

## **Meneroka Tekanan dan Sokongan Sosial dalam Kalangan Bapa Tunggal**

*Exploring Stress and Social Support among Single Fathers*

Ainnur Erwana Saharudin  
<sup>1</sup>Khadijah Alavi

Pusat Pengajian Kesejahteraan Manusia dan Masyarakat (PsiTra)  
Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan  
Universiti Kebangsaan Malaysia

<sup>1</sup>Correspondence: khadijah@ukm.edu.my

### **ABSTRAK**

*Bapa tunggal merupakan satu golongan yang kurang dititikberatkan oleh masyarakat termasuk agensi-agensi dan NGO yang memfokuskan kepada kebajikan masyarakat berbanding dengan ibu tunggal. Hal ini kerana kebanyakan masyarakat merasakan bahawa golongan ini memiliki kekuatan fizikal dan mental yang tinggi memandangkan bapa tunggal adalah kaum lelaki. Namun, tidak dinafikan bahawa golongan bapa tunggal ini juga mengalami tekanan yang agak serius kerana sudah kehilangan satu semangat atau sokongan iaitu pasangan hidupnya. Kajian terdahulu lebih mefokuskan kepada ibu tunggal yang mendapat sokongan sosial daripada pelbagai agensi. Manakala, amat kurang kajian berkaitan permasalahan sokongan sosial terhadap bapa tunggal. Objektif utama kajian ini ialah meneroka tekanan dan sokongan sosial dalam kalangan bapa tunggal. Kajian ini dijalankan dengan menggunakan pendekatan kualitatif berpandukan kajian kes. Teknik pengumpulan data kajian adalah melalui temubual berstruktur secara bertulis. Tujuh orang informan telah dipilih bagi kajian ini dengan menggunakan teknik persampelan bertujuan (purposive sampling). Lokasi kajian yang dipilih ialah daerah Kuala Selangor, Selangor. Data temubual berstruktur dianalisis secara tematik dan hasil kajian mendapati terdapat tiga faktor utama yang mempengaruhi tekanan terhadap bapa tunggal iaitu emosi, pengurusan rumah tangga dan pekerjaan yang ditemukan menerusi transkrip informan kajian. Manakala sokongan sosial yang diperlukan oleh golongan bapa tunggal ialah kewangan, sokongan moral dan tempat bersembang. Implikasi kajian ini diharapkan dapat mencadangkan program intervensi dan advokasi yang sesuai kepada pekerja sosial dalam mengendalikan kes bapa tunggal dalam komuniti dan institusi.*

**Kata kunci:** tekanan, emosi, pengurusan rumah tangga, sokongan sosial, bapa tunggal

### **ABSTRACT**

*Single father is a group that is less concerned by society including agencies and NGOs that focusing on community welfare rather than single mothers. This is because most people think that this group has a high physical and mental strength as the single father is a male. However, it is undeniable that these single fathers are also experiencing serious pressure because they have lost their support or spirit of life. Previous study are more focused on single mothers that*

*earn social support from various agencies. Meanwhile, there is a lack of research on the social support of single fathers. The main objective of this study is to explore the pressure and social support among the single fathers. This study was conducted using a qualitative approach based on case study. The technique of collecting data through a structured interview in writing. Seven informants were selected for this study using purposive sampling technique. The location of the study chosen is in the district of Kuala Selangor, Selangor. Structured interview data was analyzed in a thematic manner and the results of the study found that there were three main factors affected stress on single fathers namely emotion, household management and work were found through informants' transcript of study. Meanwhile, social support required by single fathers are finance, moral support and a place to have a chit-chat. The implication of this study is expected to suggest an appropriate intervention and advocacy programs to social workers in handling single fathers' cases in communities and institutions.*

**Keywords:** *stress, emotion, household management, social support, single father*

## **1. Pengenalan**

Konflik mengenai tekanan seringkali dikaitkan dengan ibu tunggal berbanding bapa tunggal. Hal ini kerana banyak kajian yang telah dijalankan untuk menyelami masalah berkaitan tekanan yang dihadapi oleh ibu tunggal. Keadaan ini berkemungkinan kerana persatuan ibu tunggal yang tumbuh bagaikan cendawan selepas hujan menyebabkan kesukaran yang dialami oleh golongan ini dapat diketengahkan dengan cara yang lebih berkesan (Daud, 2005). Kehidupan ibu tunggal amat berbeza dengan kehidupan individu yang mempunyai pasangan terutamanya dari segi aspek status yang dimiliki.

Sokongan sosial juga sering dikaitkan dengan kajian-kajian terhadap ibu tunggal sedangkan kebanyakan bapa tunggal merasakan bahawa mereka hilang tempat menumpang kasih sayang dan kehilangan sokongan sosial kerana mereka telah hilang satu tempat untuk bergantung harap. Namun, masyarakat tidak sedar mengenai kepayahan dan keperitan yang dihadapi oleh bapa tunggal kerana banyak kajian di Malaysia yang memfokuskan terhadap ibu tunggal berbanding dengan bapa tunggal. Sementara itu, penyelidikan di luar negara terhadap bapa tunggal semakin meningkat disebabkan oleh peningkatan bilangan bapa tunggal sama ada bapa yang tidak tinggal bersama anak-anak atau bapa yang tidak tinggal bersama dengan anak-anak tetapi terlibat dengan aktiviti seharian anak-anak dan bapa yang mempunyai hak penjagaan terhadap anak-anak mereka (Bronte-Tinkew, Scott & Lilia, 2010; Buckelew, Pierre & Chabra, 2006; Coley & Hernandez, 2006; Angela, 2012; Rense, 2018). Pelbagai kes tekanan dan sokongan sosial yang wujud dalam diri bapa tunggal ini. Antaranya, seorang suami telah kehilangan isteri tersayang sehari sebelum Hari Raya Aidilfitri telah menyebabkan hidupnya berasa sunyi dan tiada tempat bergantung hidup disebabkan kenangan hidup bersamanya selama 15 tahun lalu menyebabkannya nekad menjaga anaknya sendirian seramai lima orang dalam kepayahan (Nurfahana, 2017). Selain itu, seorang bapa tunggal mengambil alih menjaga tiga orang anaknya yang terlantar sakit (OKU) akibat menghidap penyakit genetik dalam keadaan serba kekurangan (Rohana, 2017).

Seorang suami yang bercerai hidup ataupun bercerai mati, mereka akan mengalami perubahan yang ketara dari segi peranan yang perlu dimainkan. Peranan sebagai seorang ketua keluarga dan juga suri rumah merupakan pengalaman yang baru bagi seseorang bapa tunggal. Jika sebelum ini seorang lelaki memainkan peranan sebagai seorang ayah dan suami, kini mereka perlu memainkan peranan sebagai seorang bapa dan ibu. Bebanan ini adalah sangat ketara

apabila mereka perlu menguruskan segala hal rumah secara bersendirian. Mastekaasa (1994) mendapati hubungan status perkahwinan dengan kesejahteraan psikologi amat penting. Disebabkan itu, bapa tunggal perlu berhempas pulas menyara dan mengurus anak-anaknya dengan seorang diri.

Fiona (2003) (dalam Md Shuaib et al., 2003) mengkategorikan tekanan sebagai keregangan yang wujud pada fizikal, mental dan emosi individu. Kajian dari Pusat Pengajian Perubatan di London selama 20 tahun mendapati bahawa pengendalian mental dan emosi saling bertentangan dengan tekanan yang mendorong individu menghidap penyakit kanser dan jantung (Md Shuaib et al., 2003). Hal tersebut jelas menyatakan bahawa tekanan merupakan satu masalah yang perlu dirawat. Sekiranya tekanan tidak dirawat, pelbagai penyakit akan menyerang diri seseorang individu. Kajian oleh Yahaya dan Zainon (1991) mendapati bahawa kematian orang yang rapat dengan seseorang itu boleh menyebabkan kesedihan selama setahun dan mungkin boleh menyebabkan kematian sekiranya mereka tidak dapat menangani masalah tersebut. Hal ini mereka merasakan bahawa hidup mereka sangat sunyi. Perasaan kesunyian ini merupakan satu perasaan yang tidak disukai dan dianggap suatu kekurangan apabila melanda seseorang yang sangat signifikan dengannya sama ada melibatkan kualiti atau kuantiti (Bungay, 2007).

Menurut Vaux (1988), sokongan sosial amat penting dalam melindungi kesejahteraan individu yang sedang berhadapan dengan krisis dan perubahan di dalam kehidupan mereka. Malangnya kurang kajian dijalankan terhadap golongan bapa tunggal sedangkan sokongan sosial adalah amat penting dalam mempengaruhi kehidupan mereka dan anak-anak mereka. Sekiranya sokongan sosial tidak dimiliki oleh mereka, tekanan dalam diri mereka akan meningkat. Meskipun isu bapa tunggal ini kelihatan kecil, namun amat besar kesan yang dirasai oleh bapa tunggal tersebut setelah kehilangan isteri sama ada disebabkan perceraian atau pun kematian. Sesetengah daripada mereka merasakan bahawa mereka hilang arah tujuan hidup.

Sebagai tindak balas kepada permasalahan ini, pengkaji mengambil langkah untuk melakukan kajian mengenai tekanan dan sokongan sosial dalam kalangan bapa tunggal. Kajian ini khususnya berkenaan tekanan yang dihadapi dan sokongan sosial yang diperlukan oleh golongan bapa tunggal. Diharapkan kajian ini dapat merungkaikan segala permasalahan yang timbul.

## 2. Tinjauan Literatur

Setiap manusia yang hidup tanpa pasangan pasti mempunyai tekanan yang lebih tinggi berbanding dengan manusia yang hidup dengan pasangan. Begitu juga dengan kehidupan seseorang bapa tunggal di mana mereka tidak lari daripada tekanan dalam kehidupan seharian mereka. Tekanan dapat memberikan kesan yang positif dan negatif dalam diri seseorang. Tekanan yang memberikan kesan positif khususnya yang mendorong tingkahlaku yang positif dikenali sebagai *eustress* sebaliknya tekanan yang melampau sehingga tidak dapat ditangani membawa kesan negatif dikenali sebagai *distress*. Tekanan yang berlanjutan dan melampau pula mampu merosakkan gaya hidup serta kesihatan seseorang individu. Tekanan juga dipercayai mampu menjadi penyumbang terbesar kepada penyakit-penyakit kronik seperti kanser, masalah paru-paru, bunuh diri dan masalah jantung. Tekanan dan kesihatan amat berkait rapat antara satu sama lain (Redzuan & Abdullah, 2004).

Satu kajian di Iceland ada menyatakan bahawa statistik kematian seseorang bapa tunggal untuk mati cepat adalah semakin meningkat berbanding dengan ibu tunggal kerana sumber daya

atau sokongan sosial mereka tidak dipenuhi (Rense & Laurie, 2018). Sekiranya sokongan sosial dalam dari mereka tidak dipenuhi, mereka akan merasakan bahawa mereka tiada tempat bergantung hidup dan tidak dapat menyelesaikan urusan keluarga mereka. Tempoh masa untuk anak tinggal bersama ibu bapa tunggal, dan bagaimana hubungan dengan ibu bapa tunggal disusun adalah penting untuk kesejahteraan kanak-kanak adalah dipersoalkan (Jensen & Ottosen, 2013) kerana ibu bapa tumpang kebanyakannya terdiri daripada ibu atau bapa tunggal yang tidak mahu berkahwin tetapi ingin mempunyai anak. Dalam kajian tersebut juga menyatakan bahawa menurut data dari Statistik Iceland, ibubapa tunggal mempunyai asset yang lebih sedikit berbanding dengan orang yang hidup berpasangan.

Zarinah (2018) di dalam artikelnya telah mengkaji mengenai seorang suami yang kematian isteri telah meninggalkan ketiga-tiga anaknya di kampung untuk dijaga oleh ibubapanya kerana menginginkan sedikit masa dan ruang dalam penerimaan kematian isteri dan dalam menguruskan emosinya yang tidak stabil. Namun, dia bersyukur kerana dapat berubah dengan cepat lantas dapat menguruskan rumah tangga dan menjaga ketiga-tiga anaknya seorang diri meskipun kadang-kadang mengalir air mata setiap kali teringatkan arwah isterinya. Buatlah apa sahaja yang mampu meredakan tekanan asalkan ia tidak mempengaruhi kehidupan (Zarinah, 2018). Kehidupan bapa tunggal itu juga kini berubah di mana dia perlu bekerja lebih masa untuk menanggung ketiga-tiga anaknya kerana sebelum ini kehidupannya dibantu oleh isterinya yang bekerja sebagai juruaudit. Oleh itu, tekanan yang dialami oleh bapa tunggal adalah hampir sama dengan tekanan yang dialami oleh ibu tunggal bahkan lebih berat daripada mereka.

Payne dan Fletcher (1982) mencadangkan satu model am yang mudah untuk menerangkan mengenai tekanan. Menurut Selye (1976), pada asasnya terdapat empat bentuk tekanan hidup iaitu tekanan yang berlebihan, kurang tekanan, tekanan yang baik dan berguna serta tekanan yang memudaratkan. Namun demikian, ianya bergantung kepada manusia untuk mempelajari cara-cara yang sesuai untuk mengurus tekanan yang dihadapinya. Konsep tekanan ini sebenarnya telah lama diperkenalkan iaitu sekitar tahun 1940-an dan 1950-an dalam bidang perubatan di mana tekanan dilihat sebagai satu daripada pelbagai keadaan negatif yang dialami oleh tubuh manusia dan tekanan ini merupakan punca bagi pelbagai jenis penyakit.

### **3. Objektif Kajian**

Secara umumnya, kajian ini adalah bertujuan untuk meneroka tekanan dan sokongan sosial dalam kalangan bapa tunggal.

### **4. Metodologi**

Kajian ini berbentuk kualitatif iaitu berpandukan kajian kes yang dapat membentuk gambaran holistik, analisis perkataan dan melaporkan hasil temubual dengan lebih terperinci. Kajian ini dijalankan di Selangor iaitu di Daerah Kuala Selangor. Dalam usaha mengumpulkan data mentah, pengkaji bergantung kepada beberapa teknik pengumpulan data mentah kajian seperti penggunaan teknik pemerhatian, temubual mendalam dan analisis dokumen. Pelaksanaan kaedah atau teknik pengumpulan data mengkehendaki pengkaji melakukan aktiviti kerja lapangan bagi mengumpul data-data kajian.

Pengkaji menemubual informan secara berstruktur dan bertulis kerana lebih sesuai dalam konteks melibatkan bapa tunggal. Kajian tentang isu tekanan dalam kalangan bapa tunggal ini melibatkan tujuh orang informan yang berumur 29 tahun dan ke atas serta memiliki anak. Data

telah dianalisis secara tematik dan hasil temubual bertulis responden membantu pengkaji meneroka isu tekanan yang dialami oleh bapa tunggal tersebut.

## 5. Dapatan dan Perbincangan

Isu-isu tekanan yang dihadapi oleh bapa tunggal dalam kajian ini adalah emosi, pengurusan rumah tangga dan pekerjaan. Manakala sokongan sosial yang diperlukan oleh bapa tunggal ialah kewangan, sokongan moral dan tempat bersembang.

### 5.1 Profil Demografi Responden

Profil demografi responden diterangkan mengikut umur, bangsa/agama, bilangan anak, pekerjaan, anggaran pendapatan sebulan, kategori perceraian dan tahap pendidikan. Jadual 1 menunjukkan profil demografi responden bapa tunggal yang dijadikan responden dalam kajian ini adalah berumur dalam lingkungan 36 tahun hingga 70 tahun. Responden P2 dan P3 adalah yang paling tua iaitu berumur 70 tahun. Dari segi bangsa dan agama pula, kesemua responden adalah Melayu dan Islam. Kajian ini mendapati P3 merupakan responden yang memiliki paling ramai bilangan anak iaitu seramai 13 orang. Manakala, P7 dan P2 merupakan responden yang memiliki paling sedikit bilangan anak iaitu seramai dua orang. P1, P4, P5 dan P6 masing-masing memiliki bilangan anak seramai lima, empat, lima dan tiga orang anak.

JADUAL 1. Profil Demografi Responden Bapa Tunggal

Responden	Umur (tahun)	Bangsa/ Agama	Bil. Anak (orang)	Pekerjaan	Anggaran Pendapatan Sebulan (RM)	Kategori Perceraian	Tahap Pendidikan
P1	58	Melayu/ Islam	5	Bekerja sendiri	1800	Mati	Sekolah rendah
P2	70	Melayu/ Islam	2	Tidak bekerja	1000	Mati	Sekolah rendah
P3	70	Melayu/ Islam	13	Tidak bekerja	900	Mati	Sekolah rendah
P4	68	Melayu/ Islam	4	Bekerja sendiri	400	Mati	Menengah khas
P5	47	Melayu/ Islam	5	Bekerja sendiri	3000	Mati	Tingkatan 3
P6	42	Melayu/ Islam	3	Kerajaan	2000	Mati	Tingkatan 5
P7	36	Melayu/ Islam	2	Swasta	2000	Hidup	Tingkatan 5

Hasil kajian juga mendapati bahawa terdapat seorang responden bekerja di sektor kerajaan (P6) dan swasta (P7) dengan anggaran gaji masing-masing ialah RM2000 sebulan. Manakala, tiga orang responden bekerja sendiri dengan gajinya masing-masing ialah RM1800 (P1), RM400 (P4) dan RM3000 (P5) sebulan. Seterusnya, dua orang responden tidak bekerja dan mempunyai pendapatan RM1000 (P2) dan RM900 (P3) sebulan yang diperolehi daripada pemberian anak-anak dan hasil tanaman kelapa sawit. Dari segi tahap pendidikan, responden yang mendapat pendidikan formal di sekolah rendah ialah P1, P2 dan P3. Manakala, P5, P6 dan P7 mendapat pendidikan formal di sekolah menengah dan P4 mendapat pendidikan menengah atas.

## 5.2 Emosi

Emosi merupakan aspek penting yang dapat mempengaruhi cara pemikiran dan pertuturan seseorang. Menerusi hasil temubual, didapati kesemua responden bapa tunggal berasa emosi mereka sedikit terganggu dengan kehilangan isteri mereka lebih-lebih lagi di waktu awal pemergian isteri mereka. Namun, mereka kuatkan diri mereka untuk menerima segala terjadi ke atas hidup mereka. Antara kenyataan yang dilontarkan oleh responden bapa tunggal ialah:

*“Kadang kala bila teringatkan arwah isteri, mestilah sedih dan sunyi. Yela... sebab kan dulu dah biasa hidup dengan dia, tapi sekarang dah hidup tanpa dia. Lagi pun, kehilangan orang yang kita cinta ni... atau boleh dikatakan dah janji nak hidup susah senang sama-sama masa mula-mula kahwin dulu..., lain rasanya. Tapi kita kena redha jela dengan ketentuan Tuhan... Allah tu Maha Berkuasa kan... bila-bila je boleh nak tarik nyawa kita ni..”*

(Responden P2)

*“Saya susah nak terima pemergian dia sebenarnya.. Yela..., dia sakit payudara saya yang jaga. Selama ni, dia yang sediakan dan jaga makan pakai saya dan anak-anak... tapi sekarang dah lain. Masa isteri saya sihat dulu, dia ada mintak saya buat kolam ikan kat halaman rumah tu... Cantik katanya... Sekarang walaupun dah setahun dia takde, saya buat juga kolam tu...”*

(Responden P5)

Berdasarkan temubual yang dijalankan, dapat dilihat bahawa bapa tunggal ini mengalami ketidakstabilan emosi pada mulanya. Namun, responden bapa tunggal ini mengambil inisiatif untuk menangani emosi sedih dan sunyi dalam diri mereka iaitu melepak bersama kawan-kawan, bermain bersama cucu-cucu, bercucuk tanam, pergi ke masjid, banyakkkan ibadah kepada Allah, duduk di kolam ikan yang dibuat atas permintaan isterinya, sibukkan diri dengan pekerjaan dan melihat muka anak-anak mereka. Responden juga percaya bahawa setiap yang berlaku ada hikmah di sebaliknya.

## 5.3 Pengurusan Rumahtangga

Menerusi hasil temubual yang dijalankan, seramai empat orang responden mempunyai tekanan dari segi pengurusan rumah tangga. Mereka perlu membahagikan masa antara kerja-kerja rumah, memasak dan menguruskan anak yang sedang sekolah. Bapa tunggal yang tidak mengalami tekanan dari segi pengurusan rumah tangga adalah kerana mereka tinggal sebumbung bersama anak-anak yang sudah berkahwin dan anak-anak merekalah yang menguruskan segala urusan rumah tangga.

*“Kadang tu pening jugak fikirkan urusan rumah tangga ni. Yela... anak-anak masih sekolah. Saya kena sediakan baju-baju sekolah diaorang. Rumah pula mesti dikemas... Kalau anak-anak ada kat rumah boleh lah tolong kemas. Kalau anak-anak semua balik*

*asrama, tinggallah saya sendiri kena buat hal-hal rumah tangga ni...”*

(Responden P5)

*“Walaupun saya bercerai dengan isteri... saya dah ada kehidupan saya sendiri. Bekas isteri saya pun ada kehidupan dia sendiri.. Nak tak nak, semua urusan rumah tangga macam mengemas rumah, memasak semua tu... sayalah kena buat sendiri. Anak-anak duduk dengan isteri... tapi gilir-gilir jugaklah. Kadang diaorang datang tidur rumah saya jugak... Jadi saya kena bagi yang terbaiklah untuk anak-anak saya...”*

(Responden P7)

Berdasarkan kenyataan yang diberikan responden, dapat dilihat bahawa responden bapa tunggal tersebut sedang mengalami tekanan apabila memikirkan dan perlu melakukan urusan rumah tangga. Responden perlu membahagikan masa antara urusan rumah tangga dan pekerjaannya. Responden mengulas bahawa sebelum ini isteri mereka yang bertindak dalam tanggungjawab melaksanakan segala urusan rumah tangga dan si suami (bapa tunggal) hanya akan membantu sekiranya mereka berkelapangan. Namun, setelah bercerai atau kematian isteri, segala urusan rumah tangga perlu dilakukan sendiri.

#### **5.4 Pekerjaan**

Berdasarkan analisis tema kajian kualitatif yang dibentuk, kesemua responden menyokong tema ini kecuali responden P2 tidak menyokongnya kerana responden P2 sudah tidak bekerja dan memperoleh hasil tanaman sawit dari kebunnya serta mendapat duit bulanan daripada pemberian anak-anaknya.

*“Mestilah pening fikirkan kerja... dengan masalah nak urus anak lagi... nak urus rumah lagi... Kalau saya tak kerja siapa yang nak bagi makan? Dulu masa ada arwah, dialah yang urus anak-anak sekolah. Makan minum semua dia yang sediakan... tapi sekarang tanggungjawab tu semua dah beralih ke saya...”*

(Responden P5)

*“Dulu masa ada isteri lagi, kalau balik kerja... stress je mesti saya cerita kat isteri saya. Tapi bila dia dah takde, semuanya kena simpan sendiri...”*

(Responden P6)

Berdasarkan kenyataan yang dilontarkan oleh responden bapa tunggal, dapat dilihat bahawa mereka mengalami tekanan terhadap pekerjaannya kerana banyak perkara yang perlu difikirkan dan diuruskannya secara sendirian. Akan tetapi, dengan melihatkan kepada tanggungjawabnya terhadap anak-anak dan kehidupannya, responden kembali bersemangat dalam melakukan pekerjaannya.

#### **5.5 Kewangan**

Sokongan sosial dari segi kewangan disokong oleh responden P2, P3 dan P4 kerana mereka mempunyai masalah kesempitan wang disebabkan tekanan hidup yang dialaminya tambahan

pula mereka sedang menghadapi penyakit kronik. Berikut merupakan antara kenyataan yang dikeluarkan oleh responden:

*“Pakcik ni lelaki takde la nak mengharap duit bantuan sangat. Pakcik gagah lagi boleh cari duit sendiri. Tapi kadang tu pening jugak nak fikirkan kos ubat semua tu... dulu masa ada isteri saya dia adalah bantu saya... Dia kerja... Tapi bila difikirkan balik, sekarang dah tua-tua ni tak larat sangat nak cari duit...”*

(Responden P3)

Berdasarkan kenyataan ini, dapat dilihat bahawa responden bapa tunggal ini mempunyai masalah kewangan tambahan pula responden sudah tua dan tidak berdaya untuk bekerja seperti dahulu. Meskipun pada awalnya responden memiliki sifat ego untuk mengaku tentang masalah kewangan, namun akhirnya responden merungkai kenyataannya dengan sendiri.

### **5.6 Sokongan Moral**

Bagi bapa tunggal yang sedang berada di alam penuaan, kehadiran seseorang untuk memberikan semangat dan motivasi serta memperingati tentang soal hidup dan mati membolehkan bapa tunggal dapat meneruskan hidup dengan lebih tenang dan sejahtera. Oleh itu, responden P1, P2, P4 dan P5 bersetuju dengan sokongan moral merupakan aspek penting yang diperlukan dalam diri mereka. Berikut merupakan antara kenyataan yang dikeluarkan oleh responden:

*“Saya kadang bergaul jugak dengan orang-orang kampung ni... Yela, kalau cuti takde kerja lepas tu duduk kat rumah sorang-sorang karang tiba-tiba rasa sedih... Orang kata apa tu... dah kematian isteri kan... Mestilah kadang tu teringatkan dia. Jadi, saya keluarlah lepak dengan kawan-kawan. Tak payah lah nak sedih-sedih sangat ni. Buat seksa jiwa kita je kan... hehe...”*

(Responden P1)

*“Kadang rasa sedih rasa sunyi sebab isteri dah takde... Jadi, nak hilangkan rasa tu, saya perlu semangat dan sokongan dari orang sekeliling. Saya juga sedar saya kena banyak mendekatkan diri dengan Allah, barulah hati rasa tenang...”*

(Responden P2)

Berdasarkan kenyataan responden ini, dapat dilihat bahawa mereka amat memerlukan sokongan moral yang jitu. Hal ini supaya dapat memupuk kesejahteraan dalam jiwa mereka.

### **5.7 Tempat Bersembang**

Sebelum bapa tunggal bercerai atau kehilangan isterinya, mereka memiliki tempat bermanja dan tempat meluahkan kasih sayang. Mereka juga mempunyai tempat untuk bercerita serta meluahkan segala perasaan mereka. Namun, selepas bercerai atau kehilangan isteri, mereka telah hilang tempat untuk bercerita dan meluahkan kasih sayang. Disebabkan itu, mereka berasa satu kehilangan yang amat besar dalam hidup mereka. Responden P1, P3, P4 dan P7 merupakan responden yang sangat merasakan kehilangan itu. Berikut merupakan antara kenyataan yang dikeluarkan oleh responden:

*“Hilang orang yang kita sayang, kita cinta ni lain dengan hilang orang yang kita tak cinta... lagi-lagi dah banyak benda yang kita hadap sama-sama, dari zaman susah dulu takde pape, sampailah sekarang ni hidup dah senang sikit... Dia pulak selalu sabar layan*



*karenah saya... dia selalu dengar luahan saya sebab dialah tempat saya nak bercerita... kalau bukan dengan dia, habis dengan siapa lagi?...”*

(Responden P1)

*“Walaupun saya dah bercerai dengan dia, tapi saya rasa sangatlah kehilangan dia... Dulu, apa-apa hal je, mesti saya cerita dengan dia... Tapi sekarang tak dah. Yelaaa, nak buat macamana? Orang kata jodoh dah tak panjang... Redha jela”*

(Responden P7)

Kenyataan yang dikeluarkan oleh responden P1 dan P7 ini jelas menunjukkan bahawa mereka telah kehilangan tempat bersembang. Oleh itu, mereka telah kehilangan salah satu sokongan sosial yang amat penting dalam diri mereka.

## **6. Rumusan dan Cadangan**

Kajian ini telah memberikan beberapa maklumat asas mengenai perkara yang menyebabkan berlakunya tekanan dan sokongan sosial yang diperlukan oleh golongan bapa tunggal. Kajian ini juga mencapai objektif kajian yang diteroka secara mendalam mengenai tekanan hidup yang dialami oleh golongan bapa tunggal. Pengkaji mendapati bahawa bapa tunggal mengalami tekanan hidup dalam dirinya disebabkan ketiadaan pasangan dan juga status kesihatan yang kurang baik yang sedang dihadapi sekarang. Disebabkan ketiadaan pasangan, golongan bapa tunggal ini juga kehilangan beberapa sokongan sosial yang dirasakan penting dan perlu ada dalam diri mereka. Namun, mereka menggantikan sokongan sosial itu daripada pasangan kepada ahli keluarga dan kawan.

Hasil kajian juga mencadangkan bahawa ahli keluarga perlu memberikan sokongan yang padu terhadap bapa tunggal ini bagi menaikkan semula semangat motivasinya. Ahli akademik juga perlu memperbanyakkan melakukan kajian terhadap golongan bapa tunggal. Pihak kerajaan juga perlu memberikan kemahiran-kemahiran tertentu yang dapat dilaksanakan oleh bapa tunggal supaya masa mereka lebih terisi dengan perkara-perkara yang bermafaat. Selain itu, media massa harus menekankan keprihatinan masyarakat terhadap bapa tunggal bukan sahaja kepada ibu tunggal. Kesimpulannya, semua pihak memainkan peranan penting dalam mewujudkan individu dan komuniti yang sejahtera.

## **Penghargaan**

Kajian ini telah dibiayai sepenuhnya oleh pelajar prasiswazah Program Kerja Sosial, Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti Kebangsaan Malaysia. Yuran seminar PERSADA dibiayai oleh Dana KRA 2017:002. Ucapan penghargaan ditujukan kepada semua yang telah terlibat dalam menjayakan kajian ini.

## **Rujukan**

Ahmad, A. (1997). *Work family conflict and social support: A study of female secretaries in Malaysia*. *Pertanika Journal of Social Science and Humanities*, 5(2), 93-101.

- Angela, R. (2012). *Writing the social sciences*. Pearson Australia.
- Arulrajah, A. A. (2005). *Hubungan kesihatan psikologi dengan persepsi tekanan, stail menanganai tekanan, dan sokongan sosial di kalangan Pelajar Universiti*. Tesis sarjana yang tidak diterbitkan. Universiti Putra Malaysia, Serdang, Selangor.
- Boman, U.W., Bryman, I., Moller, A. (2004). *Psychological well-being in women with turner syndrome: somatic and social correlates*. *Journal of Psychosom Obstet Gynecol*, 25, 211-219.
- Bronte-Tinkew, J., Scott, M. E., & Lilia, E. (2010). Single custodial fathers' involvement and parenting: Implications for outcomes in emerging adulthood. *Journal of marriage and family*. 72(5), 1107-1127.
- Buckelew, S. M., Pierrie, H., & Chabra, A. (2006). A countrywide assessment of the needs of fathers of young children. *Maternal and Child Health Journal*, 10(3), 285-291.
- Bungay, H.K. (2007). *Meeting the needs of children with disabilities: Families and professionals facing the challenge together*. Routledge.
- Coley, R. L., Hernandez, D. C. (2006). *Predictors of paternal involvement for resident and nonresident low-income fathers*. *Development Psychology*, 42(6), 1041-1056.
- Daud, S. (2005). *Kajian mengenai tahap tekanan dan tahap sokongan sosial di kalangan ibu tunggal di Lembah Pantai, Bangi*. Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Fiona, M. (2003). *Eating disorders: the role of hypnosis*. *Pediatric nursing*, 15(7), 42.
- Jensen, A. M., Ottosen, M. H. (2013). *Diversities in family formation and family forms*. In M. H. Ottosen & U. Bjornberg (Eds), *challenge for future family policies in the Nordic countries*. 36 – 67.
- Mastekaasa, A. (1994). *Marital status, distress and well-being*. *Journal of Comparative Family Studies*, 184-197.
- Noradilah Md Nordin dan Mansor Abu Talib. (2009). *Kesunyian dan kesejahteraan psikologi di kalangan pelajar universiti di Malaysia*. *Jurnal Psikologi Malaysia*. 23: 27-37.
- Nurfarhana Yaacob. (2017). *Sinar Online*. Bapa tunggal nekad jaga lima orang anak dalam kepayahan. <http://www.sinarharian.com.my/video/bapa-tunggal-nekad-jaga-5-anak-dalam-kepayahan-1.705951>.
- Payne, M. F., Edlington, T., & Fletcher. (1982). *Observation of a plasma current driven by rf waves at the electron cyclotron resonance in the Culham Levitron*. *Physical Review Letters*, 48(9), 624.
- Redzuan, M., & Abdullah, H. (2004). *Psikologi*. Edisi ke-2. Serdang, Selangor: Penerbit Universiti Putra Malaysia.
- Rense Nieuwenhuis, Laurie C. Maldonado. (2018). *The Triple Bind of Single Parent Families*. Bristol University Press.zarina
- Rohana Ismail. (2017). *Sinar Online*. Bapa tunggal tabah jaga tiga anak OKU. <http://www.sinarharian.com.my/video/berita-edisi/kelantan/bapa-tunggal-tabah-jaga-tiga-anak-oku-1.772622>.
- Ryff, C.D. (1989). *The structure of psychological well-being revisited*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Siti Zarinah Sahib. (2018). *'Akulah Ibu Akulah Bapa'*. New Strais Times Press (M) Berhad. <https://www.hmetro.com.my/hati/2018/11/395686/akulah-ibu-akulah-bapa>
- Vaux, A. (1988). *Social support: theory, research and intervention*. New York: Westport, Connecticut London.

White L.B. (2004). The Psychological well-being and academic achievement of children raised by single parents. Master Dissertation, University of Wisconsin-Atout.