Wiranti & Sudagijono, 2017). Semakin banyak pendapatan yang dimiliki, maka untuk memenuhi kebutuhan sehari – hari menjadi lebih mudah, makmur, dan sejahtera. Kebahagiaan dan kesejahteraan dapat mereka dapatkan ketika pemenuhan kebutuhan perekonomiannya sudah tercukupi (Wiranti & Sudagijono, 2017).

Namun, *subjective well-being* belum banyak diteliti pada *single mother* yang bekerja sekaligus

memiliki anak disabilitas. Berdasarkan atas alasan tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran subjective well-being pada *single mother* yang bekerja dan memiliki anak disabilitas.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Tujuan dari pemilihan metode kualitatif adalah untuk melakukan eksplorasi atas pengalaman subjek secara lebih mendalam serta untuk memahami makna tersurat dari fenomena yang sulit dipahami (Cresswell, 2013). Model pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan pendekatan studi kasus. Pendekatan studi kasus adalah pendekatan yang dilakukan secara intens, mendalam, dan menyeluruh. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji gambaran *subjective well-being* pada *single mother* yang bekerja dan memiliki anak disabilitas.

Subjek

Berdasarkan identifikasi di lingkungan sekitar, terdapat beberapa orang yang ditemui karakteristik responden seperti judul dalam penelitian ini yakni seorang *single mother* yang bekerja dan memiliki anak disabilitas. Kemudian dari responden tersebut, peneliti mencoba untuk mengembangkan dan melakukan identifikasi terhadap responden – responden yang memiliki kriteria serupa. Berdasarkan hasil identifikasi dan proses pencarian selama beberapa minggu ditemukan ada 5 responden yang memenuhi kriteria penelitian. Namun setelah melakukan pendekatan lebih lanjut, dari 5 responden yang ditemui hanya 3 orang yang bersedia untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini.

Subjek penelitian yang digunakan yaitu seorang perempuan yang telah menjadi *single mother* baik itu karena cerai mati atau karena cerai hidup. Sedang bekerja sekaligus mengurus anak. Kemudian subjek harus berusia 30 – 50 tahun karena usia tersebut merupakan usia produktif seseorang untuk berkerja. Kriteria berikutnya yaitu anaknya adalah penyandang disabilitas.

Dari kriteria subjek yang sudah peneliti tentukan tersebut. Didapatkan 3 partisipan dengan spesifikasi sebagai berikut :

Nama	Usia	Status	Pekerjaan	Anak
Marwah	43 tahun	Cerai mati	Guru Privat	Tuna Rungu
Ani	42 tahun	Cerai mati	Driver	Tuna Daksa
Yana	50 tahun	Cerai hidup	Peternak	Tuna Grahita

Untuk subjek pertama, Peneliti coba mencari rekan – rekan peneliti yang saat ini sedang mengajar di sekolah luar biasa. Kemudian, peneliti menjelaskan dan mencari langsung didampingi rekan subjek untuk mencari wali murid yang sesuai kriteria peneliti. Dari proses pencarian tersebut, diberikannya informasi kontak subjek melalui pesan elektronik yaitu Whatsapp dan peneliti langsung mencoba menghubungi serta menjalin rapport dengan calon subjek. Untuk subjek kedua, peneliti mendapatkan dari rekan peneliti yang satu organisasi dengan peneliti. Kemudian, orangtuanya kebetulan sesuai dengan kriteria penelitian. Untuk subjek ketiga, merupakan saudara dari keluarga besar peneliti. Ketiga subjek yang didapatkan sudah ditanyakan kesediaannya dan peneliti menjamin keamanan serta kerahasiaan sumber data lewat *informed consent*.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan wawancara mendalam semi terstruktur. Wawancara semi terstruktur adalah sebuah teknik wawancara yang berguna untuk menggali informasi lebih dalam dan secara terbuka kepada subjek penelitian dengan tetap memperhatikan pedoman wawancara sebelumnya yang telah dibuat (Sugiyono, 2019).

Pertanyaan wawancara semi terstruktur yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan memperhatikan pedoman wawancara dengan tujuan untuk menghindari bias. Pedoman wawancara yang digunakan adalah menggunakan teori *subjective well being* yang dikemukakan oleh (Diener, 2009). Dengan memperhatikan tiga aspek dalam *subjective well - being* antara lain adalah afek positif dan afek negatif yang kemudian disebut sebagai aspek afektif serta aspek ketiga adalah kepuasan hidup yang disebut sebagai aspek kognitif.

Wawancara dilakukan selama tiga hari. Wawancara ini dilakukan dengan melakukan kunjungan langsung ke tempat tinggal partisipan. Hal ini dilakukan dengan tujuan sebagai cara peneliti untuk menjalin rapport yang baik dengan partisipan. Cara yang dilakukan dalam menghindari subjektivitas, peneliti mencoba untuk tidak bersikap judgemental supaya responden tetap nyaman saat proses wawancara dengan peneliti.

Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis tematik. Topik penelitian yang akan dikaji, bisa diinterpretasikan dan mampu menyajikan informasi kaya akan data yang detail menggunakan teknik analisis tematik ini. Selain itu, teknik analisis tematik adalah sebuah metode yang terdiri dari identifikasi, analisis dan laporan pola tema data penelitian.

Menurut (Braun & Clarke, 2006), teknik analisis data tematik memiliki enam tahapan. Tahapan pertama yaitu pembiasaan diri dengan data, peneliti harus rajin untuk membaca ulang hingga terbiasa dengan data – data yang sudah dimiliki. Tahapan kedua yaitu pembuatan kode awal, peneliti membuat beberapa kode awal yang relevan dengan macam pertanyaan yang telah dibuat. Tahapan ketiga yaitu pembuatan tema, kode – kode yang terlihat sama dikelompokkan menjadi satu tema. Tahapan keempat yaitu review tema, tahapan ini peneliti mencoba untuk memastikan jika kode yang dibuat sesuai dengan pengelompokkan tema. Tahapan kelima yaitu melakukan definisi dan pemberian nama tema, peneliti memberikan nama tema yang sesuai. Pada tahapan keenam yaitu pembuatan laporan, peneliti membuat laporan secara tertulis dan rinci dengan meninjau tahap – tahap sebelumnya.

Uji Keabsahan Data

Uji keabsahan data dilakukan melalui triangulasi data dan *member checking*, teknik triangulasi data yaitu teknik pemeriksaan keabsahan data dengan memanfaatkan sesuatu yang lain (Lexi & M.A., 2010). Untuk menggali informasi lebih akurat dari perspektif lain subjek, peneliti menggunakan *significant other*. *Significant other* dalam penelitian ini adalah kerabat dekat atau orang yang tinggal bersama subjek satu rumah.

HASIL

Data hasil penelitian ini dianalisis dengan mengacu pada teori *subjective well-being* Diener (2008). Berdasarkan teori tersebut, data didapatkan tiga tema besar yang digunakan dalam penelitian ini antara lain yakni evaluasi kognitif terhadap status sebagai single mother yang bekerja dan memiliki anak disabilitas dengan sub tema kehidupan saat awal ditinggal oleh suami, awal memiliki anak disabilitas, kondisi kehidupan saat ini, harapan kehidupan di masa depan; Kemudian tema berikutnya adalah evaluasi afek positif atas kondisi emosional yang muncul dalam diri, tema ketiga adalah pengalaman tidak menyenangkan dari subjek berupa afek negatif dalam kehidupan. Untuk Tema yang terakhir, peneliti menambahkan tema lain yaitu Faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* dengan sub tema faktor demografis dan faktor psikologis. Berikut ini merupakan penyajian lebih lengkap atas hasil dari temuan penelitian yang sudah dilakukan.

Evaluasi kognitif terhadap status sebagai single mother yang bekerja dan memiliki anak disabilitas.

Evaluasi kognitif merupakan bagaimana penilaian subjektif seseorang terhadap makna kesejahteraan yang subjek dapatkan berdasarkan proses kognitif

Kesejahteraan Subjektif Pada Single Mother yang Bekerja dan Memiliki Anak Disabilitas

subjek. Ketiga subjek memiliki pengalaman yang berbeda ketika harus mengetahui awal mereka menjadi seorang *single mother* yang harus ditinggalkan oleh suami mereka. Banyak perasaan yang dirasakan muncul ketika mereka harus mendapatkan kenyataan hidup yang menurut mereka cukup berat. Berikut ini merupakan pernyataan yang diungkapkan oleh kedua subjek ketika harus menerima kenyataan bahwa suami mereka pergi untuk selamanya atau meninggal dunia, sehingga status cerai mati disandang oleh kedua *single mother* ini.

Saya dulu ditinggal meninggal dunia sama suami saya. Saya sadar bahwa harus mencukupi kebutuhan anak, karena saya udah gaada suami. Awalnya sedih, tapi gak boleh berlarut – larut. Saya putusin kerja sambil ngasuh anak saya yang masih bayi ini (Marwah, 20 Desember 2021)

Rasanya waktu itu hati saya memang sudah mengikhhlaskan kepergian suami. Tapi terasa sedih juga karena meninggal saat anak – anak masih butuh sosok Ayah. Saya yang akhirnya sekarang kerja seadanya sambil menyekolahkan anak dan cari uang buat penunjang kebutuhan rumah tangga. Susah atur waktunya, tapi yakin bisa yang penting dikit – dikit lihat jam, biar bisa seimbang antara ngurus anak dan kerja. (Ani, 24 Desember 2021).

Pengalaman yang dirasakan oleh keduanya sama – sama merasakan kesedihan yang mendalam, khususnya oleh subjek Marwah yang lebih bisa untuk mengikhhlaskan suaminya karena sudah menderita sakit yang cukup lama. Hal berbeda dirasakan oleh subjek Yana yang merasa marah karena harus mengetahui bahwa hubungan dengan suaminya harus berpisah karena kasus perselingkuhan sehingga harus menyandang status menjadi *single mother* dengan cerai hidup. Subjek akhirnya dipulangkan ke kampung halaman, tapi tidak selang waktu lama berusaha untuk mencari pekerjaan ke kota.

Pada awalnya saya merasa marah banget terutama pas awal ketauan selingkuh. Tapi, saya coba tahan gak marah karena saya lagi hamil juga, jadi demi kesehatan saya dan bayi saya. Saya memilih untuk diam. Pernah merasa *sumpek* “suntuk” dan frustrasi gitu. [...] Saya cari kerja aja buat masa depan anak dan mencari nafkah, anak saya tak ajak juga merantau ke surabaya nemenin saya biar bisa pantau aktivitasnya juga. (Yana, 29 Desember 2021).

Semua pernyataan tersebut juga dibenarkan oleh *significant other* yang mana pernyataan tersebut

diberikan mereka guna untuk memperkuat bukti bahwa subjek yang menjadi *single mother* mengalami duka, ikhlas serta perasaan marah ketika harus menerima kenyataan hidup ditinggal pergi oleh suaminya. Untuk detail pernyataan ini adalah sebagai berikut :

Waktu itu adik saya ini pikirannya kosong dan melamun beberapa hari dan meneteskan air mata gitu (Laras, 20 Desember 2021).

Pas antar pemakaman itu nggak nangis haru gitu, lebih kuat dan tegar MD ini, karena memang sudah ikhlas kalo harus dipanggil tuhan” (Danta, 24 Desember 2021)

Langsung dipulangkan gitu aja mas ke Desa, DY kesal banget sama perilaku mantan suaminya (Rifah, 29 Desember 2021)

Tentunya perasaan – perasaan yang dirasakan oleh para subjek yang selama ini mengikat janji sehidup semati untuk terus bersama terasa tidak sesuai dengan apa yang mereka ekspektasikan di awal kehidupan pernikahannya. Pria merupakan kepala keluarga yang juga menjadi tulang punggung rumah tangga dalam mencari nafkah harus pergi meninggalkan mereka. Menjalani peran baru tanpa kehadiran suami terutama harus mengasuh anak menjadi tantangan yang berat untuk mereka. Kehidupan anak yang berkebutuhan khusus tentunya menambah beban hidup menjadi terasa sulit untuk dijalani.

Babak kehidupan yang terasa sulit dijalani untuk para subjek, nampak ketika subjek harus memaknai kesejahteraan dengan awal pertama mengetahui kondisi anak subjek ternyata adalah seorang penyandang disabilitas. Berbagai perasaan yang muncul mulai dari rasa ragu, takut, cemas dan bingung bagaimana cara mengasuh anaknya yang berbeda dan istimewa itu. Berikut ini merupakan hasil temuan pernyataan yang diungkapkan oleh para subjek kepada peneliti

Anak saya seperti itu karena awal dia lahirnya prematur. Masa kehamilannya hanya 7 bulan saja. Dari situ mempengaruhi perkembangan fisiknya yang tidak sempurna khususnya tangannya yang sebelah kiri tidak normal sehingga mengalami tuna daksa. Saya takut atau ragu gitu kalok gabisa mengasuh dengan benar, apalagi bayi prematur gak bisa kena air, jadi harus basuh sama air degan ijo pas bayi. (Marwah, 20 Desember 2021).

Sekitar usia 1 tahun biasanya anak normal pada

umumnya kan sudah bisa jalan, sudah bisa berbicara walaupun hanya beberapa kata seperti memanggil mama, papa, embah. Tetapi dio di usia tersebut mengalami keterlambatan baik dalam berjalan maupun berbicara. Dari situ saya merasa aneh dengan perkembangan Dio, akhirnya saya bawa ke tempat pemeriksaan telinga dan dio dikasih obat dan diperiksa menggunakan alat. Dan ternyata dio mengalami gangguan dalam pendengaran. [...] saat tau anak saya tuna rungu saya cemas bagaimana nanti dengan lingkungan disekitarnya apa bisa menerima dan mengerti keadaan Dio. (Ani, 24 Desember 2021)

[...]diperiksa kembali perihal intelektualitasnya ternyata mengalami keterlambatan dalam berfikir gitu katanya si dokternya. Saya merasa gak paham sama apa yang dimaksudkan. Ternyata namanya itu adalah tuna grahita atau hambatan intelektualitas. Jadi IQ anak saya dibawah rata – rata anak normal. Saat SD saya merasa anak ini susah dalam menangkap materi pembelajaran, kemudian sama gurunya disarankan untuk dimasukkan ke SLB. [...] Saya bingung merasa linglung harus bagaimana untuk menyekolahkan anak saya yang biayanya saja gak ada, terus nanti masa depannya juga bagaimana, mas (Yana, 29 Desember 2021)

Subjek pertama, Marwah merasa bahwa ragu dan takut jika nantinya tidak bisa mengasuh anaknya yang terlahir prematur dengan baik dan benar. Rasa cemas juga dialami oleh subjek kedua Ani, yang mengkhawatirkan bagaimana masa depan anaknya ketika dewasa kelak apa mungkin bisa bertahan dengan lingkungan sosialnya. Kebingungan dirasakan oleh subjek ketiga Yana, yang merasa bingung anaknya ini harus disekolahkan dimana karena terbatasnya pendapatan yang dimiliki dan tidak mengerti bagaimana cara mendidik anaknya seorang diri.

Setelah belasan tahun menjalankan kehidupan bersama anak mereka yang mengalami disabilitas dan ditambah harus bekerja untuk menggantikan peran seorang ayah yang menghidupi kehidupan keluarga juga, membuat peneliti untuk mencoba melihat bagaimana konsep evaluasi kognitif para subjek pada kondisi kehidupan pada saat ini. Kehidupan dan waktu terus berjalan dan para subjek harus terus bisa menjalankan kehidupan baru menjadi pribadi yang lebih baik, hal tersebut dibuktikan bahwa sebagai makhluk sosial tentunya subjek tidak terlepas dari bantuan manusia yang lainnya. Berikut ini merupakan pernyataan para subjek secara lebih rinci :

Buat ngurus anak, ya saya dari jaman dulu belajar dari orang tua dari orang – orang yang udah sepuh gitu. Tanya – tanya ke orang obat herbal sama jamu apa gitu mas. [...] Kalok yang ilmu membasuh anak dengan air degan itu, kebetulan wali murid saya itu dia adalah dokter anak. Jadi, saya tanya ke beliau gitu. Saya juga sering ke bu nyai gitu silaturahmi sama minta air doa buat dibasuh ke anak saya (Marwah, 20 Desember 2021)

Saya bekerja sebagai tukang ojek dari mulut ke mulut gitu mas. Kalok ada yang mau dianter gitu saya antarkan kemana gitu teman – teman saya. [...] Merasa senang dalam kondisi serba sulit tapi masih bisa tinggal dan dekat dengan anak – anak. Saudara dan ibu – ibu wali murid juga ramah sama saya (Ani, 24 Desember 2021)

Saya sekarang sudah tinggal di Desa gini, jadi sudah bisa bareng – bareng lagi sama anak sambil ternak kambing dan ayam. [...] Tinggal sama emak, bapak dan saudara (Yana, 29 Desember 2021).

Dari ketiga subjek diatas, memberikan pernyataan mengenai bagaimana cara subjek untuk bisa menjalin relasi yang baik dengan keadaan di lingkungan sosialnya. Dari subjek Marwah berusaha untuk menjalin relasi dengan guru spiritualnya serta tukar informasi dengan wali muridnya tentang bagaimana mengasuh dan merawat anak yang baik. Subjek Ani, merasa bersyukur dengan kondisi sekarang bisa menjalin relasi yang baik dengan cara selalu dekat dengan kedua anaknya. Subjek Yana merasakan makna kesejahteraan yang sama dengan subjek Ani, yakni dekat dengan anak mereka. Yana senang bisa kembali untuk bisa mengurus anaknya dan tinggal bersama di kampung halamannya.

Dari cara mereka memberikan makna kesejahteraan hidupnya pada kondisi saat ini, tentunya selalu ada harapan kehidupan di masa depan yang ingin mereka ungkapkan, berikut ini merupakan pernyataan mereka terkait dengan harapan yang berusaha untuk selalu ada untuk mereka secara lebih rinci :

Saya bisa merasa damai ketika saya sudah dekat dengan tuhan. Merasa semua berkecukupan karena semua rizky sudah ada yang mengatur. [...] Ketika melihat senyum anak dan memenuhi apa yang dia inginkan (Marwah, 20 Desember 2021)

Kepuasan dan damai bisa saya rasakan ketika

Kesejahteraan Subjektif Pada Single Mother yang Bekerja dan Memiliki Anak Disabilitas

anak saya bisa menuntut ilmu sampai menggapai cita - citanya yang diinginkan. Berkumpul bersama anak dan ada uang yang cukup untuk memenuhi kebutuhan. Kalok ada sesuatu, terus bisa saya turuti saya juga jadi lega rasanya (Ani, 24 Desember 2021)

[...] bekerja dan tinggal di desa ini sudah cukup puas. yang penting bisa pantau anak juga. Harapan saya di masa depan Anak bisa mandiri, mau makan, dan mandi gitu sudah merasa tenang saya, semoga nanti kalok saya sudah tiada anak saya ini masih banyak saudara dan keluarga yang sayang dan merawat dia seperti anaknya sendiri (Yana, 29 Desember 2021)

Harapan kesejahteraan yang ketiga subjek sampaikan tersebut terkait dengan cara bagaimana mendapatkan rasa kepuasan hidup. Kepuasan hidup subjek adalah mulai dari bagaimana cara mereka untuk bisa memenuhi keinginan anak seperti yang dituturkan oleh subjek Marwah. Kemudian, harapan dari subjek Ani sama seperti subjek sebelumnya yaitu memenuhi keinginan anak ditambah bisa terpenuhinya pendidikan anaknya. Subjek ketiga berharap untuk di masa depan anaknya bisa mandiri dalam mengurus dirinya.

Evaluasi Afek positif atas kondisi emosional yang muncul dalam diri.

Setelah mengetahui evaluasi kognitif terhadap status sebagai *single mother* yang bekerja dan memiliki anak disabilitas, selanjutnya peneliti mencoba untuk menyampaikan hasil temuan dari subjek perihal evaluasi afektif atas kondisi emosional yang muncul dalam diri mereka, banyak pemaknaan yang positif dari diri para subjek seperti kedamaian, kegembiraan, dan optimisme. Berikut ini secara rinci pernyataan dari para subjek :

Saya senang ketika melihat senyum anak. Rasanya bakal ikutan gembira karena melihatnya bisa bermain dan aktivitas sesuai dengan yang dia inginkan (Marwah, 20 Desember 2021).

Rasa kegembiraan saya dapatkan ya pas udah bisa memenuhi apa yang jadi permintaan dia. Rajin ibadah gitu ke masjid saya sudah gembira. [...] bukan model anak yang mokong dan pengertian sama mamanya, saya seneng banget (Ani, 24 Desember 2021).

Ketika saya sudah bisa dekat sama anak saya, terus anaknya juga nafsu makan, saya sudah senang (Yana, 29 Desember 2021)

Ketiga pernyataan tersebut merupakan macam rasa kegembiraan yang dirasakan oleh para subjek mulai dari bisa melihat senyum anak, memenuhi permintaan anak, hingga dekat dengan anak - anaknya. Selain pengalaman positif yang berupa kegembiraan, berikut ini makna positif berupa kedamaian yang didapatkan oleh para subjek dengan beribadah, berdoa, hingga curhat dengan orang terdekat subjek.

Ketika saya merasa dekat dengan tuhan. Saya mendoakan dan berserah diri terhadap takdir anak saya kepada tuhan. [...] mengamalkan ajaran doa yang diberikan sama bu nyai, rasanya tenang (Marwah, 20 Desember 2021).

Kalok anak saya nurut - nurut, kemudian saat sudah bisa cerita atau curhat apa yang saya susahkan gitu ke kakak saya. Terus bantu doakan almahrum suami saya gitu (Ani, 24 Desember 2021)

Saya mencoba untuk memperbaiki ibadah saya sama Allah SWT, fokus urus anak dan sholat jama'ah di langgar gini sudah merasa tenang (Yana, 29 Desember 2021)

Perjalanan spiritual yang subjek lakukan untuk mendekatkan diri kepada Tuhan Maha Esa, membantu subjek untuk bisa merasakan kedamaian dari dalam diri. Salah satu subjek juga merasa damai jika sudah bisa untuk curhat dengan saudaranya.

Beratnya cobaan hidup dan beban yang harus subjek tanggung, semata - mata tidak memudahkan subjek dalam berputus asa. Rasa optimisme selalu hadir dalam diri subjek untuk tidak mengeluh, percaya bahwa rejeki sudah diatur oleh Tuhan, serta percaya bahwa kekuasaan Tuhan mampu menjaga dirinya serta anaknya. Berikut ini merupakan ungkapan yang mereka katakan :

Apapun yang terjadi saya tidak boleh mengeluh. Prinsipnya kalok saya mengeluh tentu pahala saya yang sebelum - sebelumnya akan hilang, harus terus berpikir baik terhadap semua hal dalam hidup, mas (Marwah, 20 Desember 2021)

Saya yakin meskipun kondisi ekonomi saya yang tidak punya tabungan gini, tetapi saya mampu menyekolahkan anak saya sampai lulus. Yakin rejeki yang diberikan Allah SWT selalu akan ada darimana saja lewat orang - orang yang baik sama saya (Ani, 24 Desember 2021)

Dengan kondisi sederhana gini, saya tetap bisa

untuk sabar dan selalu memaafkan orang – orang yang punya salah ke saya, karena Allah SWT maha memaafkan hambanya. Saya percaya kekuasaan Allah SWT selalu melindungi saya dan anak saya dimanapun kami berada (Yani, 29 Desember 2021)

Pernyataan atas afek positif tersebut dibenarkan dan dirasakan oleh para significant others yang melihat perilaku setiap hari subjek selalu rajin beribadah dan sholat berjamaah di lingkungan mereka. Subjek pertama yang merupakan seorang guru ngaji dikenal baik oleh saudaranya sebagai sosok orang yang tidak pernah pamrih dalam mengasuh anaknya dan mengajar murid – muridnya. Subjek kedua dikenal sebagai orang yang rajin mengurus kebutuhan anak – anaknya dan giat bekerja. Subjek ketiga juga dikenal sebagai orang yang mau mencoba berbagai pekerjaan untuk memenuhi kebutuhan keluarganya. Berikut ini pernyataan dari para *significant Other*

“Dari dulu adik saya ini orangnya suka tersenyum dan jarang buat mengeluh“ (Laras, 20 Desember 2021).

“[...] Orangnya cuek sih mas, karena dia lebih fokus dan perhatiannya lebih diberikan ke anak – anaknya” (Ani, 24 Desember 2021).

“Banyak banget pekerjaan yang pernah dilakukan pas di surabaya dulu itu” (29 Desember 2021).

Pengalaman tidak menyenangkan dari subjek berupa afek negatif dalam kehidupan

Proses menghadapi kehidupan yang cukup berat sering membuat subjek terasa sedih dan kadang frustrasi. Perasaan tersebut dikenal dengan istilah afek negatif. Beberapa afek negatif yang pernah hadir dalam diri mereka yaitu kesedihan, kecemasan, dan kemarahan.

Sedihnya saya ketika tidak bisa menuruti permintaan anak. Kayak main sama temennya yang rumahnya jauh saya larang gitu, karena takut kenapa napa gitu. (Marwah, 20 Desember 2021)

Kalok minta sesuatu sudah saya janji kabulkan gitu, tapi karena lupa atau gak bisa nepatin janji. Saya sedih banget sih mas (Ani, 24 Desember 2021)

Anak merupakan belahan jiwa dari seorang ibu, maka dari itu permintaan seorang anak sangatlah istimewa bagi mereka. Kedua subjek diatas akan merasakan sedih jika tidak bisa menuruti apa yang diminta atau diinginkan oleh anaknya. Berbeda dengan pengalaman

kesedihan yang dirasakan oleh subjek Yana yang merasa sedih ketika saudaranya sendiri harus menghina dan merendahkannya.

saya sedih ada beberapa saudara kandung sendiri itupun adik saya yang selalu memandang rendah kehidupan saya dan anak saya ini. Saya dibilang orangnya lemot atau males bekerja (Yana, 29 Desember 2021)

Perasaan negatif yang kerap muncul dalam subjek sebagai seorang *single mother* dengan anak disabilitas adalah rasa kecemasan atau khawatir terhadap kondisi yang terjadi pada anak. Baik itu pengalaman yang sudah terjadi dan nantinya akan terulang lagi maupun masalah yang sampai saat ini belum tentu ditemukan solusinya.

Keluarga dari suami kurang *gati* (peduli). Saya khawatir hak anak yatim dari keluarga sana yang harusnya anak ini juga dapat, tetapi mereka melupakannya. Padahal kan berguna juga buat biaya sekolah atau masa depan anak saya (Marwah, 20 Desember 2021)

Kecemasan yang didapatkan oleh subjek tersebut adalah ketika hak atas anaknya dan rasa kepedulian terhadap anaknya dari keluarga mantan suami itu tidak didapatkan. Pengalaman berikutnya adalah kecemasan yang didapatkan oleh subjek kedua dan ketiga yang merasa khawatir jika kelak ketika anaknya sudah dewasa tidak bisa mandiri dan tidak ada yang mendampingi. Ditambah pengalaman subjek ketiga yang pernah kehilangan anaknya selama beberapa hari menyebabkan kecemasan yang suatu saat nanti kemungkinan bisa terjadi lagi.

Kalok udah beranjak dewasa meskipun sekarang Dio sudah mandiri, takut jika nanti banyak orang luar sana yang merendahkan atau menyakitinya (Ani, 24 Desember 2021)

Saya cemas masa depan anak saya gimana. Nggak bisa ngapa – ngapain kalok gak dibantuin, gabisa makan sendiri, mandi sendiri. [...] Takut kalok anaknya hilang lagi kayak dulu, naik angkot sendiri sampai tembus Surabaya dan kesar (Yana, 29 Desember 2021).

Perasaan marah juga tentu pernah hadir dalam diri para subjek. Pengalaman yang paling membuat subjek merasa marah adalah ketika anak subjek diusik kenyamanannya oleh orang lain, dipukul, hingga ada yang pernah divonis hidupnya singkat oleh seorang dokter.

Kesejahteraan Subjektif Pada Single Mother yang Bekerja dan Memiliki Anak Disabilitas

[...] anak saya divonis dokter hidupnya tidak lama lagi karena perkembangan fisiknya tidak normal. Saya marah banget padahal dia cuma dokter bukan tuhan yang menentukan hidup dan mati manusia. (Marwah, 20 Desember 2021).

Kalok anak saya udah diganggu orang itu saya pasti marah banget. Saya selalu minta tolong sama kakaknya ini buat cari tau misal abis jatuh terus berdarah, pasti saya coba untuk memastikan jatuh sendiri atau didorong sama temannya (Ani, 24 Desember 2021)

Kalok marah ya pas anak saya dihina orang, atau kadang pas tinggal ikut kerja sama adik saya dulu kesal sama perilaku anak saya sampai dipukul gitu dan dijewer anaknya diem aja (Yana, 29 Desember 2021)

Meninjau hasil wawancara mengenai bagaimana afek negatif dalam kehidupan, memberikan hasil temuan bahwa ketiganya pernah mengalami rasa marah, cemas dan sedih ketika terjadi sesuatu kepada anaknya.

Faktor yang Mempengaruhi *Subjective Well-Being*.

Beberapa faktor juga dapat mempengaruhi bagaimana cara subjek dalam melakukan evaluasi afektif dan kognitif dalam memaknai kesejahteraan dalam kehidupan subjek. Subtema dalam tema utama ini yang berdasarkan hasil temuan dalam wawancara adalah terbagi menjadi dua yaitu faktor demografis dan faktor psikologis. Faktor psikologis berupa dukungan sosial. Sedangkan untuk faktor demografis berupa pendapatan dan pendidikan.

Saya selalu dibantu sama keluarga besarnya saya. Apalagi bapak pas masih hidup juga sering perhatian ke saya (Marwah, 20 Desember 2021)

Saya dibantu dan dikasih uang sama keluarga suami saya. Kadang kalok emak yang ada di desa juga sering menanyakan kabar saya dan sering dibujuk untuk tinggal di desa saja. Orang yang sering menemani dan jenguk keluarga saya ya kakak ipar saya ini (Ani, 24 Desember 2021)

Waktu tinggal di Surabaya saya merasa banyak yang perhatian dan kasihan gitu sama saya dan anak. Banyak yang kasih *sangu* (duit) ke saya. Terus merasa banyak teman di masjid, di pasar sama bapak kosan juga baik. Kalok di desa tetangga saya dan pak lurah dekat rumah ini selalu suka beri bantuan sosial (Yana, 29 Desember 2021)

Pernyataan diatas menyebutkan dan menjelaskan bahwa subjek merasa senang dengan adanya dukungan sosial dari para keluarga, teman, atau dari lingkungan sekitar tempat tinggal subjek berada.

Susahnya dalam mencari pekerjaan yang sesuai sama aktivitas saya, sehingga saya memutuskan untuk menjadi guru ngaji dengan bayar seikhlasnya saja biar jadi ladang pahala juga buat saya (Marwah, 20 Desember 2021)

Saya hanya lulusan SMP. Karena di usia saya sekarang sudah segini, jadi untuk memenuhi kebutuhan saya bekerja sesuai dengan kemampuan saya saja (Ani, 24 Desember 2021).

Karena saya tidak memiliki ijazah jadi ini menjadi kesulitan saya buat cari kerja atau mendapatkan penghasilan dengan cara bagaimana juga bingung (Yana, 29 Desember 2021)

Perihal pendidikan, juga menyebabkan subjek susah untuk mendapatkan pekerjaan yang layak dan baik. Sehingga subjek hanya bekerja semampu apa yang skill subjek miliki saja. Hal yang menyusahkan dialami oleh subjek ketiga, karena subjek tersebut tidak memiliki ijazah sama sekali dan harus berpindah – pindah tempat pekerjaan sehingga langkah terakhirnya adalah kembali pulang kampung. Subjek kedua dibantu perekonomiannya oleh anaknya yang pertama karena sudah bekerja. Pendapatan juga mempengaruhi bagaimana para subjek memaknai kesejahteraan dalam kehidupan mereka, berikut ini pernyataannya

Pokoknya saya sudah bisa memenuhi kebutuhan hidup rumah tangga, sekolah anak, dan permintaan anak itu saya sudah merasa bahagia. Meskipun saya tidak punya tabungan, tetapi semua keperluan anak saya harus tetap bisa terpenuhi (Marwah, 20 Desember 2021)

Meskipun tidak punya tabungan, makan gak seperti tetangga sebelah yang sampai memikirkan besok lauknya apa. Kita, diberikan rejeki untuk bisa makan bertiga saya rasa sudah cukup. Bantuan yang diberikan pemerintah kayak BLT sebenarnya malah kita tidak dapat, tapi saya ikhlas karena memang mungkin belum rejeki. Untuk sekolah anak, dibantu cari uang sama kakaknya anak ini (Ani, 24 Desember 2021).

Saya sudah merasa cukup, hidup saya bahagia

saat saya tinggal di desa seperti sekarang. Gak punya hutang malah dulu pernah kasih pinjam uang ke adik saya. Sekarang dapat bantuan sosial dari kepala desa seperti sembako, atau uang santunan buat keluarga kurang mampu (Yana, 29 Desember 2021)

Meskipun ketiga subjek masih tergolong dalam kategori keluarga menengah kebawah, tetapi mereka selalu dapat memberikan makna kehidupan dengan rasa kecukupan dengan apa yang sudah mereka miliki saat ini.

Dari paparan diatas, temuan yang paling penting adalah ketiga subjek mampu memiliki cara yang baik untuk melakukan kontrol diri. Dari cara subjek memberikan makna kehidupan yang positif, membuat afek negatif pada dirinya tidak begitu dominan dan sering memunculkan afek positif Seperti rasa bersyukur dan merasa berkecukupan dengan kehidupan yang sekarang.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hidup sebagai *single mother* yang bekerja dan memiliki anak disabilitas memberikan tuntutan dan tanggung jawab yang berimplikasi pada kesejahteraan subjektif terhadap ketiga subjek penelitian. Laporan subjek memberikan wawasan terkait kesejahteraan subjektif mereka yang tergambar dalam tiga aspek utama menurut Diener yaitu aspek kognitif, afek positif, dan afek negatif. Aspek kognitif merupakan bagaimana individu mampu menilai kepuasan hidupnya secara general. Aspek emosional yang terdiri dari afek negatif dan afek positif. Afek negatif adalah penilaian bagaimana kondisi emosional yang dirasakan oleh individu. Afek negatif berkaitan dengan seberapa banyak pengalaman yang tidak menyenangkan hadir dalam kehidupannya seperti rasa marah, rasa bersalah, rasa sedih. Sebaliknya, jika perasaan yang mendominasi adalah afek positif (seperti kegembiraan, kebersyukuran, kepuasan hidup), maka kesejahteraan subjektif individu tersebut termasuk sangat baik.

Mengacu kepada aspek yang telah dibahas tersebut, didapatkan hasil dari bagaimana pengalaman aspek kognitif Pada ketiga subjek penelitian ini. Dari hasil penelitian, ditemukan bahwa subjek memiliki berbagai dinamika kehidupan yang berat ketika mereka masuk pada babak usia dewasa awal karena harus berduka karena ditinggal meninggal dunia oleh suaminya. Pada usia dewasa awal, individu akan mengalami masa *emotional tension* (Leane, 2019). Pada masa *emotional tension*, banyak pengalaman emosional yang menyebabkan ketegangan. Jika individu tersebut tidak bisa melewati masa tersebut dengan baik, maka yang terjadi akan muncul rasa stress. Manusia yang memasuki dewasa awal banyak

yang mengalami berbagai perasaan kekhawatiran dan kegagalan atas pernikahan, keungan, dan perannya sebagai ibu rumah tangga (Jannah et al., 2021). Hal ini sejalan dengan kehidupan yang dirasakan oleh subjek Marwah dan Ani yang menghadapi realita kehidupan bahwa mereka harus menerima kondisi suaminya yang telah meninggal dunia. Dalam psikologi, teori *the 5 stage of grief* yang diperkenalkan oleh Kubles – Ross (2009) menyatakan bahwa seseorang akan melewati tahap kesedihan sepeninggalan orang – orang yang dicintainya (Patricia et al., 2018). Proses beduka Ani dimulai dari kenyataan suami yang harus sakit parah hingga bertahun – tahun, sehingga pada waktu suaminya meninggal dunia, Ani sudah merasa ikhlas karena subjek telah berada pada fase *acceptance*. Subjek Marwah merasa *shock* dan duka mendalam karena meninggalnya suami dalam kondisi kecelakaan di laut, Fase *denial* dirasakan oleh Marwah kala itu. Berbeda dengan kedua subjek tersebut, Yani yang merupakan subjek ketiga mengalami fase *anger* atau kemarahan sehingga membuatnya sempat frustrasi pada kala itu. Pengalaman Yani yang menyedihkan yaitu ditinggal suaminya cerai hidup karena berselingkuh, tidak membuat dirinya menyerah untuk mencari makna kehidupan yang positif. Yani sempat mempertahankan kehidupan rumah tangganya, meski harus kandas ketika anaknya masih balita. Pemaknaan positif atas kehidupan yang diterimanya, mampu membantu individu untuk bisa mencapai kesejahteraan.

Proses untuk mampu melakukan pemaknaan positif terhadap kehidupan tentunya membutuhkan waktu. Hal ini karena berkaitan dengan beban hidup baru yang harus mereka lakukan yaitu menjadi seorang perempuan yang harus bekerja. Ditambah peran subjek sebagai seorang ibu yang harus mengasuh anak yang menyandang disabilitas. Dari hasil penelitian tersebut, didapatkan pula hasil berupa berbagai perasaan yang dirasakan ketika mengetahui pertama kalinya anak mereka merupakan anak penyandang disabilitas. Kondisi mental yang dirasakan oleh para subjek bermacam - macam. Namun, secara *general* adalah ragu dan takut tidak bisa mengasuh anak dengan baik, Cemas serta bingung terhadap masa depan anak. Hal tersebut sejalan dengan penelitian dilakukan Munayang yang melibatkan 35 subjek, menunjukkan hasil bahwa sebagian besar orangtua perempuan yang memiliki anak di sekolah YPAC Manado rentan mengalami depresi ringan dalam mengasuh anak mereka yang mengalami disabilitas hasil (Munayang et al., 2013)

Tentunya dengan situasi sulit seperti stress, subjek masih bisa untuk bangkit dan meminta bantuan ketika mereka tidak bisa mengatasi seorang diri saja. Hal tersebut tentunya dengan sadar dilakukan oleh subjek. Karena, subjek mengetahui bahwa sebagai

seorang manusia yang merupakan makhluk sosial, juga butuh untuk bersosialisasi dengan orang lain. Dari hasil temuan, contohnya Marwah memiliki kemampuan menjalin relasi yang baik antara wali muridnya dan semua orang di lingkungan tempat tinggalnya. Dari proses menjalin relasi baik tersebut, Marwah diberikan berbagai saran dan ilmu oleh walimuridnya yang menjadi dokter anak perihal *parenting*. Kemudian ada subjek Ani yang dikenal baik oleh keluarga dan lingkungan sekitar tempat tinggalnya. Hal – hal tersebut membuat dirinya merasa tidak kesepian. Perilaku serupa juga dilakukan oleh Yana yang merasa banyak mengenal orang baik serta orang – orang tersebut memberikan bantuan begitu banyak kepadanya baik itu materil maupun non-materil. Orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik terhadap lingkungan sosialnya, mereka akan memiliki kesejahteraan subjektif lebih tinggi daripada orang yang tertutup dan anti sosial (Choirudin, 2016). Maka dari itu cara bagaimana subjek sudah mampu untuk menjalin relasi dengan baik, artinya tingkat penyesuaian dirinya juga termasuk baik pula. Dengan penyesuaian diri yang baik, mereka akan lebih percaya diri untuk berjuang dalam menghadapi tantangan hidup yang akan terasa lebih ringan meskipun pada kenyataannya itu berat dan tentunya juga berpengaruh atas *subjective Well-Being* para subjek.

Ketika subjek hidupnya terasa lebih ringan dan muncul rasa kegembiraan dalam menjalankan hidupnya, tentunya kondisi sesulit apapun termasuk kondisi finansial tidak akan menjadikan subjek mudah untuk menyerah atau pesimis. Cara subjek bisa mendapatkan kebahagiaan tentunya tidak hanya datang melalui uang saja, melainkan ada harta yang paling berharga buat subjek yaitu anak - anaknya. Ketiga subjek memberikan proyeksi di masa yang akan datang, ingin untuk tetap bisa selalu tinggal dekat dan fokus untuk merawat anak dengan intens. Ketika orang sudah merasakan bahagia, sesulit apapun mereka tetap akan bersyukur dengan kondisinya yang sekarang (Loi & Ng, 2021)

Penilaian subjektif atas kesejahteraan hidup yang ditemukan pada penelitian ini, menunjukkan bahwa para subjek mampu untuk tetap bangkit dari kondisi sulit yang ada pada hidupnya. Beberapa afek positif yang berada pada diri individu seperti optimisme adalah salah satu cara untuk bisa tetap hidup bahagia walaupun dalam kondisi sulit sekalipun. Menurut Seligman (dalam Barari, 2021) inti dari optimisme adalah cara berpikir seseorang tentang strategi menghadapi suatu masalah atau hal buruk yang terjadi pada kehidupannya. Optimisme dapat membantu individu untuk bisa realistis dan berpikir positif dalam menyelesaikan masalah mereka di masa depan. Cara subjek menjaga semangat optimisme yang dimiliki adalah ketika subjek bisa

membahagiakan orang yang subjek sayangi, yaitu anak mereka. Subjek Marwah yang memiliki pengalaman spiritual keagamaan yang baik, selalu merasa optimis karena kekuatan supranatural tuhan akan mendampingi dirinya dimanapun subjek berada. Ibadah salah satu faktor seseorang bisa mendapatkan energi dalam optimisme menjalankan kehidupan yang sulit (Bozkurt et al., 2019). Selain optimisme yang didapatkan dalam ibadah, kedamaian juga merupakan keuntungan yang dirasakan oleh ketiga subjek ketika mereka mendekatkan diri kepa Tuhan Yang Maha Esa melalui ibadah mereka. Kedamaian juga didapatkan Ani ketika bisa curhat dengan orang terdekatnya. Peran saudara dalam menjalin hubungan komunikasi antar anggota keluarga sangat menentukan bagaimana seseorang memaknai sebuah kesejahteraan dalam hidupnya karena berkaitan dengan kedekatan emosional yang dibentuk diantara keduanya (Lestari, 2016). Bercerita merupakan cara sederhana seseorang dalam melakukan strategi coping yang efektif. Dengan meluangkan waktu untuk bercerita, maka subjek juga bisa untuk bersama – sama mencari solusi atas permasalahan yang sedang dihadapinya.

Cara subjek dalam memaknai sebuah kesejahteraan juga nampak pada bagaimana individu memandang kehidupan mereka dimasa mendatang. Ketiga subjek memandang bahwa semua yang subjek punya sudah terasa cukup puas dengan rejeki yang telah dimiliki, terbebas dari beban hutang atau bahkan meskipun tidak memiliki tabungan dimasa depan, subjek yakin akan ada jalan untuk mendapatkannya. Kepuasan hidup yang tidak terniali harganya. Kepuasan hidup menurut subjek adalah ketika kehidupannya bisa terus dekat bersama anak – anaknya. Kepuasan hidup pada masa mendatang, juga nampak bagaimana subjek memiliki keinginan untuk bisa melihat anak – anaknya mampu mandiri ketika dewasa kelak. Hal – hal penting yang dulu tidak subjek dapatkan berupa rasa damai, sekarang sudah cukup lebih baik untuk subjek, dibandingkan dengan kehidupannya dimasa lalu saat awal – awal kejadian buruk ditinggal suami dan mengetahui anaknya seorang disabilitas. Menurut Diener, menyebutkan bahwa *life satisfaction* merupakan komponen penting manusia dalam menentukan makna kesejahteraan subjektif kehidupannya (Veenhoven, 2012)

Berbagai tantangan hidup yang harus dihadapi, membuat para *single mother* harus tetap berdampak positif bagi dirinya sendiri serta bagi orang lain khususnya keluarga. Subjek melakukan dengan cara menjalin relasi yang baik terhadap hubungan antar teman, saudara, dan anak – anaknya. Subjek Ani, merasa bahwa sebelum ditinggal meninggal oleh suaminya, merasa tidak fokus untuk mencari pendidikan terbaik untuk anaknya. Setelah suami Ani meninggal dunia, Ani menjadi sadar bahwa kedekatan

emosional dan komunikasi terhadap anak – anaknya jadi terasa lebih dekat. Berkumpul dan menghabiskan waktu bersama di Rumah juga dirasakan oleh subjek Yani. Yani sekarang sudah merasa lebih bahagia setelah pulang kampung dan tinggal di desa bersama anaknya. Hal serupa juga dirasakan oleh Marwah yang memilih menjadi guru les privat agar bisa mengatur sendiri intensitas waktu mengurus anaknya menjadi lebih banyak dibandingkan menjadi guru formal yang terikat jam. Selain hubungan dengan keluarga dengan anak, cara subjek menjalin relasi dengan lingkungan sosialnya juga terkesan cukup baik. Hal ini ditandai dengan bagaimana subjek Marwah senang untuk *sharing* perihal *parenting* kepada wali muridnya yang menjadi dokter anak. Kemudian, Ani yang dikenal ramah ketika bersosialisasi di lingkungan sosialnya. Dari pernyataan hasil temuan wawancara itu, sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Brajša-Žganec menyatakan bahwa menjalin relasi baik merupakan salah satu faktor penentu seseorang untuk bisa mendapatkan kepuasan hidup (Brajša-Žganec et al., 2018). Dengan menjalin relasi baik, seseorang akan merasa bahwa dirinya masih berharga dan percaya diri untuk memperbaiki kualitas hidupnya (Jaaffar et al., 2019).

Banyaknya permasalahan yang dihadapi, tentunya afek negatif juga dirasakan oleh para subjek sesekali. Beberapa afek negatif seperti perasaan bersalah kerap menghadiri pemikiran subjek. Perasaan bersalah muncul menjadi hikmah bagi para subjek untuk bisa mengendalikannya melalui pemaknaan yang positif. Cara subjek mengurangi rasa bersalah adalah dengan lebih bertanggung jawab dan fokus untuk mengurus serta mendidik anak - anaknya. Rasa marah, kecemasan, dan kesedihan kerap muncul ketika anak yang menjadi motivasi subjek dalam menjalankan hidup diganggu kenyamanannya oleh orang lain. Menurut Hoffman, menyatakan tentang hubungan daya kelekatan anak dengan orang tua sangat mempengaruhi kebahagiaan serta kenyamanan keluarga dalam mendapatkan kepuasan hidup (Brajša-Žganec et al., 2018).

Kesulitan yang dihadapi oleh para subjek, merasa bisa diatasi subjek karena mereka memiliki keinginan untuk berjuang. Salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan mereka adalah tingkat pendapatannya. Meskipun subjek merasa tidak memiliki tabungan di masa depan serta harus memenuhi kebutuhan sehari-hari yang dirasa pas-pasan, tidak membuat keinginan berjuang dan semangat bekerja mereka hilang begitu saja. Demi kebahagiaan anak, subjek bekerja sesuai dengan kemampuan dan skill yang mereka miliki. Kebersyukuran merupakan cara subjek menikmati rejeki yang telah didapatkan sekarang. Dengan bersyukur, seseorang tidak akan pernah kekhawatiran

atas kualitas hidupnya di masa depan. Kendala berikutnya yang juga bisa menjadi faktor mempengaruhi kesejahteraan subjektif para subjek adalah perihal tingkat pendidikan yang mereka tempuh. Subjek Marwah merasa bertanggung jawab untuk menyebarkan ilmu yang ia dapatkan saat menempuh studi dakwahnya agar bermanfaat untuk orang-orang, caranya yaitu dengan mengajar. Meskipun bayarannya yang diterima hanya seikhlasnya, tidak mengurangi semangat Marwah untuk bekerja tanpa pamrih. Hal berbeda dirasakan oleh Ani dan Yana yang tidak punya ijazah untuk bekerja, sehingga perannya sebagai seorang perempuan *single mother* menyulitkan mereka untuk mencari tempat kerja yang cocok untuk mereka. Menurut Diener (dalam Stryzhak, 2020) kesejahteraan subjektif dipengaruhi sejauh mana tingkat pendidikan yang ditempuh oleh individu titik semakin baik tingkat pendidikannya, maka semakin mudah mereka untuk memperoleh pekerjaan yang layak dengan pendapatan yang memuaskan. Tingkat pendapatan ekonomi merupakan cara bagaimana individu memenuhi kebutuhan hidupnya semakin terpenuhinya maka akan semakin baik pula tingkat kesejahteraan hidupnya (Lakshmanasamy & Maya, 2020)

Cara yang dilakukan oleh para subjek adalah dengan percaya bahwa Tuhan telah menetapkan rejeki yang cukup untuk manusia. Religiusitas merupakan faktor yang tidak bisa dipisahkan terhadap kesejahteraan manusia (Tay et al., 2014). seseorang yang memiliki tingkat religiusitas yang baik memiliki dorongan untuk berpikir positif dan merasa Sejahtera apapun kondisinya. Hal ini selaras dengan yang disampaikan para subjek bahwa mereka percaya jika Tuhan akan menolong hamba-hambanya yang tetap berjuang sabar dan tidak kenal putus asa. Dengan begitu subjek percaya bahwa rejeki yang didapatkan akan diperoleh dari berbagai cara yang tidak terduga. Bantuan sosial yang didapatkan oleh subjek juga sudah cukup dirasa puas dalam mengurangi pengeluaran atas kebutuhan pokok atau kebutuhan pangan mereka.

Ketiga subjek dalam menjalankan tiga beban hidup sekaligus yaitu sebagai *single mother*, harus bekerja, dan merawat anak dengan disabilitas tentunya membutuhkan konsep berpikir yang positif agar hidup yang mereka jalankan tidak terasa berat. Perasaan yang tidak menyenangkan seperti kemarahan, rasa bersalah, kecemasan, hingga kesedihan tentunya kerap muncul dalam diri subjek. Namun, perasaan negatif tersebut tidaklah mendominasi dan sering muncul dalam dirinya. Menatap masa depan yang baik demi kesuksesan anaknya merupakan hal yang lebih penting untuk diutamakan daripada apapun. Ketiga aspek yang diungkapkan oleh Diener (2008) tentang tiga aspek subjective well-being ternyata telah sesuai dengan

hasil temuan penelitian bahwa aspek kognitif, aspek emosional berupa afek negatif dan afek positif sangatlah menentukan bagaimana seseorang memberikan makna individu tentang kesejahteraan subjektif mereka. Ditambah dengan beberapa faktor demografis dan psikologis juga mampu untuk ikut mempengaruhi makna kesejahteraan subjektif tersebut.

PENUTUP

Simpulan

Hasil dari penelitian ini ditemukan empat tema besar diantaranya adalah evaluasi kognitif terhadap status sebagai single mother yang bekerja dan memiliki anak disabilitas, evaluasi afek positif atas kondisi emosional yang muncul dalam diri, pengalaman tidak menyenangkan dari subjek berupa afek negatif dalam kehidupan, serta faktor yang mempengaruhi *subjective well-being*. Pengalaman ketiga subjek yang tidak menyenangkan baik dimasa lalu hingga sekarang yang harus menjalani tiga beban hidup sekaligus menjadikan subjek mampu untuk mengambil hikmah dalam memaknai pandangan negatif menjadi pandangan yang positif untuk masa depan. Hal tersebut dibuktikan dengan bagaimana cara ketiga subjek untuk bangkit dari keterpurukan hidup dan merasa berkecukupan dengan kondisi yang subjek lalui. Ketiga subjek menunjukkan bahwa afek positif masih dominan pada diri subjek dibandingkan dengan afek negatif yang muncul. Dengan demikian, *subjective well-being* yang terdapat pada ketiga subjek cukup baik.

Beberapa faktor juga turut mempengaruhi pemaknaan *subjective well-being* pada *single mother* yang bekerja dan memiliki anak disabilitas. Seperti faktor pendapatan yang rendah juga mampu mempengaruhi kesejahteraan mereka. Namun, dari sana subjek tetap merasa berkecukupan dengan rejeki yang mereka miliki. Menurut ketiga subjek, dengan kebersyukuran berupa kesempatan yang tuhan untuk bisa tinggal dekat dengan anak mereka serta bisa mengasuhnya secara intensif, itu lebih bernilai harganya dibandingkan dengan apapun.

Saran

Dari simpulan tema hasil penelitian yang telah dijelaskan, Individu yang mengalami nasib serupa di kehidupan ini, diharapkan mampu untuk memberikan makna positif terhadap kejadian yang tidak menyenangkan dalam hidupnya agar afek negatif tidak mendominasi diri subjek. Salah satu cara serta saran yang bisa dilakukan seperti subjek dalam penelitian ini adalah dengan bersyukur atas kondisi kehidupan yang sekarang, meningkatkan religiusitas, serta menjalin relasi yang baik dengan lingkungan sosial terdekatnya. Selanjutnya, diharapkan para pembaca atau

masyarakat bisa dalam memberikan dukungan sosial baik berupa materil maupun nonmateril sehingga para single mother yang memiliki nasib sama seperti ketiga subjek penelitian ini merasa terbantu dengan dukungan tersebut. Peningkatan kesejahteraan subjektif akan semakin baik ketika subjek mampu untuk terus berjuang demi masa depan kehidupan anak mereka yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, R., & Nurdibyanandaru, D. (2020). Pola Pengasuhan Orang Tua Tunggal Ibu pada Mahasiswa Tunanetra Pattern of Parenting Single Mother Parents in Blind Students. *Jurnal Diversita*, 6(2). <https://doi.org/10.31289/diversita.v6i2.3586>
- Barari, W. R. (2021). Optimisme dan Strategi Koping pada Remaja di Lembaga Kesejahteraan Sosial. *Acta Psychologia*, 1(2). <https://doi.org/10.21831/ap.v1i2.43146>
- Barlow, J. H., Powell, L. A., Gilchrist, M., & Fotiadou, M. (2008). The effectiveness of the Training and Support Program for parents of children with disabilities: A randomized controlled trial. *Journal of Psychosomatic Research*, 64(1). <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2007.06.006>
- Bozkurt, G., İnal, S., Yantiri, L., & Alparslan, Ö. (2019). Relationship Between Coping Strategies, Religious Attitude, and Optimism of Mothers of Children With Cancer. *Journal of Transcultural Nursing*, 30(4). <https://doi.org/10.1177/1043659618818714>
- Brajša-Žganec, A., Kaliterna Lipovčan, L., & Hanzec, I. (2018). The relationship between social support and subjective well-being across the lifespan. *Drustvena Istrazivanja*, 27(1). <https://doi.org/10.5559/di.27.1.03>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2). <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Burack, J. A., Hodapp, R. M., Iarocci, G., & Zigler, E. (2012). The Oxford Handbook of Intellectual Disability and Development. In *The Oxford Handbook of Intellectual Disability and Development*. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195305012.001.0001>

- Choirudin, M. (2016). Penyesuaian Diri : Sebagai Upaya Mencapai Kesejahteraan Jiwa. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 12(1). <https://doi.org/10.14421/hisbah.2015.121-07>
- Compton, W. C., & Hoffman, E. (2013). *Positive psychology: The science of happiness and flourishing* (2nd ed.). Wadsworth Publishing Co.
- Cresswell, J. W. (2013). *Penelitian Kualitatif dan Desain Riset: Memilih di antara Lima pendekatan Indonesia* (3rd ed.). Pustaka Pelajar.
- Dewi, N., & Sudhana, H. (2013). Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Pasutri dengan Keharmonisan dalam Pernikahan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1. <https://doi.org/10.24843/JPU.2013.v01.i01.p03>
- Diener, E. (2009). Assessing Well-Being. The Collected Works of Ed Diener. *Springer*. <https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4>
- Herbst, C. M. (2012). Footloose and fancy free? Two decades of single mothers' subjective well-being. *Social Service Review*, 86(2). <https://doi.org/10.1086/666390>
- Hurlock, E. B. (2010). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (5th ed.). Erlangga.
- Jaaffar, A. H., Ibrahim, H. I., Rajadurai, J., & Sadiq Sohail, M. (2019). Psychological impact of work-integrated learning programmes in Malaysia: The moderating role of self-esteem on relation between self-efficacy and self-confidence. *International Journal of Educational Psychology*, 8(2). <https://doi.org/10.17583/ijep.2019.3389>
- Jannah, M., Kamsani, S. R., & Ariffin, N. M. (2021). Perkembangan Usia Dewasa : Tugas Dan Hambatan Pada Korban Konflik Pasca Damai. *Jurnal Pendidikan Anak*, 8(2). <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/bunayya/article/view/10430>
- Lakshmanasamy, T., & Maya, K. (2020). The Effect of Income Inequality on Happiness Inequality in India: A Recentered Influence Function Regression Estimation and Life Satisfaction Inequality Decomposition. *Indian Journal of Human Development*, 14(2). <https://doi.org/10.1177/0973703020948468>
- Leane, M. (2019). Siblings caring for siblings with Intellectual Disabilities: Naming and negotiating emotional tensions. *Social Science and Medicine*, 230. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2019.04.022>
- Lestari, S. (2016). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik Dalam Keluarga*. Kencana.
- Lexi, J., & M.A., M. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Rake Sarasin.
- Loi, N. M., & Ng, D. H. (2021). The Relationship between Gratitude, Wellbeing, Spirituality, and Experiencing Meaningful Work. *Psych*, 3(2). <https://doi.org/10.3390/psych3020009>
- McConnell, D., Savage, A., & Breitkreuz, R. (2014). Resilience in families raising children with disabilities and behavior problems. *Research in Developmental Disabilities*, 35(4), 833–848. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2014.01.015>
- Molina, O. (2000). African american women's unique divorce experiences. *Journal of Divorce and Remarriage*, 32(3–4). https://doi.org/10.1300/J087v32n03_05
- Mukhtar, D. Y., Kumara, A., Hastjarjo, T. D., & Adiyanti, M. G. (2018). Beban Pengasuhan yang Dialami Oleh Orangtua yang Memiliki Anak dengan Gangguan Spektrum Autis. *Talanta Conference Series: Tropical Medicine (TM)*, 1(1), 163–170. <https://doi.org/10.32734/tm.v1i1.42>
- Munayang, H., Kandou, L. F. J., Rampengan, N., & Sumarauw, M. E. (2013). Depresi pada Ibu - Ibu yang Mempunyai Anak Cacat yang Bersekolah Di Yayasan Pembinaan Anak Cacat (YPAC) Manado. *Jurnal Biomedik (JBM)*, 4(3). <https://doi.org/10.35790/jbm.4.3.2012.1203>
- Murisal, & Hasanah, T. (2017). Hubungan Bersyukur dengan Kesejahteraan Subjektif pada Orang Tua yang Memiliki Anak Tunagrahita di SLB Negeri 2 Kota Padang. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.24042/kons.v4i2.2176>
- Parker, L., Riyani, I., & Nolan, B. (2016). The stigmatisation of widows and divorcees (janda) in Indonesia, and the possibilities for agency. *Indonesia and the Malay World*, 44(128). <https://doi.org/10.1080/13639811.2016.1111677>

- Patricia, G., Sahrani, R., & Agustina, A. (2018). Gambaran Kedukaan Pada Perempuan Dewasa Madya yang Pernah Mengalami Kegagalan Program In Vitro Fertilization. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1). <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1670>
- Stryzhak, O. (2020). The relationship between education, income, economic freedom and happiness. *SHS Web of Conferences*, 75. <https://doi.org/10.1051/shsconf/20207503004>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan* (2nd ed.). Alfabeta Bandung.
- Tay, L., Li, M., Myers, D., & Diener, E. (2014). *Religiosity and Subjective Well-Being: An International Perspective*. https://doi.org/10.1007/978-94-017-8950-9_9
- Triutari, I. (2014). Persepsi Mahasiswa Penyandang Disabilitas Tentang Sistem Pendidikan Segregasi Dan Pendidikan Inklusi. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus*, 3(September), 221–229. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jupe38470.64>
- Vani, G. C., Raharjo, S. T., Hidayat, E. N., & Humaedi, S. (2014). Pengasuhan (Good Parenting) Bagi Anak Dengan Disabilitas. *Share: Social Work Journal*, 4(2). <https://doi.org/10.24198/share.v4i2.13067>
- Veenhoven, R. (2012). Happiness, also known as “Life satisfaction” and “Subjective well-being.” In *Handbook of Social Indicators and Quality of Life Research*. https://doi.org/10.1007/978-94-007-2421-1_3
- Wiranti, & Sudagijono, jaka santosa. (2017). Gambaran Subjective Well-Being Pada Single Mother. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(1), 69–79. <https://doi.org/https://doi.org/10.33508/exp.v5i1.1553>