

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Ibu merupakan seorang wanita yang memiliki peran penting dalam keluarga terutama pada proses perkembangan anak-anak. Sebagai orang pertama yang dikenal, ibu memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan anak. Kartono (1992) menjelaskan bahwa perempuan sebagai ibu memiliki tugas untuk pemeliharaan jasmani dan mendidik anak. Pemeliharaan jasmani biasanya terjadi pada periode pertama kehidupan bayi, salah satunya dalam kegiatan menyusui. Ibu memelihara jasmani termasuk kesehatan anak dengan menyusui karena ASI adalah makanan terbaik bagi bayi. Ketika anak semakin berkembang, maka ibu perlu mendidik anak untuk mampu beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya.

Seiring berjalannya waktu, peran ibu dalam keluarga terbagi karena semakin banyak ibu rumah tangga yang bekerja, baik dengan alasan memenuhi kebutuhan keluarga, mengisi waktu maupun sekedar meningkatkan eksistensi. Penelitian Nurhidayah (2008) menjelaskan bahwa sebagian besar alasan ibu yang bekerja adalah permasalahan ekonomi, adanya kepercayaan dan dorongan dari suami, aktualisasi diri, dan pengembangan karir. Basri (Nurhidayah, 2008) juga menjelaskan bahwa ibu zaman sekarang cenderung memilih untuk bekerja karena alasan ekonomi rumah tangga.

Data Badan Pusat Statistik (BPS, 2016) menyebutkan bahwa jumlah pencari kerja terdaftar di Indonesia pada tahun 2015 sebanyak 1.410.428 orang dengan rincian laki-laki 698.230 orang dan perempuan 712.198 orang. Jumlah

penempatan tenaga kerja laki-laki 398.189 orang dan perempuan 343.988 orang. Jumlah pencari kerja di Daerah Istimewa Yogyakarta sendiri berjumlah 16.711 orang dengan rincian 8.026 orang laki-laki dan 8.685 orang perempuan. Data tersebut menunjukkan sedikit perbedaan antara pencari kerja laki-laki dan perempuan di DIY. Sedangkan data jumlah penempatan kerja DIY menunjukkan perbedaan yang cukup signifikan antara laki-laki dan perempuan, yaitu 3.864 orang laki-laki dan 7.125 orang perempuan. Data-data tersebut menunjukkan tingginya minat wanita bekerja dan semakin banyaknya wanita yang bekerja.

Berdasarkan hasil penelitian Kosim, Istiyani, dan Komariyah (2015) diketahui bahwa bekerja bagi ibu memiliki pengaruh nyata terhadap kualitas hidup. Fayers dan Machin (Larasati, 2012) mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu tentang keberfungsian diri terhadap berbagai bidang kehidupan, terutama penilaian terhadap kehidupan berdasarkan konteks budaya dan sistem nilai yang berlaku di tempat tinggalnya yang berhubungan dengan tujuan, harapan, standar, dan hal yang menjadi fokus diri. Menurut WHO (1996), kualitas hidup memiliki empat aspek yaitu kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Aspek-aspek tersebut dapat menunjukkan tingkat kualitas hidup yang dimiliki ibu bekerja.

Berkaitan dengan hal tersebut, beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa bekerja menyebabkan menurunnya beberapa aspek kualitas hidup. Penelitian Haryani, Wulandari, dan Karmaya (2014) menemukan bahwa bekerja menyebabkan kelelahan yang berdampak pada menurunnya kesehatan fisik ibu. Bahkan banyak hasil penelitian sebelumnya menunjukkan ibu yang bekerja

menggunakan sistem shift memiliki peningkatan resiko kanker payudara sebesar 30% sampai 60%, menyebabkan kebiasaan makan yang buruk, dan gangguan irama sirkadian (Kryger, Roth, & Dement, 2017).

Selanjutnya Utari (2015) menemukan berbagai perasaan negatif yang dirasakan ibu seperti sedih, kecewa, dan bersalah pada anak karena bekerja membuat ibu tidak dapat memberikan ASI secara eksklusif. Linandar (2009) juga menemukan adanya rasa bersalah pada ibu bekerja karena harus meninggalkan anak dengan anggota keluarga lain atau tempat penitipan anak. Berbagai perasaan negatif yang muncul pada diri ibu merupakan salah satu bagian dari aspek psikologis, sehingga hal tersebut menyebabkan menurunnya aspek psikologis pada ibu. Hasil temuan tersebut secara tidak langsung juga menunjukkan bahwa aspek hubungan sosial ibu yaitu hubungan ibu dengan anak menjadi terganggu karena waktu ibu bersama anak berkurang.

Aspek hubungan sosial adalah aspek yang terkait dengan ikatan ibu dengan kerabat atau keluarga. Berdasarkan beberapa hasil penelitian tersebut diketahui bahwa ibu bekerja mengalami beberapa masalah pada aspek kesehatan fisik, psikologis, dan hubungan sosial yang berdampak pada kualitas hidup. Delina dan Raya (2013) menemukan bahwa sebagian besar ibu bekerja mengalami masalah pada hubungannya dengan pasangan akibat jam kerja ibu yang panjang. Ibu juga mengalami kesulitan untuk berkumpul dengan teman dan keluarga serta kesulitan melakukan suatu hal yang bersifat menghibur diri.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan hasil wawancara peneliti pada ibu bekerja yang menjelaskan bahwa ibu merasa bersalah karena meninggalkan anak

kepada pengasuh. Bahkan ketika anak sakit, ibu lebih merasa bersalah dan khawatir sehingga terburu-buru untuk pulang. Ibu juga terkadang mengikuti kegiatan yang mengharuskan ibu untuk menginap, sehingga tidak dapat bertemu anak selama beberapa hari dan tidak dapat berlibur bersama keluarga. Salah satu ibu juga mengeluh merasa lelah karena ibu harus berangkat bekerja pagi hari dan pulang sore kemudian melakukan semua urusan dalam rumah yang belum selesai. Rasa bersalah dan khawatir pada ibu termasuk aspek psikologis, kelelahan termasuk aspek kesehatan fisik, serta tidak dapat bertemu anak termasuk hubungan sosial. Aspek-aspek yang bermasalah tersebut dapat menyebabkan kualitas hidup ibu bekerja menurun.

Kualitas hidup dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu kesehatan, keamanan pribadi, pekerjaan, keluarga, dan kehidupan masyarakat (Cummins dalam Pukeliene & Starkauskiene, 2011). Berdasarkan wawancara Haryani, dkk (2014), diketahui bahwa ibu menilai keluarga sebagai suatu hal yang penting. Akan tetapi, pekerjaan juga menjadi suatu hal penting karena adanya tuntutan ekonomi keluarga. Oleh karena itu, ibu bekerja memerlukan sebuah strategi agar faktor pekerjaan dan faktor keluarga tidak mengalami masalah yang berdampak pada kualitas hidup. Menurut Lewis (2009), tuntutan kerja dan tuntutan keluarga yang dialami ibu bekerja dapat diatasi dengan menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga (*work family balance*). Tuntutan dalam keluarga seperti pengasuhan anak, menyiapkan sarapan, dan mengurus kebutuhan suami, sedangkan tuntutan pekerjaan seperti tugas kantor dan jam kerja.

Greenhaus dan Allen (Grzywacz & Carlson, 2007) mendefinisikan *work family balance* sebagai tingkat efektifitas dan tingkat kepuasan seseorang terhadap pekerjaan dan keluarga yang kompatibel dengan prioritas hidup seseorang tersebut. Ketidakseimbangan antara pekerjaan dan keluarga (*work family imbalance*) menyebabkan berbagai masalah pada ibu bekerja. Ibu bekerja yang lebih banyak menjalankan peran dalam domain keluarga akan menyebabkan masalah dalam domain pekerjaan seperti tugas yang tidak selesai. Sebaliknya ibu yang lebih banyak menjalankan peran dalam domain pekerjaan dapat menyebabkan konflik, stres kerja keluarga yang tinggi, serta berkurangnya waktu dan energi yang dimiliki (Greenhaus, Collins, & Shaw, 2003; Beham & Drobnic, 2010).

Work family balance diperlukan ibu bekerja karena dapat berfungsi sebagai penyangga ketika ibu memiliki masalah pada salah satu domain antara pekerjaan dan keluarga (Prasetya, 2016; Barnett & Hyde, 2011). *Work family balance* juga dapat membantu ibu dalam mengatur rutinitas dan meringankan beban pada salah satu domain yang berlebihan. *Work family balance* yang dimiliki ibu dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan psikologis, bahkan hasil penelitian menemukan bahwa *work family balance* dikaitkan pada kualitas hidup (St-Amour, Laverdure, Devault, Manseau, & Jacob, 2007; Kofodimoz dalam Aziz, 2011).

Marks dan MacDermind (1996) menjelaskan bahwa keseimbangan peran meminta seseorang untuk dapat mengutamakan peran sesuai kepentingan agar mengatur berbagai tanggungjawab yang dimiliki. Tanggungjawab setiap ibu bekerja berbeda-beda, tergantung situasi yang dihadapi seperti usia anak.

Tanggungjawab ibu bekerja yang memiliki anak usia dini dengan ibu bekerja yang memiliki anak usia remaja mungkin berbeda. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Craig dan Sawrikar (2008) yang menemukan bahwa keseimbangan kerja keluarga lebih dirasakan orang tua yang memiliki anak remaja daripada orang tua yang memiliki anak yang lebih kecil. Menurut hasil penelitian Agiani, Nursetiawati, dan Muhariyati (2015), hal tersebut dapat disebabkan karena anak usia dini masih bergantung ibu sehingga ketika anak menangis atau sakit, pekerjaan ibu terhambat bahkan harus ditunda terutama pekerjaan dalam keluarga yang menyebabkan waktu ibu untuk beristirahat berkurang.

Selain usia anak, jenis pekerjaan juga dapat membuat tanggungjawab ibu bekerja berbeda-beda. Penelitian Rizkillah (2013) menemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara ibu yang bekerja di sektor formal dan sektor informal. Ibu bekerja pada sektor formal mengalami masalah kurangnya waktu dengan anak, kendala komunikasi dengan keluarga, dan kendala membagi pekerjaan dengan anggota keluarga yang lebih besar dibandingkan ibu bekerja pada sektor informal. Sedangkan ibu bekerja pada sektor informal mengalami masalah pendapatan dan kelelahan fisik yang lebih besar dibandingkan ibu yang bekerja pada sektor formal. Berdasarkan konsep *work family balance*, ibu yang bekerja pada sektor formal mengalami kesulitan yang lebih besar untuk mencapai keseimbangan daripada ibu pada sektor informal.

Sektor formal adalah kegiatan perekonomian yang terstruktur, memiliki manajemen yang baik, serta memiliki izin resmi dan status hukum dari pemerintah atau lembaga berwenang misalnya Pegawai Negeri Sipil, dokter, perawat, dan

karyawan perusahaan (Widyatmanti & Natalia, 2008; Adisukarjo & Ningsih, 2007). Sedangkan sektor informal adalah kegiatan perekonomian yang tidak memiliki izin resmi yang terdiri dari unit usaha kecil yang memproduksi serta menyebarkan barang dan jasa dengan tujuan meningkatkan kesempatan kerja dan pendapatan bagi diri mereka, serta dibatasi oleh faktor modal dan keterampilan dari pekerja misalnya pedagang keliling, dan perajin kecil.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara *work family balance* dan kualitas hidup pada ibu bekerja sebagai perawat, guru atau yang memiliki anak usia dibawah 10 tahun. Apakah *work family balance* mempengaruhi kualitas hidup ibu bekerja sebagai perawat, guru, atau karyawan yang memiliki anak usia di bawah 10 tahun?

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *work family balance* dengan kualitas hidup pada ibu bekerja sebagai perawat, guru, atau karyawan yang memiliki anak di bawah usia 10 tahun. Penelitian juga bertujuan untuk mengetahui pengaruh usia anak, perbedaan *work family balance* dan kualitas hidup ditinjau dari jenis pekerjaan, serta pengaruh masing-masing aspek *work family balance* terhadap kualitas hidup ibu bekerja.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis diharapkan penelitian ini dapat menambah khazanah dalam bidang psikologi klinis dan psikologi industri dan organisasi.

2. Manfaat Praktis

- a. Menjadi informasi bagi ibu yang bekerja tentang pentingnya keseimbangan kerja keluarga terhadap kualitas hidup dan pengaruhnya terhadap pekerjaan dan keluarga.
- b. Menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya tentang variabel *work family balance* dan kualitas hidup.

D. Keaslian Penelitian

Topik dalam penelitian ini adalah hubungan antara *work family balance* dan kualitas hidup pada ibu bekerja. Penelitian ini merupakan replikasi dari penelitian Greenhaus, dkk (2003) dengan judul "*The Relation Between Work family balance and Quality of Life*". Teori yang digunakan adalah teori Marks dan MacDermid tahun 1996 untuk variabel *work family balance*. Responden yang digunakan Greenhaus, dkk (2003) adalah 353 laki-laki dan perempuan anggota *American Institute Akuntan Public (AICPA)* yang telah menikah atau memiliki hubungan jangka panjang dan memiliki minimal satu anak. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang lebih banyak meluangkan waktu bersama keluarga memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi daripada responden yang lebih banyak menggunakan waktunya untuk bekerja.

Penelitian serupa pernah dilakukan oleh Prasetya (2016) dengan judul "*The Correlation between Work and Family Balance and Quality of Life with Gender as Mediator Variabel among Java Ethnic Group*". Teori kualitas hidup yang

digunakan dari *World Health Organization* (WHO) dan teori *work family balance* diambil dari Marks dan MacDermid tahun 1996. Responden yang digunakan adalah 29 perempuan dan 37 laki-laki yang telah menikah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan antara *work family balance* atau keseimbangan kerja keluarga dan kualitas hidup tidak dimoderasi berdasarkan jenis kelamin. Beberapa responden memiliki kepercayaan "*narimo ing pandum*" yaitu keharusan untuk menerima setiap hal yang diberikan dan bersyukur atas segala yang dimiliki. Kepercayaan tersebut membantu responden dalam menghadapi tuntutan hidup yang sulit dan mengurangi stres yang dialami.

Sedangkan penelitian terdahulu yang menggunakan variabel *work family balance* adalah Beham & Drobic (2010) tentang "*Satisfaction with Work family balance among German Office Workers*". Penelitian ini menggunakan teori *work family balance* dari Frone tahun 2003 dengan responden berjumlah 716 orang. Kriteria yang ditetapkan adalah bekerja pada bidang layanan finansial atau teknologi informasi pada dua perusahaan yang telah ditentukan peneliti. Hasil penelitian menemukan bahwa dampak negatif pekerjaan terhadap keluarga menjadi mediator antara hubungan tuntutan kerja psikologis, harapan jam organisasi, serta *job insecurity* dan kepuasan terhadap *work family balance*.

Nugraheni (2015) juga melakukan penelitian menggunakan variabel *work family balance* dengan judul "*Hubungan Work Family Balance dan Regulasi Emosi dengan Secure Atteachment pada Ibu Bekerja yang Memiliki Anak Remaja di PT. Ina Prima Grafindo Surakarta*". Penelitian ini menggunakan teori Greenhaus, dkk (2003) dengan responden berjumlah 49 orang. Kriteria yang

ditetapkan adalah ibu yang bekerja minimal 8 jam sehari, memiliki anak remaja usia antara 12 sampai 20 tahun, pendidikan terakhir SMP atau SMA, dan bekerja di bidang produksi PT. Ina Prima Grafindo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *work family balance* dan regulasi emosi terhadap *secure attachment*.

1. Keaslian Topik

Penelitian ini merupakan replikasi dari penelitian berjudul "*The Relation Between Work family balance and Quality of Life*" menjadi "*Work Family Balance dan Kualitas Hidup pada Ibu Bekerja*". Penelitian serupa lainnya adalah "*The Correlation between Work and Family Balance and Quality of Life with Gender as Mediator Variabel among Java Ethnic Group*". Penelitian dengan variabel *work family balance* adalah "*Satisfaction with Work family balance among German Office Workers*" dan "*Hubungan Work Family Balance dan Regulasi Emosi dengan Secure Atteachment pada Ibu Bekerja yang Memiliki Anak Remaja di PT. Ina Prima Grafindo Surakarta*".

2. Keaslian Teori

Penelitian ini menggunakan teori yang sama dengan penelitian Prasetya (2016) yaitu teori *World Health Organization* untuk variabel kualitas hidup. Teori *work family balance* yang digunakan penelitian ini sama dengan teori yang digunakan Nugraheni (2015), yaitu teori dari Greenhaus, dkk (2003). Sedangkan Prasetya (2016) menggunakan teori

yang sama dengan Greenhaus, dkk (2003) untuk teori *work family balance*, yaitu teori Marks dan MacDermid (1996).

3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini sama dengan alat ukur yang digunakan Greenhaus, dkk (2003) dan Prasetya (2016), yaitu adaptasi dari alat ukur WHOQOL-BREF. Sedangkan alat ukur variabel *work family balance* yang digunakan tidak sama dengan penelitian Nugraheni (2015), penelitian ini melakukan modifikasi alat ukur dari Sari (2016) berdasarkan aspek dari Greenhaus, dkk (2003).

4. Keaslian Responden

Penelitian Greenhaus, dkk (2003), Beham dan Drobnic (2010) serta Prasetya (2016) menggunakan responden laki-laki dan perempuan bekerja yang telah menikah. Sedangkan Nugraheni (2015) menggunakan responden dengan kriteria lebih spesifik, yaitu ibu bekerja pada bagian produksi di PT. Ina Grafindo Prima, bekerja minimal 8 jam sehari, pendidikan minimal SMP atau SMA, serta memiliki anak remaja usia antara 12 sampai 20 tahun. Berbeda dengan penelitian di atas, penelitian ini menggunakan responden ibu yang bekerja sebagai perawat, guru, atau karyawan dengan kriteria memiliki suami yang juga bekerja dan anak dibawah usia 10 tahun.