



PEMAAFAN, KEBERMAKNAAN HIDUP, DAN RESILIENSI PADA SINGLE MOTHER YANG HAMIL DI LUAR NIKAH

Nabila Israela Nazharani Lay Lado^{1,2}, Arthur Huwae²

^{1,2}Psychology, Satya Wacana Christian University

Nlaylado@gmail.com

Abstrak

Ibu tunggal yang hamil di luar nikah, seringkali mendapat tekanan emosional dan label yang buruk, serta mendapat diskriminasi dari masyarakat sehingga memengaruhi resiliensi diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemaafan, kebermaknaan hidup dan resiliensi pada ibu tunggal yang hamil di luar nikah. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analisis regresi berganda. Partisipan merupakan ibu tunggal yang hamil di luar nikah dengan rentang usia 18-30 tahun. Berjumlah 107 partisipan dengan menggunakan teknik insidental sampling. Pengukuran menggunakan Transgression-Related Interpersonal Motivation (TRIM-18) ($\alpha = 0,920$), Meaning in Life Questionnaire (MLQ) ($\alpha = 0,856$), Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) ($\alpha = 0,925$). Hasil dari penelitian membuktikan bahwa pemaafan dan kebermaknaan hidup berpengaruh terhadap resiliensi pada ibu tunggal yang hamil di luar nikah ($F = 43,300$ dan $\text{sig.} = 0,000$; p)

Kata Kunci: Pemaafan, kebermaknaan hidup, resiliensi, ibu tunggal yang hamil di luar nikah

Abstract

Single mothers who become pregnant out of wedlock often receive emotional distress and bad labels and receive discrimination from society, thus affecting their resilience. This study aims to determine the effect of forgiveness, meaningful of life and resilience on single mothers who are pregnant outside of marriage. The research method uses a quantitative approach with multiple regression analysis design. Participants are single mothers who are pregnant outside of marriage with an age range of 18-30 years. There were 107 participants using incidental sampling technique. Measurements using Transgression-Related Interpersonal Motivation (TRIM-18) ($\alpha = 0.920$), Meaning in Life Questionnaire (MLQ) ($\alpha = 0.856$), Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC) ($\alpha = 0.925$). The results of the study prove that forgiveness and meaningful of life affect resilience in single mothers who are pregnant outside of marriage ($F = 43.300$ and $\text{sig.} = 0.000$; p)

Keywords: *Forgiveness, meaningful of life, resilience, single mother who became pregnant out of wedlock*

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2026

✉ Corresponding author :

Address : Satya Wacana Christian University

Email : Nlaylado@gmail.com

PENDAHULUAN

Permasalahan yang dihadapi oleh ibu tunggal yang hamil di luar nikah adalah bervariasi pada berbagai faktor, seperti budaya, lingkungan sosial, lingkungan keluarga, ekonomi, serta kurangnya dukungan emosional pada mereka.

Yulianingsih dan Masykur (2019) mengungkapkan bahwa kendala yang dihadapi oleh ibu tunggal yang hamil di luar nikah adalah kondisi rendahnya ekonomi, pendidikan yang rendah, omongan negatif dari orang lain, serta penyesalan masa lalu. Kurangnya dukungan sosial pada ibu tunggal yang hamil di luar nikah juga memiliki dampak negatif. Dampak negatifnya meliputi kurangnya lingkungan yang peduli terhadap mereka, kurang memperoleh dorongan untuk meningkatkan harga diri dan kepercayaan diri, kekurangan akan nilai dalam menjalani hidup, kurangnya kemampuan dalam membangun relasi dengan orang lain, serta kurang mendapatkan dukungan emosional karena dikucilkan (Zhao & Basnyat, 2018). Ibu tunggal yang hamil di luar nikah juga mempunyai stigma subjektif tentang diri mereka sendiri, yang mana kerap kali menyalahkan diri sendiri dan berpikir negatif tentang diri mereka sendiri (Steenberg et al., 2024). Selain itu, Nurhidayati dkk., (2021) juga menjelaskan bahwa ibu tunggal yang hamil di luar nikah mengalami kesulitan dalam mengasuh anak, yang disebabkan oleh adanya tuntutan ekonomi sehingga ibu harus bekerja dan meninggalkan anak dalam kurun waktu tertentu.

Ibu tunggal yang hamil di luar nikah sering kali dihadapkan dengan problematika yang berdampak signifikan pada kondisi psikologis mereka. Penelitian oleh Karunanayake et al., (2021) di Distrik Kandy, Sri Lanka, menunjukkan bahwa banyak ibu tunggal merasa kehilangan, terutama karena tidak adanya figur laki-laki sebagai wali bagi anak-anak mereka. Kesulitan dalam pengambilan keputusan dan adaptasi kehidupan semakin memperburuk kondisi psikologis mereka. Selain itu, ibu tunggal sering menderita akibat stigma negatif dari masyarakat, memicu perasaan terisolasi dan keinginan akan simpati sosial. Hal serupa juga diungkapkan dalam penelitian Kim dan Kim (2020) yang menemukan bahwa ibu tunggal di perkotaan Korea memiliki kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan ibu yang sudah menikah, dengan masalah tempat tinggal yang tidak memadai, stres tinggi, depresi, dan keinginan bunuh diri. Di Swedia, meskipun ibu tunggal yang memiliki anak melalui bantuan reproduksi medis lebih mapan secara sosial-ekonomi, sebagian besar tetap mengalami kecemasan dan depresi, serta harapan akan mendapatkan pasangan di masa depan (Volgsten & Schmidt, 2021).

Ibu tunggal yang hamil di luar nikah sering kali menunjukkan resiliensi yang buruk akibat kesulitan dalam menghadapi tekanan hidup. Taylor dan Conger (2017) mengungkapkan bahwa kurangnya optimisme, efikasi diri, dan harga diri, berdampak pada buruknya kesejahteraan pada ibu tunggal. Hal ini kemudian

mempengaruhi kesehatan mental, kemampuan pola asuh, dan daya tahan mereka terhadap tekanan, yang pada akhirnya memperburuk resiliensi. Gyan (2017) juga menyatakan bahwa ibu tunggal remaja yang tidak mendapatkan dukungan mental dari keluarganya untuk menjaga kesehatan diri dan bayi mereka cenderung memiliki resiliensi yang buruk. Di Terengganu, Malaysia, Talib dkk. (2020), menemukan bahwa ibu tunggal yang tidak mampu mengatasi masalah dan tantangan hidup, serta memiliki resiliensi yang rendah, lebih rentan mengalami stres.

Berdasarkan informasi yang diperoleh, peneliti kemudian melakukan wawancara awal pada September 2024 dengan 10 ibu tunggal yang hamil di luar nikah untuk mengetahui kondisi resiliensi yang mereka alami. Hasil wawancara menunjukkan bahwa resiliensi mereka cenderung rendah. Sebagian besar mereka merasa ragu atau kurang percaya diri dalam mencapai tujuan hidup setelah menghadapi situasi sulit. Meskipun banyak yang merasa mampu mengatasi stres, sebagian besar sering kewalahan. Kesulitan dalam menerima perubahan besar dalam hidup juga menonjol, dengan banyak yang merasa kesepian atau tidak memiliki dukungan yang memadai. Selain itu, sebagian besar mengakui kesulitan dalam mengontrol 3 emosi dan tindakan saat menghadapi masalah. Meskipun spiritualitas membantu beberapa di antara mereka, masih ada yang merasa hanya sedikit atau bahkan tidak terbantu sama sekali oleh spiritualitas, sehingga secara keseluruhan mereka sering merasa tertekan dan tidak stabil dalam menghadapi tantangan hidup. Atas hasil wawancara yang didapatkan, ketidaktercapainya resiliensi pada ibu tunggal yang hamil di luar nikah, tanpa kemampuan untuk mencari atau menerima dukungan yang tepat, dapat memperburuk tekanan mental, emosional, dan fisik, serta meningkatkan risiko isolasi sosial, kesulitan finansial, dan ketidakstabilan masa depan bagi mereka dan anak yang dilahirkan (Damayanti dkk., 2022).

Resiliensi sendiri dapat dipahami sebagai kemampuan individu untuk tetap bertumbuh dan berkembang meskipun menghadapi situasi sulit, bangkit dari keterpurukan, dan melawan perasaan negatif yang menghambat mereka (Connor & Davidson, 2003). Dalam hal ini, ibu tunggal yang hamil di luar nikah memiliki pendorong yang berperan untuk tetap bertumbuh dan berkembang ketika menghadapi kesulitan, mampu bangkit dari keterpurukan, serta mampu mengatasi perasaan negatif. Dalam prosesnya, resiliensi terbentuk atas lima aspek. Pertama, kemampuan diri, yaitu kemampuan individu untuk mencapai tujuannya dan bersikap proaktif dalam menghadapi kesulitan. Kedua, keyakinan pada insting, di mana individu memiliki rasa percaya diri, mampu menghadapi stres, dan bangkit dari pengalaman traumatis. Ketiga, sikap positif dalam hubungan, di mana individu bisa menoleransi pengaruh negatif lingkungan saat beradaptasi dan menerima orang lain serta keadaan sekitarnya. Keempat, kemampuan mengendalikan diri saat menghadapi situasi sulit.

Kelima, kekuatan spiritual yang membantu individu menemukan makna dalam hidup sehari-hari (Connor & Davidson, 2003).

Resiliensi pada individu terbagi atas dua dampak yakni, resiliensi yang buruk dan resiliensi yang baik. Individu dengan resiliensi yang buruk akan menjadikannya lebih rentan terhadap stres, mengalami kesulitan dalam berinteraksi, serta menghadapi hambatan dalam perkembangan pribadi (Silva dkk., 2021). Abuejheisheh dkk. (2024) juga menjelaskan bahwa 4 individu dengan resiliensi yang buruk cenderung mengalami tingkat kecemasan, depresi, dan stres yang tinggi, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Selain itu, individu dengan resiliensi yang buruk cenderung mengalami peningkatan rasa cemas, suasana hati yang tertekan, dan tekanan emosional ketika menghadapi situasi yang penuh tantangan, yang dapat berdampak negatif pada kesejahteraan mental mereka dalam jangka panjang (Yazdanpanahi dkk., 2024). Sebaliknya, individu dengan resiliensi yang baik dapat menghantarkan mereka merencanakan masa depan dengan lebih baik, menjalin hubungan positif dengan keluarga, memiliki persepsi diri yang baik, mendapatkan dukungan sosial, serta menjalani gaya hidup (Rahimi dkk., 2018). Resiliensi sendiri, terjadi atas beberapa faktor. Faktor faktor yang memengaruhi terjadinya resiliensi meliputi tingkat tantangan hidup yang tinggi, pertumbuhan pribadi, kemampuan bersosialisasi, daya kontrol, kecenderungan untuk memaafkan, efikasi diri, komitmen, penerimaan diri, pengelolaan lingkungan, serta makna hidup (Ostafin & Proulx, 2020; Kravchuk, 2021). Dengan demikian, pemaafan dan kebermaknaan hidup menjadi penting, karena dapat membentuk resiliensi dengan membuka saluran lingkungan sosial, memperbaiki hubungan yang terasing, serta meningkatkan ketangguhan mental dan kemampuan individu dalam menghadapi stres dan kesulitan (Waldron dkk., 2018; Azad dkk., 2024). Begitupun dengan penelitian dari Tin dan Tun, (2020) bahwa pemaafan dapat membentuk resiliensi individu dengan meningkatkan kemampuan mereka untuk mengatasi kesulitan emosional dan psikologis, sehingga memperkuat daya tahan mental dalam berbagai tantangan hidup. Selain itu, Nahid dkk. (2022) mempertegas bahwa kebermaknaan hidup memainkan peran penting dalam membentuk resiliensi individu karena dengan menemukan tujuan hidup yang bermakna, individu dapat meningkatkan motivasi, kontrol diri dan kemampuan untuk menghadapi tantangan, yang pada akhirnya memperkuat kapasitas ibu tunggal untuk bertahan dan berkembang dalam menghadapi kesulitan.

Pemaafan adalah tindakan individu yang menjaga hubungan antarpribadi dengan memperbaiki luka dan pelanggaran yang tak terhindarkan (McCullough, 2000). Dalam hal ini, ibu tunggal yang hamil di luar nikah, memiliki upaya untuk memperbaiki hubungan dengan orang-orang di sekitarnya, dengan

melepaskan rasa sakit, akibat penghakiman dan pelanggaran yang terjadi dalam interaksi sosial. Dalam pembentukannya, pemaafan terbentuk melalui tiga komponen. Pertama, penghindaran, di mana individu secara sadar menghilangkan niat untuk menghindari pelaku yang pernah menyakitinya, mencerminkan kesiapan untuk menghadapi dan berinteraksi tanpa rasa takut. Kedua, pembalasan dendam, yang menunjukkan berkurangnya dorongan untuk membalas perlakuan tidak menyenangkan, yang mana individu melepaskan keinginan untuk membuat pelaku merasakan sakit yang sama, sehingga menciptakan ruang untuk pemulihan. Ketiga, dorongan kebaikan, di mana individu terdorong oleh niat baik, menunjukkan emosi positif, dan bersedia untuk berdamai dengan pelaku, yang memungkinkan terbentuknya hubungan yang lebih harmonis serta memperlihatkan kekuatan empati dan kasih (McCullough, 2000).

Individu dengan ketidakmampuan menerapkan pemaafan, dapat memperburuk perasaan bersalahnya, kebingungan, dan ketakutan akan penilaian orang lain, serta menghambat ketenangan batin, yang pada akhirnya meningkatkan beban emosional dan merusak kesejahteraan psikologis serta hubungan sosial (Priadi & Gurmichele, 2019). Sebaliknya, individu dengan kemampuan menerapkan pemaafan, dapat meredakan emosionalnya, meningkatkan kesejahteraan, serta membantu individu untuk menghadapi tantangan hidup dengan lebih positif (Tessy, Setiasih & Nanik, 2022).

Bagi ibu tunggal yang hamil di luar nikah, pemaafan adalah hal penting guna menunjang resiliensi mereka untuk menghadapi tantangan di tengah-tengah hidup. Pemaafan tinggi yang ada pada individu, dapat meningkatkan resiliensi dengan tergambarnya kemampuan individu untuk jujur pada diri sendiri, mengembangkan kemandirian, dan menunjukkan inisiatif, yang semuanya berkontribusi pada adaptasi yang lebih baik dalam menghadapi tekanan hidup, sehingga memperkuat aspek psikologis individu (Lestari & Huwae, 2023). Selain itu, pemaafan juga berkontribusi pada resiliensi individu dengan mengurangi ketegangan dan mendukung pemulihan emosional saat menghadapi stres (Wang dkk., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Hafnidar, Junita dan Zahara (2021) menemukan bahwa pemaafan berkontribusi secara signifikan terhadap resiliensi dengan meningkatnya kemampuan individu untuk bertahan dan mengatasi berbagai tantangan, termasuk stres dan kelelahan dalam situasi sulit. Sementara itu, Salsabila, Karmiyati dan Hijrianti (2019), menemukan hal berbeda, di mana tidak adanya kesinambungan antara pemaafan dan resiliensi, yang disebabkan karena kemampuan untuk memulihkan kondisi, bersosialisasi, membangun lingkungan baru, dan melawan tekanan serta trauma psikis lebih menentukan resiliensi daripada pemaafan.

Selain pemaafan, faktor kedua yang dianalisis dalam penelitian ini adalah kebermaknaan hidup. Frankl (1992), menyatakan bahwa kebermaknaan hidup adalah

dorongan alami dalam diri seseorang untuk menemukan arti, tujuan, dan nilai dalam hidupnya. Dalam hal ini, ibu tunggal yang hamil di luar nikah memiliki dorongan untuk menemukan arti, tujuan, dan nilai dalam perannya sebagai ibu tunggal, meski dihadapkan pada tantangan hidup. Kebermaknaan hidup sendiri, pada individu terbentuk melalui tiga dimensi. Pertama, kebebasan berkehendak, di mana individu memiliki kebebasan untuk membuat pilihan dan mengubah kehidupannya demi mencapai kesejahteraan. Kedua, keinginan untuk hidup bermakna, yang mendorong setiap individu untuk menemukan nilai dalam hidupnya. Ketiga, makna hidup, yang memungkinkan individu untuk menetapkan tujuan hidup, sehingga ia dapat merasakan arti dan keberhargaan dalam kehidupannya (Frankl, 1992).

Kebermaknaan hidup pada individu memiliki karakteristiknya tersendiri. Individu dengan kebermaknaan hidup yang buruk, akan lebih rentan mengalami perasaan hampa, kehilangan arah, serta tidak mampu mencapai keterlibatan positif dalam hidup, sehingga menghambat kemampuannya untuk menemukan makna dan tujuan hidup yang lebih mendalam (Matheson, 2024). Sementara itu, individu dengan kebermaknaan hidup yang baik, akan mampu menghadapi situasi sulit dengan pikiran yang lebih tenang dan rasional, sehingga lebih efektif dalam mengelola stres dan membuat keputusan yang tepat (Trzebiński, Cabański & Czarnecka, 2020).

Kebermaknaan hidup, memiliki peranan dalam membentuk ibu tunggal yang hamil di luar nikah memiliki arti hidup yang penting, serta memberi stimulus bagi pembentukan resiliensinya. Hal ini terjadi, karena kebermaknaan hidup dan resiliensi mempunyai interaksi yang dinamis, di mana individu dengan tingkat kebermaknaan hidup dan resiliensi yang tinggi cenderung akan menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih rendah, sehingga terjadi keseimbangan terhadap berbagai kondisi dan membaiknya kesehatan mental pada individu (Tsidaki, 2021). Lanjut daripada itu, kebermaknaan hidup dan resiliensi juga saling berkaitan, di mana kebermaknaan hidup mempunyai peran dalam meningkatkan resiliensi, yang pada gilirannya dapat membantu mengurangi tekanan psikologis yang dihadapi oleh individu (Brown dkk., 2023).

Sebuah riset yang dilakukan oleh Tang dkk. (2022) menemukan bahwa kebermaknaan hidup berperan meningkatkan resiliensi, bahwa individu dengan memiliki makna hidup dalam dirinya cenderung lebih mampu beradaptasi dan mengatasi stres. Sebaliknya, Dwi Syaputri (2021) berbeda dengan sebelumnya, menemukan bahwa, kebermaknaan hidup dan resiliensi tidak saling berhubungan secara langsung; meskipun individu dapat mengalami peningkatan resiliensi melalui pemahaman dan upaya untuk memperbaiki sikap serta tindakan, kebermaknaan hidup muncul dari pencapaian, tujuan yang memberikan manfaat bagi diri individu sendiri dan orang lain yang

menunjukkan bahwa kebermaknaan hidup yang tinggi tidak selalu sejalan dengan meningkatnya resiliensi.

Di tengah gejolak hidup yang dialami oleh ibu tunggal yang hamil di luar nikah, pemaafan dan kebermaknaan hidup menjadi elemen penting dalam membangun resiliensi individu agar bertumbuh saat menghadapi kesulitan, bangkit dari keterpurukan, serta memiliki daya dalam mengontrol emosi. Hal ini memungkinkan sebab, pemaafan dan kebermaknaan hidup berhubungan secara sinergis dalam meningkatkan resiliensi individu, di mana pemaafan, dapat memperkuat ketahanan mental, dan kebermaknaan hidup memiliki kontribusi positif terhadap kesejahteraan emosional dan mengurangi masalah psikologis, sehingga keduanya saling mendukung dalam membantu individu menghadapi tantangan (Yildirim, Arslan & Wong 2022; Baynal & Uysal, 2023). Demikian juga, pemaafan dan kebermaknaan hidup saling berperan dalam memperkuat resiliensi individu, di mana pemaafan membantu meredam dampak stres dan gejala depresi, sementara kebermaknaan hidup yang kuat dapat meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan (Platsidou & Daniilidou, 2021; Dejanipont dkk., 2023).

Telah jelas bahwa pemaafan dan kebermaknaan hidup akan membentuk resiliensi ibu tunggal yang hamil di luar nikah meskipun berada dalam kesukaran hidup. Pemaafan dan kebermaknaan hidup berperan penting dalam memperkuat resiliensi individu, dengan pemaafan yang membantu meredam stres serta tantangan, dan kebermaknaan hidup yang diperkuat oleh hubungan bermakna serta dukungan, sehingga meningkatkan kemampuan individu untuk bangkit kembali dari kesulitan Weinberg, Altshuler dan Soffer (2023); Sutherland dkk. (2024). Selain itu, pentingnya pemaafan dan kebermaknaan hidup terhadap resiliensi individu terletak pada kemampuan pemaafan untuk melepaskan beban emosional, yang memperkuat kemampuan bangkit dari pengalaman traumatis, serta peran kebermaknaan hidup dalam memberikan landasan eksistensial yang membantu individu untuk menghadapi tantangan dan mencapai stabilitas emosional Sørensen, Hestad dan Grov (2021); Martínez dan Peñata (2023).

Sebagai respons terhadap realitas yang diungkapkan sebelumnya, ibu tunggal yang hamil di luar nikah menghadapi tantangan hidup yang kompleks. Pemaafan dan kebermaknaan hidup terbukti menjadi faktor penting dalam membantu mereka mengembangkan resiliensi, yaitu kemampuan untuk bangkit dan menjalani hidup di tengah masyarakat yang mungkin tidak memahami yang mereka alami. Penelitian ini menjadi sangat penting karena memberikan pemahaman lebih mendalam tentang cara mereka menghadapi situasi ini. Keunikan penelitian ini juga terletak pada fokusnya yang spesifik, yakni pada ibu tunggal yang hamil di luar nikah, dengan latar belakang yang belum banyak dieksplorasi. Dengan demikian, penelitian ini berfokus dalam memahami strategi resiliensi yang relevan dan aplikatif bagi

kelompok ini, serta menjadi dasar penting bagi intervensi yang lebih efektif di masa-masa selanjutnya.

METODE

1) Design

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi linier berganda untuk mengkaji pengaruh pemaafan dan kebermaknaan hidup terhadap resiliensi pada ibu tunggal yang hamil di luar nikah.

2) Participants

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu tunggal yang hamil di luar nikah. Teknik pemilihan sampel dalam penelitian ini adalah insidental sampling, yang mana penentuannya didasarkan pada kebetulan, di mana siapa pun yang secara tidak sengaja bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel. Kriteria inklusi dari penelitian ini adalah ibu tunggal yang hamil di luar nikah di Nusa Tenggara Timur (NTT), berusia 18-30 tahun, sedang hamil maupun yang sudah memiliki anak, serta pernah atau sedang mengalami kehamilan di luar pernikahan. Partisipan penelitian adalah ibu tunggal yang hamil di luar nikah. Dalam proses pengambilan data, diperoleh 107 partisipan yang sesuai dengan kriteria penelitian. Pada kategori usia 18 sampai 21 tahun menunjukkan bahwa partisipan berjumlah 29 orang dengan persentase 27,1%, selanjutnya usia 22 sampai 25 tahun partisipan berjumlah 55 orang dengan persentase 51,4% dan usia 26-30 tahun berjumlah 23 orang dengan persentase 21,5%. Kemudian pada kategori usia saat hamil, partisipan yang hamil saat usia 15-18 tahun berjumlah 28 orang dengan persentase 26,2% lalu partisipan yang hamil saat usia 19-22 tahun berjumlah 49 orang dengan persentase 45,8% dan partisipan yang hamil saat usia 23-27 tahun berjumlah 30 orang dengan persentase 28,03%.

Instrument

Penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu pemaafan, kebermaknaan hidup, dan resiliensi. Skala pengukuran dalam penelitian ini menggunakan skala Likert. Skala pemaafan dalam penelitian ini adalah menggunakan *Transgression-Related Interpersonal Motivation* (TRIM-18) dari McCullough dkk. (2006) yang diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Agung (2015). Uji reliabilitas skala ini menunjukkan nilai sebesar 0,87. Skala ini disusun berdasarkan komponen yang dipaparkan oleh McCullough (2000), yaitu penghindaran (avoidance), pembalasan dendam (revenge), dan dorongan kebaikan (benevolence motivation). Skala pemaafan ini terdiri dari 17 item, yang mencakup pernyataan yang bersifat favorable dan unfavorable. Opsi respons menggunakan skala Likert yang terdiri dari lima pilihan, yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1, Tidak Sesuai (TS) = 2, Netral (N) = 3, Sesuai (S) = 4, dan Sangat Sesuai (SS) = 5. Semakin tinggi skor yang diperoleh, semakin tinggi pula tingkat pemaafan yang dimiliki individu, dan sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh, semakin rendah

tingkat pemaafan yang dimiliki individu. Skala kebermaknaan hidup dalam penelitian ini diukur menggunakan *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) yang dikembangkan oleh Steger dkk. (2006) berdasarkan dimensi kebermaknaan hidup oleh Frankl (1992), yaitu kebebasan berkehendak, keinginan untuk hidup bermakna, dan makna hidup. Uji reliabilitas skala ini menunjukkan nilai sebesar 0,80. Skala kebermaknaan hidup ini terdiri dari 11 item, dengan 10 item bersifat favorable dan 1 item bersifat unfavorable. Opsi respons menggunakan skala Likert yang terdiri dari empat pilihan, yaitu Sangat Sesuai (SS) = 4, Sesuai (S) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1. Semakin tinggi skor yang diperoleh, semakin tinggi pula tingkat kebermaknaan hidup yang dimiliki individu, dan sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh, semakin rendah tingkat kebermaknaan hidup yang dimiliki individu. Data diperoleh menggunakan kuesioner dalam bentuk *Google Form* dengan teknik *Snowball Sampling*

3) Data Analysis

Penelitian ini menggunakan uji deskriptif untuk mengkategorikan data dari skala pemaafan, kebermaknaan hidup, dan resiliensi. Analisis data akan dilakukan dengan teknik regresi linier berganda menggunakan program IBM SPSS Statistics 26 for Windows. Sebelum menguji hipotesis, peneliti akan melakukan beberapa uji dahulu, yaitu uji normalitas, linieritas, multikolinieritas, dan heteroskedastisitas. .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Partisipan penelitian adalah ibu tunggal yang hamil di luar nikah. Dalam proses pengambilan data, diperoleh 107 partisipan yang sesuai dengan kriteria penelitian.

Table 1. Demografi Partisipan Penelitian

No.	Klasifikasi Partisipan	Keterangan	Frekuensi	Persentase
1.	Usia	18-21 tahun	29	27,1%
		22-25 tahun	55	51,4%
		26-30 tahun	23	21,5%
		Total	107	100%
2.	Usia Saat Hamil	15-18 tahun	28	26,2%
		19-22 tahun	49	45,8%
		23-27 tahun	30	28,03%
		Total	107	100%

Pada kategori usia 18 sampai 21 tahun menunjukkan bahwa partisipan berjumlah 29 orang dengan persentase 27,1%, selanjutnya usia 22 sampai 25 tahun partisipan berjumlah 55 orang dengan persentase 51,4% dan usia 26-30 tahun berjumlah 23 orang dengan persentase 21,5%. Kemudian pada kategori usia saat hamil, partisipan yang hamil saat usia 15-18 tahun berjumlah 28 orang dengan persentase 26,2% lalu partisipan yang hamil saat usia 19-22 tahun berjumlah 49 orang dengan persentase 45,8% dan partisipan yang hamil saat usia 23-27 tahun berjumlah 30 orang dengan persentase 28,03%.

Table 2. Hasil Statistik Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pemaafan	107	35	80	65,42	9,163
Kebermaknaan Hidup	107	17	44	34,18	6,034
Resiliensi	107	37	98	70,64	14,039

Hasil dari pada Tabel 2. Statistik deskriptif yang menunjukkan bahwa partisipan sebanyak 107 orang, memiliki skor pemaafan bergerak dari skor minimum 35 sampai dengan skor maksimum 80 dengan standar deviasi yaitu 9,163 dan diperoleh skor mean sebesar 65,42. Berdasarkan hasil dari data statistik deskriptif juga menunjukkan dari 107 partisipan bahwa skor kebermaknaan hidup yang bergerak dari skor minimum 17 sampai pada skor maksimum 44 dengan standar deviasi 6,034 dan memiliki skor mean sebesar 34,18. Kemudian, hasil dari data statistik deskriptif menunjukkan bahwa dari 107 partisipan, memiliki skor resiliensi dari skor minimum 37 sampai pada skor maksimum 98 dengan standar deviasi 14,039 dan skor mean 70,64 uji hipotesis.

Table 3. Uji Korelasi antara Pemaafan dan Resiliensi pada Ibu Tunggal yang Hamil di Luar Nikah

		Pemaafan	Kebermaknaan Hidup	Resiliensi
Pemaafan	Pearson Correlation	1	0,657**	0,477**
	Sig. (1-tailed)		0,000	0,000
	N	107	107	107
Kebermaknaan Hidup	Pearson Correlation	0,477**	1	0,657**
	Sig. (1-tailed)	0,000		0,000
	N	107	107	107
Resiliensi	Pearson Correlation	0,657**	0,477**	1
	Sig. (1-tailed)	0,000	0,000	
	N	107	107	107

** . Correlation is significant at the 0,01 level (1-tailed)

Dapat diketahui bahwa nilai *Pearson Correlation* sebesar 0,657 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,01$). Maka terdapat pengaruh positif yang signifikan antara pemaafan terhadap resiliensi. Kemudian kebermaknaan hidup berpengaruh positif dengan resiliensi, karena nilai *Pearson Correlation* sebesar 0,477 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,01$).

Table 4. Hasil Uji Linear Berganda Nilai Koefisien Beta dan Nilai t Variabel Independen terhadap Variabel Dependen

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	β		
1	(Constant)	0,136	7,664		0,018	0,986
	Pemaafan	0,862	0,131	0,563	6,576	0,000
	Kebermaknaan Hidup	0,412	0,199	0,177	2,070	0,041

Dependent Variable: Resiliensi

Berdasarkan Table 4. Dapat diketahui bahwa nilai dari koefisien pengaruh antara

pemaafan dengan resiliensi adalah sebesar 0,563 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini dapat diartikan bahwa pemaafan berpengaruh terhadap resiliensi. Sebaliknya, koefisien pengaruh antara kebermaknaan hidup dengan resiliensi adalah sebesar 0,177 dengan nilai signifikansi sebesar 0,041 ($p < 0,05$), yang artinya kebermaknaan hidup juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menemukan hasil bahwa hipotesis mayor yang diajukan diterima dengan bukti bahwa pemaafan dan kebermaknaan hidup secara bersamaan berpengaruh signifikan terhadap tingkat resiliensi pada ibu tunggal yang hamil di luar nikah. Artinya, tingkat pemaafan dan kebermaknaan hidup yang tinggi berpengaruh terhadap peningkatan tingkat resiliensi ibu tunggal yang hamil di luar nikah. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Weinberg et al., (2023); Afrashteh et al., (2024), bahwa pemaafan dan kebermaknaan hidup secara bersamaan memengaruhi resiliensi. Selain itu, temuan penelitian ini memiliki makna yang sangat penting bahwa dengan adanya segala tekanan ibu tunggal yang hamil di luar nikah, pemaafan dan kebermaknaan hidup menjadi nilai penting yang diterapkan dalam menjalani perannya, sehingga tingkat resiliensinya menjadi tinggi. Dinamika pengaruh pemaafan dan kebermaknaan hidup terhadap resiliensi pada ibu tunggal yang hami di luar nikah menunjukkan bahwa pemaafan membantu mereka melepaskan beban emosional, sementara kebermaknaan hidup memberi arah dan tujuan dalam menghadapi situasi sulit. Pemaafan dan kebermaknaan hidup berperan saling melengkapi dalam membangun resiliensi individu, di mana pemaafan membantu melalui regulasi emosi dan penerimaan pengalaman negatif, sementara kebermaknaan hidup memperkuat kapasitas resiliensi melalui persepsi positif terhadap pengalaman hidup dan pemaknaan atas tantangan yang dihadapi (Lasota dan Mróz 2021; Salgado-Lévano dkk., 2024). Keduanya saling melengkapi dalam membentuk ketahanan psikologis, di mana pemaafan memperkuat aspek emosional dan kebermaknaan hidup menopang aspek kognitif resiliensi ibu tunggal yang hamil di luar nikah.

Dalam konteks ibu tunggal yang hamil di luar nikah, penelitian ini memiliki makna bahwa pemaafan dan kebermaknaan hidup memiliki peran dalam membentuk resiliensi pada ibu tunggal yang

hamil di luar nikah. Pemaafan bukan hanya soal memaafkan orang lain, tetapi juga menjadi proses pemulihan diri yang membantu individu berdamai dengan masa lalu dan menerima kenyataan hidupnya. Sementara itu, kebermaknaan hidup memberi arah, tujuan, dan harapan baru, sehingga individu tidak terjebak dalam rasa bersalah atau putus asa. Ketika kedua aspek ini hadir secara bersamaan, individu memiliki daya lenting yang kuat dalam menghadapi tekanan sosial maupun konflik batin. Saat ibu tunggal yang hamil di luar nikah mampu memaafkan dan menemukan makna dalam hidupnya, mereka tentu akan menunjukkan kapasitas untuk bangkit, bertumbuh, serta menjalani kehidupan yang lebih sehat secara psikologis.

Secara spesifik, penelitian ini dengan menggunakan dua hipotesis minor antara pengaruh pemaafan terhadap resiliensi dan kebermaknaan hidup terhadap resiliensi pada ibu tunggal yang hamil di luar nikah. Pertama, telah terbukti bahwa pemaafan berperan penting dalam membantu ibu tunggal yang hamil di luar nikah dengan membebaskan diri dari emosi negatif dan membangun emosi positif, sehingga memperkuat aspek-aspek resiliensi seperti kontrol diri, penerimaan terhadap perubahan, serta kekuatan spiritual dalam menghadapi tekanan hidup. Pemaafan, baik terhadap diri sendiri maupun orang lain, berperan sebagai mekanisme koping yang melindungi individu dari dampak negatif pengalaman hidup, meredakan pikiran dan emosi negatif, serta memperkuat resiliensi dalam menghadapi tekanan dan trauma (Ciydem & Avci, 2024). Selaras dengan temuan tersebut, dinamika antara pemaafan dan resiliensi pada ibu tunggal yang hamil di luar nikah menunjukkan bahwa kemampuan memaafkan tidak hanya berfungsi sebagai respons emosional semata, melainkan juga sebagai respons psikologis yang memungkinkan individu untuk melepaskan diri dari siklus emosi negatif, sehingga menciptakan ruang bagi pemulihan dan penguatan diri. Proses ini turut memperkuat kapasitas individu dalam menghadapi situasi sulit melalui peningkatan kontrol diri, penerimaan realitas, serta ketahanan spiritual, yang kesemuanya berkontribusi pada terbentuknya resiliensi yang kokoh.

Hal ini sejalan dengan sejalan dengan apa yang diungkapkan oleh Wang dkk. (2022), bahwa pemaafan khususnya secara emosional, berperan signifikan dalam meningkatkan resiliensi karena mampu memediasi hubungan antara persepsi stres dan kemampuan individu untuk bangkit dari

tekanan melalui pelepasan emosi negatif secara mendalam yang berdampak langsung pada kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis. Kedua, pada kebermaknaan hidup, penelitian ini menemukan hasil bahwa kebermaknaan hidup berpengaruh signifikan terhadap resiliensi ibu tunggal yang hamil di luar nikah, di mana kebermaknaan hidup yang mencakup kebebasan berkehendak, keinginan untuk hidup bermakna, dan makna hidup itu sendiri, mendorong individu untuk menemukan nilai dalam penderitaan, mengarahkan diri pada tujuan yang bermakna, serta membangun harapan di tengah situasi sulit. Ketika ibu tunggal yang hamil di luar nikah mampu menemukan arti dari pengalaman yang dialaminya, mereka cenderung lebih mampu bertahan, menyesuaikan diri, dan bangkit dari tekanan psikologis yang dihadapi.

Seperti halnya yang ditemukan oleh Kagan dan Ne'eman-Haviv (2025), bahwa kebermaknaan hidup, yang tumbuh melalui rasa keterhubungan sosial dan tujuan pribadi, berkontribusi penting dalam membangun resiliensi individu dengan memungkinkan mereka menghadapi ketidakpastian dan tekanan hidup secara lebih adaptif. Dinamika pengaruh kebermaknaan hidup terhadap resiliensi pada ibu tunggal yang hamil di luar nikah menunjukkan bahwa kebermaknaan hidup berperan sebagai fondasi psikologis yang memperkuat kapasitas individu dalam menghadapi tekanan dan ketidakpastian hidup. Ketika individu memiliki orientasi yang jelas terhadap tujuan, nilai, dan makna eksistensial, ia akan mampu memaknai pengalaman sulit secara konstruktif, mengembangkan adaptasi yang positif, serta mempertahankan integritas diri di tengah kondisi yang penuh tantangan. Dengan demikian, kebermaknaan hidup berperan sebagai inti dari proses resiliensi dengan membantu individu memaknai ulang pengalaman traumatis secara adaptif, sehingga mampu mengurangi dampak stres psikologis meskipun berada dalam situasi yang sulit dan tidak sepenuhnya dapat dikendalikan (Zarei, 2022).

Berdasarkan hasil yang telah dipaparkan dari penelitian ini, penelitian ini memiliki keunikan pada konteks populasi yang diteliti, yaitu ibu tunggal yang hamil di luar nikah, yang hingga kini masih jarang menjadi fokus utama dalam studi psikologi klinis, khususnya dalam kaitannya dengan resiliensi. Penggabungan dua variabel psikologis, yaitu pemaafan dan kebermaknaan hidup, sebagai prediktor resiliensi merupakan kontribusi konseptual yang penting, mengingat

keduanya merepresentasikan dimensi emosional dan kognitif yang saling melengkapi dalam membangun ketahanan psikologis. Penelitian ini juga mengisi kekosongan literatur dengan menjelaskan dinamika keduanya secara stimulan dalam kerangka resiliensi, yang banyak dikaji secara terpadu pada populasi dengan tekanan sosial yang tinggi. Secara metodologis, pengujian hipotesis mayor dan minor juga memberikan pemahaman menyeluruh terhadap peran masing-masing variabel bebas, sekaligus memperkuat validitas temuannya. Penelitian ini memberikan kontribusi teoritis dan praktis dalam pengembangan intervensi psikologis yang kontekstual, adaptif, dan berbasis nilai dalam menghadapi tekanan hidup ekstrim.

Sementara itu, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam interpretasi hasil. Pertama, secara geografis, penelitian ini berfokus pada wilayah Nusa Tenggara Timur (NTT), sehingga hasil temuan mungkin tidak dapat digeneralisasikan secara luas ke konteks budaya atau sosial yang berbeda. Kedua, teknik pengumpulan data dilakukan secara daring melalui platform Google Form dan disebarluaskan melalui media sosial seperti Instagram, Facebook, Twitter, WhatsApp, dan TikTok, yang dapat membatasi akses hanya kepada responden yang memiliki koneksi internet dan aktif di media sosial, serta berpotensi menghasilkan bias partisipan yang bersifat insidental. Ketiga, proses perekrutan partisipan mengalami tantangan tersendiri, mengingat sensitivitas topik dan keterbatasan jumlah ibu tunggal yang hamil di luar nikah yang bersedia mengisi kuesioner. Hal ini mengharuskan peneliti untuk secara aktif menjangkau individu satu per satu melalui jejaring pribadi. Keempat, meskipun berhasil memperoleh 107 partisipan yang sesuai kriteria, jumlah tersebut masih relatif terbatas, sehingga hasil penelitian harus diinterpretasikan dengan kehati-hatian dalam kaitannya dengan populasi yang lebih luas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih besar, menggunakan pendekatan campuran, serta cakupan geografis yang lebih luas untuk meningkatkan validitas eksternal kedalaman analisis.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor diterima, yang menunjukkan bahwa secara simultan terdapat

pengaruh yang signifikan antara pemaafan dan kebermaknaan hidup terhadap resiliensi pada ibu tunggal yang hamil di luar nikah. Selain itu, hasil uji hipotesis minor juga menunjukkan bahwa baik pemaafan maupun kebermaknaan hidup secara parsial berpengaruh signifikan terhadap resiliensi pada ibu tunggal yang hamil di luar nikah. Berdasarkan temuan penelitian ini, disarankan agar pihak-pihak yang terlibat dalam pendampingan ibu tunggal yang hamil di luar nikah, baik itu lembaga sosial, konselor, maupun komunitas pendukung, agar dapat menciptakan ruang yang aman, suportif, dan tidak menghakimi untuk memfasilitasi proses refleksi diri, pemaknaan pengalaman hidup, serta pemulihan emosional. Mengingat pentingnya peran pemaafan dan kebermaknaan hidup dalam membentuk resiliensi, intervensi psikologis yang menekankan pada penguatan makna hidup dan proses pemulihan batin dapat menjadi salah satu pendekatan yang relevan dan adaptif. Di sisi lain, bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas jangkauan geografis dan melibatkan jumlah partisipan yang lebih besar guna meningkatkan generalisasi hasil. Penggunaan metode campuran juga perlu dipertimbangkan untuk menangkap aspek emosional dan naratif yang tidak terjangkau oleh pendekatan kuantitatif semata, serta mengeksplor variabel lain seperti dukungan sosial, efikasi diri, dan spiritualitas yang mungkin turut berkontribusi dalam membentuk resiliensi pada ibu tunggal yang hamil di luar nikah.

DAFTAR PUSTAKA

- Abuejheisheh, A. J., Haddad, R. H., Daghameen, F. M., Salam Odatallah, T. M., Abuiraiiah, S. A., Abusiryeh, S. R., Alsha'Er, J. A., Najajerh, S. S., Turkman, H. E., Salman, R. I., & Hamdan-Mansour, A. M. (2024). Anxiety, depression, stress, and resilience among undergraduate nursing students at Al-Quds university: the impact of war started on October 7 in Palestine. *BMC Nursing*, 23(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02442-6>
- Afrashteh, M. Y., Moradi, M., & Rahmandel, L. (2024). How do some nurses achieve post-traumatic growth in stressful situations? Analysis of the role of hope, meaning of life, and resilience with the mediating role of coping self-efficacy. *Heliyon*, 10(23), 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e40038>

- Agung, I. M. (2015). Pengembangan dan validasi pengukuran skala pemaafan TRIM-18. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim*, 11(2), 79–87.
<https://doi.org/10.24014/jp.v11i2.1558>
- Baynal, F., & Uysal, S. (2023). Relationship between psychological resilience, forgiveness and god perception. *Darulfunun Ilahiyat*, 34(1), 283–305.
<https://doi.org/10.26650/di.2023.34.1.1269464>
- Brown, T. L., Oliffe, J. L., Kealy, D., Rice, S. M., Seidler, Z. E., & Ogradniczuk, J. S. (2023). The influence of meaning in life on psychological distress among men: A serial multiple mediation model involving resilience and loneliness. *Current Research in Behavioral Sciences*, 4, 1–8.
<https://doi.org/10.1016/j.crbeha.2023.100114>
- Ciydem, E., & Avci, D. (2024). The effect of forgiveness and resilience on anxiety, depression and stress in nursing students. *Journal of Holistic Nursing*, 43(1), 26–37.
<https://doi.org/10.1177/08980101241295944>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The connor-davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82.
<https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Damayanti, A., Nada, Q., Adani, E. F., Putri, E. U., & Surjaningrum, E. R. (2022). Gambaran determinan resiliensi pada remaja yang mengalami kehamilan di luar nikah: Studi kasus. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 6(1), 81–96.
<https://doi.org/10.28932/humanitas.v6i1.4660>
- Dwi Syaputri, D. (2021). Resiliensi dan kebermaknaan hidup mantan narapidana penyalahgunaan narkoba di Korong Tigo Jerong Kecamatan V Koto Timur Kabupaten Padang Pariaman. *Ranah Research : Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 4(1), 30–42.
<https://doi.org/https://doi.org/10.38035/rj.v4i1>
- Frankl, V. E. (1992). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy (4th ed.)* (I. Lasch, Trans.). Beacon Press.
- Gyan, S. E. (2017). Adolescent girls' resilience to teenage pregnancy and motherhood in Begoro, Ghana: the effect of financial support. *Vulnerable Children and Youth Studies*, 12(2), 130–137.
<https://doi.org/10.1080/17450128.2017.1290305>
- Hafnidar, H., Junita, N., & Zahara, C. I. (2021). Pemaafan (forgiveness) dan resiliensi (recilience) pada pelajar yang mengalami social media fatigue di masa pandemi covid-19. *Journal of Psychological Perspective*, 3(1), 49–54.
<https://doi.org/10.47679/jopp.311412021>
- Kagan, M., & Ne'eman-Haviv, V. (2025). The mediating role of meaning in life in the relationship between social inclusion and resilience among the generation z chort amid an ongoing armed conflict: Brief report. *International Journal of Psychology*, 60(3), 1–4. <https://doi.org/10.1002/ijop.70043>
- Karunanayake, D., Aysha, M. N., & Vimukthi, U. (2021). The psychological well-being of single mothers with school age children : An exploratory study. *International Journal of Scientific Research in Science and Technology*, 8(1), 16–37.
<https://doi.org/10.32628/ijrst21812>
- Kim, G. E., & Kim, E.-J. (2020). Factors affecting the quality of life of single mothers compared to married mothers. *BMC Psychiatry*, 20(169), 1–10.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12888-020-02586-0>
- Lasota, A., & Mróz, J. (2021). Positive psychology in times of pandemic—time perspective as a moderator of the relationship between resilience and meaning in life. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24), 1–13.
<https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph182413340>
- Lestari, T. W. T., & Huwae, A. (2023). Forgiveness and resilience: A case of adolescents with broken home divorce. *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling*, 4(1), 8–21.
<https://doi.org/10.36728/cijgc.vi.2407>
- Martínez, M. J., & Peñata, A. (2023). Perdón y resiliencia: Reflexiones desde las experiencias de víctimas del conflicto armado colombiano en San Juan Nepomuceno, Montes de María, Colombia. *Revista de Estudios Sociales*, 86, 103–136.
<https://doi.org/10.7440/res86.2023.07>
- Matheson, D. (2024). Evil and meaning in life. *De Ethica A Journal of Philosophical, Theological, and Applied Ethics*, 8(2), 44–62.
<https://doi.org/https://doi.org/10.3384/de-ethica.2001-8819.248244>

- McCullough, M. E. (2000). Forgiveness as human strength: Theory, measurement, and links to well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology, 19*(1), 43–55. <https://doi.org/https://doi.org/10.1521/jscp.2000.19.1.43>
- McCullough, M. E., Root, L. M., & Cohen, A. D. (2006). Writing about the benefits of an interpersonal transgression facilitates forgiveness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74*(5), 887–897. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.5.887>
- Nahid, Z., Oraki, M., & Mina, G. Z. (2022). The impact of the empowerment approach on seniors' psychological capital, satisfaction, resilience, and meaning in life. *Clinical Cancer Investigation Journal, 11*(1), 1–6.
- Nurhidayati, S., Yanti, & Sri Daryanti, M. (2021). Studi kualitatif pengalaman ibu tunggal dalam mengasuh anak pra sekolah di Kabupaten Bantul (mothering experience : Qualitative study of single mother's experience in parenting preschool). *Journal of Midwifery and Reproduction, 5*(1), 14–19. <https://doi.org/https://doi.org/10.35747/jmr.v5i1.785>
- Ostafin, B. D., & Proulx, T. (2020). Meaning in life and resilience to stressors. *Anxiety, Stress and Coping, 33*(6), 603–622. <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1800655>
- Platsidou, M., & Daniilidou, A. (2021). Meaning in life and resilience among teachers. *Journal of Positive School Psychology, 5*(2), 97–109. <https://doi.org/10.47602/jpsp.v5i2.259>
- Priadi, M. A. G., & Gurmichele. (2019). Forgiveness among mothers of female adolescents who experienced unwanted pregnancy. *HUMANITAS: Indonesian Psychological Journal, 16*(2), 129–139. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v16i2.11895>
- Rahimi, R., Lukman, Z., Azlini, C., Normala, R., & Kamal, M. (2018). Factors identification of rising a resilience among single mother: A case study in Felda Chini and Felda Jengka, Pahang, Malaysia. Salsabila, R., Karmiyati, D., & Hijrianti, U. R. (2019). Hubungan antara forgiveness dengan resiliensi pada penyintas pasca konflik di Aceh. *Cognicia, 7*(1), 62–76. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v7i1.8156>
- SILVA, Í. de C. P. da, CUNHA, K. da C., RAMOS, E. M. L. S., PONTES, F. A. R., & SILVA, S. S. da C. (2021). Family resilience and parenting stress in poor families. *Estudos de Psicologia (Campinas), 38*, 1–12. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202138e190116>
- Sirait, N. Y. D., & Manauli, I. (2015). Hardiness pada single parent. *Jurnal DIVERSITA, 1*(2), 28–38. <https://doi.org/10.31289/diversita.v1i2.492>
- Smith, B. W., Tooley, E. M., Christopher, P. J., & Kay, V. S. (2010). Resilience as the ability to bounce back from stress: A neglected personal resource?. *Journal of Positive Psychology, 5*(3), 166–176. <https://doi.org/10.1080/17439760.2010.482186>
- Sørensen, T., Hestad, K., & Grov, E. K. (2021). Relationships of sources of meaning and resilience with meaningfulness and satisfaction with life: A population-based study of Norwegians in late adulthood. *Frontiers in Psychology, 12*, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.685125>
- Steenberg, M., Koert, E., Schmidt, L., Bogstad, J., & Sylvest, R. (2024). Single mothers by choice - experiences of single women seeking treatment at a public fertility clinic in Denmark: A pilot study. *Midwifery, 134*, 104013. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2024.104013>
- Steger, M. F., Frazier, P., Kaler, M., & Oishi, S. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology, 53*(1), 80–93. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Sutherland, H., Sutherland, S., Minde, G., Rondeau, R., Nielsens, I., & Flemons, K. (2024). Supporting indigenous youth to live with continued resilience, meaning and hope. *Spectrum, 13*, 1–20. <https://doi.org/10.29173/spectrum246>
- Syaputri, D. (2021). Resiliensi dan kebermaknaan hidup mantan narapidana penyalahgunaan narkoba di Korong Tigo Jerong Kecamatan V Koto Timur Kabupaten Padang Pariaman. *Ranah Research : Journal of Multidisciplinary Research and Development, 4*(1), 30–42. <https://doi.org/https://doi.org/10.38035/rj.v4i1>
- Talib, J. A., Mohamad, Z., Raji, N. A. A., Husain,

- Z., Yusof, R. A. M., Ramley, F., Dagang, M. M., & Noor, M. M. (2020). Coping, resilience and stress among single mothers in Terengganu, Malaysia. *International Journal of Management (IJM)*, *11*(6), 1859–1871. <https://doi.org/10.34218/IJM.11.6.2020.170>
- Tang, Y., He, C., Feng, L., Wu, D., Zhou, X., Li, T., He, L., Cai, Q., & Yue, Y. (2022). The impact of implicit theories on resilience among Chinese nurses: The chain mediating effect of grit and meaning in life. *Frontiers in Psychology*, *13*, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.940138>
- Taylor, Z. E., & Conger, R. D. (2017). Promoting strengths and resilience in single-mother families. *Child Development*, *88*(2), 350–358. <https://doi.org/10.1111/cdev.12741>
- Tessy, N. R. B., Setiasih, & Nanik. (2022). Forgiveness, gratitude, and the flourishing of emerging adults with divorced parents. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, *7*(1), 77–90. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i1.10606>
- Tin, O., & Tun, Y. W. (2020a). Resilience, forgiveness and life satisfaction of prospective teachers from selected education colleges. *Journal of the Myanmar Academy of Arts and Science (MAAS)*, *18*(9), 463–474.
- Tin, O., & Tun, Y. W. (2020b). Resilience, forgiveness and life satisfaction of prospective teachers from selected education colleges. *Myanmar Academy of Arts and Science (MAAS)*, *18*(9), 463–474.
- Trzebiński, J., Cabański, M., & Czarnecka, J. Z. (2020). Reaction to the covid-19 pandemic: The influence of meaning in life, life satisfaction, and assumptions on world orderliness and positivity. *Journal of Loss and Trauma*, *25*(3), 1–14. <https://doi.org/10.1080/15325024.2020.1765098>
- Tsibidaki, A. (2021). Anxiety, meaning in life, self-efficacy and resilience in families with one or more members with special educational needs and disability during covid-19 pandemic in Greece. *Research in Developmental Disabilities*, *109*, 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2020.103830>
- Volgsten, H., & Schmidt, L. (2021). Motherhood through medically assisted reproduction – characteristics and motivations of Swedish single mothers by choice. *Human Fertility*, *24*(3), 219–225. <https://doi.org/10.1080/14647273.2019.1606457>
- Waldron, V. R., Braithwaite, D. O., Oliver, B. M., Kloeber, D. N., & Marsh, J. (2018). Discourses of forgiveness and resilience in stepchild–stepparent relationships. *Journal of Applied Communication Research*, *46*(5), 561–582. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/0090882.2018.1530447>
- Wang, W., Liu, S., Worthington, E. L., & Li, H. (2022). The validation of the decisional and emotional forgiveness scale among a Chinese sample: The mediating role of forgiveness between stress perception and resilience. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(23), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph192316267>
- Weinberg, M., Altshuler, A., & Soffer, M. (2023). Relationships between mastery, forgiveness, optimism, and resilience, and PTSD and anxiety during the covid-19 pandemic. *Psychology, Health and Medicine*, *28*(9), 2537–2547. <https://doi.org/10.1080/13548506.2023.2190989>
- Yazdanpanahi, Z., Hajifoghaha, M., Hesamabadi, A. K., & Jafari, S. Z. (2024). Comparison of depression, anxiety, perceived stress, and resilience in parents faced with abortion in Iran: A longitudinal study. *BMC Psychology*, *12*(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02078-w>
- Yıldırım, M., Arslan, G., & Wong, P. T. P. (2022). Meaningful living, resilience, affective balance, and psychological health problems among Turkish young adults during coronavirus pandemic. *Current Psychology*, *41*, 7812–7823. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01244-8>
- Yulianingsih, A. D., & Masykur, A. M. (2019). Pengalaman remaja sebagai ibu tunggal (studi fenomenologi pada remaja perempuan yang mengalami married by accident). *Jurnal EMPATI*, *8*(1), 200–211. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.23595>
- Zarei, S. (2022). Research paper: The mediating role of meaning in life in the relationship between psychological resilience and post-traumatic stress symptoms in healthcare workers during covid-19 pandemic. *Journal of Research & Health*, *12*(1), 17–24. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.32598/JRH.12.1.1224.4>
- Zhao, X., & Basnyat, I. (2018). Online social

support for “danqin mama”: A case study of parenting discussion forum for unwed single mothers in China. *Computers in Human Behavior*, 80, 12–21. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.10.045>