

RESILIENSI PADA SINGLE MOTHER YANG BERASAL DARI SUKU SABU DI NUSA TENGGARA TIMUR

Juliana Natali Latumahina¹, Doddy Hendro Wibowo²
juliaalatumahina@gmail.com¹, doddy.hendro@gmail.com²
Universitas Kristen Satya Wacana

ABSTRAK

Budaya dan tradisi Suku Sabu memiliki peran penting dalam mendukung single mother yang mengalami kehilangan pasangan. Proses berduka dan praktik tradisional mencerminkan nilai-nilai komunitas yang mendalam. Resiliensi menjadi kunci bagi para single mother untuk mengatasi tantangan emosional dan stres, meskipun ada stigma sosial dan beban ganda sebagai orang tua tunggal. Dukungan sosial dan budaya sangat penting dalam membantu single mother menyesuaikan diri dan menjalani kehidupan yang lebih baik. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan Resiliensi pada single mother yang berasal dari Suku Sabu di Nusa Tenggara Timur, pasca kematian pasangan, serta menemukan sumber-sumber yang mendukung pengembangan resiliensi pada single mother. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus, meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga subjek masih dalam tahap pengembangan resiliensi. Setelah kehilangan pasangan, mereka merasakan kekecewaan, kesedihan, kecemasan, dan ketakutan, serta belum sepenuhnya ikhlas. Untuk bangkit dari keterpurukan, subjek membentuk resiliensi melalui doa, menghindari keluhan, fokus pada anak, dan memahami perubahan yang terjadi pada kondisi fisik dan emosional mereka.

Kata Kunci: Resiliensi, Suku Sabu, Ibu Tunggal.

ABSTRACT

The culture and traditions of the Sabu Tribe play an important role in supporting single mothers who have lost their spouses. The grieving process and traditional practices reflect deep communal values. Resilience becomes key for single mothers to overcome emotional challenges and stress, despite social stigma and the dual burden of being a single parent. Social and cultural support are crucial in helping single mothers adapt and lead better lives. This research aims to describe the resilience of single mothers from the Sabu Tribe in East Nusa Tenggara following the death of their spouse, and to identify the sources that support the development of resilience in single mothers. The method used is qualitative with a case study approach, involving observation, interviews, and documentation. The results of the study indicate that the three subjects are still in the process of developing resilience. After losing their spouse, they experienced disappointment, sadness, anxiety, and fear, and have not yet fully come to terms with it. To recover from their grief, the subjects build resilience through prayer, avoiding complaints, focusing on their children, and understanding the changes in their physical and emotional conditions.

Keywords: Resilience, Sabu Tribe, Single Mother.

PENDAHULUAN

Budaya dan adat istiadat suku Sabu merupakan warisan berharga dari nenek moyang mereka. Dapat dikembangkan dan dilestarikan menjelajahi nilai-nilai yang terkandung di dalamnya, yang tidak hanya memperkaya pengalaman hidup, tetapi juga memiliki potensi untuk memberikan kontribusi yang signifikan bagi pembangunan bangsa (Djo Day, 2022). Dalam nilai budaya pada masyarakat suku Sabu, upacara kematian merupakan suatu proses yang sarat dengan makna dan simbolisme yang dalam. Salah satu aspek yang menonjol dalam upacara ini adalah nyanyian ratapan yang

dilakukan oleh salah satu orang yang dituakan dalam keluarga, dimulai sejak hari pertama meninggal hingga sebelum pemakaman dilakukan. Nyanyian ratapan ini memiliki makna mendalam bagi masyarakat Suku Sabu (Amalia, 2020).

Pulau Sabu sebuah pulau yang masih mempertahankan tradisi-tradisi kuno, menjadi kawasan yang kaya akan kesepakatan adat yang diwariskan secara lisan dari generasi ke generasi. kesepakatan-kesepakatan ini memegang peran penting dalam membentuk nilai-nilai hidup dan karakteristik orang Sabu. Tradisi lisan yang dijaga dengan ketat menjadi bagian integral dari identitas budaya orang Sabu. Menariknya, kesepakatan adat ini dianggap setara dengan syariat agama dan hukum agama, menunjukkan betapa pentingnya peran tradisi dan adat dalam kehidupan masyarakat suku Sabu (Bunga, 2017). Dalam budaya Suku Sabu, kepercayaan akan keberadaan roh orang yang telah meninggal sangatlah kuat, dan dianggap bahwa hubungan mereka masih erat dengan keluarga yang ditinggalkannya. Salah satu praktik umum adalah memberikan atau menyediakan makanan bagi orang yang telah meninggal, diyakini bahwa roh mereka masih berada di sekitar dan membutuhkan makanan. Jika ada anggota keluarga yang bermimpi bertemu dengan orang yang telah meninggal, hal ini sering dianggap sebagai pengalaman spiritual yang memiliki makna khusus. Ritual-ritual seperti ini sering mirip dengan praktik di masyarakat tradisional lainnya. Praktik pendampingan saat duka juga umum di budaya Sabu, di mana semua anggota komunitas, termasuk keluarga inti, memberikan dukungan moral dan spiritual satu sama lain. Solidaritas dan kebersamaan sangat dijunjung tinggi, sehingga keluarga yang berduka merasa didukung oleh komunitasnya. Hal ini mencerminkan nilai-nilai saling menguatkan dan peduli satu sama lain yang merupakan bagian integral dari budaya Sabu (Greiffenberger, 2012).

Goethe (2010) dalam kajiannya menuliskan pemaknaan ruang dalam kehidupan masyarakat Sabu erat kaitannya dengan filosofi mengenai hubungan ketergantungan dengan lingkungan alamnya (Kini et al., 2016). Dalam kehidupan wanita, menghadapi kehidupan setelah kematian pasangan merupakan tantangan yang tidak mudah. Pasca kehilangan pasangan, wanita sering mengalami perubahan signifikan dalam kehidupan mereka, seperti lemahnya kondisi bagian ekonomi hingga peningkatan gejala depresi akibat tanggung jawab merawat anak seorang diri. Menjadi seorang single mother membawa beban tersendiri, yang memicu tekanan emosional dan kesedihan yang mendalam. (Zickuhr, 2016) Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk mengatasi tantangan dan situasi sulit dalam hidup. Bagi para single mother, yang seringkali menghadapi banyak kesulitan, resiliensi menjadi sangat penting. Ini memungkinkan mereka untuk tetap tegar di tengah kesulitan, bangkit setelah mengalami masa sulit, dan menyesuaikan diri dengan segala situasi yang rumit. Untuk bisa berkembang dengan baik meskipun mengalami stres, trauma, atau risiko, seseorang membutuhkan kemampuan resiliensi seperti membangun hubungan sosial yang kuat, memiliki kemampuan memecahkan masalah, mandiri, dan memiliki rencana dan harapan untuk masa depan yang lebih baik. Orang yang resilien adalah orang yang tidak mudah dipengaruhi oleh situasi negatif dan tidak menunjukkan gejala yang merugikan dalam menghadapi tantangan hidup (Zickuhr, 2016).

Masrikah (2023) Menyatakan bahwa dalam psikologi terdapat istilah yang disebut resiliensi. Resiliensi adalah proses dinamis individu dalam menghadapi tekanan dan situasi sulit melibatkan coping dan stress. Tekanan dan situasi sulit menjadi tantangan seorang single mother disamping harus membagi waktu pekerjaan dan keluarga. Resiliensi dirujuk pada adaptasi positif terhadap kesulitan, tetapi ada perspektif yang mendefinisikan secara tepat (Pragholapati, 2020). Kehilangan pasangan

hidup dalam hubungan perkawinan adalah kondisi yang tidak dapat dihindari dalam kehidupan (Hurlock,2011). Menurut Stroebe (2010) Hilangnya seorang anggota keluarga dekat, terutama melalui kematian, memiliki dampak yang signifikan tidak hanya pada kesehatan mental dan fisik, tetapi juga pada hubungan interpersonal. Menurut Stroebe (2010), orang yang berduka akibat kematian seseorang cenderung mengalami lebih banyak masalah kesehatan mental dan fisik, seperti stres pasca trauma, depresi, dan masalah fisik seperti sakit dada, dibandingkan dengan mereka yang berduka karena alasan lain. Bagi seorang single mother, yang merasakan kesedihan yang mendalam karena kehilangan pasangan, dampaknya tidak hanya terasa pada kesehatan mental dan fisik, tetapi juga pada hubungan interpersonal. Tantangan yang muncul setelah menjadi single mother perlu ditangani dengan teliti dan memperhatikan aspek-aspek yang berkaitan dengan kondisi emosional, fisik, dan hubungan sosial, termasuk menjalankan peran ganda sebagai ibu dan ayah bagi keluarga, menuntut kemampuan yang luar biasa. seorang Single Mother harus mampu memberikan kasih sayang, kehangatan, serta menyelesaikan tugas rumah tangga, sambil memenuhi peran kepemimpinan dan menyediakan nafkah bagi keluarga. (Naiheli,2021) Perubahan status menjadi seorang janda setelah suami meninggal memiliki tantangan tersendiri bagi wanita dalam lingkungan sosialnya, yang memerlukan penyesuaian dan adaptasi yang baik.

Masrikah (2023) Secara sosial maupun psikologis, peran seorang janda lebih menantang dibandingkan dengan seorang duda. Dalam konteks ini, pandangan masyarakat yang menempatkan perkawinan sebagai lebih penting bagi wanita dapat menciptakan tantangan tersendiri. Akhir dari suatu perkawinan seringkali dirasakan sebagai akhir dari peran dasar sebagai istri, yang kemudian dapat mempengaruhi persepsi diri dan kepercayaan diri wanita. Selain itu, wanita cenderung dihadapkan pada pandangan bahwa mereka kurang agresif dalam mencari pasangan baru dan cenderung membatasi kehidupan sosial mereka setelah kehilangan suami. Kehilangan suami juga seringkali membawa dampak traumatis yang signifikan dan dapat membuat wanita merasa terpuruk dan melemah. Namun, bagi sebagian wanita, pengalaman ini dapat menjadi bagian dari proses kematangan diri untuk menjalani kehidupan tanpa pasangan dan menjadi orang tua tunggal. Meskipun proses ini tidak mudah dan seringkali terasa berat, namun merupakan langkah awal yang penting dalam perjalanan menjadi seorang orang tua tunggal.

Fenomena dilapangan menunjukan bahwa seorang single mother pada hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 12 oktober 2023, subjek yang diwawancarai adalah seorang single mother dari suku Sabu Nusa Tenggara Timur. Pada hasil wawancara menyebutkan bahwa proses yang dialami setelah kehilangan sosok pasangan adalah hal yang tidak mudah bahkan sempat berpikir bahwa ingin menyerah dengan keadaan akan tetapi anak-anak menjadi tujuan utama yang membuat keinginan untuk bangkit dari keterpurukan itu hadir, bahkan Bagi seorang janda yang menjadi single parent dan memilih untuk tetap bertahan dengan status tersebut, alasan mereka untuk tidak menikah lagi sudah cukup kuat. Meskipun demikian, stigma negatif terhadap single mother masih ada di masyarakat. Perubahan dalam kehidupan yang cepat menuntut mereka untuk mengembangkan kemampuan mereka dalam berbagai hal dan melewati masa tersebut secara efektif.

Masrikah (2023) Resiliensi yang kurang optimal pada single mother dapat mengakibatkan berbagai masalah psikologis, seperti perasaan takut, kepanikan, kecemasan, mudah menangis dan marah, kurangnya rasa percaya diri, perilaku agresif, kesepian, penyesalan, ketidaknyamanan dalam berinteraksi sosial, serta kesulitan

menyelesaikan tugas dengan baik, stress, dan depresi. khususnya, bagi single mother yang mengalami kematian pasangan, kurangnya resiliensi dapat menyebabkan perasaan sedih, ketidaksiapan dalam menghadapi peran ganda sebagai orang tua tunggal, dan dampak psikologis lainnya. Oleh karena itu, penting bagi single mother untuk mengembangkan resiliensi sebagai upaya untuk mengatasi tantangan dan menjaga kesehatan mental mereka. Peran seorang ibu meliputi menjalankan perannya sebagai perempuan dengan mengasuh dan membesarkan anak, serta mengurus berbagai hal yang terkait dengan rumah tangga hingga merangkap peran yang lain. Meskipun bekerja, seorang ibu tetap harus memonitor situasi di rumah dan mempersiapkan kemandirian mental anak-anaknya. Seorang single mother adalah gambaran seorang perempuan tangguh yang menghadapi segala tanggung jawab di rumah tangga sendirian, termasuk mencari nafkah dan mengurus anak-anak. Mereka menunjukkan keteguhan hati dan keuletan yang luar biasa dalam menjalani peran ganda mereka (Layliyah, 2013).

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk merespons secara sehat dan produktif terhadap masalah atau trauma yang dihadapi, termasuk kemampuan untuk mengatasi dan menghadapi tekanan dengan baik. dengan melakukan perubahan sikap dan perilaku yang sesuai. (Reivich, 2002) Terdapat tujuh aspek resiliensi yang dapat dimiliki oleh setiap individu, namun tidak semua individu memiliki keberadaan semua aspek tersebut secara keseluruhan. Ketujuh aspek tersebut adalah: regulasi emosi, kontrol terhadap impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian. (Sissilia & Falah, 2020) Respon yang dihasilkan dalam peristiwa kedukaan dapat berupa perasaan marah, sedih, duka, depresi, putus asa, kesepian, serta rasa salah dan menyesal. Emosi-emosi ini merupakan bagian dari apa yang disebut sebagai emosi dasar, yang meliputi marah, senang, sedih, dan takut (Julianti & Laksmiwati, 2022). Pandangan seorang single mother berasal dari suku Sabu terkait resiliensi “saya merasa sebagai kekuatan batin yang memungkinkan saya untuk bangkit dan kuat kembali demi anak-anak, walaupun saya belum bisa menerima keadaan ini harus terjadi”.

Fenomena di mana masyarakat Sabu yang tinggal di kota Kupang tetap melaksanakan ritual kematian secara tradisional, meskipun ada yang tidak melakukannya secara lengkap, menarik perhatian peneliti. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun mereka tinggal di daerah perkotaan yang terpengaruh oleh perkembangan zaman dan berbagai pengaruh luar, tradisi dan adat istiadat mereka tetap dijaga dengan baik. Meskipun tidak dilakukan secara penuh, tetapi tetap dipelihara dengan baik. Proses yang dialami penerimaan dari kejadian berduka, subjek menjelaskan bahwa pada akhirnya dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan, interaksi sosial mulai berkembang pasca kematian berjarak waktu bulan ke 6 setelah berduka. Tradisi yang dilakukan melalui tahapan hari ke 3 yang dilakukan dengan syukuran misa, hari ke 7 hingga 40 hari yang secara perlahan melepaskan kepergian pasca mengalami banyak tantangan dan trauma yang belum bisa seutuhnya menerima keadaan. Ariani(2015) Seiring berjalan waktu proses penyesuaian dan penerimaan berusaha diwujudkan subjek karena banyak tanggungan keluarga dan anak-anak yang membutuhkan. Ly Bani (2022) Pulau Sabu kaya akan budaya yang telah ada sejak lama dan masih dilestarikan hingga kini. Tradisi-tradisi ini terus diterapkan dalam kehidupan masyarakat, termasuk dalam berbagai upacara. Salah satu tradisi khas di Pulau Sabu adalah "cium sabu" atau cium hidung. Tradisi ini dilakukan dengan cara mencium menggunakan hidung saat bertemu, baik dalam pertemuan keagamaan di gereja, ritual kematian, maupun upacara pernikahan yang dilakukan oleh masyarakat suku Sabu.

Aprilia (2013) Resiliensi merupakan kemampuan untuk mengatasi perubahan hidup dengan baik, bahkan pada tingkat yang tinggi. Ini mencakup kemampuan untuk menjaga kesehatan mental dan fisik dalam situasi tekanan, bangkit dari keterpurukan, mengatasi kemalangan, menyesuaikan gaya hidup ketika diperlukan, dan menghadapi masalah tanpa menggunakan kekerasan. Semua ini menuntut adanya kesiapan mental dan emosional yang kuat serta kemampuan adaptasi yang fleksibel. Menurut Grotberg & Leer (1995) Resiliensi adalah kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, dan menjadi kuat di tengah kesulitan yang dihadapinya. Terdapat penelitian yang mendukung Sari, dkk (2013), Kehilangan pasangan dapat menyebabkan perubahan hidup yang tiba-tiba, memaksa individu untuk bertahan dan menyesuaikan diri dengan kehidupan baru. Perubahan tersebut terjadi dengan cepat, menuntut seorang wanita atau single mother untuk mengembangkan kemampuan dalam berbagai hal dan melewati masa tersebut secara efektif. Resiliensi merupakan kemampuan untuk mencegah, menghadapi, meminimalisir, bahkan menghilangkan kondisi yang tidak menguntungkan bagi individu, dan mengubahnya menjadi sesuatu yang wajar (Aini & Satwika, 2022).

Hasil dari penelitian Sari dan Wardhana (2013), Setelah menjadi janda, wanita menghadapi beberapa tantangan, termasuk di antaranya adalah penurunan kondisi fisik, pandangan negatif dari masyarakat terhadap statusnya, kebutuhan akan sosok pasangan, masalah finansial, dan tanggung jawab dalam mengasuh anak. Semua ini merupakan bagian dari perjuangan yang harus dihadapi dengan kekuatan dan ketabahan (Monica & Rinaldi, 2020). Perempuan single, khususnya yang memiliki anak, menghadapi kesulitan tersendiri setelah perpisahan dengan pasangan. Hasil penelitian Hashim, Amawati, dan Endut (2015) menyatakan bahwa single mother memiliki peran dan tanggung jawab yang luas. Menurut hasil penelitian Ahsyari (2015) single mother tidak jarang juga mereka mengalami kelelahan mental, yang ditandai dengan rasa tidak berharga, sensitivitas yang meningkat, kesulitan dalam pengambilan keputusan, perasaan tidak bahagia, dan kehilangan kepercayaan diri. Kelelahan emosional terkadang muncul dalam bentuk mudah menangis, kecemasan, kesulitan beradaptasi, dan mudah marah. Sementara itu, kelelahan mental dapat tercermin dari perasaan tidak berharga, sensitivitas yang meningkat, kebingungan dalam membuat keputusan, ketidakbahagiaan, dan hilangnya kepercayaan diri (Iadiba G & utami 2022).

Resiliensi mengacu pada proses dinamis yang melibatkan adaptasi positif dalam menghadapi tantangan yang signifikan. (Ayu & Azzahra, 2021) Resiliensi adalah proses adaptasi yang efektif dalam menghadapi situasi trauma, tragedi, atau peristiwa yang menimbulkan stres. Kemampuan ini sangat penting bagi individu, karena individu yang memiliki resiliensi akan melihat tantangan dalam hidup mereka sebagai peluang untuk tumbuh dan berkembang. Mereka tidak melihat diri mereka sebagai korban, melainkan sebagai penjelas dalam menghadapi masalah, dan mereka terus berusaha untuk berkembang meskipun dalam situasi yang sulit. (Intan et al., 2019) Kekecewaan yang tidak teratasi dapat menghambat individu, menyebabkan mereka terjebak dalam kekecewaan emosional. Resiliensi penting dalam memahami bahwa tanpa keberanian, ketekunan, rasionalitas, dan wawasan, individu tidak dapat melawan tantangan yang dihadapi. Resiliensi memungkinkan individu merespons masalah secara positif, bertahan dalam situasi sulit, bangkit kembali, dan mempertahankan sikap yang positif. Kematian adalah bagian dari realitas kehidupan yang tidak terelakkan. Hal ini sering kali membuat seseorang terpaksa menjalani kehidupan sebagai single mother, baik karena perceraian maupun kematian pasangan. Menjadi single mother bukanlah tugas yang mudah, terutama bagi seorang wanita yang harus mengasuh anak sendirian.

Kondisi ini sering menyebabkan stress psikologis, emosional, dan fisik, serta kebutuhan akan waktu sendiri. Di sisi lain, sebagai single mother, mereka juga dituntut untuk memenuhi peran ganda dalam memenuhi kebutuhan anak-anak mereka (Sari et al., 2019).

Peneliti merasa penelitian mengenai resiliensi pada single mother yang berasal dari suku Sabu Nusa Tenggara Timur ini perlu diteliti lebih lanjut lagi dikarenakan beberapa faktor yang mempengaruhi peningkatan resiliensi pada seorang single mother masih belum seutuhnya, subjek merasa bahwa dirinya tidak bisa melakukan apapun dengan seorang diri tanpa kehadiran pasangan yang menjadi tulang punggung keluarga. (Nudwina, 2019) Kematian pada pasangan hidup merupakan peristiwa yang paling berat sehingga dapat menimbulkan stres pada individu yang ditinggalkannya. Santrock (2005) Mengemukakan Fase awal duka cita seringkali ditandai dengan perasaan terkejut, tidak percaya, dan penolakan terhadap kenyataan, yang sering disertai dengan tangisan, kemarahan, dan sensitivitas yang meningkat. Resiliensi adalah kemampuan individu untuk mengatasi atau beradaptasi dengan situasi yang menimbulkan penderitaan, dengan tujuan mencapai kehidupan yang lebih baik (Anjarwati et al., 2022).

Landasan Teori

A. Teori Resiliensi

1. Definisi Resiliensi

Menurut Reivich dan Shatte (2002), Resiliensi adalah kemampuan individu untuk beradaptasi dan mengatasi tantangan atau masalah yang timbul dalam kehidupan. Ini mencakup kemampuan untuk menyesuaikan diri dan mengatasi situasi yang sulit atau peristiwa yang menekan. Resiliensi memungkinkan seseorang untuk tetap kuat dan stabil dalam menghadapi berbagai tantangan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Grotberg (1999) Resiliensi adalah kemampuan manusia untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan serta permasalahan yang dihadapinya. Menurut Grotberg, Resiliensi bukanlah sesuatu yang luar biasa dan dapat dimiliki oleh semua manusia tanpa terkecuali, bukan pula merupakan pemberian dari sumber yang tidak diketahui. Dengan demikian, resiliensi adalah kemampuan individu untuk tidak mudah putus asa dalam menghadapi masalah (Nisa & Tamsil, 2016). Dari kesimpulan tersebut, resiliensi pada Single mother adalah kemampuan individu untuk menghadapi dan mengatasi masalah tanpa mudah putus asa, sehingga mampu bertahan dalam situasi yang menekan dan berupaya bangkit untuk menjadi lebih baik.

2. Aspek – Aspek Yang Membangun Resiliensi

- a. Emotion Regulation: Kemampuan untuk tetap tenang di bawah tekanan.
- b. Impulse Control: Kemampuan untuk mengendalikan keinginan dan tekanan internal.
- c. Optimisme: Sikap positif terhadap masa depan.
- d. Causal Analysis: Kemampuan untuk mengidentifikasi penyebab masalah
- e. Empati: Kemampuan membaca dan memahami emosi orang lain.
- f. Self-Efficacy: Keyakinan pada kemampuan untuk mengatasi masalah.
- g. Reaching Out: Kemampuan untuk menemukan hal positif dari pengalaman hidup

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk beradaptasi dengan baik dalam situasi yang menantang atau spesifik. Menurut Sills dan Steins (2007) Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi secara positif dalam menghadapi stres dan trauma. Ini mencakup pola pikir yang memungkinkan individu untuk melihat kehidupan dengan cara yang optimis dan progresif, bahkan di tengah-tengah tantangan yang sulit. sebagai proses pembelajaran yang terus berlanjut, serta kemampuan untuk

tetap tenang dan menemukan solusi produktif saat menghadapi kesulitan atau trauma yang mengakibatkan stres dalam kehidupan (Macer, 2013).

Faktor individu merujuk pada aspek-aspek internal seseorang yang berkontribusi terhadap tingkat resiliensi. Ini mencakup karakteristik pribadi, keterampilan, dan sifat yang memungkinkan individu untuk menjadi resilien (Macer, 2013).

- a. Fungsi kognitif atau intelegensi: Kemampuan resiliensi dapat dipengaruhi oleh intelegensi seseorang, tidak hanya dari segi kecerdasan intelektual, tetapi juga kemampuan untuk memahami dan mengelola emosi serta situasi secara efektif.
- b. Strategi coping: Remaja yang resilien cenderung memiliki kemampuan dalam menyelesaikan masalah dan menggunakan strategi penyelesaian masalah sebagai cara untuk mengatasi tantangan yang dihadapi.
- c. Locus of Control: Individu yang memiliki kontrol internal cenderung lebih resilien karena mereka memiliki keyakinan dan harapan pada diri sendiri serta melihat diri mereka memiliki kemampuan untuk mengatasi rintangan.
- d. Konsep Diri: Konsep diri yang positif dan harga diri yang kuat dapat meningkatkan resiliensi seseorang karena mereka memiliki kepercayaan diri dan optimisme dalam menghadapi kesulitan.

Faktor keluarga dan komunitas juga memainkan peran penting dalam mempengaruhi Resiliensi seseorang. Dukungan dari keluarga dan hubungan positif dengan lingkungan dapat memberikan individu kekuatan tambahan dalam menghadapi tantangan hidup. Faktor risiko dapat mencakup sejumlah faktor stres atau tekanan yang mempengaruhi kemampuan individu untuk menjadi resilien. Ini termasuk kondisi kondisi atau pengalaman-pengalaman yang meningkatkan risiko terjadinya kesulitan atau ketidakmampuan individu untuk mengatasi tantangan hidup (Macer, 2013).

3. Single Mother

Ketika seorang ibu menjadi single mother, dia harus mampu memenuhi berbagai peran yang biasanya dipenuhi oleh dua orang tua. Ini termasuk memberikan kasih sayang, kehangatan, menyelesaikan pekerjaan rumah, dan memberikan nafkah untuk keluarga. Namun, hilangnya sumber daya ekonomi dan dukungan dari pasangan atau komunitas dapat menimbulkan tekanan tambahan bagi seorang single mother. Oleh karena itu, penting bagi single mother untuk memiliki kematangan emosional yang tinggi. Mereka harus mampu menjalankan dua peran sekaligus, yaitu sebagai ibu yang lembut dan hangat terhadap anak-anaknya, dan sebagai figur ayah yang tegas dan bertanggung jawab dalam menerapkan aturan dan disiplin dalam keluarga. Ini memerlukan keseimbangan yang baik antara kedua sikap tersebut untuk menciptakan lingkungan keluarga yang harmonis dan stabil (Hasanah & Widuri, 2014).

4. Budaya Suku Sabu

Tari Ledo Hawu adalah tarian tradisional sakral dari masyarakat adat Sabu Raijua, yang memiliki makna mendalam dalam membawa arwah orang yang telah meninggal menuju kedamaian dan keabadian. Dalam tradisi ini, ada aturan ketat mengenai kain yang menutupi jenazah: untuk laki-laki dikenakan selendang, sedangkan perempuan menggunakan sarung, dan keduanya harus memakai pakaian adat, bukan pakaian dari toko. Selain itu, kain atau sarung yang diberikan kepada jenazah harus berjumlah ganjil. Untuk jenazah yang belum menganut agama Kristen, terdapat ritual khusus, di mana biasanya disiapkan "bekal" berupa uang 50 rupiah untuk keperluan di alam arwah. Posisi duduk jenazah juga diatur, dengan laki-laki menghadap barat dan perempuan menghadap timur. Jenazah diikat dengan tali rotan sepanjang sembilan depa, melambungkan tali pusar, dan saat penguburan, tali tersebut dibuka agar posisi jenazah menyerupai bayi dalam kandungan. Kuburan yang digali berbentuk bulat dan

beralaskan tikar, dengan penguburan dilakukan pada pukul 1 siang, diikuti dengan acara Keleku untuk mengucapkan syukur.

Ritual Hahu Kebie, yang berkaitan dengan silsilah keluarga, hanya bisa dilakukan oleh orang yang mengetahui sejarah keluarga secara akurat, karena kesalahan dalam menyusun silsilah dapat mendatangkan kesialan. Nilai-nilai budaya dan tradisi Suku Sabu dalam menghadapi kematian sangat berkaitan dengan kepercayaan adat yang kuat serta peran komunitas. Kematian dianggap bukan hanya sebagai akhir, tetapi juga sebagai perjalanan menuju alam arwah. Momen ini menekankan pentingnya kebersamaan, di mana masyarakat berkumpul untuk memberikan dukungan kepada keluarga yang berduka, serta penghormatan kepada leluhur sebagai penjaga keluarga. Berbagai ritual dilakukan untuk menjaga hubungan baik dengan roh-roh leluhur, seperti pengorbanan hewan ternak, yang melambangkan penghormatan dan persembahan bagi roh yang telah pergi. Tradisi ini juga sangat terhubung dengan simbol-simbol alam, di mana kematian dipandang sebagai bagian dari siklus keseimbangan antara dunia hidup dan dunia roh. Selain itu, setelah beberapa waktu kematian, keluarga akan menyelenggarakan upacara adat besar sebagai peringatan dan penghormatan terakhir untuk arwah yang telah berpulang, yang biasanya diiringi dengan jamuan makanan dan tarian adat. Tradisi ini menunjukkan betapa pentingnya hubungan antara kehidupan, kematian, dan spiritualitas dalam budaya Suku Sabu Djami (2012).

Tempat asal bagi orang Sabu sangat penting, karena berkaitan dengan tempat kelahiran dan tanah leluhur. Dalam pandangan mereka, jika seseorang lahir di tanah asalnya, maka ketika meninggal, ia harus kembali ke tempat tersebut. Salah satu alasan mengapa orang Sabu harus kembali ke Sabu saat meninggal adalah karena tali plasenta mereka dikuburkan di tanah asalnya. Hal ini mengaitkan mereka secara spiritual dengan tanah tersebut, menandakan bahwa mereka memiliki ikatan yang kuat dengan tempat asal dan leluhur mereka. Seorang single mother dari Suku Sabu memiliki hubungan yang erat dengan budaya dan tradisi sukunya, di mana nilai keluarga dan solidaritas komunitas sangat dijunjung tinggi.

Di Suku Sabu, keluarga dianggap sebagai inti kehidupan sosial, sehingga seorang single mother seringkali mendapatkan dukungan dari keluarga besar dan komunitas dalam menghadapi tantangan yang dihadapi. Meskipun menghadapi kesulitan, nilai-nilai budaya yang mengajarkan ketahanan dan kemampuan untuk mengatasi masalah memberikan kekuatan bagi mereka. Selain itu, pendidikan untuk anak-anak sangat dihargai, mendorong single mother untuk berjuang demi masa depan anaknya. Dukungan dari masyarakat juga sangat berarti, di mana mereka percaya bahwa setiap anggota komunitas memiliki tanggung jawab untuk saling membantu, terutama dalam situasi sulit seperti kehilangan pasangan. Dalam perjalanan hidupnya, seorang single mother dari Suku Sabu juga dapat terhubung secara spiritual dengan leluhur, memberikan ketenangan dan keyakinan bahwa mereka tidak sendirian. Melalui ketahanan dan semangat juangnya, seorang single mother menjadi teladan bagi anak-anaknya, menanamkan nilai-nilai penting tentang menjaga hubungan dengan budaya dan tradisi mereka Dimu (2016).

B. Kerangka Berpikir

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti akan menggunakan beberapa faktor sebagai pedoman dalam penelitian ini. Faktor-faktor ini termasuk tingkat kecerdasan atau intelegensi, strategi untuk mengatasi masalah, keyakinan dalam mengendalikan situasi, konsep diri yang positif, dukungan dari keluarga, dan juga dukungan dari komunitas sekitar. Semua faktor ini akan menjadi dasar analisis untuk melihat bagaimana mereka

mempengaruhi tingkat kesiapan mental dan keberhasilan Single Mother dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari. Dengan menggunakan kerangka kerja ini, penelitian akan menelusuri hubungan antara faktor-faktor tersebut dan resiliensi serta kesejahteraan Single mother. Resiliensi pada Single mother yang berasal dari suku Sabu Nusa Tenggara Timur pasca kematian pasangan hidup. Resiliensi adalah kapasitas untuk merespon secara sehat dan produktif ketika menghadapi masalah atau trauma, di mana individu mampu mengatasi tekanan yang dialami dengan baik (Revich, 2002). Resiliensi adalah kemampuan individu untuk tetap dalam kondisi baik dan menemukan solusi produktif saat menghadapi kesulitan atau trauma, bahkan ketika mengalami stres dalam kehidupan mereka. Hal ini menggarisbawahi pentingnya resiliensi dalam membantu individu untuk mengatasi tantangan hidup dan menjaga kesejahteraan mereka (Macer, 2013).

Resiliensi bukanlah sifat tetap dalam diri individu, melainkan sebuah proses dinamis yang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor-faktor tersebut dapat dibagi menjadi internal dan eksternal. Faktor internal mencakup hal-hal seperti harga diri, efikasi diri, kemampuan mengatasi masalah, regulasi emosi, dan optimisme yang berasal dari dalam diri individu. Sementara itu, faktor eksternal mencakup dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar yang memberikan perlindungan tambahan bagi individu dalam menghadapi stres dan kesulitan (Sudrajat et al., 2023). Hal ini mungkin yang menjadi tantangan baru bagi single mother untuk harus berproses dan bangkit dari keterpurukan yang dialami, beradaptasi dengan penyesuaian diri sekaligus sebagai bentuk mengubah diri sesuai dengan kondisi lingkungan.

METODOLOGI

A. Desain Penelitian

Merujuk pada permasalahan yang telah dibahas di latar belakang, maka peneliti memilih penelitian dengan menggunakan pendekatan kualitatif. (Fadli, 2021) mendefinisikan penelitian kualitatif ini sebagai penelitian yang digunakan bersifat alamiah (natural setting). Peneliti menggunakan pendekatan ini untuk memahami makna dibalik data yang tampak pada suatu fenomena atau peristiwa. Peneliti ingin mengumpulkan data untuk mencari makna dari fenomena yang dilihat dengan pendekatan kualitatif yang dilakukan dengan teknik wawancara yang mendalam, observasi, juga dokumentasi.

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian yang bersifat ke dalam studi kasus (case study). Menurut (Sugiyono, 2016) penelitian metode studi kasus dilakukan dengan cara peneliti melakukan eksplorasi secara mendalam terhadap peristiwa, kejadian, proses, aktivitas, terhadap satu orang atau lebih. Studi kasus pada penelitian ini tergolong ke dalam tipe studi kasus intrinsik, dimana penelitian dilakukan karena ketertarikan atau kepedulian pada suatu kasus khusus. Dalam hal ini, peneliti tertarik pada bagaimana gambaran proses resiliensi pada single mother yang berasal dari suku Sabu di Nusa Tenggara Timur pasca kematian pasangan hidup.

B. Fokus Penelitian

Berkaitan dengan resiliensi pada single mother yang berasal suku Sabu yang berlokasi di Nusa Tenggara Timur, maka peneliti ingin mengetahui bagaimana proses resiliensi pada single mother yang berasal dari suku Sabu di Nusa Tenggara Timur. Penelitian ini dilakukan mengenai proses resiliensi single mother yang berasal dari suku Sabu di Nusa Tenggara Timur dapat dilakukan dengan menggunakan metode pengumpulan data seperti observasi, wawancara, dan juga dokumentasi. Fokus penelitian yang dilihat disini sebagai bentuk upaya dalam melihat proses resiliensi pada

single mother yang berasal dari suku Sabu di Nusa Tenggara Timur yang menghadapi tantangan dalam kehidupannya pasca kematian pasangan hidup. Penelitian ini juga memperhatikan beberapa faktor seperti kemampuan menghadapi berbagai persoalan dari berbagai situasi, sehingga mampu memecahkan masalah seorang diri, Perubahan kehidupan, seperti tekanan ekonomi dan peningkatan gejala depresi pada single mother yang harus mengasuh anak sendirian, menjadi perhatian utama dan menjadi tantangan yang signifikan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini menuntut adanya perhatian yang lebih baik terhadap kesejahteraan mental dan finansial para single mother. Dalam konteks ini, pemahaman yang lebih dalam mengenai dampak ekonomi dan kesejahteraan mental pada single mother sangat penting untuk memahami dan mengatasi tantangan yang mereka hadapi.

Hasil penelitian yang dilakukan dapat memberikan wawasan dan rekomendasi bagi Lembaga spinmotion untuk lebih memberi dukungan bagi seorang single mother yang berjuang sebagai orang tua tunggal dan terkhusus bagi seorang single mother yang berasal dari suku Sabu di Nusa Tenggara Timur.

C. Partisipan Penelitian

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kelompok nonprobability sampling. Kelompok sampling ini tidak memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. penggunaan teknik purposive sampling dalam penelitian ini merupakan pilihan yang tepat, sebagaimana yang dijelaskan oleh (Sugiyono, 2016).

Para subjek atau partisipan dalam penelitian ini dipilih untuk mendapatkan kemudahan peneliti dalam melakukan analisis dan mendapatkan hasil penelitian yang memungkinkan. Pada proses pengambilan sampel yang sesuai dengan kriteria yang ditetapkan, (Sugiyono, 2016). Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 3 orang dengan kriteria sebagai berikut:

- a. Seorang Ibu single parent yang berasal dari suku Sabu di Nusa Tenggara Timur.
- b. Berstatus single mother akibat kematian suami.
- c. Berusia 38- 50 tahun
- d. Kematian suami tidak lebih dari 5 tahun
- e. Dapat berkomunikasi dengan baik
- f. Bersedia memberikan informasi yang sesuai tujuan penelitian, ditandai dengan adanya kesediaan untuk mengisi dan menandatangani informed consent.

Data yang diperoleh dalam penelitian adalah data primer yang merupakan data yang diperoleh langsung dari sumber pertama yang dalam hal ini adalah partisipan penelitian. (Sugiyono, 2016) Dalam penelitian ini, sumber data yang digunakan adalah partisipan penelitian. Lokasi penelitian berada di Kota Kupang Nusa Tenggara Timur. Peneliti mengambil lokasi penelitian tersebut karena Kota Kupang dapat memenuhi pengambilan data yang dimana terdapat single mother yang berasal dari suku Sabu. Single mother yang berada di Kota Kupang berasal dari suku Sabu terdapat di berbagai tempat tinggal tersebut yang memiliki daerah khusus dengan lokasi kediamannya yang dinamakan kampung Sabu (nunbaun Sabu).

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling penting dalam suatu penelitian, Dalam penelitian kualitatif penting untuk memperhatikan pengumpulan data yang dilakukan dalam kondisi alamiah (natural setting), dengan fokus pada sumber data primer. Teknik pengumpulan data seperti observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi menjadi metode yang dominan digunakan. Hal ini sejalan dengan pendekatan kualitatif yang bertujuan untuk mendapatkan pemahaman mendalam

tentang fenomena yang diteliti. Dengan demikian, proses pengumpulan data tersebut dapat memberikan hasil yang akurat dan beragam, sesuai dengan kerangka penelitian yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2016). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini berupa observasi, dan wawancara.

1. Observasi

Nasution (1988) menyatakan bahwa observasi merupakan dasar ilmu pengetahuan yang mempelajari dasar ilmu perilaku dan makna dari perilaku tersebut. Sugiyono (2016) mendefinisikan observasi sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat lebih spesifik mengenai pengamatan tingkah laku manusia. Pada penelitian ini peneliti ingin teknik observasi partisipatif pasif dimana peneliti datang di tempat orang tersebut diamati, tetapi peneliti tidak ikut terlibat dalam kegiatan tersebut.

2. Wawancara / Interview

Esterberg (2002) mendefinisikan wawancara atau interview sebagai proses pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Susan Staiback (1988) mengemukakan bahwa dengan teknik wawancara. Dalam penelitian ini peneliti ingin melakukan teknik wawancara secara semi terstruktur. Wawancara secara semi terstruktur dapat digunakan sebagai teknik pengumpulan data dengan pelaksanaan yang lebih bebas. Tujuan dari teknik wawancara ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana pihak narasumber dapat mengembangkan pendapat dan ide-idenya. Peneliti dapat menyiapkan instrumen penelitian berupa pertanyaan-pertanyaan tertulis yang telah disiapkan. Selain itu peneliti juga dapat menyiapkan alat bantu berupa tape recorder, gambar, atau material lain yang dapat membantu pelaksanaan wawancara menjadi lebih lancar.

E. Teknik Pengorganisasian Dan Analisis Data

Menurut (Sugiyono, 2016) analisis data dalam metode penelitian kualitatif merupakan proses pencarian dan penyusunan setiap data yang diperoleh dalam penelitian baik dari hasil wawancara maupun catatan lapangan serta sumber data lainnya secara sistematis agar dapat diinformasikan kepada dan mudah dipahami oleh orang lain. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data model Miles dan Huberman. Langkah awal yang dilakukan adalah:

1. Pengumpulan Data (Data Collection)

Prosedur pengumpulan data pada penelitian kualitatif umumnya menggunakan kegiatan observasi, wawancara, dan dokumentasi gabungan ketiganya (triangulasi).

2. Reduksi Data (Data Reduction)

Proses reduksi data dilakukan dengan cara merangkum, memilih data pokok, memfokuskan penelitian pada data pokok untuk mencari tema dan pola data penelitian. Pada proses ini, setiap peneliti akan dipandu oleh teori dan tujuan penelitian yang akan dicapai.

3. Penyajian Data (Data Display)

dimana data penelitian dapat disajikan dalam bentuk uraian singkat narasi, bagan, hubungan antar kategori, flowchart, dan sebagainya. Dalam penelitian ini, bentuk penyajian data yang digunakan adalah dalam bentuk narasi.

4. Penarikan Kesimpulan Dan Verifikasi (Conclusion Drawing/ Verification)

Data yang telah disajikan akan ditelaah dengan dukungan teori dan hasil penelitian lainnya yang mendukung penelitian yang dilakukan.

F. Teknik Uji Kredibilitas Penelitian

Menurut (Sugiyono, 2016) Uji keabsahan Dalam penelitian kualitatif, validitas data menjadi krusial dalam memastikan akurasi dan keandalan hasil penelitian.

Validitas data terwujud ketika apa yang dilaporkan oleh peneliti sesuai dengan realitas yang terjadi pada objek yang diteliti. Dengan kata lain, konsistensi antara temuan yang diungkapkan oleh peneliti dengan situasi atau fenomena yang sebenarnya menjadi indikator validitas data. Oleh karena itu, memastikan validitas data merupakan langkah penting dalam memperoleh hasil penelitian yang dapat diandalkan dan bermakna.

1. Uji Kredibilitas dalam penelitian kualitatif mencakup beberapa metode, seperti perpanjangan pengamatan, peningkatan ketelitian dalam penelitian, triangulasi data, diskusi dengan sesama peneliti, dan merujuk pada bahan referensi yang relevan.
 - a. Perpanjangan pengamatan melibatkan peneliti yang kembali ke lapangan untuk mengamati dan mewawancarai sumber data yang sudah ditemui atau baru ditemui. Peneliti akan membangun hubungan dengan narasumber dalam bentuk rapport, dan berlanjut pada proses wawancara yang mendalam.
 - b. Peningkatan Ketekunan dalam penelitian, pengamatan yang cermat dan berkesinambungan sangat penting untuk memastikan keakuratan dan keandalan data. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat merekam dengan pasti dan sistematis urutan peristiwa serta detail-detail yang relevan terkait dengan objek yang diamati. Peningkatan ketekunan dalam proses pengamatan juga membantu peneliti dalam memberikan deskripsi yang akurat dan terperinci mengenai fenomena yang diteliti. Dengan demikian, kecermatan dan ketelitian dalam pengamatan menjadi faktor kunci dalam memastikan kualitas data dan interpretasi yang valid dalam penelitian.
 - c. Triangulasi dalam penelitian kualitatif dapat diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu
 - 1) Triangulasi Sumber merupakan pendekatan yang memungkinkan kami untuk memverifikasi dan mengkonfirmasi hasil penelitian dengan cara memeriksa data yang diperoleh dari beberapa sumber yang berbeda.
 - 2) Triangulasi Teknik merupakan pendekatan yang memungkinkan kami untuk memverifikasi data yang diperoleh dari sumber yang sama dengan menggunakan teknik yang berbeda-beda. Misalnya, data yang kami peroleh melalui wawancara akan dicek dengan menggunakan teknik observasi, dokumentasi, atau kuesioner (Sugiyono, 2016).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

Pada bab ini peneliti akan menjelaskan tentang pelaksanaan penelitian ini yaitu dimulai dari pengumpulan data penelitian yakni menggunakan pedoman wawancara, dan penjelasan tentang profil dan data responden yang diteliti. Dalam penelitian ini penulis mewawancarai 3 Single Mother yang berasal dari wilayah Indonesia Timur terkhususnya di Nusa Tenggara Timur Kota Kupang dengan bersuku Sabu. Partisipan dipilih melalui teknik purposive sampling, dengan memperhatikan berbagai latar belakang, status, dan usia. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi wawancara dan observasi yang menggambarkan proses Resiliensi pada Single Mother yang berasal dari suku Sabu di Nusa Tenggara Timur. Penelitian ini dilakukan selama 2 minggu, pada bulan Agustus 2024 adapun persiapan yang dilakukan sebelum melakukan penelitian adalah dengan mengajukan surat perizinan resmi dari fakultas, kemudian peneliti melakukan konfirmasi kepada calon partisipan perihal ketersediaanya, termasuk mengatur jadwal pertemuan dengan jarak yang cukup jauh. Setelah surat ijin resmi dari kampus terbit, peneliti mulai mengatur jadwal

keberangkatan untuk bertemu dengan bersangkutan. lalu kemudian peneliti mendapat hambatan karena partisipan yang pertama mengalami sakit berat, dimana hanya 2 calon partisipan yang bersedia di wawancara.

Pada Minggu yang sama di bulan Agustus 2024 dengan keterbatasan waktu peneliti untuk melanjutkan pulang mengikuti proses perkuliahan, peneliti mulai melakukan wawancara pada partisipan 2 (IR) sebanyak 2 kali dan keesokan harinya dilanjutkan dengan melakukan wawancara pada partisipan 3 (TW). Setiap proses wawancara yang dilakukan berlangsung dengan baik dan lancar. Terkhusus pada pertemuan pertama, peneliti memberikan surat ijin resmi dari kampus dan kemudian meminta partisipasi dari partisipan untuk mengisi lembar inform consent. Selama proses wawancara peneliti merekam seluruh percakapan di dalam rekaman, dan membuat catatan lapangan pada lembaran kertas serta melakukan observasi dan melakukan dokumentasi lainnya berupa foto. Sebagai ucapan terimakasih, peneliti memberikan sebuah bingkisan yang dirasa sesuai sebagai tanda ucapan terimakasih kepada partisipan. Adapun hasil dari wawancara rata rata berdurasi 30 – 60 menit, sehingga peneliti mulai membuat laporan verbatim dari setiap wawancara pada bulan yang sama ketika peneliti pulang kembali ke kota salatiga dari kota kupang NTT. Setelah membuat laporan verbatim, peneliti mulai mengolah data tersebut dengan memasukkannya ke dalam tabel, kemudian data yang telah masuk dalam tabel dianalisis oleh peneliti dengan melakukan proses coding pada setiap pernyataan yang diberikan oleh partisipan lalu dibahas dan ditarik kesimpulan.

Lalu setelah peneliti selesai mengolah data peneliti mengajukan bimbingan kepada Dosen pembimbing dan beberapa pekan kemudian peneliti kembali ke Kota Kupang pada bulan September selama 4 hari untuk wawancara yang tertunda dari beberapa partisipan (YH), karena peneliti memiliki waktu terbatas maka dari itu peneliti memanfaatkan waktu yang ada dan langsung pulang kembali ke kota salatiga untuk melanjutkan proses perkuliahan dari kota kupang NTT. Maka dari itu peneliti melakukan wawancara kepada 3 partisipan dengan 2 partisipan (IR) & (TW) dilakukan wawancara sebanyak 3 kali dan partisipan (YH) dilakukan sebanyak 2 kali saja. Kemudian peneliti memutuskan untuk mengatur jadwal kembali ke Kota Kupang NTT pada bulan September 2024 dengan keterbatasan waktu selama 3-4 hari, untuk melakukan wawancara ke 3 bagi partisipan 2 (IR) & (TW) dan melakukan wawancara ke 2 bagi partisipan 1 (YH). Lalu karena keterbatasan waktu yang mendesak peneliti kembali ke Kota Salatiga untuk melanjutkan progress penyelesaian hasil analisis data dan melakukan bimbingan kepada Dosen Pembimbing.

B. Hasil Penelitian Dan Pembahasan

1. Gambaran Umum Partisipan

1. Narasumber 1 (Yh)

N1 adalah adalah seorang single mother yang memiliki anak 2 orang anak, N1 berumur 40 tahun berasal dari Suku Sabu yang merantau tinggal ke Kota. N1 memiliki kesibukan dengan berjualan untuk melanjutkan kehidupan pasca kehilangan suami, dengan faktor ekonomi di pulau Sabu lebih mahal N1 memiliki menetap di kota dan saat anak sulungnya memulai awal perkuliahan. N1 sebelum pindah ke kota sudah memiliki usaha makanan pagi (sarapan nasi kuning), status N1 sebagai single mother dirinya juga seorang ibu rumah tangga, suami N1 saja yang bekerja sebagai seorang guru di pulau sabu. N1 mengerti nilai-nilai budaya Sabu yang dimana menurut ajarannya ketika suami meninggal keluarga perempuan mengambil kembali adiknya perempuan karena tidak memiliki tanggungan lagi. N1 mengalami keduakaan tahun 2022 setelah 40 hari N1 memberanikan diri untuk bangkit dan berangkat ke kota demi anak-

anak, N1 terlihat bahwa menghadapi tantangan sebagai orang tua tunggal adalah perjalanan yang berat namun penuh dengan kekuatan dan pengharapan. N1 berusaha keras mengelola emosi di tengah tekanan dan kesedihan dengan berbagai cara, seperti berdoa, melakukan aktivitas sehari-hari, serta berbicara dengan teman dan keluarga yang bisa memberikan dukungan. Anak-anak menjadi sumber kekuatan utamanya, di mana tanggung jawab untuk mendidik dan memastikan kebahagiaan mereka mendorongnya untuk tetap semangat, meskipun beban hidup terasa sangat berat. Dukungan dari lingkungan sosial bervariasi, ada yang memberikan semangat, namun ada juga yang tidak mengerti perjuangannya. Meskipun demikian, N1 selalu fokus pada yang positif dan berusaha memahami dunia anak-anak di tengah situasi yang berubah, memastikan komunikasi yang terbuka dengan mereka. N1 juga mengungkapkan bahwa trauma dan kesulitan masa lalu masih mempengaruhi kehidupannya, namun dia berusaha untuk tetap maju, mengutamakan kesejahteraan mental dan emosional anak-anaknya. Kepercayaan diri dalam menjalani peran sebagai Single mother dibangun dari keberhasilan kecil dalam kehidupan sehari-hari dan keyakinan bahwa Tuhan selalu memberikan kekuatan. Dukungan keluarga dan teman, meskipun kadang tidak mudah didapatkan, juga menjadi bagian penting dalam perjalanan narasumber untuk tetap bertahan dalam perannya.

2. Narasumber (IR)

N2 seorang Single mother asal suku Sabu memiliki anak tunggal, yang menghadapi berbagai tantangan dalam hidupnya. N2 bercerita bahwa setelah suaminya meninggal secara mendadak pada tahun 2019, ia berusaha mencari kesibukan melalui kegiatan di gereja sebagai majelis dan menjalankan usaha catering agar tidak merasa kesepian. Ia mengakui bahwa tantangan emosional, seperti kesedihan dan marah, sering datang, terutama saat anaknya bekerja jauh darinya. Namun, ia menemukan ketenangan melalui doa dan kesibukan untuk mengalihkan pikirannya dari rasa sepi. N2 juga menyebut bahwa dukungan dari keluarga dan teman-teman ada, tetapi tidak selalu konsisten, sehingga ia lebih banyak bergantung pada Tuhan untuk kekuatan. Ketika menghadapi situasi sulit, ia belajar dari pengalaman dan mencoba tetap kuat demi anaknya. Baginya, anak adalah sumber kekuatan dan motivasi untuk terus maju. Meskipun N2 pernah merasa gagal dalam perannya sebagai ibu tunggal, terutama dalam mengurus segala hal sendirian, ia tetap yakin bahwa masa depan yang lebih baik akan datang dengan doa dan usaha keras. Dengan asal-usulnya dari Sabu, ia memilih untuk menetap di Kupang sejak menikah karena kehidupan di sana lebih sesuai dengan kondisi ekonominya. Kini, ia terus berjuang dan berharap yang terbaik untuk masa depan anaknya, seraya menegaskan pentingnya keteguhan hati dalam menghadapi segala rintangan hidup sebagai Single mother.

3. Narasumber (TW)

N3 adalah seorang Single mother yang memiliki 3 orang anak. N3 menghadapi banyak tantangan dalam kehidupannya, terungkap bahwa dia sering merasa sulit mengendalikan emosinya, terutama dalam menghadapi situasi yang mengecewakan. N3 merasa kecewa ketika orang-orang di sekitarnya tidak menghargai bantuannya, dan terkadang merasa sendirian dalam menghadapi masalah, meskipun ada dukungan dari beberapa teman. N3 mengakui bahwa ia pernah kesulitan menahan marah dan merasa cemas saat beban hidup terlalu berat. Namun, N3 berusaha menenangkan diri dengan banyak berdoa dan fokus pada anak-anaknya. Anak-anak menjadi sumber semangat dan alasan bagi N3 untuk terus maju meskipun seringkali menghadapi tekanan yang besar. N3 juga berbagi tentang bagaimana lingkungan sosial mempengaruhi emosinya, terutama ketika kritik yang datang tidak disampaikan dengan baik. Meski demikian, N3

tetap berusaha tidak membiarkan hal itu terlalu mengganggu kesehariannya. Dalam situasi sulit, N3 memilih untuk diam dan tidak langsung bereaksi. N3 juga berbicara tentang trauma masa lalunya, terutama setelah kehilangan suami, namun ia mencoba untuk tidak terjebak dalam masa lalu dan fokus ke masa depan. Dukungan keluarga dirasakannya tidak selalu cukup, sehingga N3 lebih mengandalkan dirinya sendiri dan anak-anak untuk saling mendukung. Meskipun merasa terbebani oleh peran ganda sebagai ibu dan ayah, N3 tetap berusaha kuat dan belajar dari kegagalannya. Ia tetap berfokus pada anak-anaknya dan masa depan mereka, meyakini bahwa Tuhan selalu menyertai dan memberikan kekuatan dalam setiap tantangan yang dihadapinya.

2. Hasil Analisis Data

Dalam wawancara yang dilakukan oleh peneliti tentang resiliensi pada Single Mother yang berasal dari suku Sabu di Nusa Tenggara Timur, peneliti mendapatkan hasil yang fokus dilakukan oleh partisipan terkait resiliensi yang ditinjau dari aspek-aspek Resiliensi Reivich & Shatte (2002) digunakan partisipan sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi dan mengatasi tantangan atau masalah yang timbul dalam kehidupan ini mencakup kemampuan untuk menyesuaikan diri dan mengatasi situasi yang sulit atau yang menekan.

a. Gambaran Resiliensi

1) Regulasi Emosi (Emotion Regulation)

1. Motivasi Internal

P1 mengingat anak-anak dan perkataan suami untuk lebih maju kedepan dan impian yang tertunda, maka P1 termotivasi untuk harus bangkit dari kesedihannya.

“setiap hari beta coba isi waktu dengan aktivitas yang bisa bikin beta lupa sedikit rasa sedih” (P1.W1 – T.26).

P1 mengalihkan kesedihannya, P2 dan P3 sama-sama memiliki kesamaan untuk selalu berserah ketika sulit mengatur emosi dan lebih perbanyak diam, Hal ini diperjelas P3 merasa bahwa kekuatannya dengan doa ketika merasa dikecewakan oleh lingkungan sekitar.

2. Kontrol Emosi

P1 dan P2 menggambarkan diri mereka sebagai seseorang yang terkadang sulit dan tidaknya mengatur emosi ketika ada suatu permasalahan. P1 dan P2 selalu menenangkan diri ketika ada permasalahan dengan berdiam diri agar ucapannya tidak melukai orang lain “Beta biasa jalan dulu, mungkin dengar lagu sebentar. Biar pikir bisa jernih lagi, baru balik urus yang perlu nanti ju sonde lama su bikin adonan ko bamasak intinya kasih sibuk diri sa” (P2.W1-T.26).

2) Pengendalian Impuls (Impulse Control)

1. Mengendalikan Sesuatu

P1,P2,P3 merasakan sulit untuk mengendalikan sesuatu ketika memiliki perasaan marah kecewa P1, P2 dan P3 selalu berusaha untuk tidak mengucapkan kata yang nantinya akan menyakitkan dan memilih untuk tenang terlebih dahulu. P1 selalu mencoba untuk selalu semangat walaupun situasi yang terkadang sulit dan menantang dengan kuncinya selalu bersyukur.

“kadang memang beta rasa susah tahan diri kalo ada sesuatu yang tiba-tiba beta pengen bikin apalagi kalo lagi banyak pikiran. Rasanya pengen langsung bergerak atau ambil tindakan cepat. Tapi beta su belajar dari pengalaman, kadang yang buru-buru itu sonde baik. Jadi, beta biasanya duduk dulu, tenang, pikir-pikir lagi baik-baik. Beta juga sering tanya dalam hati, “Ini benar yang beta butuh sekarang atau cuma karena emosi saja?” Kalo perlu, beta juga cerita sama suami di makannya atau anak, biar ada pandangan lain sebelum beta ambil langkah. kadang beta rasa nih suami tu masih ada

jadi seperti sonde nyangka kalau beta su jalani ini semua sendiri” (P1.W1-T.34).

2. Berpikir Positif

P3 merasa tidak mudah untuk melewatinya dengan berpikir positif, tapi hal yang diingatnya adalah anak-anak yang menjadi kekuatan. P1 dan P2 belajar untuk tetap berpikir positif selalu ingin memperbaiki dirinya ketika pernah mengalami kesalahan sebelumnya.

“Belajar dari pengalaman sa. Kalau dulu salah, beta introspeksi, lihat apa yang bisa diperbaiki supaya besok sonde ulang kesalahan lagi. trus kan sekarang hidup hanya beta dan anak satu orang sa jadi beta harus inga dia kalau mau buat sesuatu”. (P2.W1-T.30)

3) Optimis (Optimisme)

1. Pengalaman Pribadi

P1 memiliki pengalaman pribadi yang dirinya merasa trauma dalam hidup, disaat dirinya mengalami kesulitan besar, kemudian seiring waktu tetap belajar untuk bangkit. P2 dan P3 merasakan bahwa pengalaman atau trauma yang berlalu tidak ingin diingat, karena ingin fokus kepada anak-anak dan melanjutkan hidup.

“ada beberapa pengalaman yang pernah bikin beta rasa trauma dalam hidup. Salah satunya waktu keluarga beta alami kesulitan besar, mungkin karena kehilangan orang yang dekat atau masalah lain yang berat. Saat itu beta rasa sangat terpuruk, susah sekali untuk bangkit. Tapi seiring waktu, beta belajar hadapi rasa trauma itu pelan-pelan. Beta mulai dengan kasih diri beta waktu untuk pulih, sonde paksakan diri terlalu cepat. karena beta nih kehilangan kekuatan yaitu beta pung suami yang sangat berkorban dalam keluarga untuk katong sonde pernah kurang”. (P1.W1-T.38).

4) Analisis Kasual (Causal Analysis)

1. Permasalahan Ketika Sebagai Single Mother

P1 P2 merasa bahwa lingkungan sekitar selalu menganggap remeh dirinya ketika sudah hidup sendiri tanpa hadirnya suami P3 merasa adanya kekecewaan ketika lingkungan sekitar membicarakan dirinya tanpa memikirkan perasaannya.

“Ada yang memang selalu ada, selalu dengar dan bantu, tapi ada juga yang mungkin sonde terlalu peduli atau malah kasih kritikan yang kadang bikin hati rasa sakit.” (P1.W1-T.42).

2. Ketetapan Tempat Tinggal

P2 lebih memilih untuk pindah tinggal di kota, karena tidak ingin terlibat dengan keluarga suami.

“keluarga banyak disabu hanya suami jalan tu beta su malas karena nanti ada urusan adat yang terlalu ribet jadi beta sonde mau” (P2.W1-T.50).

5) Empati

1. Penyesuaian Dengan Lingkungan Anak-Anak

P1 dan P3 merasa sulit terkadang memahami anak-anak dengan kondisi sebagai orangtua tunggal/Single mother dengan bertambah usianya anak-anak, merasa sedih ketika nanti anak-anak memiliki kesibukan sendiri.

“sangat penting ee ina, meskipun dulu sangat rasa biasa sa karena pikir ada dong pung bapa to. dan apalai kalau sebagai seorang ibu begini beta hanya rasa perlu tunjukan rasa sayang deng urus dong pung pakian, makan minum dong,, hanya sekarang suasana su berbeda harus ada terus untuk dong supaya dong sonde rasa sendiri” (P1.W1-T.54).

2. Perasaan Untuk Selalu Meluangkan Waktu

P1 dan P2 selalu memberikan dukungan dan dorongan kepada anak-anaknya untuk selalu menceritakan dan terbuka agar tidak merasa sendiri.

“sangat bisa dipastikan, karena dong anak anak yang mengerti keadaan to, dong merasa ju kalau mama nih su sendiri dan beta selalu bilang ke dong kalau harus tetap terbuka dan rendah hati. apalai beta ju bilang kalau mama nih sekarang su sendiri dan basong harus bisa dengar kalau bukan mama lai yang dengar basong dan basong dengar mama mau sapa lai” (P1.W1-T.56).

6) Efikasi Diri (Self-Efficacy)

1. Tantangan Sebagai Single Mother

P1,P2,P3 berusaha semampu dirinya untuk memahami perasaan anak-anak disaat dirinya sedang kesulitan dan penuh dengan tantangan, merasa dirinya belum siap menjadi Single mother dan pernah merasa gagal menjadi seorang ibu.

Pernah ju, tapi beta pikir itu wajar. Kita manusia, pasti ada salah atau kegagalan. Yang penting beta coba belajar dari itu dan sonde menyerah. Anak-anak butuh beta tetap kuat, jadi beta harus terus maju, walaupun pernah jatuh (P3.W1-T.44) “Iya, beta pernah merasa kesulitan dan gagal dalam menjalankan peran sebagai orang tua tunggal. Kadang-kadang, beta rasa susah membagi waktu antara anak anak dan diri sendiri. Tapi beta terus berusaha, belajar dari kesalahan, dan coba perbaiki. Yang penting, beta tetap fokus untuk kasih yang terbaik buat anak-anak meskipun banyak tantangan dan banyak keterbatasan yang selalu beta usahakan ke anak anak untuk pendidikan tetap nomor satu dan yang terbaik” (P1.W1-T.58).

7) Reaching Out

2. Dukungan Sekitar

P1,P2, P3 Mencari bantuan kepada orang yang bisa dipercaya, karena sulit untuk percaya kepada lingkungan keluarga, teman atau orang terdekat lebih memilih dominan ke anak-anak.

"Memang kadang beta ju rasa susah mati e cari bantuan, apalagi kalau orang-orang di sekitar tu mungkin sonde terlalu paham beta pung kondisi. Ada yang bantu, tapi ada juga yang kurang bisa mengerti. Jadi, mama harus pilih-pilih orang yang bisa dipercaya, yang betul-betul bisa kasih dukungan. sonde gampang, tapi mama pelan-pelan belajar buka diri dan jujur tentang apa yang mama butuh. Yang penting mama tetap kuat dan tidak segan-segan minta tolong kalau perlu tapi hanya pi orang yang bisa dipercaya. dan itu yang mama bilang tadi susah untuk dapat orang yang bisa dipercaya kecuali Tuhan dan anak-anak yang beri kekuatan" (P1.W1-T.66).

“sebenarnya senang ju cerita tukar pikiran di kawan dong yang sama nasib istilahnya a, hanya kadang dong jadinya kepo deng katong pung urusan bahkan sampai anak anak pung aktivitas bahkan ada uang dan sondenya. jadi kadang nyaman kadang ju jengkel deng dong pung cara hanya itu su tetap jalani hubungan bae sa”(P1.W1-T.70) “itu karena biasanya boomerang, atau kadang suka cerita yang menambah lebih abis itu bantu sedikit ma dong pung baomong seolah olah paling berjasa di katong pung hidup” (P3.W1-T.34).

Pembahasan

Dalam penelitian ini, terdapat gambaran Resiliensi pada Single Mother yang berasal dari Suku Sabu di Nusa Tenggara Timur memiliki peran yang signifikan. Partisipasi dalam lingkungan dan dorongan, seperti motivasi internal untuk bangkit dari keterpurukannya demi anak-anak, memberikan dorongan kepada N1 N2 dan N3 untuk memperluas pengalaman dan meraih kemandirian. Motivasi yang dimiliki berperan penting dalam proses kepercayaan diri, karena mampu mendorong individu untuk melakukan proses adaptasi di lingkungan baru. Br.Hutasoit (2021) Para single mother yang telah siap secara mental biasanya menunjukkan kondisi keuangan yang lebih baik dan memiliki komitmen yang kuat dalam menjalani peran sebagai orang tua tunggal.

Meskipun menjadi Single Mother bukanlah sesuatu yang diinginkan oleh banyak wanita yang telah menjadi ibu, berbagai faktor, seperti kematian pasangan atau perceraian, dapat menyebabkan mereka menyandang status ini. Kondisi ini seringkali memperburuk tantangan ekonomi dan menghadapi masalah sosial yang disebabkan oleh stigma masyarakat. Single Mother seringkali dihadapkan pada berbagai masalah, baik yang bersifat internal maupun eksternal, yang mempengaruhi kehidupan mereka. Single mother menjadi kepala keluarga sangatlah penting karena mereka memiliki peran ganda dalam keluarga dan kewajiban sebagai Single Mother yang mendidik, mengasuh, merawat, dan memenuhi kebutuhan anak-anaknya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Resiliensi pada Single Mother yang berasal dari suku Sabu di Nusa Tenggara Timur, dapat disimpulkan bahwa:

Penelitian ini mengeksplorasi pengalaman tiga subjek yang menghadapi kematian pasangan, menyoroti tujuh faktor resiliensi yang muncul dalam proses mereka: pengaturan emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis kausal, efikasi diri, kemampuan untuk menjangkau dukungan, dan empati. Meskipun ketiga subjek memiliki kesamaan dalam menghadapi kehilangan, terdapat perbedaan yang signifikan, terutama dalam faktor pengendalian impuls, di mana subjek ketiga lebih terfokus pada kebutuhan diri sendiri tanpa mempertimbangkan orang lain. Proses resiliensi mereka terbagi menjadi empat tahapan, yaitu mengalah (*succumbing*), bertahan (*survival*), pemulihan (*recovery*), dan berkembang pesat (*thriving*), di mana setiap tahapan didukung oleh berbagai sumber daya resiliensi yang tersedia. Dampak psikologis yang dialami ketiga subjek sangat signifikan. Subjek pertama mengalami kesedihan, tekanan batin, dan syok, sedangkan subjek kedua merasakan kesedihan mendalam dan perubahan emosi yang intens selama 40 hari. Subjek ketiga merasakan kesedihan yang lebih lama, mencapai 100 hari, disertai dengan tekanan batin dan perubahan emosi yang terus berlanjut. Meskipun terdapat variasi individu dalam pengelolaan resiliensi, ketiga subjek berhasil beradaptasi dan mengatasi kesulitan yang dihadapi, menegaskan pentingnya dukungan sosial dan sumber daya yang ada dalam proses pemulihan mereka. Penelitian ini menunjukkan bahwa dengan strategi dan dukungan yang tepat, individu dapat melalui perjalanan resiliensi dengan lebih efektif meskipun mengalami kehilangan yang mendalam. Penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat perbedaan individu dalam pengelolaan resiliensi, ketiga subjek mampu mengatasi kesulitan dan beradaptasi melalui berbagai tahap resiliensi dengan dukungan sumber daya yang ada.

Saran

Berdasarkan keterbatasan peneliti, Dukungan dari keluarga, anak, dan masyarakat sangat krusial bagi seorang single mother. Diharapkan mereka dapat memberikan perhatian, komunikasi, dan waktu bersama agar single mother merasa tidak sendirian dalam menghadapi tantangan, sehingga proses pemulihan menjadi lebih cepat dan efektif. Bagi single mother dan individu yang mengalami masalah emosional, penting untuk terus menjaga resiliensi guna menghindari keterpurukan berkepanjangan dan melanjutkan proses penyembuhan. Untuk peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan penelitian dengan menambah jumlah subjek dan variasi wilayah. Ini akan membantu memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang resiliensi pada ibu tunggal dan individu dengan pengalaman serupa, serta memberikan wawasan yang lebih luas untuk pengembangan dukungan yang efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, D. R., & Satwika, Y. W. (2022). Resiliensi pada Wanita Dewasa Awal Setelah Kematian Pasangan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6), 186–198.
- Anjarwati, N., Murdiana, S., & Zainuddin, K. (2022). Resiliensi Istri Pasca Kehilangan Suami Akibat Kematian Mendadak. *Jurnal Sipakalebbi*, 6(2), 79–91. <https://doi.org/10.24252/sipakalebbi.v6i2.31733>
- Aprilia, W. (2013). Resiliensi dan Dukungan Sosial pada Orang Tua Tunggal (Studi Kasus pada Ibu Tunggal di Samarinda). *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(3), 157–163. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i3.3326>
- Ariani, M. D. (2015). Landasan Konseptual Perencanaan Dan Perancangan Kompleks Pelayanan Kematian Di Bantul, Diy. 24–60. <http://e-journal.uajy.ac.id/id/eprint/8449>
- Ayu, C., & Azzahra, C. (2021). IDEA : Jurnal Psikologi. *Jurnal Psikologi*, 5, 40–51. <https://doi.org/https://doi.org/10.32492/idea.v5i1.5104>
- BrHutasoit, I. T. M., & Brahmana, K. M. B. (2021). Single mother role in the family. *Education and Social Sciences Review*, 2(1), 27–34.
- Bunga, B. N. (2017). Kesepakatan Adat Suku Sabu dan Stimulasi Perkembangan Anak Usia Dini. *PARAMETER: Jurnal Pendidikan Universitas Negeri Jakarta*, 29(2), 156–166. <https://doi.org/10.21009/parameter.292.04>
- Djo Day, Y. (2022). Budaya Tarian Ledo Hawu Di Sabu Raijua, Nusa Tenggara Timur. *SIWAYANG Journal: Publikasi Ilmiah Bidang Pariwisata, Kebudayaan, Dan Antropologi*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.54443/siwayang.v2i1.449>
- Dos Reis Ximenes, D. E., Surjaningrum, E. R., & Herdiana, I. (2021). Analisis Analisis Strategi Coping Stres pada Ibu Single Parent Setelah Ditinggal Suami: Literatur Sistematis Review. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 3(3), 1378–1388. <https://doi.org/10.34007/jehss.v3i3.570>
- Dima, E. Y. A. (2016). Pebale Rau Kattu Do Made: narasi tempat dan identitas kultural dalam ritual kematian orang Sabu Diaspora (Doctoral dissertation, Magister Sosiologi Agama Program Pascasarjana FTEO-UKSW).
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika*, 21(1), 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- Geffenberger, K. F. (2012). Ritual Kematian Do Hawu Dan Makna Pendampingan Pastoral. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 9, 28–76.
- Hasanah, T. D. U., & Widuri, E. L. (2014). Regulasi emosi pada ibu single parent. *Jurnal Psikologi Integratif*, 2, 86–92.
- Intan, Mir'atannisa, M., & Rusmana, N. (2019). Kemampuan Adaptasi Positif Melalui Resiliensi. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 70–76. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Julianti, T., & Laksmiwati, H. (2022). Pengalaman Kedukaan Pasca Kehilangan Anggota Keluarga Akibat Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 74–86.
- Kini, L. D., Amiuza, C. B., & Pangarsa, G. W. (2016). Perancangan Pusat Informasi Adat dan Budaya Sabu-Raijua: Transformasi Kampung Adat. *Jurnal Mahasiswa Jurusan Arsitektur Universitas Brawijaya*, 4(1), 3–4. <https://doi.org/113199-ID-doi.perancangan-pusat-informasi-adat-dan-bud.pdf>
- ladiba citra Ganivasari, & utami sofiati Muhana Sofiati Utami. (2022). Resiliensi Single Working Mother Pasca Suami Meninggal. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(1), 1–17. <https://doi.org/10.30762/happiness.v4i1.360>
- Ly, P., Bani, M., & Bribin, M. (2022). NILAI-NILAI MORAL DAN EDUKASI DALAM TRADISI HENGAD'DHO (CIUM HIDUNG) DAN SAPAAN NAMA KESAYANGAN DALAM MASYARAKAT DO HAWU DIMU DI KELURAHAN LIMAGGU KABUPATEN SABU RAIJUA. *Jurnal Gatranusantara*, 20(2), 63–69.
- Layliyah, Z. (2013). Perjuangan Hidup Single Parent. *Jurnal Sosiologi Islam*, 3, No. 1(April 2013), 90. <https://adoc.pub/perjuangan-hidup-single-parent.html>
- Macer, T. (2013). Resiliensi. *Research World*, 2013(42), 30–35.

- Masrikah, A. (2023). Resiliensi Pada Single Mother Pasca Kematian Pasangan. *ROSYADA: Islamic Guidance and Counseling*, 4(1), 1–11. <https://doi.org/10.21154/rosyada.v4i1.4907>
- Monica, W., & Rinaldi, R. (2020). Resiliensi pada Wanita Minangkabau Dewasa Madya Setelah Kematian Pasangan Hidup. *Jurnal Halaqah*, 2(4), 536–546. <http://ejournal.pamaaksara.org/index.php/hal/article/view/186>
- Naiheli, S., & Naiheli, S. (2021). Tradisi Maet Bes Dalam Masyarakat Insana Kabupaten TimorTengahUtara. http://skripsi.undana.ac.id/index.php?p=show_detail&id=612&keywords=
- Nisa, M. K., & Tamsil, M. (2016). Studi Tentang Daya Tangguh (Resiliensi) Anak Di Panti Asuhan Sidoarjo A Study Of Children Resilience In Sidoarjo Orphanages. *Fkip*, 6(3), 40–45. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/15740>
- Nudwina, A. (2019). Makna hidup pada janda dewasa madya yang mengalami kematian suami mendadak.
- Sari, I. P., Ifdil, 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>
- Sissilia, V., & Falah, F. (2020). Resiliensi Single Mother Pasca Perceraian. *Proyeksi*, 13(1), 68–77. <https://doi.org/10.30659/jp.13.1.68-77>
- Sudrajat, A., Fedryansyah, M., & Darwis, R. S. (2023). Faktor Resiliensi Pada Janda Lansia. *Share : Social Work Journal*, 13(1), 111. <https://doi.org/10.24198/share.v13i1.41651>
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D (Issue April).
- Yunita Djami, E. (2012). Ritual Kematian Suku Sabu (Kajian Pastoral terhadap Ritual Kematian Bagi Orang Sabu) (Doctoral dissertation, Magister Sosiologi Agama Program Pascasarjana FTEO-UKSW).
- Amalia, rahmawati yunia. (2020). Ritual suku sabu. 6(July), 1–23.
- Zickuhr, B. K. M. (2016). resiliensi single mom. June, 1–10.