

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keluarga berasal dari bahasa Sanskerta: kula dan warga “kulawarga” yang berarti “anggota” kelompok kerabat. Keluarga adalah rumah tangga yang mempunyai hubungan darah atau pernikahan atau juga yang menyediakan terselenggaranya fungsi-fungsi instrumental yang mendasar dan juga fungsi-fungsi ekspresif keluarga untuk para anggotanya yang berada dalam suatu jaringan.¹ Keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan beberapa orang yang terkumpul dan tinggal disatu atap rumah dalam keadaan saling ketergantungan.

Kenyataannya kehidupan dalam keluarga tidak selalu berjalan dengan mulus ataupun dapat memiliki anggota keluarga yang lengkap. Hal tersebut bisa disebabkan terjadinya perpisahan akibat perceraian ataupun meninggal dunia. Menurut data dari Kementerian Dalam Negeri, presentase penduduk Banten bersatus cerai hidup paling banyak berada di Kabupaten Pandeglang sebanyak 1.6%. Selain itu juga menurut Humas Pengadilan Agama Kabupaten Pandeglang kasus perceraian meningkat 11 % dari tahun 2020. Tingginya kasus perceraian di Kabupaten Pandeglang dikarenakan himpitan ekonomi akibat pandemi *Covid-19*.² Dengan terjadinya perpisahan akibat perceraian atau meninggal dunia dapat

¹ Sri Lestari, *Psikologi Keluarga, Penanaman Nilai & Penanganan Konflik dalam Keluarga* (Jakarta: Kencana), 2012, h. 6.

² “Penduduk Berstatus Cerai Hidup Pandeglang”, <https://databoks.katadata.co.id>, diakses pada 25 Maret. 2022, pukul 22:00 WIB

membawa perubahan pada fungsi keluarga terhadap pihak yang ditinggalkan untuk dapat menyesuaikan diri dengan situasi yang baru atau sering kita sebut sebagai orang tua tunggal (*single parent*).

Perceraian dengan sendirinya fungsi keluarga dapat mengalami gangguan dan pihak yang bercerai harus dapat menyesuaikan diri dengan situasi yang baru sehingga terbentuklah keluarga yang bercerai, seperti hidup sendiri, menjanda atau menduda yang pada akhirnya menimbulkan efek terganggunya psikis seorang anak yang harus memilih hidup dengan siapa (Ayah atau Ibu).

Santrock mengemukakan ada 2 macam bentuk *single parent* yaitu laki-laki *single parent* dan wanita *single parent*. Laki-laki *single parent* adalah ayah tunggal di dalam keluarga yang harus menggantikan posisi dan peran seorang ibu sebagai pengurus rumah tangga disamping peran seorang laki-laki sebagai kepala rumah tangga. Sedangkan wanita *single parent* adalah ibu tunggal di dalam keluarga yang harus menggantikan peran seorang ayah sebagai kepala rumah tangga untuk mencukupi kebutuhan keluarganya terlepas fungsi ibu sebagai ibu rumah tangga yang mengurus kebutuhan keluarganya.³ Oleh karena itu, kedua belah pihak harus menggantikan peran yang meninggalkannya yaitu lelaki harus menggantikan peran wanita begitupun sebaliknya

³ John W. Santrock, *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*, Jilid 2, penerjemah; Chusairi dan Damanik, (Jakarta : Erlangga), 2002, h. 243.

Menjadi wanita *single parent* dalam keluarga tidaklah mudah mengingat peran seorang ibu yang harus merawat, membimbing dan membesarkan anak-anaknya. Keadaan tersebut membutuhkan perjuangan yang cukup besar ditambah lagi seorang ibu harus mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari dalam keluarganya dan bertanggungjawab sebagai kepala rumah tangga. Selain itu juga seorang wanita *single parent* harus mempersiapkan strategi pemenuhan biaya hidup dengan benar agar proses kelangsungan hidup dapat berjalan dengan baik.

Kemandirian dalam jiwa orangtua tunggal diperlukan untuk menjalankan dua peran dalam sektor internal, yaitu untuk menjalankan rumah tangga seperti memasak, mencuci piring dan pakaian, membersihkan rumah, menyiapkan makanan untuk keluarga, merawat, membesarkan dan mendidik anak. Dan di sektor eksternal seperti tugas ekonomi perlu untuk dipenuhi sehingga dapat mencari nafkah untuk keluarga dan bersosialisasi dengan masyarakat sekitar. Sebagai *Single parent* untuk bekerja mencari nafkah, terdapat banyak pertimbangan dari sumber penghasilan, efisiensi waktu untuk dapat menjalankan tugas utama sebagai seorang Ibu tanpa mengesampingkan pekerjaan rumah tangga.

Beratnya tanggung jawab sebagai janda dan kesulitan yang dihadapinya dapat membuat dirinya tertekan karena masalah-masalah yang dihadapi. Melihat berbagai faktor penyebab kondisi perempuan bercerai dan ditinggal suami meninggal dunia, stigma masyarakat cenderung menghakimi dan memberikan label buruk pada perempuan *single parent* terlebih akibat bercerai. Ketika

wanita *single parent* tidak mampu menjalani perannya sebagai orangtua ganda hal tersebut tentu dapat menjadi beban psikologi bagi seseorang yang mengalaminya dan cenderung mengalami stres yang berakibat buruk bagi dirinya dan juga pendidikan bagi anak-anaknya. Beratnya tanggung jawab sebagai janda dan kesulitan yang dihadapinya dapat membuat dirinya tertekan karena masalah-masalah yang dihadapi.

Melihat dari masalah yang dialami oleh *single parent* baik berasal dari internal maupun eksternal dapat mengakibatkan seseorang mengalami beban psikologis, salah satu kondisi yang rentan terjadi adalah stres. Ardani Mendefinisikan stres sebagai suatu keadaan tertekan baik itu secara fisik maupun psikologis. Stres juga dapat diartikan proses yang menilai suatu peristiwa sebagai suatu yang membahayakan ataupun mengancam individu merespon peristiwa itu pada level kognitif, fisiologis, perilaku dan emosional⁴. Stres yang dialami oleh wanita *single parent* dapat mempengaruhi perilaku individu dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku stres dapat menurunkan kondisi mental maupun fisik, dari segi emosi yang tidak dapat dikendalikan, hilangnya rasa tanggung jawab ataupun fikiran menjadi kacau. Jika hal ini tidak diatasi, maka seorang tersebut dapat merugikan dirinya sendiri maupun orang lain yang ada disekitarnya.

Berdasarkan data yang peneliti dapatkan dari hasil wawancara dan observasi masyarakat di Lingkungan Kampung Citangkil, Desa Tangkilsari, Kecamatan Cimanggu, Kabupaten Pandeglang. Anggota keluarga yang mengalami pemutusan

⁴ Ardani, dkk. (2007). Psikologi Klinis. Yogyakarta: Graha Ilmu.

hubungan yang menyebabkan seseorang menjadi wanita *single parent* diakibatkan karena perpisahan dan suami meninggal dunia. Kondisi ini dapat mempengaruhi kondisi psikologis seorang ibu menurun, melihat dari sisi ketidakpenerimaan kenyataan yang sudah terjadi dan harus menggantikan peran seorang ayah dalam berumah tangga.

Faktor ekonomi sangatlah mempengaruhi kondisi tersebut terlebih lagi para wanita *single parent* dulunya adalah ibu rumah tangga bukan seorang wanita karir yang mempunyai pekerjaan dan pendapatan. Hal tersebut, jika dibiarkan begitu saja dapat berdampak kepada kehidupan wanita itu tersebut dan juga kepada anaknya. Oleh karena itu, untuk memfokuskan tujuan hidup wanita *single parent* dengan kenyataan realitanya, salah satunya dapat digunakan dengan cara menerapkan konseling realitas.

Pendekatan realitas merupakan salah satu pendekatan konseling yang sering digunakan konselor untuk membantu peneliti untuk menyelesaikan masalahnya. Pendekatan realitas mengungkapkan apabila setiap manusia memiliki kebutuhan dasar yakni kebutuhan psikologis dan kebutuhan fisiologis. Kebutuhan psikologis adalah kebutuhan untuk melindungi diri sendiri, sedangkan kebutuhan fisiologis adalah kebutuhan dasar atau bisa disebut kebutuhan biologis.

Glasser percaya bahwa setiap manusia memiliki kebutuhan psikologis yang secara konstan (terus menerus) hadir sepanjang rentang kehidupannya dan harus dipenuhi. Ketika seseorang mengalami masalah hal tersebut disebabkan oleh sesuatu faktor, yaitu terhambatnya seseorang dalam memenuhi kebutuhan

terhadap realita, yaitu kecenderungan seseorang untuk menghindari hal-hal yang tidak menyenangkan. Mengacu pada pandangan tentang kebutuhan manusia untuk di cintai dan mencintai dan kebutuhan untuk merasa berharga bagi orang lain.

Latar belakang di atas peneliti ingin mengimplementasikan konseling untuk membantu mengatasi permasalahan pada wanita *single parent*. Konseling tersebut menggunakan pendekatan realitas yang menurut peneliti dapat mengatasi perilaku stres tersebut. Konseling dengan pendekatan realitas ini dapat berfokus pada apa yang bisa dilakukan sekarang dan mempertimbangkan nilai dan tanggung jawab moral yang ditentukan serta tidak melihat ke masalalu. Melihat dari latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Penerapan Konseling Realitas Untuk Mengatasi Stres Wanita *Single parent*. (Studi di Kampung Citangkil, Desa Tangkilsari, Kecamatan Cimanggu, Kabupaten Pandeglang, Banten).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembahasan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan beberapa masalah sebagai berikut:

1. Faktor apa saja yang menyebabkan stres pada wanita *single parent*?
2. Bagaimana penerapan konseling realitas dalam mengatasi stres pada wanita *single parent*?
3. Bagaimana hasil dari penerapan konseling realitas dalam mengatasi stres pada wanita *single parent*?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka yang menjadi tujuan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui faktor–faktor apa saja yang menyebabkan stres pada wanita *single parent*.
2. Untuk menerapkan konseling realitas dalam mengatasi stres pada wanita *single parent*.
3. Untuk mengetahui hasil dari penerapan konseling realitas dalam mengatasi stres wanita *single parent*

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian yang akan dilaksanakan diharapkan dapat memperoleh manfaat. Adapun manfaat penelitian sebagai berikut:

1. Manfaat Praktis
 - a. Bagi Peneliti Sendiri
Peneliti diharapkan mampu menerapkan konseling realitas dalam mengatasi stres pada wanita *single parent*.
 - b. Bagi Wanita *Single parent*
Sebagai bahan masukan kepada wanita *single parent* untuk dapat menjaga psikologisnya secara stabil terhadap tekanan-tekanan yang didapat.
 - c. Bagi Peneliti Selanjutnya
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dan referensi untuk penelitian selanjutnya agar bisa dikembangkan lebih lanjut.

2. Manfaat Teoritis

a. Bagi Kampus/Prodi BKI

Sebagai bahan tambahan pembelajaran umum psikologis khususnya bimbingan konseling Islam mengenai konseling realitas untuk mengatasi stres pada wanita *single parent*.

b. Bagi Mahasiswa/i dan Pembaca

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan ilmiah untuk dijadikan bahan sajian dan pertimbangan bagi pihak-pihak terkait.

E. Definisi Operasional

1. Konseling Realitas

Tokoh utama dalam konseling pendekatan realitas adalah William Glasser, Ia merupakan seorang ilmuwan kimia sekaligus psikiater. Glasser percaya bahwa psikiatri konvensional sebagian besar berlandaskan asumsi-asumsi yang keliru. Sehingga Glasser menyusun dan mengembangkan pendekatan realitas dengan menguraikan prinsip-prinsip yang dirancang untuk membantu peneliti dalam mencapai suatu identitas keberhasilan.

Secara singkat, Glasser dalam buku *Reality Therapy: A New Approach to Psychiatry* konseling realitas adalah sebuah terapi yang mengarahkan semua pasien menuju realitas pada hidupnya, menuju keberhasilan dengan aspek yang nyata dan tak berwujud dari dunia nyata.⁵ Dan dari sudut pandang Corey menjelaskan apabila konseling realitas merupakan model terapi

⁵ William Glasser. *Reality Therapy : A New Approach to Psychiatry*, EPub Edition, August, 2010, h.20

konseling yang sistemnya difokuskan pada masa sekarang.⁶ Oleh karena itu, pendekatan realitas merupakan suatu bentuk pendekatan modifikasi tingkah laku, yang mana difokuskan kepada tingkah laku dan perasaan yang terjadi saat ini serta mengarahkan peneliti keluar dari masalahnya dan fokus kepada tujuannya di masa depan.

Pendekatan realitas memandang peneliti sebagai pribadi dengan potensi yang luas, bukan hanya sebagai responden yang memiliki masalah. Selain itu pendekatan realita juga menekankan pada kekuatan-kekuatan, potensi- potensi, keberhasilan-keberhasilan dan kualitas-kualitas yang positif dari peneliti. Selain itu juga, pendekatan realitas berasumsi bahwa dasar masalah sebagian besar peneliti adalah ketidakpuasan dalam hubungan atau keterlibatan individu dengan orang lain, sehingga peneliti menjadi tidak mampu menjalin hubungan dengan orang-orang terdekat.

Salah satu teknik yang digunakan dalam pendekatan konseling realitas adalah Teknik WDEP. Teknik tersebut dikemukakan oleh Wubbolding yang setiap secara spesifik beratikan W = *Wants*, yaitu suatu keinginan terhadap peneliti saat ini. D = *Doing/Direction*, yaitu perilaku apa yang akan dilakukan oleh peneliti. E = *Evaluation*, yaitu evaluasi terhadap pilihan peneliti itu sendiri dengan cermat. P = *Planning*, yaitu merencanakan perilaku yang lebih efektif⁷. Oleh karena itu,

⁶Gerald Corey. *Teori dan Praktek Konseling &Psikoterapi*, (Bandung : PT. Refika Aditama), 2009, h.263

⁷Richard Nelson-Jones, *Teori dan Praktek Konseling dan Terapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar), 2011, h. 299

peneliti memandang pendekatan konseling realitas ini cocok untuk mengatasi atau mengurangi stres pada wanita *single parent*. Dikarenakan pendekatan konseling realita ini memfokuskan kepada responden terhadap masa sekarang tanpa melibatkan masa lalunya serta dapat menentukan sendiri keinginan dan perilaku yang diinginkan untuk kedepannya.

2. Stres

Dalam kehidupan sehari-hari tentu saja kita pernah mengalami perasaan stres, karena pada dasarnya kita tidak akan pernah luput dari perasaan stres. Contoh kecil dari kehidupan sehari-hari yang dapat menyebabkan stres adalah kemacetan lalu lintas, dimana kita sering kali tidak sabar untuk menunggu kendaraan di depan jalan sehingga menimbulkan kesal atau merasa kesal karena sedang terburu-buru.

Maka dari itu Stres dapat diartikan sebagai gangguan mental yang dihadapi seseorang akibat adanya tekanan. Menurut Robbins stres adalah suatu kondisi yang dapat berubah-ubah pada individu yang dikonfrontasikan dengan suatu peluang, kendala, atau tuntutan yang dikaitkan dengan apa yang sangat diinginkan.⁸ stres merupakan kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, kondisi, dan proses berfikir seseorang. Maka dengan begitu stres adalah suatu kondisi yang membuat seseorang merasa tertekan

Stres muncul sejalan dengan peristiwa dan perjalanan kehidupan yang dilalui oleh individu dan terjadinya tidak dapat dihindari sepenuhnya. Pada umumnya, individu yang mengalami stres akan terganggu siklus kehidupannya dan merasakan

⁸ S.P Robbins. *Perilaku Organisasi*, (Jakarta, PT. Indeks Kelompok Gramedia), 2003, h. 376.

ketidaknyamanan. Bahkan, stres yang berkelanjutan dapat membahayakan diri sendiri maupun orang lain sehingga masyarakat perlu memahami indikasi gejala stres, dampak stres pada diri individu, mengetahui penyebab stres, dan cara mengurangnya.

Stres bisa menyerang kapan saja, dimana saja, dan kepada siapa saja. Sebagai contoh dalam kasus yang peneliti dapatkan adalah stres yang dialami oleh wanita *single parent* di lingkungan tempat tinggal. Secara umum, stres awal yang dialami oleh wanita *single parent* ketika sudah ditinggal oleh sang suami meninggal atau bisa terjadinya perceraian. Akar mulainya stres bisa berawal dari hal tersebut, Stres yang terlalu berlebihan dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungan sekitarnya. Banyak tekanan dan tuntutan ketika sudah menjadi wanita *single parent* ditambah dengan reaksi negatif dari orang-orang akan menjadi beban tersendiri, sehingga jika mereka tidak bisa mengatasi stres yang dihadapinya maka akan cukup berbahaya dan merugikan mereka sendiri ataupun orang lain.

3. Wanita *Single parent*

Semua wanita idealnya tak ada yang mau menjadi *single parent*. Karena hal itu bukanlah pilihan melainkan satu kondisi yang tidak mudah dihadapi dan harus tetap menjalankan kehidupannya. Namun, pada akhirnya status itu bisa menimpa siapa saja, entah karena perceraian atau ditinggal meninggal oleh suami.

Qaimi mendefinisikan Wanita *Single parent* adalah suatu keadaan dimana seorang wanita menduduki dua status sekaligus,

sebagai ibu yang merupakan jabatan alamiah dan sebagai ayah.⁹ Wanita *single parent* merupakan wanita yang menyanggah dua peran sekaligus dalam keluarganya. Selanjutnya Diana mengatakan Wanita *single mother* adalah wanita yang ditinggalkan oleh suami atau pasangan hidupnya baik karena terpisah, bercerai, atau meninggal dunia untuk kemudian memutuskan untuk tidak menikah melainkan membesarkan anak-anaknya seorang diri.¹⁰ Dari dua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa wanita *single parent* adalah keluarga yang hanya terdiri dari satu orang tua yaitu Ibu yang bisa diakibatkan oleh perceraian atau ditinggal meninggal oleh suami, dimana mereka secara sendirian membesarkan anak-anaknya tanpa kehadiran, dukungan, tanggung jawab pasangannya dan hidup bersama anak-anaknya dalam satu rumah.

Pada umumnya sebab terjadinya status wanita *single parent* dikarenakan adanya sebuah perceraian dan suami meninggal dunia. Hal ini selaras dengan yang terjadi di Kampung Citangkil Desa Tangkilsari Kecamatan Cimanggu Pandeglang Banten beberapa diantaranya menyanggah status wanita *single parent*. Fenomena ini terjadi dikarenakan masih banyaknya masyarakat yang melakukan pernikahan dini tanpa memikirkan tanggung jawab yang harus dipenuhi setelah menikah. Kerap sekali ditemui pasangan suami istri menikah tetapi sang suami belum mendapatkan pekerjaan yang layak dan memaksakan untuk menikah segera. Lambat laun hal ini memicu ketidakharmonisan dalam hubungan rumah tangga

⁹ Ali Qaimi, *Single parent: Peran Ganda Ibu Dalam Mendidik Anak*, (Bogor: Cahaya), 2003, h. 28

¹⁰ Diana. E, Papalia, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Kencana), 2008 h. 198

karena suami tidak dapat memenuhi kebutuhan bagi istri dan anaknya, sehingga jalan keluar terakhir adalah perceraian. Selain itu juga, banyak kasus status wanita *single parent* dikarenakan suami meninggal dunia sebab sakit, rentan usia, maupun bencana alam.

Status inilah yang menyebabkan wanita *single parent* menghadapi situasi yang cukup sulit, terlebih lagi mereka sebagian bekerja sebagai ibu rumah tangga. Peran ganda mau tidak mau harus dijalankan dalam keluarga. *Single mother* banyak dihadapkan pada berbagai permasalahan yang begitu kompleks. Permasalahan ini dapat dibagi menjadi tiga segi, yaitu segi sosial, segi ekonomi, dan segi psikologis. Dari ketiga permasalahan tersebut wanita *single parent* rentan terhadap perasaan stres.

Peneliti ingin membantu wanita *single parent* yang berada di Kampung Citangkil Desa Tangkilsari Kecamatan Cimanggu Pandeglang, Banten untuk bisa mengendalikan atau mengurangi perasaan stres yang terjadi pada masing-masing individu menggunakan konseling pendekatan realitas.

F. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Sebelum membahas lebih lanjut mengenai pokok-pokok penelitian yang ingin diteliti, peneliti mencoba mencari penelitian lainnya yang tidak jauh berbeda dengan apa yang peneliti lakukan. Hal ini didasarkan agar suatu penelitian dapat terjamin keasliannya dan belum pernah dilakukan atau diteliti sebelumnya. Berdasarkan uraian tersebut peneliti mendapatkan beberapa penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini, diantaranya:

Pertama, penelitian ini dilakukan oleh Jaenudin, mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, tahun 2017 tentang *Rational Emotive Behavior Therapy* Dalam Mengatasi Stres Pada Laki – Laki *Single parent*¹¹. Perbedaan penelitian tersebut dengan peneliti ada subyek yang diteliti dan metode pendekatan yang digunakan. Dalam penelitian tersebut, Ia menggunakan pendekatan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* sedangkan peneliti menggunakan pendekatan konseling realitas. Selain itu juga subyek yang diteliti adalah laki-laki *single parent* dan subyek peneliti pada wanita *single parent*. Hal yang menjadi sebuah kesamaan dengan penelitian ini mengenai stres yang terjadi pada *single parent*. Tentunya stres pada laki-laki *single parent* berbeda dengan stres yang akan dialami pada wanita *single parent*. Kita bisa melihat dari segi mental dan peran yang diemban satu sama lainnya. Di dalam penelitian Jaenudin, Ia menyimpulkan apabila penerapan REBT pada laki-laki *single parent* dapat mengurangi stres terkait dengan pola pikirnya.

Kedua, penelitian ini dilakukan oleh Ade Ayu Harisdiane Putri, mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang, Malang, Indonesia tahun 2018 tentang Konseling Kelompok Realitas untuk Menurunkan Stres pada Ibu dengan Anak Berkebutuhan Khusus¹². Dalam penelitian ini menggambarkan stres pada Ibu yang memiliki

¹¹ Jaenudin, *Rational Emotive Therapy Dalam Mengatasi Stres Pada Laki-laki Single parent*, UIN Banten, 2017, h. 2013

¹² Ayu, Ade. *Konseling Kelompok Realitas Untuk Menurunkan Stres Pada Ibu Dengan Anak Berkebutuhan Khusus*, (Malang: Malang), Vol.7, 2019, h.36

anak berkebutuhan khusus dan bertujuan untuk menurunkan stres yang dialaminya. Sedangkan pada penelitian ini akan menggambarkan stres yang dialami wanita *single parent* akibat perceraian atau suami meninggal dunia. Dalam penelitian tersebut Ade menggunakan serangkaian metode seperti observasi, wawancara dan pengisian skala. Selain terdapat perbedaan, adapula kesamaan antara peneliti dan penelitian Ade yang menggunakan pendekatan konseling realitas untuk menurunkan stres. Dalam hasil penelitiannya Ade menjelaskan bahwa subyek yang diteliti menunjukkan perubahan sikap setelah mengikuti serangkaian acara konseling kelompok realitas, ditunjukkan dengan adanya penurunan pada grafik hasil dari tes.

Ketiga, penelitian ini dilakukan oleh Hanif Kartika Indrasari, mahasiswa Magister psikologi profesi Universitas Muhammadiyah Malang, tahun 2021 tentang Konseling Realitas Untuk Mereduksi Stres Pada Orang Tua Tunggal¹³. Perbedaan pada penelitian ini Hanif Kartika menggunakan subyek umum orang tunggal dengan menggunakan konseling realitas untuk mereduksi stres nya. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti secara khusus membahas mengenai wanita *single parent* yang mengalami stres. Hanif juga menggunakan serangkaian metode seperti observasi, wawancara, tes grafis, skala stres, *World Health Organization Disability Assessment Schedule* (WHODAS). Di dalam penelitiannya, ia mengungkapkan apabila konseling realitas dapat

¹³ Indrasari, K. Hanif. *Konseling Realitas Untuk Mereduksi Stres Pada Orang Tua Tunggal*, UMM Malang, Vol.9, 2021,h.156

menurunkan tingkat stres pada subyeknya, hal tersebut dibuktikan dengan adanya penurunan pada grafik skala DAAS dan disertai perubahan perilaku.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu, kita dapat melihat adanya persamaan dan perbedaan dengan penelitian ini. Peneliti memilih ketiga penelitian tersebut karena adanya kesamaan pada subyek yaitu wanita dan *single parent* atau orang tua tunggal, Pendekatan realitas, dan stres dengan aspek yang berbeda. Menurut penulis, penelitian terdahulu di atas sangat relevan dengan penelitian ini karena sama-sama memiliki persamaan dalam menyelesaikan permasalahannya. Oleh karena itu, penelitian ini dibuat untuk melengkapi dari hasil hasil penelitian terdahulu untuk mendapatkan hasil dan pemahaman yang baru.