

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Setiap anggota-anggota keluarga memiliki peran masing-masing, seperti peran seorang wanita yang menjadi seorang istri dan seorang ibu bagi anaknya. Selain menjadi seorang istri dan seorang ibu, ada tugas lain yang diemban oleh seorang ibu seperti menjadi pengelola keuangan keluarga, pendamping pendidikan anak-anak, memberikan nasihat-nasihat pada seisi keluarga, pengatur kebersihan rumah (Setianto, 2020). Tidak hanya tugas-tugas tersebut seorang ibu juga bisa berperan bagi kehidupan sosial lingkungan sekitarnya seperti terlibat dalam kegiatan PKK hingga terlibat dalam dunia pekerjaan (Setianto, 2020).

Wulandari (dalam Wijanarko, 2018) menyatakan bahwa pada zaman dahulu, perempuan hanya memiliki status "*kanca wingking*" yang memiliki arti teman di belakang. Konstruksi sosial di masa lampau mempersepsikan tugas perempuan hanya sebatas tugas domestik karena itulah ada istilah "*macak, manak, masak*" sebagai gambaran perempuan saat itu yaitu berdandan, memberikan keturunan, dan memasak. Di sisi lain perkembangan pengetahuan serta teknologi dan pergeseran nilai yang diikuti dengan faktor-faktor seperti kebutuhan untuk menambah pendapatan keluarga, adanya keinginan untuk mempraktikkan kemampuan yang dimiliki hingga untuk mengisi waktu luang membuat seorang ibu terjun dan terlibat dalam dunia pekerjaan (Rahaju dkk dalam Sahrani, Mawapury, Nisa & Afriani, 2021).

Berdasarkan data pada Badan Pusat Statistik pada tahun 2020, sebanyak 73.48% dari jumlah keseluruhan wanita menikah di Jawa Tengah berkecimpung dalam dunia pekerjaan baik dari daerah perkotaan maupun perdesaan (dikutip dari Fajriyah, Mahdiah, Fahmadia & Lukitazar, 2020). Secara lebih spesifik, terdapat peningkatan jumlah perempuan bekerja dari tahun 2019 ke 2020 di Kota Semarang. Data menunjukkan tahun 2019 hanya terdapat 379.547 ibu pekerja dan meningkat menjadi 400.929 pada tahun 2020. Data tersebut justru berkebalikan dengan jumlah ibu yang hanya mengurus rumah tangga saja yang mengalami penurunan. Tahun 2019 terdapat 222.753 perempuan yang mengurus rumah tangga, sedangkan 2020 turun menjadi 206.128 (Badan Pusat Statistik Kota Semarang, 2020). Hal tersebut menunjukkan peningkatan jumlah ibu yang berperan ganda baik sebagai ibu rumah tangga maupun sebagai pekerja.

Ketika menjalani kedua perannya tersebut, tidak dapat dipungkiri bahwa seorang ibu juga akan memiliki beban yang lebih dari menjadi ibu rumah tangga. Sebagai perempuan dengan peran ganda, perempuan harus mampu untuk menyeimbangkan baik peran bekerja diluar rumah maupun tanggung jawab domestik, gagasan untuk terlibat dalam berbagai peran secara bersamaan atau “melakukan semuanya”, sudah menjadi normal sosial di masyarakat (Sumra & Schillaci, 2015). Wanita pekerja memiliki tanggung jawab yang berbeda di sisi lain mereka harus bertanggung jawab dengan pekerjaan mereka dan juga keluarga (suami dan anak) mereka. Perubahan dari norma, harapan, dan situasi sehingga perempuan harus bekerja di dalam pekerjaan dan memenuhi peran

keluarga menunjukkan tantangan berkelanjutan dengan dampak yang kuat pada kesehatan mental dan kesejahteraan wanita (Connerley & Wu, 2016; Denmark & Paludi, 2008). Tidak hanya itu, banyaknya dampak kesehatan mental yang terpengaruh akibat konflik peran ganda yang dimiliki perempuan diantaranya tingkat stres yang lebih tinggi (Apreviadizy & Puspitacandri, 2014), emosi negatif (Marliani, Nasrudin, Rahmawati & Ramdani, 2020), pelampiasan emosi terhadap anak (Cahayanengdian & Sugito, 2021), dan kecemasan yang tinggi (Adhikari, 2012; Helen & Pasca, 2022).

Hasil Penelitian menunjukkan yang dilakukan oleh Yustari, Dian & Sari (2020), mengatakan bahwa ibu bekerja mengalami tingkat kepuasan hidup yang lebih rendah daripada ibu rumah tangga dikarenakan waktu yang lebih luang pada ibu rumah tangga dapat digunakan untuk fokus mengurus anak dan suami daripada ibu bekerja. Dengan adanya konflik juga dapat menimbulkan emosi-emosi negatif yang berdampak pada menurunnya kebahagiaan serta kepuasan hidup seorang ibu (Matysiak, Mencarini & Vignoli, 2016). Sebuah hasil penelitian yang mengatakan bahwa konflik peran ganda memiliki efek yang negatif pada kesejahteraan subjektif seseorang (Matthews, Wayne & Ford, 2014). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Chang & Lu (dalam Pratiwi & Nurtjahjanti, 2014) juga mengatakan bahwa konflik peran ganda disertai dengan adanya tuntutan tinggi dari pekerjaan dapat membuat seseorang tersebut akan merasakan afek-afek negatif seperti takut, khawatir, dan cemas yang dapat menurunkan kesejahteraan subjektif pada individu tersebut.

Selain itu, sebuah kisah dari seorang ibu bekerja yang dikutip dari Greenberg & Avigdor (2009), mengkisahkan bahwa seorang ibu dengan dua anak yang bekerja sebagai pengacara dalam menjalani kedua perannya sangat merasa tertekan dan tidak bahagia dengan kedua perannya. Perdebatan dengan suaminya pun sering terjadi dikarenakan ketidakadanya waktu untuk keluarga dan keputingannya yang sering larut malam. Hal tersebut menimbulkan rasa amarah antara kedua pihak. Seorang ibu tersebut merasa sangat sengsara dengan kedua peran yang dijalannya sekarang. Ia tidak puas dan merasa gagal sebagai pengacara maupun sebagai ibu bagi anak-anaknya. Penelitian yang dilakukan oleh Oktaviana (2015) menyatakan bahwa 54% ibu bekerja memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah.

Diener, Oishi & Tay (2018) mendefinisikan kesejahteraan subjektif atau *Subjective Well-Being (SWB)* sebagai penilaian hingga evaluasi setiap orang akan kehidupannya sendiri, termasuk penilaian secara kognitif reflektif seperti kepuasan hidup, respon emosional menyenangkan atau positif serta respon emosional tidak menyenangkan atau negatif. Kesejahteraan subjektif atau *Subjective Well-Being (SWB)* merupakan konstruksi psikologis yang terfokus pada bagaimana cara seseorang berpikir dan merasakan apa yang terjadi kepadanya (Maddux, 2017).

Menurut Andrews & Whitney (dikutip dari Proctor, 2014), terdapat tiga aspek kesejahteraan subjektif yaitu kepuasan hidup, afek positif dan afek negatif. Orang yang memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang tinggi akan lebih sering merasakan afek positif seperti kebahagiaan atau

optimisme daripada afek negatif seperti kesedihan atau kemarahan dan relatif lebih puas terhadap kehidupannya (Maddux, 2017; Proctor, 2014). Sedangkan orang yang memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah cenderung merasa peristiwa tidak puas dengan kehidupannya dan mudah untuk menganggap bahwa peristiwa kehidupannya tidak menyenangkan serta relatif mengalami emosi negatif seperti marah atau cemas (Diener dalam Proctor, 2014).

Peneliti melakukan wawancara empiris untuk memperkuat fenomena masalah kesejahteraan subjektif pada ibu peran ganda. Peneliti mewawancarai dua subjek yang berperan sebagai ibu rumah tangga sekaligus pekerja di Kota Semarang. Hasil wawancara yang dilakukan melalui percakapan *whatsapp* kepada subjek I berusia 34 tahun yang memiliki dua anak dengan usia anak 6 tahun dan 10 tahun. Wawancara dilaksanakan pada tanggal 24 September 2021, subjek I bekerja sebagai tenaga administrasi dalam kantornya di Semarang. Subjek I mengatakan bahwa dalam mengatur waktu untuk bekerja dan mengurus rumah tangga sering mengalami kesusahan. Kedua peran yang dijalani oleh subjek I, tidak sepenuhnya ia jalani dengan rasa nyaman maupun bahagia. Beban yang ia dapatkan dari kedua peran tersebut sering membuatnya merasa tidak bahagia dan kurang menikmati kesehariannya. Subjek I juga menceritakan bahwa energi yang telah terkuras saat melaksanakan pekerjaan di luar rumah membuatnya mengalami emosi-emosi negatif saat melakukan pekerjaan di rumah, seperti saat mengajari anaknya yang sekolah ia mudah memarahi anaknya. Selain itu, permasalahan maupun hambatan dalam menjalani

kedua peran tersebut seringkali tidak dapat ia selesaikan dengan baik sehingga membuatnya mengalami ketidakpuasan akan kehidupannya, ia mengharapkan bantuan dari keluarga ataupun pasangan namun hal tersebut kurang dapat terpenuhi. Subjek I juga merasa bahwa apa yang ia inginkan dalam menjadi ibu dengan dua peran belum dapat dicapainya

Subjek kedua yang peneliti wawancara melalui percakapan *whatsapp* berusia 44 tahun berinisial D memiliki dua anak yang sudah berusia menginjak remaja yaitu 11 tahun dan 15 tahun. Subjek D mengatakan bahwa dirinya merasa kerepotan dalam menyeimbangkan kedua peran yang dimilikinya, antara waktu untuk bekerja dan mengurus urusan rumah tangga. Energi yang habis untuk melakukan pekerjaan kantor sering menyebabkan terjadinya kemarahan di rumahnya, seperti saat anaknya tidak mentaati aturan rumah yang ada atau keadaan rumah yang berantakan. Di sisi lain subjek merasa tidak ada waktu dengan anaknya dan sering khawatir akan pergaulan anaknya yang mulai beranjak remaja. Tekanan dari lingkungan sekitar juga membuat subjek D sering mengalami ketidakpuasan akan apa yang telah ia lakukan, serta menciptakan perasaan tidak nyaman dalam menjalaninya. Dalam kehidupan sehari-harinya ia lebih sering menunjukkan emosi negatif berupa kemarahan, kesal, dan kekecewaan karena kondisi lelah bekerja dan tetap harus melaksanakan kewajiban rumah tangga. Subjek juga mengatakan bahwa dirinya sering mengalami permasalahan dalam bekerja dan berimbas pada timbulnya kecemasan terhadap kemampuannya dalam menjalani kedua peran tersebut.

Hasil wawancara, data dan penelitian menunjukkan adanya fenomena rendahnya kesejahteraan subjek pada ibu peran ganda. Penelitian terdahulu yang sudah dipaparkan menunjukkan rendahnya kepuasan hidup dan tingginya afek negatif pada ibu peran ganda. Selain itu, ibu peran ganda menunjukkan rendahnya kesejahteraan subjektif dalam memenuhi kedua peran tersebut. Hasil wawancara pun menunjukkan ketidakpuasan yang ditunjukkan dengan harapan mendapatkan bantuan dari keluarga atau pasangan, kemampuan dalam menyelesaikan hambatan konflik peran, dan tekanan dari banyak sumber. Afek negatif yang lebih tinggi dibandingkan afek positif ditunjukkan dengan rasa marah, kesal dan kecewa akibat kondisi lelah bekerja namun tetap harus melaksanakan kewajiban rumah tangga, anak yang tidak mentaati aturan, dan mudah melampiaskan amarah pada anak. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Hefferon & Boniwell (2011), individu yang memiliki kesejahteraan subjektif ditunjukkan dengan kepuasan hidup dan afek positif yang lebih tinggi dibandingkan afek negatif, disisi lain hasil wawancara menunjukkan sebaliknya sehingga menggambarkan kesejahteraan subjektif yang rendah pada ibu peran ganda.

Masalah kesejahteraan subjektif pada perempuan peran ganda ditunjukkan bahwa menurut Santrock (2002) harapannya dengan menjalankan peran sebagai ibu sekaligus berkarir akan membawa dampak yang baik seperti meningkatkan pendapatan keuangan keluarga dan kesejahteraan keluarga, tidak hanya itu saja tetapi akan berdampak pada adanya kesetaraan hubungan antara suami dan istri dan dapat

meningkatkan harga diri perempuan. Namun disisi lain, fakta menunjukkan bahwa peran ganda justru membuat konflik peran karena tuntutan peran ganda yang perlu dipenuhi, tekanan dari banyak sumber yang berujung pada kesejahteraan subjektif yang rendah pada ibu pekerja (Connerley & Wu, 2016; Denmark & Paludi, 2008; Oktaviana, 2015).

Suryawan, Ratnawati & Latupeirissa. (2021) melalui hasil penelitiannya mengatakan bahwa wanita yang telah menikah dan bekerja tidak akan bisa melakukan beberapa perannya secara sendirian, harus ada orang-orang terdekat seperti suami, orang tua dan mertua yang membantunya untuk melakukan kedua perannya tersebut. Munandar, Situmorang & Tentama (2018) melalui kesimpulan dalam penelitiannya mengatakan bahwa hubungan keluarga dan dukungan suami dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif pada wanita bekerja. (Compton & Edward, 2019) mengatakan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif yaitu terjadinya relasi positif dengan sekitar yang tercipta melalui adanya dukungan sosial.

Dukungan sosial adalah dukungan yang mengacu pada perasaan atau persepsi seseorang mengenai tersedianya rasa kenyamanan, perhatian dan bantuan jika dibutuhkan oleh individu tersebut (Sarafino, Smith, King & De Longis, 2020). Cohen (dalam Brajša-Žganec, Lipovčan & Hanzec, 2018) mendefinisikan dukungan sosial sebagai jaringan sosial yang menyediakan sumber daya emosional, informasi dan instrumental. Dukungan sosial biasanya dapat bersumber dari pasangan atau kekasih, keluarga, teman, dokter atau organisasi masyarakat (Sarafino dkk.,

2020). Ketika orang merasa bahwa dirinya memiliki dukungan sosial maka seseorang tersebut akan juga memiliki harga diri positif yang meningkat, optimisme, dan *perceived control* (Compton & Edward, 2019). Adanya dukungan sosial yang baik akan berdampak pada faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkat kesejahteraan subjektif seorang individu (Aspinwall & Taylor dalam Compton & Edward, 2020).

Ada beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya berkaitan dengan dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif. Penelitian yang dilakukan oleh Samuputri & Sakti (2015) menghasilkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan dengan kesejahteraan subjektif seseorang, semakin rendahnya dukungan sosial maka semakin rendah juga kesejahteraan subjektif orang tersebut. Munandar dkk. (2018) menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif perempuan yaitu hubungan keluarga dan dukungan suami. Perempuan yang memandang adanya dukungan keluarga pada dirinya akan merasa lebih puas akan hidupnya serta adanya dukungan keluarga dapat menimbulkan afek yang positif terhadap individu tersebut (Diaz & Bui, 2017). Penelitian lain yang dilakukan oleh Khairina & Sahrah (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif, ketika wanita mengalami tekanan dalam kehidupan keluarga maupun pekerjaannya dan mendapatkan dukungan dari sekitarnya maka individu tersebut akan cenderung memiliki afek positif seperti kebahagiaan, *mood* yang baik dan kasih sayang.

Tidak hanya penelitian diatas saja, penelitian yang dilakukan oleh Ahuja & Khan (2015) menghasilkan bahwa semakin meningkatnya dukungan sosial yang diterima maka akan meningkatkan kesejahteraan pada seseorang tersebut. Selain itu, hasil dari sebuah penelitian yang dilakukan oleh (Siedlecki, Salthouse, Oishi & Jeswani, 2014) mengatakan bahwa aspek-aspek pada kesejahteraan subjektif seseorang dapat dipengaruhi dari aspek-aspek dukungan sosial seseorang. Disisi lain penelitian yang dilakukan Borcharding Smithbattle & Schneider., (2005) menunjukkan hasil negatif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif. Hal tersebut dikarenakan pengukuran dukungan sosial hanya berfokus pada manfaat dibandingkan pada hambatan yang berpotensi dan konflik hubungan sehingga hubungan yang mendukung tidak selalu berdifat positif. Adanya keberagaman hasil tersebut membuat urgensi penelitian ini semakin kuat dalam melihat konsistensi sifat hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif dalam konteks subjek ibu peran ganda.

Melalui penelitian-penelitian terdahulu dapat dilihat bahwa subjek yang digunakan masih terfokus pada wanita pada umumnya dan dukungan sosial yang ada belum terfokus secara spesifik mengenai sumber dukungan sosial, seperti dukungan sosial keluarga. Dengan hal tersebut maka peneliti ingin memfokuskan untuk meneliti mengenai wanita bekerja yang telah berkeluarga atau ibu bekerja dan juga dukungan sosial keluarga yang diberikan. Pembeda penelitian ini dari penelitian sebelumnya ada pada kancah penelitian yang berfokus pada ibu peran ganda di Kota Semarang. Berbeda dengan penelitian

sebelumnya yaitu penelitian Samuputri & Sakti (2015) yang berfokus pada karyawan di Kabupaten Ungaran dan penelitian Ahuja & Khan (2015) dengan konteks penelitian di India. Maka dari itu, pertanyaan dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kesejahteraan subjektif ibu peran ganda?

1.2 Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial keluarga dengan kesejahteraan subjektif ibu berperan ganda

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai khususnya dalam bidang ilmu psikologi positif, psikologi keluarga, psikologi gender mengenai hubungan kesejahteraan subjektif dan dukungan sosial keluarga ibu berperan ganda

1.3.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan dukungan sosial keluarga dengan kesejahteraan subjektif ibu berperan ganda, sehingga harapannya baik ibu berperan ganda maupun keluarganya mendapatkan informasi mengenai manfaat dukungan sosial dari keluarga terhadap kesejahteraan subjektif ibu peran ganda.