

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL SUAMI DAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA IBU YANG BEKERJA**



Oleh :

Winy Anandita

12320041

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

YOGYAKARTA

2016

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL SUAMI DAN
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA IBU YANG BEKERJA**



Dosen Pembimbing 1

Dosen Pembimbing 2

(Dr. Hepi Wahyuningsih S.Psi., M.Si.)

(Fitri Ayu Kusumaningrum S.Psi., MA)

RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT HUSBAND WITH PSYCHOLOGICAL WELL-BEING WORKING MOTHERS

Winy Anandita

Hepi Wahyuningsih

Fitri Ayu Kusumaningrum

Abstract

This study aims to determine the psychological wellbeing and social support her husband in working mothers. The hypothesis of this study is that there is a positive relationship between social support husband and psychological wellbeing on working mothers. Subjects in this study is 50 working mothers and aged 17 to 55 years. Psychological well-being scale used was adapted from Ryff (1995). While social support husband scale adapted from Sarafino (2008). Data were analyzed using SPSS version 16 for Windows. The results showed that there was a positive relationship between social support husband and psychological wellbeing on working mother ($r = 0.541$, $p = 0.000$).

Keywords: Psychological Wellbeing, Social Support Husband, Working Mother

PENGANTAR

Pada era globalisasi ini merupakan era perempuan yang mandiri. Tingkat kesadaran perempuan akan pentingnya pendidikan semakin meningkat. Begitupun dalam dunia kerja, saat ini peran perempuan dalam dunia kerja mulai diperhitungkan. Perempuan ingin bekerja dikarenakan pekerjaan memberikan sesuatu bagi dirinya, bukan hanya dalam bentuk finansial, tetapi juga dari segi aktualisasi diri, memberikan kebanggaan bagi diri sendiri dan keluarga, menambah wawasan dan pengalaman. Kebanyakan dari perempuan dengan tingkat pendidikan yang tinggi mengkombinasikan antara karir dan keluarga (Matlin, 2004).

Perempuan kini tidak lagi membatasi perannya sebagai ibu rumah tangga, melainkan menjadi tenaga aktif di luar rumah. Perempuan tidak hanya terbatas dalam mengurus anak, memasak, ataupun hal-hal yang berkaitan dengan pekerjaan rumah. Seorang perempuan memiliki hak untuk mengembangkan kemampuannya dan mencapai kepuasan dalam pengembangan karir diluar rumah. Klapan (1989) mengatakan bahwa bekerja bagi wanita tidak hanya untuk mendapatkan penghasilan tambahan bagi keluarga, namun juga untuk mengembangkan karir, berinteraksi dengan orang lain, mengembangkan kreativitas dan prestasi, serta meningkatkan kemandirian dan harga diri.

Sajogyo (1983) berpendapat bahwa istri bekerja dapat terlibat dalam proses pengambilan keputusan seperti istri memutuskan dirinya untuk bekerja di luar rumah sehingga dapat menambah pendapatan keluarga. Dalam hal ini dapat dikatakan bahwa perempuan atau ibu yang bekerja memiliki kemampuan pengambilan keputusan, yang baik, dan secara finansial yang mandiri. Barnet dan Baruch (Mufida, 2008) menyatakan bahwa dengan bekerja perasaan kesejahteraan perempuan dapat meningkat. Hal tersebut dapat disebabkan oleh pendapatan finansial sendiri, sehingga memunculkan perasaan dewasa dan mampu untuk mandiri, serta tidak ketergantungan dengan suami.

Hal-hal diatas dapat mempengaruhi status sosial seseorang dalam masyarakat seperti yang diungkapkan oleh Ryff (Ryff dan Singer, 1996), status sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keadaan kesejahteraan psikologis seseorang. Dikatakan bahwa seseorang dengan pencapaian pendidikan yang tinggi menunjukkan profil kesejahteraan yang tinggi, begitu juga dengan seseorang yang memiliki status pekerjaan yang bagus. Posisi yang rendah dalam kelas sosial tidak hanya meningkatkan kemungkinan kesehatan yang memburuk, hal itu juga mengurangi munculnya kesejahteraan.

Perkembangan mengenai ibu rumah tangga yang bekerja di luar rumah mulai tampak di Indonesia seiring dengan perkembangan sektor industri yang semakin pesat, beberapa tenaga kerja ahli wanita mulai mengalami peningkatan. Menurut data Biro Pusat Statistik dalam jurnal online psikologi tahun 2011, jumlah angkatan kerja

wanita pada tahun 1990 telah meningkat menjadi 25.788.997 orang, dibandingkan dengan 10 tahun sebelumnya yang hanya berjumlah 16.934.590 orang (Antonius, Suara Pembaruan, 19 Juni 1994). Angka tersebut menunjukkan tingkat partisipasi angkatan kerja wanita pada tahun 1990 adalah 38,8% dari keseluruhan angkatan kerja di Indonesia (Mundiharno, Kompas, 20 April 1994). Di D.I.Yogyakarta jumlah angkatan kerja pada Agustus 2016 menurut Badan Pusat Statistik D.I.Y mengalami peningkatan sebanyak 6,49 persen dibanding Agustus 2015, sebanyak 45,09 persen bekerja dikegiatan formal dan 54,91 persen dikegiatan informal.

Namun pada kenyataannya, banyak ibu yang bekerja yang mengalami hambatan dalam menjalankan pekerjaannya. Perempuan bekerja akan memiliki lebih banyak masalah karena mereka harus memainkan peran ganda. Berbagai alasan untuk bekerja baik untuk keuntungan moneter atau kepuasan pribadi mempengaruhi kesejahteraan perempuan yang bekerja (Srimathi dan Kiran, 2010).

Peran ibu yang bekerja memberikan konsekuensi yang berat bagi dirinya. Di satu sisi perempuan mencari nafkah untuk membantu suami bahkan pada kasus tertentu perempuan lebih bisa diandalkan dalam menafkahi dan di sisi lain perempuan harus bisa melaksanakan tanggung jawabnya sebagai istri dan ibu. Walaupun demikian peran ganda perempuan bukan pilihan yang tidak mungkin diambil dan hal tersebut sering berdampak kepada sikap mereka terhadap bekerja. Perempuan yang aktif bekerja sulit menjalankan tugas sebagai istri dan berfungsi sebagai ibu dalam hal mengasuh, merawat, mendidik, dan mencurahkan kasih sayang kepada anak-anaknya

secara penuh (Apollo dan Cahyadi, 2012). Misalnya saja harus tetap masuk kerja walaupun anak sedang sakit atau terpaksa mengerjakan pekerjaan kantor ketika sedang bersantai bersama keluarga.

Peneliti melakukan sebuah wawancara terhadap salah seorang responden penelitian yang bekerja di bank swasta, responden mengatakan bahwa dirinya mengalami dilema dengan peran gandanya sebagai ibu yang bekerja. Di lingkungan kerjanya, responden sering mengalami konflik dengan atasan dan teman kerjanya, responden juga merasa kesulitan dalam mengatur waktu untuk anaknya yang kadang-kadang pengasuh anaknya ijin tidak masuk sedangkan anak responden tidak ada yang mengurus sehingga responden seringkali harus mengambil cuti. Ryff (1995) mengatakan bahwa, individu yang rendah dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain, terisolasi dan merasa frustrasi dalam membina hubungan interpersonal, tidak berkeinginan untuk berkompromi dalam mempertahankan hubungan dengan orang lain, sehingga indikator kesejahteraan psikologis tidak terpenuhi.

Selanjutnya, peneliti juga melakukan sebuah wawancara terhadap salah seorang guru yang bekerja di sekolah swasta. Responden tersebut menceritakan bahwa dirinya mengalami konflik dengan atasannya. Responden tersebut merangkap sebagai guru mata pelajaran PKN dan Bahasa Indonesia, namun dari posisi yang ia tempati dengan penghasilan yang ia dapatkan tidak sesuai. Ditambah lagi responden merasa atasannya terus memberikan tekanan terhadap dirinya, dengan memberikan tugas-tugas dan jabatan yang tidak sesuai dengan penghasilan yang didapat.

Responden merasa dirinya kurang dihargai atas apa yang dikerjakannya selama ini, responden juga mengalami tekanan dengan sikap atasannya yang selalu menekan, sehingga responden merasa kurang nyaman dengan lingkungan kerjanya saat ini. Ryff (1995) mengatakan bahwa seseorang dikatakan rendah dalam penerimaan dirinya apabila individu menilai negatif diri sendiri menunjukkan adanya ketidakpuasan terhadap kondisi dirinya, merasa kecewa dengan apa yang telah terjadi pada kehidupan masa lalu, bermasalah dengan kualitas personalnya dan ingin menjadi orang yang berbeda dari diri sendiri atau tidak menerima diri apa adanya, sehingga kesejahteraan psikologis individu dikatakan rendah.

Peneliti juga melakukan sebuah wawancara terhadap seorang ibu yang bekerja dibagian koperasi di sebuah Rumah Sakit di D.I.Y. Responden juga mengalami konflik di lingkungan kerjanya dan merasa kurang diperhatikan, dan merasa karirnya tidak bisa berkembang. Responden sudah bekerja selama 5 tahun lebih namun tidak ada perkembangan yang diperhatikan oleh atasan responden. Selain itu responden juga merasa kurang dapat mengawasi secara penuh perkembangan anak-anaknya karena waktunya tersita oleh pekerjaannya, begitupun dengan suami responden yang juga sibuk bekerja. Ibu bekerja kerap kali merasakan perasaan bersalah kepada anak-anaknya, untuk menebus rasa bersalah tersebut ibu bekerja tetap melaksanakan kewajiban akan tugasnya sebagai ibu rumah tangga, meskipun merasakan kelelahan fisik setelah bekerja seharian di kantor. Melihat efek negatif yang ditimbulkan, maka

hal ini tentu saja akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis ibu bekerja (Marettih, 2013).

Bertemunya dua peran sekaligus yang terjadi pada ibu bekerja akan menciptakan tekanan-tekanan psikologis yang akan berdampak pada rendahnya kesejahteraan psikologis pada ibu bekerja tersebut. Apabila tekanan-tekanan tersebut terjadi secara terus menerus maka akan menyebabkan menurunnya kehidupan rumah tangga atau keluarga dan mengganggu aktivitas bekerja. Penurunan kualitas hubungan dalam keluarga inilah yang menyebabkan kondisi keluarga yang kurang harmonis (Widyaningrum, 2012).

Dalam penelitian Srimathi dan Kumar pada (2010) diketahui juga bahwa wanita yang bekerja di bank dengan wanita yang bekerja sebagai guru memiliki skor kesejahteraan psikologis yang tidak jauh berbeda jika dilihat dari perbandingan meannya, guru dengan $M=231,51$ dan wanita yang bekerja di bank dengan $M=217,48$. Hal ini artinya perbedaan kesejahteraan psikologis disebabkan karena jenis pekerjaan yang berbeda sangat jauh, yaitu antara guru dengan buruh pabrik, sedangkan jika jenis pekerjaannya memiliki karakteristik yang sama tidak menunjukkan perbedaan pada kesejahteraan psikologis.

Tidak terdapatnya perbedaan signifikan pada kesejahteraan psikologis antara guru dan karyawan disebabkan karena adanya persamaan karakteristik pekerjaan antara wanita yang bekerja di sektor pendidikan dan wanita yang bekerja di sektor

industri. Subjek karyawan dalam penelitian ini adalah karyawan yang bekerja di perusahaan perbankan dan finance, dalam bekerja para karyawan tidak hanya menghadapi tugas saja tetapi juga menghadapi orang lain dalam hal ini adalah customer dari perusahaan itu sendiri, karena itu diperlukan sebuah penguasaan lingkungan yang baik. Hal ini sama dengan guru, tugas seorang guru harus berhadapan dengan banyak orang dalam pekerjaannya. Seorang guru tidak hanya harus berhadapan dengan siswanya saja tetapi juga dengan atasan dan orangtua dari siswa itu sendiri. Jika seorang guru tidak dapat menguasai lingkungannya dengan baik maka akan sulit bagi seorang guru untuk melaksanakan tugasnya. Seseorang yang memiliki penguasaan lingkungan yang tinggi berarti memiliki rasa penguasaan dan kompetensi dalam lingkungan hidup, bisa mengontrol kegiatan eksternal yang kompleks, mampu memanfaatkan kesempatan yang ada, mampu memilih atau membuat konteks yang cocok untuk kebutuhan pribadinya (Ryff, 1989). Kemudian baik guru maupun karyawan disini merupakan para pekerja profesional, mereka bekerja sesuai dengan bidang pendidikan yang sebelumnya mereka tempuh. Seseorang yang memiliki peranan dalam suatu pekerjaan membutuhkan penguasaan lingkungan yang baik untuk dapat melaksanakan tugasnya, sehingga individu dapat kesejahteraan psikologis yang baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Pasili dan Canning (Lauer & Lauer, 2000), dengan responden dari Inggris, California, dan Australia, ditemukan bahwa hal utama dari kesejahteraan psikologis adalah kualitas dari hubungan sosial antar individu.

Kesejahteraan psikologis menurut Ryff dan Singer (1996) adalah suatu konsep yang terbentuk dari berbagai pengalaman dan fungsi-fungsi individu sebagai manusia yang utuh. Kesejahteraan psikologis tidak hanya merupakan bagian dari kesehatan mental yang bersifat negatif, tetapi lebih mengarah kepada kemampuan individu untuk dapat mengembangkan potensi dan kemampuan yang dimilikinya secara optimal, sebagai individu yang utuh baik secara fisik, emosional maupun psikologis (Ryff, 1995). Salah satu bentuk hubungan sosial yang bisa dikembangkan adalah dukungan sosial sebagai upaya membentuk kesejahteraan psikologis individu.

Untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang tinggi, seorang istri yang bekerja membutuhkan dukungan sosial dari keluarga. Dukungan sosial dari orang-orang yang bermakna dalam kehidupan seseorang dapat memberikan pemenuhan akan kesejahteraan seseorang (Christie, 2013). Keluarga merupakan salah satu sumber dukungan untuk mencapai kesejahteraan psikologis bagi individu, sebagai salah seorang yang bermakna dalam kehidupan individu.

House (Smet, 1994), menjelaskan dukungan keluarga sebagai persepsi seseorang terhadap dukungan potensial yang diterima dari lingkungan, dukungan keluarga tersebut mengacu pada kesenangan yang dirasakan sebagai penghargaan akan kepedulian serta pemberian bantuan dalam konteks hubungan yang akrab. Sarafino (1998) berpendapat bahwa dukungan keluarga adalah suatu kesenangan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang dirasakan dari orang lain atau

kelompok. Dengan dukungan keluarga, tugas yang tadinya terasa berat menjadi ringan dan membahagiakan.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Malhotra (2005), menunjukkan bahwa pentingnya dukungan keluarga terutama dari suami untuk menghindari terjadinya konflik pada ibu bekerja sehingga individu mampu merasa sejahtera secara psikologis. Dalam hal ini caranya yaitu dengan pembagian kerja yang tepat dalam rumah tangga dan tanggung jawab membesarkan anak dan dukungan yang dapat memungkinkan para profesional untuk memberikan kontribusi yang bermanfaat dan efektif di rumah serta tempat kerja.

Sebuah penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga terutama dari suami dapat mengurangi tekanan pada istri yang bekerja, karena dukungan sosial keluarga memainkan peranan penting pada kesejahteraan psikologis istri. Penelitian yang dilakukan oleh Kaufmann & Beehr (Fitri, 2000) menyatakan bahwa dukungan sosial dari keluarga dan teman-teman terutama yang berbentuk emosional mempunyai hubungan yang sangat signifikan dengan mengurangi tekanan dalam memenuhi kesejahteraan psikologis.

Putrianti (2007) dalam penelitiannya mengatakan bahwa suami yang mendukung dan membantu pekerjaan istrinya dalam mengurus pekerjaan rumah tangga sehari-hari, istri akan lebih mendapat kepuasan, kebahagiaan, dan kesejahteraan dalam hidupnya. Apabila ibu mendapatkan dukungan suami dalam

menghadapi tekanan maupun hambatan dalam pekerjaannya diluar rumah, ibu akan mencapai kesejahteraan psikologis yang baik.

Berdasarkan penjelasan tersebut, permasalahan yang ingin dikaji dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial suami dengan kesejahteraan psikologis pada ibu yang bekerja.

METODE PENELITIAN

A. Subjek Penelitian

Pada penelitian ini, subjek yang digunakan adalah seorang istri yang bekerja sebanyak 50 orang, yang diambil datanya secara random. Usia subjek berkisar antara 17 sampai 55 tahun.

B. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data menggunakan metode survei dengan skala model *Likert*, yaitu: Skala Kesejahteraan Psikologis dan Skala Dukungan Sosial Pasangan.

Masing-masing skala akan dijelaskan secara rinci sebagai berikut:

1. Skala Kesejahteraan Psikologis

Skala ini dikembangkan oleh peneliti dengan menggunakan skala kesejahteraan psikologis yang diadaptasi oleh peneliti dari Ryff (1995). Butir-butir pada skala ini disusun berdasarkan 6 aspek, yaitu :

- a. *Self acceptance*
- b. Hubungan positif dengan orang lain
- c. Otonomi
- d. Penguasaan lingkungan
- e. Tujuan hidup
- f. Pertumbuhan pribadi

Jadi, total aitem yang menyusun Skala Kesejahteraan Psikologis berjumlah 42 aitem. Tabel berikut adalah kisi-kisi dan ringkasan sebaran pernyataan tersebut :

Tabel 1

Skala Kesejahteraan Psikologis

Aspek	Nomor Butir Pernyataan	Jumlah
<i>Self Acceptance</i>	6, 12, 13, 18, 24, 25, 36, 37, 42	9
Hubungan Positif dengan Orang lain	1, 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40	8
Otonomi	7, 17, 20, 26, 29, 31, 32, 41	8
Penguasaan Lingkungan	2, 14, 15, 19, 27	5
Tujuan Hidup	5, 8, 11, 23, 35	5
Pertumbuhan Pribadi	3, 9, 21, 30, 33, 38, 39	7
Jumlah		42

2. Skala Dukungan Sosial Pasangan

Skala ini dikembangkan oleh peneliti dengan menggunakan skala dukungan sosial pasangan yang akan diadaptasi oleh peneliti dari Hill, Greenhouses, dan

Houses (dalam Dorio, 2009).. Butir-butir pada skala ini disusun berdasarkan 5 aspek, yaitu :

- a. Dukungan Penghargaan
- b. Dukungan Emosional
- c. Dukungan Instrumental
- d. Dukungan Informasi
- e. Dukungan Jaringan

Jadi, total aitem yang menyusun Skala Dukungan Sosial Pasangan berjumlah 20 aitem. Tabel berikut adalah kisi-kisi dan ringkasan sebaran pernyataan tersebut:

Tabel 2

Skala Dukungan Sosial Suami

Aspek	Nomor Butir Pernyataan	Jumlah
Dukungan Penghargaan	17, 18	2
Dukungan Emosional	1, 4, 5, 11	4
Dukungan Instrumental	7, 8, 9, 10, 19	5
Dukungan Informasi	2, 3, 6, 13, 14, 15, 16, 20	8
Dukungan Jaringan	12	1
Jumlah		20

C. Metode Analisis Data

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan dukungan sosial pasangan terhadap kesejahteraan psikologi pada istri yang bekerja. Penelitian ini menggunakan metode analisis data *korelasi product moment* dan *spearman*.

Perhitungan analisis data dilakukan dengan menggunakan komputer pada program *SPSS release 16* untuk Windows sebagai alat bantu analisis secara statistik.

HASIL PENELITIAN

1. Hasil Uji Asumsi

Sebelum melakukan analisis data, peneliti melakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas dan uji linearitas merupakan syarat untuk menentukan jenis korelasi yang akan digunakan.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran data dari suatu variabel. Pengujian normalitas dilakukan terhadap masing-masing hipotesis yang dibangun peneliti. Uji normalitas dilakukan menggunakan *Test of Normality Kolmogorov-Smirnov* pada program komputer SPSS 16 untuk Windows. Distribusi dikatakan normal apabila $p > 0.05$ sedangkan apabila $p < 0.05$ maka distribusi dikatakan tidak normal:

Tabel 7.
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Tests of Normality			Keterangan
	Kolmogorov-Smirnov ^a			
	Statistic	Df	Sig.	
Kesejahteraan Psikologis	1.495	50	.023	Tidak Normal
Dukungan Sosial Suami	1.061	50	.210	Normal

Berdasarkan tabel di atas, pada variabel kesejahteraan psikologis $p = 0.023$ ($p > 0.05$) dan variabel dukungan sosial suami diperoleh nilai $p = 0.210$ ($p > 0.05$). Hasil uji normalitas tersebut menunjukkan bahwa variabel kesejahteraan psikologis dikatakan tidak normal dan variabel dukungan sosial suami dikatakan normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah variabel kesejahteraan psikologis dan variabel dukungan sosial suami pada istri yang bekerja memiliki hubungan yang linear. Hubungan antara kedua variabel dikatakan linear apabila $p < 0,05$ sedangkan dapat dikatakan tidak linear apabila kedua variabel memiliki nilai $p > 0,05$.

Tabel 8

Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	p	Keterangan
Dukungan Sosial Suami-Kesejahteraan Psikologis	33,039	0,000	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas diperoleh nilai probabilitas $F_{\text{-statistik}} = 0,000 < \text{Level of Significant} = 0,05$, maka hipotesis nol yang menyatakan bahwa spesifikasi model linier adalah benar. Linear lebih lanjut dapat diartikan, jika variabel dukungan sosial suami meningkat, maka kualitas kesejahteraan psikologis akan meningkat.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu ada hubungan antara dukungan sosial suami dengan kesejahteraan psikologis. Analisis dalam penelitian ini adalah analisis Korelasi *Spearman*. Analisis ini digunakan untuk mengetahui efek variabel dukungan suami terhadap kesejahteraan psikologis. Adapun. Berikut ini tabel hasil Korelasi *Spearman* :

Tabel 9

Uji Hipotesis Korelasi

Hasil Korelasi <i>spearman's rho</i>			
Variabel	Koefisien Korelasi	p	Keterangan
Kesejahteraan psikologis*dukungan sosial suami	0,541	0,000	Signifikan

***.* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

Berdasarkan hasil olah data diperoleh nilai probabilitas r_{hitung} (0,000) < *Level of Significant* (0,05), maka disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial suami (X) berefek signifikan terhadap kesejahteraan psikologis (Y), sehingga hipotesis **diterima**.

5. Analisis Tambahan

Pengujian dilakukan untuk melihat sumbangsih terbesar antara aspek variabel dukungan sosial suami terhadap variable kesejahteraan psikologis. Berikut tabel hasil korelasi *Spearman* :

Tabel 12.

Uji Hipotesis Korelasi

Variabel	Koefisien Korelasi	p
Penghargaan	0.281	0.048
Emosional	0.504	0.000
Instrumental	0.319	0.024
Informasi	0.566	0.000
Jaringan	0.400	0.004

Berdasarkan hasil oleh data diperoleh hasil sumbangsih terbesar yaitu pada dukungan emosional dengan nilai probablitas r hitung 0,504 dan dukungan informasi dengan nilai probabilitas r hitung 0,566.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara dukungan sosial suami dengan kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga yang bekerja. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini yaitu akan ada hubungan antara dukungan sosial suami dengan kesejahteraan psikologis diterima.

Hasil analisis Korelasi *Spearman* menunjukkan bahwa nilai probabilitas $r_{\text{-hitung}}$ (0,000) < *Level of Significant* (0,05). Hal ini berarti variabel dukungan sosial suami berhubungan signifikan dengan kesejahteraan psikologis. Hal ini dapat diartikan, jika dukungan sosial suami meningkat, maka kesejahteraan psikologis juga akan

terpenuhi. Adanya dukungan sosial dari suami sangat mempengaruhi terpenuhinya kesejahteraan psikologis pada istri. Hal tersebut dikarenakan dukungan sosial suami merupakan kemampuan suami untuk membantu istri berupa informasi, nasehat, atau sesuatu yang dapat membesarkan hati agar istri lebih aktif untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi. Seorang istri yang bekerja membutuhkan dukungan sosial suami untuk mengurangi tingkat konflik peran ganda pada istri yang bekerja, karena dukungan sosial keluarga memainkan peranan penting pada proses stres dalam pekerjaan baik di luar rumah sebagai perempuan karir maupun di dalam rumah sebagai istri. Selain mengurangi tingkat stres pada istri yang bekerja, dukungan suami juga meningkatkan kepuasan perkawinan. Pada sebuah pernikahan, dukungan sosial merupakan hal yang penting dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Melalui *support* orang-orang terdekatnya dan yang paling bermakna, seseorang dapat mencapai tujuan dan kesejahteraan hidupnya.

Seorang individu dikatakan tingkat kesejahteraan psikologisnya tinggi apabila orang itu memiliki hubungan yang baik dengan lingkungannya, mempunyai kepercayaan diri yang baik, bisa membangun hubungan baik dengan orang lain dan menunjukkan bahwa individu tersebut mempunyai tujuan pribadi dan juga dalam pekerjaannya. Ryff (Ayuningputri dan Maulana, 2014) menyatakan bahwa agar seseorang dapat memunculkan potensi terbaiknya, seseorang harus sejahtera secara psikologis. Ketika seseorang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, diharapkan dapat mengaktualisasikan potensinya dengan maksimal.

Penelitian yang dilakukan oleh Pasili dan Canning (Lauer & Lauer, 2000), dengan responden dari Inggris, California, dan Australia, ditemukan bahwa hal utama dari *well-being* adalah kualitas dari hubungan sosial antarindividu. Untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang tinggi, seorang istri yang bekerja membutuhkan dukungan sosial dari keluarga. Barnet dan Baruch (Mufida, 2008) menyatakan bahwa dengan bekerja perasaan *well-being* perempuan dapat meningkat.

Hasil sumbangsih dari variabel dukungan sosial suami yang ditunjukkan dengan nilai sumbangsih terbesar pada aspek dukungan emosional dengan nilai r hitung 0,504 dan dukungan informasi dengan nilai r hitung 0,566. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Milatina dan Yanuvianti (2016) yang menunjukkan bahwa dukungan emosional dan dukungan jaringan memiliki presentase terbesar, dan dukungan emosional memperoleh hasil paling tinggi yaitu 51,4% dan dukungan informasi sebesar 29%. Adanya dukungan emosional oleh orang-orang terdekat berupa empati, perhatian, dan kasih sayang serta adanya kepedulian dapat mendorong turunnya ketegangan emosional yang dialami individu yang mengalami permasalahan (Smet, 1994). Rendahnya ketegangan emosional menunjukkan bahwa kecemasan individu dalam menghadapi masalah pun rendah dan dapat dikendalikan sehingga tidak mengganggu fungsi dari fisik dan psikis seseorang (Scholten, 2006).

Dukungan informatif yang tepat dan dapat dipercayai dari orang-orang terdekat dapat mempengaruhi seseorang dalam menghadapi masalahnya dengan penilaian yang positif (Scholten, 2006). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh

Kaufmann & Beehr (Fitri, 2000) menyatakan bahwa dukungan sosial dari keluarga dan teman-teman terutama yang berbentuk emosional mempunyai hubungan yang sangat signifikan dengan kepuasan kerja, kebosanan, dan depresi. dukungan sosial keluarga terutama dari suami dapat mengurangi tingkat konflik peran ganda pada istri yang bekerja, karena dukungan sosial keluarga memainkan peranan penting pada proses stres dalam pekerjaan baik di luar rumah sebagai perempuan karir maupun di dalam rumah sebagai istri.

Hasil korelasi positif antara kesejahteraan psikologis dengan dukungan sosial suami menunjukkan bahwa perlunya pasangan (suami) memberikan *support* bagi istrinya seperti memberikan bentuk perhatian baik secara lahir dan batin. Selain itu, bentuk dukungan dari suami tersebut dapat meningkatkan keharmonisan rumah tangga dan dapat mengurangi konflik dalam rumah tangga, karena dukungan sosial keluarga memainkan peranan penting pada proses stres dalam pekerjaan baik di luar rumah sebagai perempuan karir maupun di dalam rumah sebagai istri.

Secara keseluruhan, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki kelemahan. Kelemahan yang disadari oleh peneliti dari penelitian ini adalah adanya kemungkinan munculnya bias ketika responden menjawab kuisioner. Dalam penelitian psikologi, bias adalah faktor yang dapat menyimpangkan data (Kartono, 1987). Hal ini dapat dilihat dari beberapa responden yang mengisi kuisioner dengan pilihan jawaban yang sama pada setengah jumlah aitem yang diberikan. Kemungkinan bisa dapat muncul karena berbagai hal, seperti terburu-buru pada saat menjawab aitem, kurang fokus mengerjakan kuisioner, atau sengaja memberikan

jawaban yang sesuai norma yang ada di masyarakat (Azwar, 2015). Oleh karena itu, peneliti berusaha untuk menjelaskan kepada responden penelitian bahwa kerahasiaan data terjamin dan tidak ada jawaban yang salah atau benar dalam menjawab aitem-aitem skala, sehingga diharapkan responden dapat menjawab skala sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial suami berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis pada ibu yang bekerja sehingga tinggi rendahnya dukungan sosial suami dapat menjelaskan tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis pada ibu yang bekerja. Apabila dukungan sosial suami meningkat, maka kesejahteraan psikologis juga akan terpenuhi, dan apabila dukungan sosial suami menurun, maka kesejahteraan psikologis tidak akan terpenuhi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, R.M. (2013). *Self Esteem* Antara Ibu Rumah Tangga Yang Bekerja Dan Tidak Bekerja. *Jurnal Online Psikologi* 01(01) <http://ejournal.umm.ac.id>
- Apollo, A. (2007). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Perasaan Malu pada Remaja. *Widya Warta, Jurnal Ilmiah Universitas Katolik Widya Mandala Madiun* 31 (1), 39-50
- Apollo, A., & Cahyadi, A. Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah Yang Bekerja Ditinjau dari Dukungan Sosial Keluarga dan Penyesuaian Diri. *Widya Warta* 35 (2). ISSN 0854-1981

- Ayuningputri, N., dan Maulana, H. (2014). Persepsi akan Tekanan Terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Pasangan Suami-Istri dengan *Stroke*. *Jurnal Psikologi Integratif*, 2(2), 27-34
- Azwar, S. (2008). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Corsini, R. (2002). *The dictionary of psychology*. New York : Brunner-Routledge
- Dewi, H., dan Handayani, A. (2013). Kemampuan Mengelola Konflik Interpersonal di Tempat Kerja ditinjau dari Persepsi Terhadap Komunikasi Interpersonal dan Tipe Kepribadian Ekstrovert. *Jurnal Psikologi Undip*, 12 (1)
- Fitri, W. (2000) . Konflik Peran Ganda Ditinjau Dari Tingkat Religiusitas. *Naskah Publikasi*. Yogyakarta: Program Pascasarjana UGM
- Greenglass, E., Fiksenbaum, L., & Eaton, J. (2006). The Relationship between Coping, Social Support, Functional Disability and Depression in the elderly. *Journal Routledge Taylor and Francis Group*. March; 19 (1). 15-31
- Greenhaus, E.R., & Beutell, N.G. (1985). Source of Conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10, 1, 76-88.
- Hoffman, M. A., Ushpiz, V., & Levy, S.R. (1988). Social support and self-esteem in adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 17, 307-316. doi: 10.1007/BF01537672
- Huppert, F.A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1, 137-164
- Ihromi, T.O. (1995). *Kajian wanita dalam pembangunan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia
- Ihromi, O. (1990). Wanita Bekerja dan Masalah-Masalahnya dalam Toety Herarty Nurhdi dan Aida Fitalayas. Hubeis (ed). *Dinamika Wanita Indonesia*. Jakarta: Pusat Pengembangan Sumber Daya Wanita
- Kaheksi. (2008). The Relationship between Coping, Social Support, Functional Disability and Depression in the elderly. *Jurnal Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta*
- Kartono, K. (1985). *Menyiapkan dan memandu karier*. Jakarta: CV. Rajawali
- Kartono, K. (1992). *Psikologi wanita : Mengenal wanita webagai ibu dan nenek*. Jilid2. Bandung: Mandar Maju

- Lauer, R.H., & Lauer, J.C. (2000). *Marriage and family (4th ed.)*. New York: McGraw-Hill, Boston
- Srimathi, L.N., & Kiran, S.K.K. (2010). Psychological Well being of Employed Women across Different Organisations. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 36, 89-95
- Marettih, A.K.E. (2013). Work-Family Conflict Pada Ibu Bekerja (Studi Fenomenologi dalam Perspektif Gender dan Kesehatan Mental. *Jurnal Sosial Budaya*. 10, ISSN: 1979-2603, 27-37
- Matlin, M.W. (2004). *The Psychology of Women, fifth edition*. USA : Wadsworth, Thomson Learning, Inc
- Mufida, A. (2008). Hubungan *Work-Family Conflict* dengan *Psychological Well Being* Ibu Yang Bekerja. *Skripsi* . Jakarta : Universitas Indonesia
- Papalia, D.E., Olds, S.W., dan Feldman, R.D. (2004). *Human development*. (9th ed.) New York: Mc Graw-Hills Companies, Inc
- Pratiwi, A. (2011). Hubungan Konflik Peran Ganda Dengan Psychological Well Being Pada Ibu Bekerja Sebagai Pegawai Bank. <http://psikologi.ub.ac.id/wp-content/uploads/2014/11/jurnal-skripsi-dhinar.pdf>
- Putrianti, G.F. Kesuksesan Peran Ganda Wanita Karir Ditinjau Dari Dukungan Suami, Optimisme, dan Strategi *Coping*. *Indigenous, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 9 (1), 3-17
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2001). *Jurnal: On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well being*. <http://www.proquest.com,16/03/09>
- Ryff, C.D., & Singer, B.H. (1996). Psychological Well-Being, Meaning, Measurement and Implication for Psychotherapy Research. *Psychotherapy Psychosomatic*, 65, 14-23
- Ryff, C.D. (2002). Optimizing Well Being: The Empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007–102
- Ryff, C.D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*.57(6), 99-104
- Sajogyo, P. (1983). *Peranan Wanita Dalam Pembangunan Masyarakat Desa*. Jakarta [ID]: CV Rajawali.

- Sarafino, E.P., & Smith, T.W. (2012). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. John Wiley & Sons Inc
- Sari, N.P. (1998). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada Remaja Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM
- Smet, B. (1994) . *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT Grasindo
- Utami, N. D. (2011). Gambaran *Psychological Well Being* Pada Individu Lanjut Usia Yang Tinggal di Panti Werdha (Online). http://JURNAL_Gambaran_Psychological_Well_Being_Pada_Individu_Lanjut_Usia_Yang_Tinggal_Di_Panti_Werdha.//, diakses tanggal 23 Februari 2013). Wells, I.E. (2010). *Psychology of emotions, motivations and actions: Psychological well-being*. New York: Nova Science Publisher, Inc.