

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
PROGRAM STUDI ILMU KESEJAHTERAAN SOSIAL

Skripsi, 11 Agustus 2023

Prayoga Pangestu

2019110068

STRATEGI ORANG TUA TUNGGAL DALAM MENGATASI STRES
UNTUK MEMPERTAHANKAN KESEJAHTERAAN KELUARGA

(Studi kasus Pamulang Barat, Tangerang Selatan, Banten)

xviii + 157 Halaman + 2 Tabel + 15 Lampiran

ABSTRAK

Tantangan stres pada orang tua tunggal tidak hanya memengaruhi kesejahteraan individu, tetapi juga menggoyahkan dinamika keluarga secara luas. Penelitian ini mengungkapkan strategi yang mereka gunakan untuk menghadapi stres. Dari tuntutan pekerjaan hingga masalah keuangan yang kompleks, serta konflik hubungan dan adaptasi hidup, faktor pemicu stres menjadi kompleks. Dukungan sosial dan adaptasi yang cerdas muncul sebagai pendorong utama dalam mengatasi stres. Melalui pendekatan kualitatif, wawancara dengan enam orang tua tunggal mengungkapkan beragam strategi, termasuk penekanan pada solusi, menjaga keseimbangan emosional, aktivitas positif, kegiatan spiritual, serta peran komunitas yang kuat. Ketekunan mereka dalam memenuhi kebutuhan keluarga, memberikan pendidikan yang baik, dan menjaga kesejahteraan menunjukkan tekad yang inspiratif. Hasilnya menyoroti peran vital dukungan sosial dan ketekunan dalam menangani stres serta menjaga kesejahteraan keluarga. Kesimpulannya, faktor-faktor seperti dukungan sosial dan ketekunan memberikan kontribusi signifikan dalam mengatasi dampak stres pada orang tua tunggal, yang pada akhirnya mempengaruhi stabilitas kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.

Daftar Pustaka : 33 Referensi (1984-2023)

Kata Kunci : Orang Tua Tunggal, Stres, Strategi Mengatasi Stres, Kesejahteraan Keluarga

**FACULTY OF SOCIAL SCIENCES AND POLITICAL
SCIENCE SOCIAL WELFARE STUDIES PROGRAM**

Thesis, August 11 2023

Prayoga Pangestu

2019110068

**SINGLE PARENT STRATEGIES IN COPING WITH STRESS TO SUSTAIN
FAMILY WELL-BEING**

(A Case Study in Pamulang Barat, South Tangerang, Banten)

xviii + 157 Pages + 2 Tables + 15 Appendices

ABSTRACT

The stress challenges faced by single parents not only affect individual well-being but also disrupt family dynamics extensively. This study reveals the strategies they employ to deal with stress. From job demands to complex financial issues, as well as relationship conflicts and life adaptations, stress triggers are multifaceted. Social support and intelligent adaptation emerge as key drivers in overcoming stress. Through a qualitative approach, interviews with six single parents unveiled a variety of strategies, including an emphasis on solutions, emotional balance maintenance, positive activities, spiritual engagement, and a strong sense of community. Their dedication to meeting family needs, providing good education, and maintaining well-being showcases inspirational determination. The findings highlight the vital role of social support and determination in managing stress and maintaining family well-being. In conclusion, factors such as social support and determination significantly contribute to mitigating the impact of stress on single parents, ultimately affecting overall family well-being stability.

Bibliography : 33 References (1984-2023)

Keywords : Single Parents, Stress, Stress Coping Strategies, Family Well-Being