

**DINAMIKA RESILIENSI IBU TUNGGAL
PASCA KEMATIAN SUAMINYA**

SKRIPSI

Jemyma Azalea Adirina

21.E1.0308



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA SEMARANG

2026

**DINAMIKA RESILIENSI IBU TUNGGAL
PASCA KEMATIAN SUAMINYA**

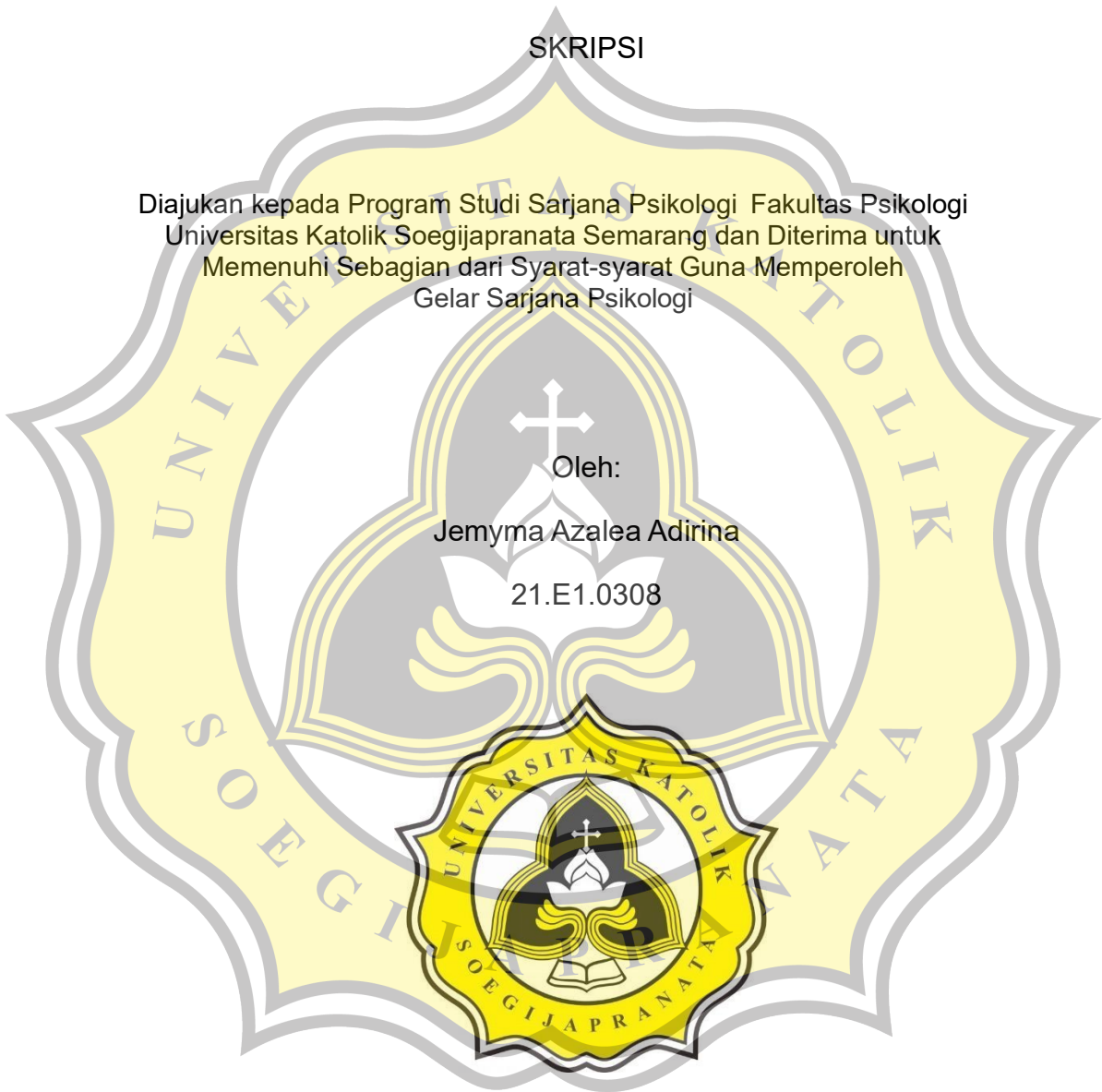
SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk
Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Jemyma Azalea Adirina

21.E1.0308



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA SEMARANG

2026

Dinamika Resiliensi Ibu Tunggal Pasca Kematian Suaminya

(The Dynamics of Resilience in Single Mothers After the Death of Their Husbands)

Jemyma Azalea Adirina, C.Vidia Rana Abimanyu

Universitas Katolik Soegijapranata, Kota Semarang, Indonesia

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memahami gambaran atau dinamika psikologis mengenai resiliensi pada ibu tunggal setelah kematian suaminya. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi fenomenologi pada tiga partisipan ibu tunggal yang tidak menikah kembali setelah kematian suaminya yakni Ibu TS (50), Ibu EH (55), dan Ibu TAL (54). Ketiga partisipan dipilih secara *purposive sampling* dengan pengambilan data melalui wawancara semi-terstruktur, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada beberapa stressor yang dialami partisipan seperti perasaan kehilangan, kecemasan, disorientasi emosional. Dalam menghadapi kondisi tersebut, resiliensi berkembang sebagai proses adaptasi yang dinamis melalui interaksi berbagai aspek, seperti regulasi emosi, optimisme, efikasi diri, dukungan sosial, dan pengendalian impuls. Selain itu, ditemukan bahwa iman percaya kepada Tuhan menjadi faktor yang menonjol dan berperan penting dalam proses pemulihan pada setiap partisipan.

Kata kunci: Resiliensi, Ibu Tunggal, Kematian Suami

Abstract

This study aims to understand the psychological dynamics of resilience among single mothers following the death of their husbands. This research employed a qualitative method with a phenomenological approach involving three single-mother participants who had not remarried after their husbands' death, namely Mrs. TS (50), Mrs. EH (55), and Mrs. TAL (54). The participants were selected using purposive sampling, with data collected through semi-structured interviews, observation, and documentation. Data analysis techniques included data reduction, data display, and conclusion drawing. The results showed that participants experienced several stressors, such as feelings of loss, anxiety, and emotional disorientation. In coping with these conditions, resilience developed as a dynamic adaptive process through the interaction of various aspects, including emotional regulation, optimism, self-efficacy, social support, and impulse control. In addition, faith in God was found to be a prominent factor that played an important role in the recovery process for each participant.

Keywords: Resilience, Single Mother, The Death of Their Husbands

