

PENGARUH KETAHANAN IBU TUNGGAL TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIKAL IBU TUNGGAL

THE INFLUENCE OF RESILIENCE ON THE PSYCHOLOGICAL WELL BEING OF SINGLE MOTHER

Farah Adibah Ibrahim¹

Faizah Abd Ghani¹

¹Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia

Accepted date: 30 January 2018

Published date: 13 September 2018

To cite this document: Ibrahim, F. A., & AbdGhani, F. (2018). Pengaruh Ketahanan Ibu Tunggal Terhadap Kesejahteraan Psikologikal Ibu Tunggal. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 3(17), 25-37.

Abstrak: Kajian ini mengkaji peranan ketahanan diri dalam merangsang kesejahteraan psikologikal ibu tunggal. Seramai 164 ibu tunggal di Johor yang dipilih sebagai responden kajian dengan menggunakan persampelan rawak berkelompok. Soal selidik Resilience Scale for Adult (RSA) digunakan dalam kajian ini bagi mengukur ketahanan diri dalam kalangan ibu tunggal manakala soal selidik Psychological Well-Being (PWB) digunakan bagi mengukur kesejahteraan psikologi dalam kalangan ibu tunggal dan tindakbalasnya terhadap enam dimensi kesejahteraan psikologikal. Data dianalisis menggunakan SPSS di mana analisis deskriptif digunakan untuk menerangkan demografi ibu tunggal dan tahap-tahap bagi ketahanan diri dan kesejahteraan ibu tunggal, manakala data inferensi kolerasi (Pearson) digunakan untuk menjelaskan pengaruh ketahanan diri terhadap kesejahteraan psikologikal ibu tunggal. Dapatan kajian menunjukkan hubungan ketahanan diri terhadap empat pembolehubah kesejahteraan psikologikal berada di tahap sederhana iaitu pembolehubah perkembangan peribadi ($r = .482$), penerimaan diri ($r = .462$), penguasaan persekitaran ($r = .408$), dan hubungan positif ($r = .367$). Manakala dua pemboleh ubah yang lain iaitu tujuan kehidupan ($r = .200$) dan autonomi ($r = .120$) berada di tahap yang rendah atau lemah. Implikasi kajian turut dibincangkan dan dicadangkan kajian seterusnya diperluaskan dan berfokus kepada kawasan bandar dan luar bandar terutamanya dalam pengagihan sumber-sumber yang mempengaruhi pemerikasaan ibu tunggal.

Kata Kunci: Ketahanan Diri, Kesejahteraan Psikologikal, Ibu Tunggal.

Abstract: This study examines the influence of resilience in stimulating the psychological well-being of single mothers. A total of 164 single mothers in Johor were chosen as respondents using group random sampling. The Resilience Scale for Adult (RSA) questionnaire was used in this study to measure self-esteem among single mothers while Psychological Well-Being (PWB) questionnaires were used among single mothers and their responses to six dimensions of psychological well-being. The data were analyzed using SPSS where descriptive analysis was used to describe single mothers' demographics and stages of resilience and well-being of single

mothers, while the correlation inference data (Pearson) was used to explain the influence of resilience on the psychological well-being of single mothers. The findings show that the relationship between resilience and four psychological well-being variables is moderate, personal growth ($r = .482$), self-acceptance ($r = .462$), environmental mastery ($r = .408$) and positive relations with others ($r = .367$). While the other two variables namely purpose in life ($r = .200$) and autonomy ($r = .120$) are at low or weak levels. The implications of the study were also discussed and suggested further studies required and focused on urban and rural areas, particularly in the distribution of resources that influence the empowerment of single mothers.

Keywords: Resilience, Psychological Well Being, Single Mother.

Pengenalan

Populasi Malaysia bakal berkembang sehingga 32 juta orang dengan jumlah wanita mencecah 15.5 juta dan sejumlah 235,240 ibu tunggal telah dikenalpasti melalui bancian yang dijalankan pada tahun 2010 (Jabatan Statistik Malaysia, 2018). Angka-angka ini signifikan dalam pelaksanaan polisi baru seperti Pelan Tindakan Pemerkasaan Ibu Tunggal untuk tempoh lima tahun (2015-2020) berikutan peningkatan jumlah ibu tunggal dari tahun ke tahun. Selaras dengan itu, Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat (KPWKM) telah menggariskan definisi utama ibu tunggal melalui tiga kriteria iaitu; (1) Perempuan yang menjadi Ketua Isi Rumah, bertaraf perkahwinan balu atau bercerai/berpisah tetap dan mempunyai anak yang belum berkahwin dalam rumah ibu yang sama; (2) Perempuan yang menjadi Ketua Isi Rumah tetapi mempunyai isteri (suaminya tidak sihat dan tidak berkemampuan untuk bekerja) dan mempunyai anak yang belum berkahwin dalam rumah yang sama; dan (3) Perempuan yang menjadi Ketua Isi Rumah, tidak pernah berkahwin tetapi mempunyai anak (anak angkat atau anak tidak sah taraf). Pendefinisian terbaru ini dalam erti kata lain menggabungkan taraf wanita masih lagi bergelar isteri serta wanita yang tidak pernah berkahwin dengan syarat-syarat tertentu di bawah payung yang sama iaitu 'ibu tunggal' dan sekaligus layak menerima bantuan dan insentif oleh kerajaan.

Cabaran sebagai ibu tunggal di Malaysia berkisar kepada masalah ekonomi, stigma masyarakat, keluarga dan juga isu psikologikal (Taylor & Conger, 2017; Faizah & Hazirah, 2013). Tekanan yang tinggi dari dalam kehidupan seharian, mengasingkan diri dari masyarakat, masalah kewangan telah menghasilkan ibu tunggal yang berisiko tinggi mengalami gangguan emosi yang dalam masa yang sama mempengaruhi gaya keibubapaan mereka (Taylor & Conger, 2014). Ibu tunggal di Malaysia sinonim dengan masalah kemiskinan terutamanya berkenaan perbelanjaan isi rumah dan pengumpulan harta atau aset yang negatif (Zarina & Kamil, 2012; Diyana, Selvaratnam & Nur Aini, 2009). Selain itu, peranan ibu tunggal sebagai pencari nafkah tunggal dalam menyediakan keperluan asas keluarga merupakan isu yang kritikal kini kerana berdepan dengan kesukaran dari segi kos hidup yang semakin meningkat. Implikasi daripada permasalahan kemiskinan ini membawa kepada rentetan permasalahan lain antaranya adalah masalah kekeluargaan yang meliputi hubungan antara ibu tunggal dengan keluarga atau anak-anak. Hal ini dikukuhkan beberapa kajian yang menunjukkan bahawa ibu tunggal yang menggalas pelbagai peranan dalam satu-satu masa, cenderung mempunyai kemahiran keibubapaan yang bersifat agresif, mengarah dan tidak mesra (Usakli, 2013; Kalil & Ryan, 2010).

Ibu tunggal juga tidak dapat lari dengan stigma masyarakat yang rata-ratanya negatif hasil manifestasi kehidupan seharian ibu tunggal yang berkait dengan kemiskinan dan bangsa

(Hitchens & Payne, 2017; Halemen, 1998). Mohd Ismail, Chik, dan Kilani (2006) menyatakan bahawa masyarakat mempunyai persepsi buruk terhadap ibu tunggal sebagai perampas, penggoda dan perosak rumahtangga yang membentuk sifat rendah diri, *aggression* dan *restlessness* dalam diri ibu tunggal (Faizah & Hazirah, 2013; Nor Aini & Doris, 2012). Proses adaptasi ibu tunggal terhadap permasalahan ini akan menghasilkan dua jawapan yang berbeza iaitu sama ada adaptasi itu tidak berkesan dan masih kekal dalam kitaran permasalahan, atau hasil adaptasi berkesan iaitu ibu tunggal bangkit dan melakukan perubahan yang positif. Proses adaptasi yang berkesan ini juga dikenali sebagai ketahanan diri yang merujuk kepada kebolehan psikologi individu untuk mengatasi, mempelajari dan beradaptasi positif terhadap kesukaran dalam kehidupan (Riley & Masten, 2005). Dari perspektif psikologikal pula, ketahanan diri ini merupakan satu indikator yang mewujudkan kesejahteraan psikologikal yang baik. Ini disebabkan melalui ketahanan diri yang tinggi, ibu tunggal secara psikologinya mampu kekal positif dan mampu kembali semula ke satu 'titik keseimbangan' walaupun dilanda pelbagai musibah.

Ketahanan Diri

Ketahanan diri (*Resilience*) secara umumnya merujuk kepada adaptasi positif dalam apa jua keadaan yang mencabar (Masten & Obradovic, 2006). Ketahanan diri adalah proses yang dipelajari melalui kesusahan dan tidak akan terbentuk tanpa masalah atau risiko (Masten, 2009). Pengkajian terhadap ketahanan diri dalam bidang psikologi di abad ke-21 ini telah melalui empat gelombang utama. Gelombang pertama berfokus kepada diskripsi iaitu dengan melakukan pendefinisian dan mengukur ketahanan diri, dan mengenalpasti individu yang mempunyai ketahanan diri. Gelombang kedua pula berfokus kepada mengenalpasti proses-proses yang wujud yang menghasilkan ketahanan diri melalui analisis di pelbagai tahap dan proses neurobiological (Cicchenti & Curtis, 2007), manakala gelombang ketiga pula eksperimen penggunaan faktor penggalak dan pelindung dalam pengkajian ketahanan diri, dan akhir sekali gelombang keempat iaitu berfokus kepada kajian-kajian berkaitan genetik, perkembangan *neurobehavioral*, dan juga statistik (Masten, 2007).

Dalam konteks penulisan ini, ketahanan diri adalah satu kayu ukur yang membantu kesejahteraan psikologikal ibu tunggal. Ketahanan diri yang baik adalah trajektori psikologi kesihatan yang seimbang dan mempunyai kefungsiannya secara fizikal sebagai corak yang terhasil dari peristiwa yang traumatik (Bonanno, Westphal & Mancini, 2011). Justeru dalam konteks ibu tunggal, pengalaman menjadi ibu tunggal, berpisah dengan pasangan serta menggalas tanggungjawab sebagai ketua keluarga mampu memberikan pengalaman yang traumatik. Oleh itu, jika ibu tunggal mampu beradaptasi terhadap pengalaman traumatik itu, maka kebolehan untuk berhadapan dengan masalah tertentu akan terbina (Farah Adibah & Faizah, 2017). Dalam kata lain, semakin banyak cabaran yang dihadapi, semakin tinggi ketahanan diri ibu tunggal. Dalam kajian ini, ketahanan diri diukur berasaskan lima tema utama iaitu kompetensi sosial, sumber-sumber sosial, kohesi keluarga, kompetensi peribadi, dan gaya berstruktur. Semakin tinggi skor tema yang diukur, semakin rendah gangguan psikologikal yang dihadapi (Friborg, Hjemdal, Martinussen, & Rosenvinge, 2009).

Kesejahteraan Psikologikal

Kesejahteraan psikologikal merujuk kepada kesihatan mental yang positif (Bradburn, 1969). Ryff (1989) mendefinisikan kesejahteraan psikologikal sebagai hasil penilaian terhadap diri sendiri yang nilainya bergantung kepada pengalaman dalam kehidupan. Penilaian terhadap pengalaman ini boleh menjadikan individu sama ada menjadi berserah yang membawa kepada kesejahteraan psikologikal yang rendah, atau menjadi berusaha untuk meningkatkan kualiti

kehidupannya. Asmawati (2009) pula melihat kesejahteraan psikologi adalah berasaskan pengalaman individu. Penilaian individu terhadap kehidupan dalam bentuk kepuasan hidup (penilaian kognitif) atau perasaan (reaksi emosi). Secara umumnya individu yang mempunyai kesejahteraan psikologikal yang baik adalah individu mampu gembira, berpuas hati dengan kehidupan dan tidak menunjukkan simptom-simptom kemurungan. Implikasinya dalam perkembangan peribadi bergantung kepada penilaian kesejahteraan subjektif. Dalam kajian ini, kesejahteraan psikologikal dirujuk kepada enam dimensi iaitu penerimaan diri, mempunyai hubungan yang baik dengan orang lain, autonomi, penguasaan persekitaran, tujuan kehidupan, dan perkembangan peribadi (Ryff & Keyes, 1995).

Perkaitan antara ketahanan diri ibu tunggal dan kesejahteraan psikologikal ibu tunggal ini didasari dengan pendekatan teori berdasarkan Model ABC Albert Ellis (2014) yang digunakan dalam pendekatan *Rational Emotional Behaviour Therapy* (REBT). Model ini dipilih dalam menerangkan fenomena pembentukan kesejahteraan diri ibu tunggal yang didorong oleh ketahanan diri yang tinggi. Rajah 1.0 membantu kita melihat hubungan antara masalah (A), kepercayaan (B) dan juga kesan (C) dalam kalangan ibu-ibu tunggal yang terlibat dalam kajian ini.



Rajah 1.0 Model ABC Albert Ellis

Objektif Kajian

Kajian ini berfokus kepada:

1. Mengenalpasti tahap ketahanan diri dalam kalangan ibu tunggal.
2. Mengenalpasti tahap kesejahteraan psikologi ibu tunggal.
3. Mengenalpasti pengaruh ketahanan diri terhadap kesejahteraan psikologikal ibu tunggal.

Skop Penyelidikan

Kajian ini hanya melibatkan ibu-ibu tunggal yang berdaftar dengan Yayasan Pembangunan Keluarga (YPK) Darul Ta'zim di negeri Johor sahaja. Dapatan data tidak boleh digeneralisasikan kepada ibu-ibu tunggal di kawasan lain.

Metodologi

Kajian ini berbentuk kuantitatif yang menggunakan soal selidik bagi menjawab objektif kajian 1, 2 dan 3. Persampelan berkelompok akan digunakan dan data ditabur kepada 164 ibu tunggal yang berdaftar dengan Yayasan Pembangunan Keluarga (YPK) Darul Ta'zim di 5 buah daerah di Johor iaitu Pontian, Batu Pahat, Kluang, Kulai dan Mersing. Setiap ibu tunggal menjawab 2 set soal selidik iaitu set soal selidik pertama mengukur tahap ketahanan diri menggunakan soal selidik *Resilience for Adult Scale* (RSA) (Hjemdal, Friborg, Braun, Kempnaers, Linkowski & Fossion, 2011) yang mempunyai lima tema utama iaitu kompetensi sosial, sumber-sumber sosial, kecenderungan kepada keluarga, kompetensi peribadi dan gaya berstruktur. Soal selidik ini merangkumi 33 item soalan dan cara pemarkatannya menggunakan skala Likert tujuh mata yang melibatkan beberapa item soalan terpilih bagi setiap tema perlu membalikkan skor (*reversed score*) sebelum dijumlahkan. Skor bagi setiap tema akan dijumlahkan untuk mendapat jumlah keseluruhan. Semakin tinggi skor markah yang diperolehi, semakin tinggi tahap ketahanan diri individu yang dibahagikan kepada tiga tahap iaitu rendah, sederhana dan tinggi.

Manakala set soal selidik kedua pula mengukur tahap kesejahteraan psikologi dengan menggunakan *Psychological well-being Scale* (Ryff, 1989) yang mempunyai 18 item soalan dan enam dimensi utama iaitu hubungan positif, autonomi, perkembangan peribadi, penguasaan persekitaran, tujuan kehidupan dan penerimaan diri. Cara pemarkatan soal selidik ini menggunakan skala Likert enam mata dan melibatkan proses membalikkan skor pada item-item terpilih dalam setiap dimensi sebelum skor dijumlahkan. Namun skor bagi setiap dimensi tidak akan dijumlahkan kerana setiap dimensi adalah berasingan dan berbeza antara satu sama lain. Skor akhir bagi setiap dimensi juga dibahagikan kepada tiga tahap iaitu rendah, sederhana dan tinggi.

Proses pengumpulan data dimulakan dengan memilih responden secara rawak dan memberikan penerangan ringkas tentang tujuan kajian dijalankan, kepentingan respons dan kerahsiaan maklumat dan data kepada ibu-ibu tunggal. Selepas itu pen/pensel serta soal selidik kajian diedarkan kepada responden. Bagi responden yang tidak boleh membaca, soalan diterangkan dengan membaca item satu persatu dan menandakannya bagi pihak responden. Data yang diperolehi kemudian dimasukkan ke dalam perisian SPSS untuk dianalisis berdasarkan objektif kajian iaitu melibatkan peratusan kekerapan, min, dan juga kolerasi *Pearson*.

Dapatan Data

Data dianalisis menggunakan *Statistical Package ForThe Social Science* (SPSS) version 19.0 bagi mendapatkan nilai min, peratusan dan frekuensi. Analisis kolerasi digunakan untuk mengkaji hubungan antara ketahanan diri dan kesejahteraan psikologikal ibu tunggal.

Demografi

Jadual 1: Profil Responden

Profil	Frekuensi	Peratusan
Umur:		
20 - 29 tahun	1	6.0
30 - 39 tahun	21	12.8
40 tahun ke atas	141	81.2
Punca menjadi ibu tunggal:		
Perceraian	62	37.8
Kematian Suami	101	61.6
Ditinggalkan Suami	1	0.6
Tahap Pendidikan:		
Tidak Bersekolah	6	3.7
UPSR	18	11.0
PMR/SRP/LCE	40	24.4
SPM/MCE (0 Level)	86	52.4
STPM/HSC (A Level)	5	3.0
Diploma	4	2.4
Lain-lain	5	3.0
Pencari nafkah tunggal keluarga:		
Ya	112	68.3
Tidak	52	31.7
Jumlah Pendapatan Isi Rumah:		
< RM 1,000	90	54.9
RM 1,000 – RM 2,000	51	31.1
RM 2,001 – RM 3,000	14	8.5
RM 3,001 – RM 4,000	2	1.2

> RM 4,000	6	3.6
Tiada Pendapatan	1	0.6

Demografi kajian ini melibatkan sejumlah 164 responden ibu tunggal yang dipilih secara rawak melalui persampelan berkelompok. Data deskriptif bagi umur responden kajian ini menunjukkan 81.2 peratus atau 142 responden dari keseluruhan 164 responden berusia 40 tahun ke atas, manakala responden berusia 20 hingga 29 tahun pula hanya seorang sahaja (6.0%). Sementara itu responden berumur 30 hingga 39 tahun pula adalah seramai 21 atau 12.8%. Perbezaan jurang umur antara responden ini berkemungkinan disebabkan kecenderungan ibu-ibu tunggal yang muda tidak berdaftar dengan Yayasan Pembangunan Keluarga (YPK) Darul Ta'zim dan kebanyakan ibu-ibu tunggal yang 40 tahun ke atas ini lebih cenderung menyertai program anjuran YPK lantaran usia berbanding golongan ibu tunggal yang muda. Seterusnya ialah punca menjadi ibu tunggal pula terbahagi kepada tiga bahagian iaitu dengan kematian suami sebagai punca tertinggi iaitu sebanyak 101 kes (61.6%), disusuli oleh perceraian dengan 62 kes (37.8%) dan ditinggalkan suami, satu kes (0.6%). Kematian suami adalah antara punca utama status ibu tunggal dalam kajian ini dan ianya selari dengan punca status ibu tunggal dalam kajian yang dijalankan oleh Faizah, Farah, Azian dan Mastura (2015).

Seterusnya ialah demografi tahap pendidikan iaitu menunjukkan majoriti responden mendapat pendidikan sehingga Sijil Pelajaran Malaysia (SPM) sahaja iaitu sebanyak 86 responden atau 52.4 peratus. Manakala tahap pendidikan diploma adalah yang paling sedikit iaitu seramai 4 orang (2.4%). Dapatan angka-angka ini relevan dan selari dengan umur responden yang kebanyakan berusia 40 tahun ke atas dan lahir sekitar tahun 1980-an ke atas. Jika dilihat dari sosio ekonomi negara pada awal tahun 80-an dan 90-an, keadaan perkembangan pendidikan tidaklah sehebat kini disebabkan faktor kemiskinan yang pada ketika itu berada di paras 17.5 pada 1980-an dan 7.5 peratus pada 1990-an (Jabatan Perangkaan Malaysia, 2018). Justeru kecenderungan untuk melanjutkan pelajaran pada waktu itu adalah terbatas dan terhad terutamanya kepada golongan berpendapatan rendah.

Selain itu, sebahagian besar responden merupakan pencari nafkah tunggal dalam keluarga iaitu seramai 112 responden (68.3%), manakala 52 responden (31.7%) lain pula mempunyai sumber sokongan individu lain dalam membantu pendapatan keluarga. Justeru daripada aspek jumlah pendapatan pula, dapatan kajian menunjukkan sebahagian besar responden mempunyai pendapatan isi rumah dibawah RM1000 iaitu seramai 90 responden (54.9%), diikuti oleh pendapatan RM1001-RM2000 iaitu seramai 51 responden (31.1%), dan selainnya hanya melibatkan sebahagian kecil ibu tunggal. Tekanan sebagai pencari nafkah keluarga dan kemampuan daya beli yang rendah ini menghasilkan satu dapatan unik terutamanya dalam penghasilan ketahanan diri yang merangsang kesejahteraan psikologikal ibu tunggal.

Tahap Ketahanan Diri

Jadual 2: Tahap Ketahanan Diri Ibu Tunggal

Subskala	Skor Min	SD	Tahap
Kompetensi sosial	5.20	1.15	Sederhana
Sumber-sumber sosial	5.59	1.17	Tinggi
Kecenderungan kepada keluarga	5.05	1.11	Sederhana

Kompetensi peribadi	4.94	1.12	Sederhana
Gaya berstruktur	5.24	1.17	Sederhana
RSA Total	5.20	0.92	Sederhana

Jadual 2 menunjukkan tahap ketahanan diri ibu tunggal melalui lima tema utama. Secara keseluruhannya tahap ketahanan diri ibu tunggal ini adalah berada di tahap sederhana dengan skor $M = 5.20$, $SD = 0.92$. Hanya subskala sumber-sumber sosial mempunyai tahap yang tinggi iaitu dengan $M = 5.59$, $SD = 1.17$. Walaubagaimanapun, dapatan kajian ini juga memberikan satu petunjuk yang positif terutamanya dalam proses pembinaan ketahanan diri ibu tunggal. Tambahan lagi, dengan penggunaan sumber-sumber sosial yang berkesan mampu menggalakkan perkembangan ketahanan diri bagi subskala-subskala yang lain pada masa mendatang.

Tahap Kesejahteraan Psikologikal

Jadual 3: Tahap Kesejahteraan Psikologikal Ibu Tunggal

Dimensi	Skor Min	SD	Tahap
Hubungan positif	4.82	1.15	Tinggi
Autonomi	4.98	1.16	Tinggi
Perkembangan peribadi	5.86	1.08	Tinggi
Penguasaan persekitaran	5.59	1.12	Tinggi
Tujuan kehidupan	4.21	1.0	Tinggi
Penerimaan diri	5.1	1.23	Tinggi

Jadual 3 menunjukkan tahap kesejahteraan psikologikal ibu tunggal melalui 6 dimensi utama yang berasingan. Keenam-enam dimensi kesejahteraan psikologikal ibu tunggal menunjukkan tahap yang tinggi dengan nilai skor min yang tertinggi berada di dimensi perkembangan peribadi iaitu $M = 5.86$, $SD = 1.08$, diikuti oleh dimensi penguasaan persekitaran ($M = 5.59$, $SD = 1.12$), dimensi penerimaan diri ($M = 5.1$, $SD = 1.23$), dimensi autonomi ($M = 4.98$, $SD = 1.16$), dimensi hubungan positif ($M = 4.82$, $SD = 1.15$), dan yang terakhir adalah dimensi tujuan kehidupan ($M = 4.21$, $SD = 1.0$). Maka secara keseluruhannya kesejahteraan psikologikal ibu tunggal ini adalah tinggi.

Pengaruh Ketahanan Diri Terhadap Kesejahteraan Psikologikal Ibu Tunggal.

Jadual 4: Analisis Kolerasi Ketahanan Diri dan Pembolehubah Kesejahteraan Psikologikal

	Ketahanan Diri (Nilai r)	Tahap
Perkembangan Peribadi	.482**	Sederhana
Penguasaan Persekitaran	.408**	Sederhana
Tujuan Kehidupan	.200*	Rendah
Hubungan Positif	.367**	Sederhana
Penerimaan Diri	.462**	Sederhana
Autonomi	.120	Rendah

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Jadual 4 di atas menunjukkan hubungan kolerasi di antara pembolehubah ketahanan diri terhadap faktor-faktor kesejahteraan psikologikal ibu tunggal. Dapatan kajian membuktikan kekuatan gagasan instrumen mengukur pengaruh ketahanan diri terhadap kesejahteraan psikologikal ibu

tunggal hanyalah pada tahap sederhana. Ini dibuktikan dengan nilai kolerasi signifikan antara .367 sehingga .482 pada aras signifikan .01. Terdapat juga pembolehubah yang tidak dapat memberikan pengaruh yang signifikan iaitu pembolehubah tujuan kehidupan ($r=.200$) dan autonomi ($r=.120$) yang berada di tahap rendah. Walaupun tahap kolerasi berkadar hanya berkadar sederhana dan rendah namun ianya memberikan petunjuk yang positif terhadap pengaruh ketahanan diri terhadap kesejahteraan diri ibu tunggal yang dikaji.

Perbincangan

Pengkajian terhadap ketahanan diri manusia telah melalui beberapa fasa yang produktif dan kini fasa nya telah menjurus ke arah pembentukan program yang menjana ketahanan diri dalam kalangan individu (Cicchenti & Curtis, 2007). Namun begitu, dalam konteks Malaysia, pengkajian berkenaan ketahanan diri masih lagi terbatas (Faizah *et al*, 2015). Oleh itu, pengkaji melihat kajian ini merupakan antara perintis awal kepada perkembangan aspek ketahanan diri terutamanya dalam membantu golongan ibu tunggal di Malaysia. Hasil data telah menunjukkan bahawa secara keseluruhannya ketahanan diri ibu tunggal adalah berkadar sederhana namun salah satu dari subskala yang dikaji telah menunjukkan tahap yang tinggi iaitu **sumber-sumber sosial** ($M=5.59$, $SD=1.17$). Sumber-sumber sosial menyokong ketersediaan (*availability*), iaitu sikap menyokong dan menggalakkan (Hjemdal *et al.*, 2011). Ibu tunggal dengan tahap sumber-sumber sosial yang tinggi menggambarkan kepentingan hubungan dan sokongan dalam sesebuah masyarakat dalam membentuk ketahanan diri (Hitchens & Payne, 2017; Nurullah, 2012; Reicherzer & Spillman, 2011). Walaupun ibu-ibu tunggal berhadapan dengan stigma negatif masyarakat (Hong & Welch, 2013; Mohd Ismail, Chik & Kilani, 2009), namun sokongan rakan-rakan mampu memberikan keseimbangan psikologikal yang berkesan buat ibu-ibu tunggal.

Dapatan bagi subskala kedua tertinggi dalam instrument ketahanan diri berada pada ialah **gaya berstruktur** ($M=5.24$, $SD= 1.17$). Subskala ini mengukur kecenderungan responden mempunyai rutin, lebih tersusun (*organized*), dan mempunyai matlamat yang jelas (Hjemdal *et al.*, 2011). Responden yang memberi respons kepada subskala ini mempunyai harapan yang tinggi tentang masa depan dan merupakan salah satu kepentingan utama ketahanan diri (Skodol, 2010). Seterusnya ialah kompetensi sosial ($M= 5.20$, $SD= 1.15$) yang mengukur kemahiran sosial, *sense of humor*, dan kebolehan untuk fleksible dan kukuh dalam sesuatu perhubungan (Hjemdal *et al.*, 2011). Tahap yang sederhana dalam subskala ini memberi gambaran bahawa ibu-ibu tunggal mempunyai set kemahiran sosial yang baik dan ianya boleh dipertingkatkan lagi melalui program-program dan kursus-kursus intensif yang berkesan.

Subskala **kecenderungan kepada keluarga** berada pada tangga ke empat dengan $M= 5.05$, $SD= 1.11$. Ini agak janggal kerana kerana keluarga berada di bahagian bawah berbanding faktor-faktor lain. Situasi ini berkemungkinan menunjukkan bahawa struktur kekeluargaan dalam kalangan ibu tunggal tidak sekuat sebelum menjadi ibu tunggal. Dapatan kajian lepas juga ada menjelaskan fenomena di mana ibu-ibu tunggal mengalami kemurungan, tertekan dengan tanggungjawab dan seterusnya memberi kesan kepada gaya keibubapaan dan hubungan dengan anak-anak (Taylor & Conger, 2014). Subskala yang berada di kedudukan terakhir ialah **kompetensi peribadi** ($M= 4.94$, $SD=1.17$) yang mengukur keyakinan diri, efikasi, jangkaan realistik, dan kebolehan untuk merancang awal dengan matlamat yang jelas dan positif (Hjemdal *et al.*, 2011). Situasi kompetensi peribadi ini menggambarkan sejauhmana sikap, pemikiran dan kesediaan responden berada pada tahap yang merisaukan. Ibu-ibu tunggal masih lagi mempunyai kesedaran yang kurang berkenaan potensi diri, bimbang dengan persepsi negatif dan berada dalam keadaan ragu-ragu. Ini berkemungkinan didorong oleh faktor budaya dan nilai-nilai setempat di Asia Tenggara yang rata-ratanya masih bersifat konservatif dan tertutup (Hong & Welch, 2013). Budaya malu

sering membelenggu ibu-ibu tunggal berikutan status dan pandangan negatif masyarakat menghalang mereka dari terus kehadapan dan meningkatkan potensi dan produktiviti diri.

Seterusnya instrumen bagi PWB meliputi enam dimensi yang berjaya mengukur kesejahteraan psikologikal ibu tunggal pada tahap yang tinggi. Dimensi yang berada pada kedudukan pertama ialah dimensi **perkembangan peribadi** ($M=5.86$, $SD= 1.08$) iaitu kebolehan untuk mengenali potensi diri secara menyeluruh. Responden yang mendapat skor yang tinggi dalam dimensi ini sentiasa berkembang maju, terbuka untuk menerima pengalaman baru, mengenali bakat atau potensi diri, dan memahami bahawa semakin lama mereka akan berkembang (Ryff, 1995). Ini menunjukkan responden ibu tunggal mempunyai satu kefahaman yang jelas tentang diri, bakat, potensi mereka. Ini merupakan satu petanda positif dan selari dengan Pelan Tindakan Pemerkasaan Ibu Tunggal yang ingin menanamkan semangat dan jati diri dalam menjana produktiviti ibu tunggal (Kementerian Pembangunan Wanita Keluarga dan Masyarakat, 2015).

Dimensi kedua tertinggi ialah **penguasaan persekitaran** ($M= 5.59$, $SD=1.12$) iaitu kebolehan individu untuk berdaya saing dalam kehidupan dan mengubah sesuatu secara kreatif melalui aktiviti-aktiviti fizikal dan mental. Responden ibu tunggal dalam kajian ini berkebolehan untuk mengurus persekitaran mereka dengan mengawal aktiviti-aktiviti luaran, dan mampu menggunakan peluang-peluang yang ada secara berkesan (Ryff, 1995). Maka dalam kajian ini, ibu-ibu tunggal telah berjaya dan berpotensi untuk berdikari, dan mampu menerima tugas atau latihan untuk memacu kejayaan. Ini selari dengan kajian yang dijalankan oleh Perron (2006) yang menunjukkan bahawa individu yang mampu beradaptasi dengan baik terhadap persekitarannya mampu menghasilkan sikap yang positif, produktif dan terkehadapan. Justeru aspek penguasaan persekitaran ini adalah salah satu kunci dalam melahirkan kesejahteraan psikologikal secara total.

Seterusnya dimensi ketiga tertinggi ialah dimensi **penerimaan diri** ($M= 5.1$, $SD= 1.23$) iaitu individu melihat diri sendiri secara positif, menerima kualiti baik dan buruk yang menjadi diri unik, serta mampu menerima pengalaman silam dengan baik (Ryff, 1995). Dimensi ini menunjukkan ibu-ibu tunggal yang dikaji mempunyai kesihatan mental yang baik, tidak mengalami kemurungan dan mampu memaafkan diri atau orang lain atas kesilapan masa lampau serta berfokus kepada pencapaian dan matlamat masa depan. Ini tidak dapat dinafikan dengan penglibatan berterusan ibu-ibu tunggal yang dikaji terhadap program sokongan yang membantu dan memperbaiki respons, gaya berfikir dan gaya bertindak ibu-ibu tunggal dalam berhadapan dengan cabaran dan masalah seperti program dan seminar yang berbentuk pengukuhan jati diri dan peningkatan produktiviti (Buku Pelan Tindakan Pemerkasaan Ibu Tunggal (KPWK), 2015)

Bagi dimensi di tangga keempat pula ialah dimensi **autonomi** dengan $M= 4.98$, $SD=1.16$. Autonomi yang juga dikenali sebagai keyakinan diri, berdikari dan kebolehan untuk meregulasi tingkah laku. Individu yang mendapat skor tinggi di dalam dimensi ini mampu menolak tekanan sosial serta mampu berfikir dengan sendiri tanpa pengaruh orang lain (Ryff, 1995). Ibu tunggal yang dikaji lebih berkebolehan menangkis elemen-elemen negatif dalam masyarakat dan berfokus kepada membantu pencapaian matlamat jangka panjang. Individu yang berautonomi dapat mengawal kehidupannya dan tidak hanya bergantung tetapi mencari inisiatif untuk berjaya (Li, R. H, 2013) demi kelangsungan hidup keluarga. Dimensi pada kedudukan kelima ialah **hubungan yang positif** dengan orang lain ($M= 4.82$, $SD=1.15$). Ini membuktikan bahawa ibu-ibu tunggal yang dikaji bersifat lurus ke hadapan, berkebolehan untuk menyayangi orang lain. Kebolehan ini meliputi mampu membentuk sikap penyayang terhadap orang lain selain mampu

bersikap empati dan mempunyai intimasi dengan individu lain (Ryff, 1995). Slari dengan dimensi-dimensi lain, faktor perhubungan juga merupakan kunci utama kesejahteraan psikologikal ibu tunggal terutamanya dalam memberi dan menerima sokongan dari keluarga dan masyarakat (Taylor & Conger, 2014). Melalui perhubungan yang berkesan ini akan menghasilkan manfaat secara peribadi dan pekerjaan terutamanya dalam mengukuhkan rangkaian kerja dan sumber-sumber sokongan yang wujud.

Dimensi terakhir ialah dimensi **tujuan kehidupan** ($M= 4.21$, $SD= 1.0$) iaitu individu yang mempunyai arah tujuan kehidupan dengan menetapkan matlamat-matlamat tertentu pada diri sendiri, mereka juga menghargai nilai-nilai yang wujud pada masa silam dan masa sekarang, mereka percaya hidup ini ada tujuannya, dan mereka mempunyai objektif yang dicipta untuk diri sendiri (Ryff, 1995). Walaupun dimensi ini berada dikedudukan terbawah, namun tahapnya masih lagi tinggi dan boleh dibanggakan. Ini jelas menunjukkan ibu-ibu tunggal yang dikaji di negeri Johor mempunyai asas psikologikal yang kukuh (Farah Adibah & Faizah, 2017). Kesejahteraan psikologikal yang kukuh adalah sangat relevan dengan transisi kehidupan kerana ianya adalah indikator dalam menentukan individu mampu mengatasi masalah, beradaptasi dengan perkara baru, mengekalkan perhubungan serta mempunyai perkembangan diri yang berpanjangan.

Ketahanan diri dan Kesejahteraan Psikologikal

Dapatan kajian menunjukkan daripada enam dimensi kesejahteraan psikologikal yang diukur, terdapat empat dimensi yang menunjukkan kolerasi hubungan di tahap sederhana dengan ketahanan diri. Dapatan keseluruhan adalah berada di tahap sederhana. Ini bermaksud ketahanan diri memberikan pengaruh yang sederhana terhadap kesejahteraan psikologikal ibu tunggal. Dalam konteks kajian ini, walaupun tahap ketahanan diri ibu tunggal berada di tahap sederhana, ianya mampu menghasilkan kesejahteraan psikologikal yang tinggi dalam kalangan ibu tunggal yang dikaji. Malahan data kolerasi antara ketahanan diri dan dimensi kesejahteraan psikologikal ibu tunggal juga boleh dinilai berada dalam keadaan yang positif.

Dalam kajian ini, antara dimensi yang memberikan pengaruh yang signifikan ialah **perkembangan peribadi ($r=.482$)**. Walaupun pada awalnya, dimensi ini menunjukkan tahap yang tinggi dalam mengukur kesejahteraan ibu tunggal, namun pengaruh ketahanan diri terhadap dimensi ini tidak sekuat yang dijangkakan. Ini berkemungkinan disebabkan dapatan dalam tema ketahanan diri yang berkaitan iaitu kompetensi peribadi juga menunjukkan dapatan yang sederhana. Ianya menggambarkan kekurangan pengukuhan dari aspek peningkatan peribadi atau dalam kalangan ibu tunggal itu sendiri seterusnya membawa kepada kesukaran membina kefungsi mental dan fizikal yang menyeluruh.

Bagi dimensi kedua pula iaitu **penerimaan diri ($r=.462$)** juga menunjukkan tahap kolerasi yang sederhana terhadap ketahanan diri ibu tunggal. Walaupun dapatan dimensi dalam mengukur kesejahteraan psikologikal adalah tinggi, tetapi ianya hanya memberi pengaruh yang sederhana terhadap pembentukan ketahanan diri ibu tunggal. Situasi ini mungkin dapat dijelaskan dengan faktor budaya dan sosial masyarakat Asia secara amnya bersifat kolektif dan berkelompok berbanding masyarakat Barat (Seri Suhaila, 2017). Selain itu dimensi-dimensi lain yang mempunyai hubungan kolerasi yang sederhana terhadap ketahanan diri ialah **penerimaan diri ($r=.408$)** dan **hubungan positif ($r=.367$)**. Situasi yang sama dengan dimensi yang dinyatakan sebelum ini, iaitu kedua-dua dimensi mempunyai tahap yang tinggi dalam mengukur kesejahteraan psikologikal, namun ianya kurang memberi dapatan yang baik dalam menentukan pengaruhnya terhadap ketahanan diri ibu tunggal. Begitu juga dengan dua dimensi terakhir iaitu

tujuan kehidupan ($r=.200$) dan autonomi ($r=.120$) yang menunjukkan tahap hubungan kolerasi yang rendah terhadap ketahanan diri ibu tunggal. Apabila diteliti, ibu-ibu tunggal yang dikaji mempunyai asas-asas kesejahteraan psikologikal yang kukuh berikutan dapatan tahap kesejahteraan psikologikal yang tinggi. Namun secara praktikalnya ianya gagal memberikan kesan yang diinginkan terhadap faktor-faktor yang mengukur ketahanan diri ibu tunggal. Ini disebabkan, ketahanan ibu tunggal yang diukur adalah bergantung kepada tindakan dan tingkah laku yang ditunjukkan terhadap diri dan persekitarannya. Ini dibuktikan dengan dapatan keseluruhan ketahanan diri ibu tunggal yang hanya berada di tahap sederhana dan menyokong kenyataan Masten (2009) iaitu ketahanan adalah proses yang dipelajari melalui pengalaman dan adaptasi praktikal. Justeru itu, dapat dinyatakan bahawa wujud potensi ketahanan diri yang baik terhadap kesejahteraan psikologikal dalam kalangan ibu tunggal di Johor namun secara praktisnya ianya harus digalakkan dengan latihan dan pendekatan berbentuk ‘hands-on’ terutamanya dalam meningkatkan kecekapan dan pemerkasaan dalam pengurusan diri, keluarga dan masyarakat.

Implikasi Kajian

Hasil kajian mempunyai potensi untuk meningkatkan kefahaman tentang kesihatan mental ibu tunggal dan kesannya terhadap keluarga dan masyarakat terutamanya dalam usaha meningkatkan lagi mutu sokongan dan perkhidmatan kepada golongan ibu tunggal. Selain itu, dapatan kajian juga boleh memberi impak dari segi ibu tunggal sendiri dan juga anak-anak. Ianya boleh digunakan untuk menghasilkan intervensi yang menggalakkan kesejahteraan ibu tunggal terutamanya dalam memenuhi keperluan dan sokongan sosial yang berkesan serta mengukuhkan ketahanan diri. Penambahbaikan ini mampu membantu menyumbang ke arah gaya keibubapaan yang lebih positif dengan meningkatkan hubungan dengan anak-anak. Seterusnya menghasilkan keseimbangan dalam kehidupan ibu tunggal dalam jangka panjang.

Kesimpulan

Kajian ini melibatkan ibu-ibu tunggal yang terpilih di seluruh Johor. Kajian ini selari dengan fokus Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat (KWPKM) yang melancarkan Pelan Tindakan Pemerkasaan Ibu Tunggal iaitu meningkatkan kesedaran dan komitmen pihak berkepentingan dalam memperkasakan ekonomi ibu tunggal. Oleh itu, kepentingan ketahanan diri dalam merangsang kesejahteraan psikologikal ibu-ibu tunggal harus menjadi titik tolak kepada pembangunan insaniah ibu-ibu tunggal terutamanya dalam konteks pemerkasaan ibu tunggal. Individu yang mempunyai ketahanan dan secara kesejahteraan psikologikal yang tinggi mampu mengadaptasi, berkomitmen tinggi, dan merupakan sokongan yang kuat terhadap individu lain serta boleh dijadikan contoh kepada ibu-ibu tunggal yang lain. Cadangan kajian seterusnya berfokus kepada kawasan bandar dan luar bandar serta bagaimana pengagihan sumber-sumber ini digunakan secara efektif oleh ibu tunggal.

Rujukan

- Anggaran Penduduk Semasa, Malaysia*. (2018). Jabatan Perangkaan Malaysia.
- Asmawati, D. (2009). Psychological well-being between Orang Asli in Pertak and Gerachi Jaya. *Journal of Psychology*. 23,19-25.
- Bonanno, G. A., Westphal, M. & Mancini, A. D. (2011). Resilience to loss and potential trauma. *Annual Review of Clinical Psychology*, 7: 511-535.
- Bradburn, N. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine. *Buku Pelan Tindakan Pemerkasaan Ibu Tunggal*. (2015). Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat (KPWK).

- Cicchetti, D., & Curtis, W. J. (2007). Special issue: A multi-level approach to resilience. *Development and Psychopathology*, 19(3), 627–955.
- Ellis, A. (2014). The Revised ABCs of Rational-Emotive: Therapy (RET). In *The evolution of psychotherapy: The second conference* (pp. 97-117). Routledge.
- Faizah A. G., & Hazirah, H. (2013). Challenges and Locus Control Among Single Mothers in Muar, Johor. *Journal of Emerging Trends in Educational Research and Policy Studies* 4(5), 760-765.
- Faizah A. G., Farah Adibah, I., Azian, A. Z., & Mastura, M. (2015). Relationship between the Belief System and Emotional Well-Being of Single Mothers. *Asian Social Science*, 11, 3042.
- Farah Adibah, I & Faizah, A. G. (2017). *Ketahanan Diri Ibu Tunggal*. Konferens Kebangsaan: Kepelbagaian Budaya di Malaysia. 20 Disember 2017.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Martinussen, M., Rosenvinge J. H. 2009. Empirical support for resilience as more than the counterpart and absence of vulnerability and symptoms of mental disorder. *Journal of Individual Differences*, 30:138–151.
- Haleman, D. L. (1998). “That’s not who I am”: Contested definitions of single motherhood (Doctoral dissertation, University of Kentucky, 1999). *Dissertation Abstract International*, 59, 3317.
- Hitchens, B. K., & Payne, Y. A. (2017). “Brenda’s Got a Baby” Black Single Motherhood and Street Life as a Site of Resilience in Wilmington, Delaware. *Journal of Black Psychology*, 43(1), 50-76.
- Hjemdal O, Friborg O, Braun S, Kempnaers C, Linkowski P, Fossion P. (2011). The Resilience Scale for Adults: construct validity and measurement in a Belgian sample. *International Journal of Testing*.
- Hong, R.M., & Welch, A. (2013). The Lived Experiences of Single Taiwanese Mothers Being Resilient After Divorce. *Journal of Transcultural Nursing*, 24(1): 51-59.
- Isahak, D., Selvaratnam, D. P., & Idris, N. A. H. (2009). Isu dan cabaran ibu tunggal dalam menghadapi perubahan persekitaran global. *Proceedings of PERKEM IV*, 1, 324-336.
- Kalil, A., & Ryan, R. M. (2010). Mothers’ economic conditions and sources of support in fragile families. *The Future of Children*, 20, 39–61.
- Li, R. H. (2014). Reliability and validity of a shorter Chinese version for Ryff’s psychological well-being scale. *Health Education Journal*, 73(4), 446-452.
- Masten, A. (2009). Ordinary magic: Lessons from research on resilience in human development. *Education Canada*, 49(3), 28-32.
- Masten, A. S. (2007). Resilience in developing systems: Progress and promise as the fourth wave rises. *Development and Psychopathology*, 19, 921–930.
- Masten, A. S., & Obradović, J. (2006). Competence and resilience in development. In *Annals of the New York Academy of Sciences* (Vol. 1094, pp. 13-27). (Annals of the New York Academy of Sciences; Vol. 1094.
- Mohd Ismail M., Yaakob, R., Chik, S. @ N., & Kilani, K. A. J. dan A. (2006). *Permasalahan Ibu Tunggal Dalam Melaksanakan Tanggungjawab Pendidikan Anak-anak: Satu Kajian di Kawasan Sura, Dungun, Terengganu Darul Iman. Krisis dan Konflik Institusi Keluarga*. Utusan Publications & Distributor Sdn Bhd. Kuala Lumpur.
- Nor Aini I. & Doris, P. S. (2012). Program Pembasmian Kemiskinan Dalam Kalangan Ibu Tunggal: Analisis Penyertaan dan Keberkesanan. Persidangan Kebangsaan Ekonomi Malaysia ke VII (PERKEM VII) *Transformasi Ekonomi dan Sosial ke Arah Negara Maju*, 248-259, 2012.
- Nurullah, A. S. (2012). Received and Provided Social Support: A Review of Current Evidence and Future Directions. *American Journal of Health Studies*, 27 (3), pp. 173–188.

- Perron, B. E. (2006). A critical examination of the Environmental Mastery Scale. *Social indicators research*, 79(1), 171.
- Reicherzer, S. & Spillman, J. (2012). A Multiple Case Study Examination of Resiliency Factors for Mexican and Mexican-American Transsexual Women. *International Journal of Transgenderism*, 13 :147-164.
- Riley, J. R., & Masten, A. S. (2005). Resilience in context. In R. D. Peters, B. Leadbeater, & R. J. McMahon (Eds.), *Resilience in children, families, and communities: Linking context to practice and policy* (pp.13-25). New York: Kluwer Academic/Plenum Press.
- Ryff, C. & Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4).
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personal and Social Psychology*, 57(6).
- Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719–727.
- Seri Suhaila, A. (2017). *Kepentingan Kecerdasan Emosi (EQ) Dalam mempertingkatkan Psikologi dan Kesihatan Mental Ibu Tunggal (IT)*. Konferens Kebangsaan: Kepelbagaian Budaya di Malaysia. 20 Disember 2017.
- Skodol A. E. (2010). The resilient personality. In *Handbook of Adult Resilience*, ed. JW Reich, AJ Zautra, JS Hall, pp. 112–25. New York: Guilford.
- Taylor, Z. E., & Conger, R. D. (2014). *Risk and resilience processes in single mother families: An interactionist perspective*. In Z. Sloboda & H. Petras (Eds.), *Defining prevention science, advances in prevention science* (pp. 195–217). New York, NY: Springer Science.
- Taylor, Z. E., & Conger, R. D. (2017). Promoting strengths and resilience in single-mother families. *Child development*, 88(2), 350-358.
- Usakli, H. (2013). Comparison of Single and Two Parents Children in terms of Behavioral Tendencies. *International Journal of Humanities and Social Science*, 3 (8), 256-270.
- Zarina, M. N., & Kamil, A. A. (2012). Sustaining the Livelihood of Single Mothers through Wealth Creation and Savings Opportunities: A Long Road Ahead. *International Journal of Trade, Economics and Finances*. 3 (2), 126-131.