

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Peran ganda pada wanita merupakan dua peran penting yang dimiliki oleh seorang wanita dalam menjalankan suatu tugas secara bersamaan sehingga memiliki tanggung jawab yang lebih banyak (Triana & Krisnani, 2018). Peran wanita yang telah menikah saat ini mengalami perubahan dalam memenuhi kebutuhan hidupnya tidak hanya mengerjakan tugas rumah tetapi bisa membantu dalam pemenuhan kualitas hidup keluarga lainnya (Rahmaharyati et al., 2017). Istilah wanita yang telah menikah dan bekerja biasanya disebut dengan working mom atau wanita karir (Ramlan, 2021). Peran ganda wanita yang telah menikah dan bekerja terjadi karena adanya beban yang lebih dari satu pada satatus individu yang ada di keluarga dan status pekerjaan (Hidayati, 2015). Peran wanita yang telah berumah tangga dan mengurus kebutuhan ekonomi dalam keluarga atau membantu peran salah satu suami dengan bekerja akan terjadinya multi peran yang dialami wanita (Ramadhani et al., 2023). Oleh karena itu sebagian kalangan wanita yang bekerja dengan menjalankan peranan sebagai ibu rumah tangga dengan mengurus keluarga dan peran sebagai wanita yang memiliki pekerjaan di luar rumah maka wanita tersebut memiliki peran ganda (Akbar, 2017).

Berdasarkan Katadata.com yang dikatakan oleh Sari (2023) bahwa 2/3 wanita di Indonesia berada di usia kerja, 55,9% masuk ke dalam lingkup kerja formal dan 81,8% masuk ke dalam lingkup kerja informal. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) yang mengeluarkan data Presentase Tenaga Kerja Formal (PRKF) pekerja wanita di Bekasi pada tahun 2019 sebanyak 39,19 persen lalu pada tahun 2020 mengalami penurunan pekerja wanita sebanyak 34,65 persen dan di tahun 2021 mengalami peningkatan kembali pekerja wanita sebanyak 36,20 persen (Sakernas, 2019). Selain itu, berdasarkan data angka Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja (TPAK) di Indonesia, menunjukkan peningkatan angkatan kerja wanita yaitu sebesar 66,35 persen di tahun 2021 (Sakernas 2019). Peningkatan di

setiap sektor kerja pada wanita cukup signifikan menunjukkan bahwa wanita bisa berperan untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarga dan bekerja sesuai dengan keahlian yang dimilikinya (Fitri et al., 2020).

Peran ganda wanita menjalankan perannya dengan bekerja dan mengurus keluarga tidak mudah dilakukan dikarenakan memiliki kewajiban dan tanggung jawab yang berlebih keadaan ini akan memunculkan konflik peran antara pekerjaan dan keluarga (Radhitya, 2018). Dilansir dari Kompasiana.com, menurut Nazjah (2022) bahwa wanita dengan peran pencari nafkah sekaligus memiliki peran dalam rumah tangga, peran yang dijalankan terasa sulit dan berkurangnya waktu yang digunakan untuk aktivitas di rumah. Pembagian peran perempuan yang bekerja dan mengurus rumah tangga sering menimbulkan adanya ketidakseimbangan yang akhirnya menyebabkan peran ganda yang saling bertentangan satu sama lain (Hastuti, 2018). Peran ganda yang saling bertentangan satu dengan yang lainnya antara peran ranah keluarga dan ranah pekerjaan muncul adanya konflik peran ganda (Anwar & Fauziah, 2019). Menurut Sorongan et al (2015) mengatakan bahwa wanita yang telah menikah dan bekerja lebih rentan terhadap konflik peran ganda yang dimilikinya.

Terjadinya konflik peran ganda pada ibu yang bekerja memiliki beban yang berlebih akan menimbulkan dampak negatif bagi ibu yang bekerja, dampak tersebut berupa stres, perasaan tertekan, lebih rentan pada depresif, stres akibat pekerjaan, kelelahan pada fisik dan mental (Darwis et al., 2021). Dampak konflik peran ganda lainnya pada ibu yang bekerja dan mempunyai anak berpengaruh pada pendampingan anak dengan ketidakmampuan untuk memberikan perhatian waktu dan energi penuh terhadap anaknya (Amelia & Ramadhani, 2021). Selanjutnya konflik peran ganda yang terjadi pada ibu yang bekerja juga menimbulkan adanya tekanan antara pekerjaan dan keluarga yang mempengaruhi keadaan psikologis seperti stress dan mempengaruhi fisik seperti cepat lelah (Dewi, 2017).

Berbagai dampak yang terjadi pada konflik peran ganda yang dialami oleh ibu yang bekerja yang di akibatkan dari peran tambahan tersebut justru menghambat tercapainya kesejahteraan diri (Geetha et al., 2020). Menurut Anwar & Fauziah, (2019) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi konflik peran ganda adalah kesejahteraan diri. Hal ini juga dikatakan oleh Pratiwi et al (2014) mengatakan bahwa terdapat faktor yang mempengaruhi permasalahan konflik peran ganda dengan *Psychological Well-being* Ibu bekerja. Maka dari itu konflik peran ganda yang dialami oleh ibu yang bekerja mempengaruhi keadaan psikologis yang negatif pada penurunan kesejahteraan dirinya (Hapsari, 2020).

Kesejahteraan diri atau well being dalam ranah psikologis disebut dengan *Psychological Well-being* yang merupakan suatu keadaan individu yang menunjukkan bahwa individu memiliki tujuan pribadi dan pekerjaannya untuk mencapai kesempurnaan yang mewakili potensi dirinya (Ryff, 2014). *Psychological Well-being* dapat dilihat sebagai fungsi positif individu yang menggambarkan kualitas hidup individu yang mencakup kebahagiaan, perdamaian, penerimaan diri serta kepuasan hidup (Gupta & Nafis, 2014). Menurut Indriani & Sugiasih (2016) Setiap individu memiliki *Psychological Well-being* namun tidak mudah untuk dicapai terutama pada ibu yang bekerja. *Psychological Well-being* pada peran ibu yang bekerja terlihat lebih rentan terhadap keadaan psikologisnya dikarenakan permasalahan konflik peran ganda dan beban yang berlebih dari pekerjaannya dan urusan keluarganya (Trayudi & Dewi, 2023). Dimensi pada kesejahteraan psikologis ada enam yaitu penerimaan diri, membangun hubungan positif pada orang lain, otonomi atau kemandirian, penguasaan lingkungan, memiliki tujuan hidup, memiliki potensi diri (Ryff, 2014).

Psychological Well-being adalah evaluasi hidup individu yang menerima positif dan negatif di dalam kehidupannya sehingga memiliki perasaan puas dan kebahagiaan individu (Sari, 2015). Diketahui bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *Psychological Well-being* adalah faktor eksternal yaitu dukungan sosial (Sholichah et al., 2021). Adapun faktor internal yang dapat mempengaruhi

Psychological Well-being yaitu usia, jenis kelamin dan status sosial (Ryff, 2010). Salah satu sumber yang dapat mempengaruhi *Psychological Well-being* adalah dukungan sosial (Indriani & Sugiasih, 2016). Dukungan sosial yang didapatkan oleh individu satu dengan yang lainnya menjadi salah satu faktor penting muncul *Psychological Well-being*. Faktor yang mempengaruhi *Psychological Well-being* sendiri diantaranya ada perbedaan jenis kelamin, usia, pendidikan, pendapatan, pernikahan, kepuasan kerja, kesehatan, agama, waktu luang, peristiwa dalam hidup, kemampuan atau kompetensi, hubungan sosial dan kepribadian (Ryff, 2014).

Menurut Sarafino (2011) dukungan sosial merupakan salah satu bentuk kenyamanan, kepedulian yang didapatkan dari bantuan seseorang berupa dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan penghargaan dan dukungan informatif. Dukungan sosial merupakan perilaku individu yang dapat membantu dalam mengubah tekanan psikologis yang ditimbulkan oleh seseorang (Rif'ati et al., 2018). Dukungan sosial bisa didapatkan berupa dukungan dari orang terdekat misalnya dari teman, sahabat, lingkungan kerja, dan keluarga (Nurmalasari & Putri, 2015). Bentuk dukungan sosial bisa didapatkan berupa bantuan dari orang terdekat misalnya dalam hal memberikan rasa sayang dan cinta, memberikan saran dan masukan yang positif, memberikan perhatian (Dianto, 2017). Dukungan sosial menjadi kebutuhan dasar bagi individu untuk melanjutkan hubungan sosial, mengatasi kesepian, beradaptasi dengan lingkungan atau masyarakat dan dapat mempertahankan kesejahteraan psikologis (Gunuc & Dogan, 2013).

Psychological Well-being ibu yang bekerja menjadi penting untuk diteliti karena itu akan menjelaskan kesejahteraan atau kebahagiaan yang dirasakan oleh ibu yang bekerja dalam menjalankan peran gandanya didalam dukungan sosial yang di terimanya. Rif'ati et al (2018) mengatakan bahwa individu yang mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan keluarga, kerja, dan teman dapat mempengaruhi hasil akhir dalam tujuan hidupnya. Menurut Angraini et al (2021)

Pekerja bagi wanita adalah pilihan bekerja bagi wanita untuk dapat membantu meningkatkan pendapatan keluarganya serta tetap dapat melakukan aktivitas lainnya seperti mengurus rumah tangga. Apsaryanthi & Lestari 2017 mengatakan dalam penelitiannya tentang perbedaan tingkat *Psychological Well-being* pada ibu rumah tangga dengan ibu bekerja, hasil menunjukkan bahwa skor tertinggi di dapatkan pada ibu yang bekerja yang di pengaruhi oleh dukungan sosial dari keluarga. Selanjutnya hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahama & Izzati 2021 juga mengatakan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu faktor yang mendukung dalam memunculkan *Psychological Well-being* pada karyawan.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang dukungan sosial dengan *Psychological Well-being* pada ibu yang bekerja. Penelitian ini di lakukan oleh ibu yang bekerja karena ibu yang bekerja memiliki peran ganda di dalam hidupnya hal itu yang mempengaruhi keadaan psikologisnya.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penelitian ini mendapati permasalahan yang sesuai dengan penelitian yang terdahulu, dan diakhiri dengan hasil penelitian yang terakhir, berikut pemaparan yang telah ditemukan :

Penelitian pertama dilakukan oleh Indriani & Sugiasih (2016) yang berjudul dukungan sosial dan konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis karyawati PT. Sc enterprises “ X “. Hasil temuan pada penelitian ini adalah adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada karyawati. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka kesejahteraan psikologis karyawati tersebut tinggi dan begitu sebaliknya.

Penelitian selanjutnya di lakukan oleh Putriyani & Listiyandini (2018) yang berjudul Peran Dukungan Suami Bagi Kesejahteraan Psikologis Jurnalis Perempuan. Hasil menunjukkan bahwa dukungan sosial suami ditemukan

berpengaruh positif dan signifikan pada kesejahteraan psikologis jurnalis perempuan. Hal ini dapat dikatakan dengan tingginya dukungan sosial suami yang dimilikinya maka kesejahteraan psikologis jurnalis tersebut tinggi, begitu sebaliknya.

Penelitian berikutnya dilakukan oleh Kistianingsih & Purwandari (2020) dengan judul Rasa Syukur, Dukungan Sosial, dan Kesejahteraan Psikologis Purna Jabatan Pegawai Negeri Sipil. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara rasa syukur dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada purna jabatan pegawai negeri sipil artinya semakin tinggi rasa syukur dan dukungan sosial yang dimiliki maka kesejahteraan psikologis tinggi begitu sebaliknya.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Rahama & Izzati (2021) dengan judul Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan *Psychological Well-being* Pada Karyawan. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *Psychological Well-being*. Hal ini dapat dikatakan bahwa Hubungan yang searah memiliki arti bahwa apabila variabel dukungan sosial mengalami peningkatan, maka akan diikuti dengan peningkatan variabel *Psychological Well-being*, begitu sebaliknya.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Srimulyani (2022) yang berjudul Pengaruh Eustress, Kecerdasan Emosional Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kesejahteraan Psikologis Mompreneur. Hasil temuan ini bahwa dukungan sosial keluarga berpengaruh positif signifikan terhadap kesejahteraan psikologis mompreneur. Hasil di atas berarti apabila dukungan sosial keluarga dimiliki tinggi maka kesejahteraan psikologis pada mompreneur tersebut tinggi, begitu sebaliknya.

Penelitian yang terdapat di atas memiliki perbedaan dengan penelitian yang peneliti lakukan saat ini, perbedaan tersebut belum ada yang dilakukan pada responden seorang ibu yang memiliki peran ganda, dan lokasi penelitian yang

berbeda yaitu peneliti ingin meneliti di Bekasi. Peran ganda ibu rumah tangga membuat beban ibu menjadi bertambah berat sementara peranan didalam rumah tangga sangat penting (Almasitoh, 2011). Oleh karena itu penelitian mengkaji pada ibu yang bekerja.

Berdasarkan pada fenomena diatas, maka penelitian ini mengajukan rumusan masalah yaitu :

1. Apakah dukungan sosial berhubungan dengan *Psychological Well-being* pada ibu yang bekerja di Bekasi?
2. Bagaimana dukungan sosial dapat memberikan pengaruh terhadap *Psychological Well-being* pada ibu yang bekerja di Bekasi ?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu :

1. Menganalisis hubungan antara dukungan sosial dengan *Psychological Well-being* pada ibu yang bekerja di Bekasi, dan
2. Menganalisis dampak dukungan sosial terhadap *Psychological Well-being* pada ibu yang bekerja di Bekasi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi peneliti selanjutnya untuk dikembangkan sebagai kajian teoritis maupun sebagai referensi pada bidang psikologi sosial maupun psikologi positif khususnya terkait dukungan sosial dan *Psychological Well-being*. Penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai ilmu pengetahuan bagi masyarakat yang membutuhkan terutama penelitian dengan topik yang serupa.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Sebagai bahan referensi untuk membantu dalam meningkatkan dukungan sosial sehingga dapat memahami pentingnya *psychological well being* pada diri sendiri.

2. Bagi Pihak Universitas

Sebagai bahan informasi mengenai *Psychological Well-being* pada ibu yang bekerja saat menghadapi permasalahan peran ganda untuk kemudian menentukan langkah selanjutnya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai sumber referensi untuk meneliti lebih lanjut mengenai dukungan sosial dan *Psychological Well-being* dengan melihat variabel lain.



