

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Beragam kebutuhan hidup yang semakin kompleks beserta semakin berkembangnya isu tentang kesetaraan gender seiring perkembangan jaman menuntut seseorang untuk melakukan upaya pemenuhan kebutuhan dengan bekerja khususnya bagi seorang ibu rumah tangga, selain itu peran ibu yang bekerja juga berfungsi untuk membantu suami dalam memenuhi kebutuhan keluarga. Maka dari itu untuk memenuhi kebutuhan hidup terutama kebutuhan keluarga saat ini tidak sedikit seorang istri yang sudah menjadi ibu bekerja membantu suaminya mencari nafkah untuk perekonomian keluarga. Hal ini diperkuat sesuai dengan penjelasan dari Fitriyani dan Nunung, (2016) bahwa zaman modern ini banyak ibu yang ingin memilih untuk bekerja atau menjadi wanita karir dibandingkan menjadi ibu rumah tangga, hal ini bukan tanpa alasan melainkan banyaknya kebutuhan hidup yang harus dipenuhi (Fitriyani & Nunung, 2016).

Kedua peran ini harus dijalani dalam waktu bersamaan. Dampak dari peran ganda seorang istri atau ibu terutama adalah berkurangnya waktu dan perhatian terhadap suami dan anak-anak, pengaturan waktu, stress dan kelelahan. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia mengenai ibu adalah seorang wanita yang telah atau sudah melahirkan anak, maka anak harus menyayangi ibunya. Penelitian Nilakusmawati (2009) menyebutkan bahwa alasan wanita bekerja di sektor informal

adalah karena keharusan bekerja untuk mengatasi kesulitan ekonomi rumah tangga. Alasan ini disampaikan oleh sekitar 86,0 persen responden penelitian, sedangkan alasan aktualisasi diri, mencari afiliasi diri wadah untuk bersosialisasi merupakan alasan yang dijawab oleh 11,3 persen responden, dan alasan lainnya hanya 2,7 persen, (Nilakusmawati & Susilawati, 2012).

Menurut Ariati (2010) seorang ibu yang bekerja ketika menilai lingkungan kerjanya sebagai lingkungan yang menarik, menyenangkan, dan penuh dengan tantangan dapat dikatakan bahwa ibu merasa bahagia dan menunjukkan kinerja yang optimal. Selain itu, menurut Zarina dan Kharisma (2016) ibu yang bekerja memiliki kewajiban dan tuntutan tugas sebagai karyawan, di satu sisi ibu rumah tangga yang merupakan kewajiban utama seorang ibu yaitu mengurus pekerjaan rumah tangga, sebagai ibu, dan seorang istri. Ketika seorang wanita lajang bekerja di luar rumah, seseorang itu tampak sangat nyaman karena mengenal dunia kerja, berinteraksi dengan banyak orang. Namun, jika wanita yang sudah menikah memiliki suami dan anak, semua perubahan begitu terlihat jelas mulai dari status yang berubah menjadi seorang istri atau seorang ibu. Menurut Kartajaya (2002) pada umumnya wanita atau ibu banyak menghadapi masalah psikologis karena adanya berbagai perubahan yang dialami saat menikah, antara lain perubahan peran sebagai istri dan ibu rumah tangga, bahkan juga sebagai ibu bekerja. Sejalan dengan hasil penemuan Apreviadizy dan Puspitacandri (2014) stres banyak dialami pada ibu yang bekerja dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja, selain tanggungan pekerjaan yang ada di rumah yang menuntut untuk terselesaikan, pekerjaan kantor juga menuntut untuk terselesaikan

sehingga menambah beban waktu, pikiran dan tenaga bagi ibu yang bekerja, kurang merasakan kepuasan dalam hidupnya. Hal ini menunjukkan pentingnya memperhatikan kesejahteraan pada diri ibu, salah satunya yaitu kesejahteraan subjektif atau *subjective well-being*. *Subjective well-being* penting untuk dimiliki karena umumnya seseorang dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi mempunyai sejumlah kualitas yang mengagumkan (Diener, 2000).

Menurut Diener (2009) definisi *subjective well-being* dan kebahagiaan dapat dibagi menjadi tiga kategori. Pertama, *subjective well-being* bukanlah sebuah pernyataan subjektif tetapi merupakan beberapa keinginan berkualitas yang ingin dimiliki setiap orang. Kedua, *subjective well-being* merupakan sebuah penilaian secara menyeluruh dari kehidupan seseorang yang merujuk pada berbagai macam kriteria. Ketiga, *subjective well-being* jika digunakan dalam percakapan sehari-hari yaitu dimana perasaan positif lebih besar daripada perasaan negatif. Diener (2009) juga mengungkapkan bahwa *subjective well-being* adalah proses penilaian individu terhadap-hidupnya, meliputi penilaian secara kognitif, dan secara afektif yang merupakan salah satu prediktor kualitas hidup individu. Veenhoven (2010) juga menjelaskan bahwa *subjective well-being* adalah tingkat di mana seseorang diharapkan merasa nyaman dan menilai kualitas hidupnya. Menurut Diener (2009), *subjective well-being* terdiri dari tiga aspek pembangun yaitu afek positif, afek negatif dan kepuasan hidup. Afek positif dan afek negatif merupakan aspek afektif, sedangkan kepuasan hidup merupakan aspek kognitif dari kehidupan seseorang.

Berdasarkan penelitian yang berkaitan dengan *subjective well-being*, seperti penelitian yang dilakukan oleh Diener (2000) pada mahasiswa di 17 negara menghasilkan bahwa individu yang mempunyai *subjective well-being* tinggi akan mempunyai kepuasan hidup dan kebahagiaan yang tinggi, yang pada akhirnya juga dapat meningkatkan keterampilan sosial, penampilan fisik yang menarik, dan tercapainya cita-cita seseorang. Menurut Diener, Scollon dan Lucas (2004) individu dengan level *subjective well-being* yang tinggi, pada umumnya memiliki sejumlah kualitas yang mengagumkan. Demikian pula penelitian yang dilakukan oleh Oktaviana (2015) menemukan hasil *subjective well-being* dari 100 Ibu yang bekerja di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang, ada 54 (54%) orang yang memiliki *subjective well-being* yang rendah dan 46 (46%) orang yang memiliki *subjective well-being* yang tinggi.

Hal ini juga sesuai dengan hasil interview, pada tanggal 28 April 2021 kepada lima ibu yang bekerja, yaitu memanfaatkan peluang yang ada dalam bekerja, disamping itu untuk menambah keuangan dalam keperluan rumah tangga, tidak ingin menyia-nyiaikan ilmu yang diperoleh dibangku kuliah, dan pastinya untuk membantu perekonomian keluarga, terutama agar anak bisa mendapatkan pendidikan yang baik. Beberapa ibu juga menyatakan bahwa terkadang merasa lelah dalam bekerja, merasa kurang puas dengan apa yang di dapatkan saat bekerja, dalam hal gaji dan lingkup kerja bahkan menghadapi karakter tiap rekan kerja yang kadang membuat emosi ibu yang bekerja menjadi negatif, tetapi di luar itu ibu yang bekerja ini juga menyatakan ketika bekerja ada hal positif yang membuat ibu bisa bekerja dengan nyaman karena

hubungan antar rekan kerja. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Astriani (2019) bahwa faktor yang menjadi alasan ibu bekerja di luar rumah, di antaranya adalah karena alasan keuangan, adanya aspek psikologis seperti kepercayaan dan dorongan dari suami, aktualisasi diri, pengembangan karir, dan aspek psikologis seperti kepuasan, kebanggaan, pekerjaan, hubungan sosial, dan berpacaran.

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat masalah dalam *subjective well-being* pada ibu yang bekerja. Hal ini ditunjukkan dari hasil perilaku masing-masing ibu, seperti mengalami kesulitan dalam membagi waktu untuk bekerja dan waktu untuk keluarga, merasa lelah dalam menjalani pekerjaan yang dijalani, mengalami emosi negatif dan subjek merasa belum puas dengan gaji dalam bekerja saat ini. Banyaknya afek negatif yang dialami dan kurangnya kepuasan hidup merupakan komponen rendahnya *subjective well-being* pada ibu yang bekerja.

Ibu yang bekerja harus memiliki tingkat *subjective well-being* atau kesejahteraan subjektif yang tinggi, karena dengan bekerja seseorang merasakan kepuasan dalam hidup dan sering merasakan emosi positif seperti kebahagiaan dan kasih sayang seseorang dikatakan memiliki kualitas yang lebih baik atau memiliki *subjective well-being* yang tinggi, (Diener, Suh & Oishi, 1997). Begitupun menurut Diener (2000) individu dengan tingkat *subjective well-being* yang tinggi memiliki kualitas diri yang baik. Hal ini didukung oleh Samputri dan Sakti (2015) orang dengan tingkat *subjective well-being* tinggi, merasa senang dan bahagia dengan teman dekat dan keluarganya. Individu ini juga kreatif, optimis, rajin, tidak mudah putus asa, dan lebih banyak tersenyum dari pada individu yang tidak bahagia. Orang yang

bahagia akan lebih mampu mengendalikan emosinya dan mengatasi berbagai peristiwa kehidupan dengan baik.

Bagi ibu pastinya ada dampak positif maupun negatif dalam bekerja untuk menunjukkan kepuasan pada diri sendiri dalam kehidupannya. Akbar Zarina & Kartika Kharisma (2016) mengemukakan bahwa pekerjaan wanita dapat membantu suami dalam perekonomian, mencari penghasilan untuk menghidupi diri dan keluarganya, meningkatkan rasa percaya diri dan kesempatan untuk mendapatkan kepuasan hidup. Sebaliknya, banyak persoalan yang dialami oleh ibu yang bekerja di luar rumah, seperti bagaimana mengurus keluarga dan pekerjaan rumah, sehingga dapat mengakibatkan stres dan mudah untuk emosi yang negatif muncul tangga dengan baik Menurut Eid (2008) *subjective well-being* adalah menilai kehidupan selalu dari positif, merasa baik, merasa puas dengan kehidupan dan merasakan bahagia. (Myers dan Diener, 1995) menjelaskan bahwa orang dengan *subjective well-being* tinggi dapat mengontrol emosinya dan mengatasi peristiwa dalam kehidupan dengan baik. Oleh karena itu, sangat penting bagi ibu bekerja untuk memiliki *subjective well-being* yang tinggi, karena ibu yang bekerja dengan *subjective well-being* yang tinggi akan cenderung memiliki emosi yang positif dan dapat menyelesaikan masalah yang ada dengan baik. Sebaliknya, jika *subjective well-being* seseorang rendah, maka cenderung tidak merasa bahagia dengan kehidupannya, merasakan pikiran negatif serta sering mengalami emosi negatif yang menimbulkan cemas, marah, tidak tenang, bahkan depresi.

Compton dan Hoffman (2005) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* adalah harga diri positif, optimisme, kontrol diri, relasi sosial yang positif, *ekstraversi*, memiliki arti dan tujuan dalam hidup, keuangan, penghasilan dan kekayaan. Dijelaskan lebih lanjut oleh Dewi & Nasywa (2019) bahwa *subjective well-being* dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi *subjective well-being* terdiri dari kebersyukuran, *forgiveness*, *personality*, *self-esteem* dan spiritualitas sedangkan faktor eksternal terdiri dari dukungan sosial. Dalam hal ini peneliti akan menggunakan *self-esteem* sebagai variabel bebas. Menurut Lubis (2011), *self-esteem* sangat penting bagi kehidupan. Lebih lanjut Veenhoven (1991) menunjukkan bahwa *self-esteem* merupakan salah satu prediktor munculnya SWB. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Schimmack & Diener (2003) bahwa *self-esteem* yang tinggi juga dapat menyebabkan *subjective well-being* yang tinggi. Bahkan masyarakat hidup pada tingkat *self-esteem* yang tinggi yang menilai kepuasan hidup.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap lima ibu bekerja, pada tanggal 14 Mei 2021 bahwa ibu mampu mencapai tujuan harga diri atau *self-esteem* yang baik, walaupun mengalami berbagai tekanan ketika bekerja, ibu juga mampu menjalin hubungan baik dengan rekan kerja, bahkan dua ibu juga mengatakan bahwa terkadang mengalami kesulitan dalam menghadapi emosi diri, sehingga kontrol diri pada ibu rendah. Dengan demikian, hasil wawancara dan observasi di atas dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* memiliki pengaruh terhadap *subjective well-being* pada ibu yang bekerja

Self-esteem atau biasa dikenal dengan harga diri ada pada masing-masing individu yang pastinya bervariasi, ada yang rendah dan ada juga yang tinggi. Hal ini berkaitan erat dengan mekanisme pembentukan harga diri. *Self-esteem* dilakukan oleh perasaan nilai dan pentingnya diri sendiri, dan *self-esteem* juga penting dalam kehidupan seseorang, (Coopersmith, 1967). Menurut Greenberg (2008) *self-esteem* mempengaruhi motivasi, perilaku fungsional, dan kepuasan hidup, dan secara signifikan berhubungan dengan kesejahteraan sepanjang hidup. Perilaku manusia secara universal ingin mempertahankan dan meningkatkan *self-esteem* karena sebagai kebutuhan dasar. *Self-esteem* yang tinggi pasti membuat seseorang memiliki beberapa kelebihan salah satunya memahami tentang arti dan nilai kehidupan. *Self-esteem* juga mempengaruhi dalam kehidupan sehari-hari, khususnya pada ibu yang bekerja, *self-esteem* atau harga diri memegang peranan penting dalam kehidupan sehari-hari ibu, baik di lingkungan kerja ataupun di lingkungan keluarga. Ibu bekerja menghargai diri sendiri harus mandiri, dapat berpikir kreatif, dan mampu menghadapi emosi dengan baik atau emosional negatif yang rendah. Ketika ibu memiliki *self-esteem* yang tinggi, ibu cenderung menghargai kemampuan, dan memiliki harapan positif terhadap dirinya sendiri, dan ketika ibu memiliki *self-esteem* yang rendah ibu pasti memiliki rasa kurang percaya diri dalam menghadapi lingkungan sosial di rumah atau di tempat kerja (Engko, 2008).

Coopersmith (1967) menyatakan enam aspek-aspek *self-esteem*, yaitu *power* (kekuasaan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebajikan), dan *competence* (kemampuan).

Heatherton dan Wyland (2003) mengatakan *self-esteem* adalah sikap tentang diri dan berhubungan dengan kepercayaan pada diri sendiri tentang keterampilan, kemampuan, hubungan sosial, dan hasil masa depan. *Self-esteem* atau harga diri merupakan satu salah yang paling penting dalam kebutuhan manusia. Harga diri didasarkan pada bagaimana perasaan seseorang ketika melihat ke cermin atau berbicara tentang diri kita sendiri. Harga diri dapat mengetahui bahwa seseorang layak mencintai dan menghormati serta menerima keterbatasan dan batasan kita, (Donnellan, Trzesniewski & Conger, 2007). Pentingnya pemenuhan *self-esteem* seseorang, terkait erat dengan pengaruh negatif jika seseorang tidak memiliki *self-esteem* yang kuat, seseorang akan kesulitan dalam menghadapi perilaku sosial. Seseorang yang kesulitan dalam menghadapi perilaku sosial akan memberikan dampak negatif seperti merasa canggung dan bahkan merasa rendah diri akan kemampuan yang dimiliki. Namun, apabila kebutuhan *self-esteem* dapat terpenuhi secara optimal, seseorang akan memberikan dampak positif seperti tampil dengan lebih percaya diri, dan merasa lebih bernilai dalam lingkungan, sehingga menimbulkan prestasi belajar yang tinggi, hal ini dikarenakan penghargaan diri yang tinggi, (Neny, Irawati, & Nurahma, 2012).

Sekaran (1989) meneliti bagaimana harga diri dan rasa kompetensi mempengaruhi hubungan antara waktu luang, kepuasan kerja, arti penting dalam berkarir, dan keterlibatan pekerjaan untuk pasangan dalam karir ganda keluarga, dan menemukan bahwa ibu yang bekerja dengan tingkat kepuasan yang lebih rendah ketika lebih banyak waktu luang ibu yang bekerja dihabiskan di tempat kerja.

Demikian pula, menurut Pietromonaco (1986) menunjukkan bahwa ibu dengan peran ganda memiliki tingkat yang lebih tinggi *self-esteem* dan kepuasan kerja. Studi Pugliesi (1988) menunjukkan bahwa karakteristik pekerjaan seperti otonomi dan kompleksitas memiliki efek positif pada dukungan sosial yang pada gilirannya meningkatkan kesejahteraan subjektif atau *subjective well-being* pada wanita.

Hal ini menunjukkan ketika individu yang memiliki *self-esteem* yang tinggi menunjukkan individu sangat menghargai dirinya sebagai pribadi yang optimisme, kebanggaan, kepuasan terhadap dirinya sendiri, mengabaikan hal-hal negatif, dan menerima hal-hal negatif tentang dirinya sendiri, maka individu akan berusaha memperbaiki diri, lebih sering mengalami emosi positif seperti kebahagiaan, fleksibilitas, keberanian, dan mampu mengekspresikan diri saat berinteraksi dengan orang lain seperti spontan dan aktif, berusaha untuk melakukan sesuatu yang membuat kapasitas dirinya lebih meningkat seperti lebih tumbuh dan berkembang, berani dalam mengambil resiko, mengambil sikap positif terhadap orang lain, kelompok, atau lembaga, berpikir fleksibel, dapat mengambil keputusan dengan cepat dan yakin dengan keputusan yang diambil, Guindon (2010). Lebih lanjut dijelaskan oleh Borualogo (2004) bahwa pada individu yang memiliki *self-esteem* rendah akan merasakan perasaan yang tidak berharga pada dirinya. Dalam perkembangan yang normal Newton (1995) menyatakan harga diri cenderung agak rendah pada seseorang karena sangat menimbang diri dan sangat mengkritik diri. National Association for Mental Health (2016) juga menyatakan bahwa *self-esteem* adalah kepercayaan diri, bagaimana hal positif atau hal negatif tentang diri sendiri, dan memiliki harapan

untuk masa depan. Dari penjelasan di atas, terlihat bahwa *self-esteem* dan *subjective well-being* adalah dua aspek penting dari harga diri dalam kehidupan. Keduanya memiliki makna yang sejalan dan saling terkait, untuk mendukung peran besar *self-esteem* sebagai prediktor *subjective well-being*.

Hal yang membuat harga diri sangat penting mungkin juga salah satunya kualitas manusia langka yang aktif dalam situasi negatif dan positif, pengalaman, dan keadaan keberadaan, sehingga relevan dengan jangkauan yang luas dari perilaku. Membaca daftar karakteristik yang umumnya terkait dengan harga diri yang rendah jelas menunjukkan hal ini, (Mruk, 2006). Leary dan MacDonald (2003) mencatat bahwa, seseorang dengan harga diri sifat yang lebih rendah cenderung mengalami hampir setiap emosi permusuhan lebih sering daripada orang dengan harga diri yang lebih tinggi. Sifat harga diri berkorelasi negatif dengan skor pada ukuran kecemasan (Battle, 1992), kesedihan, depresi, permusuhan, kemarahan, sosial kecemasan, rasa malu dan rasa bersalah, kesepian. Harga diri yang rendah dilihat sebagai hasil dari adopsi tertentu strategi perlindungan diri yang membatasi penurunan harga diri, (Snyder, 1989), tetapi masih diakui bahwa harga diri yang rendah memiliki biaya, seperti peluang yang terlewatkan atau kurangnya spontanitas. Bahkan lebih ke titik, sulit untuk mengabaikan fakta bahwa harga diri yang rendah telah diidentifikasi baik sebagai kriteria diagnostik untuk, atau fitur terkait, beberapa gangguan mental dalam edisi keempat Diagnostic and Statistical Manual Gangguan Mental, (APA, 2000). Hal ini menunjukkan bahwa individu dengan *self-esteem* yang rendah dianggap memiliki kebahagiaan yang rendah dan *subjective well-being* yang rendah pula. Hal ini

menunjukkan jika *self-esteem* yang rendah dapat memprediksi *subjective well-being* yang rendah pula. Sebaliknya, jika *self-esteem* yang rendah maka tingkat *subjective well-being* dalam diri juga rendah, dimana ketika seorang ibu yang bekerja mengalami kesulitan dalam mengelola emosi negatif serta tidak memiliki kepuasan dalam hidup dan kurang percaya diri, maka ibu yang bekerja akan merasa lelah dan susah untuk mengontrol diri dari hal negatif dan tidak merasakan kesejahteraan subjektif pada hidupnya, Schimmack & Diener (2003).

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Pratiwi (2016) yaitu mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan *subjective well-being* pada siswa SMK. Dari penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa *self-esteem* dapat memprediksi tingkat *subjective well-being* pada siswa SMK. Penelitian lain juga dilakukan oleh Arif, (2014) tentang hubungan antara *self-esteem* dengan *subjective well-being* pada guru TK yang gajinya dibawah UMR. Hasil penelitian ini bertujuan untuk mengetahui betapa pentingnya *self-esteem* bagi guru TK untuk merasakan kepuasan dalam hidup, karena *subjective well-being* dihasilkan dari kepuasan hidup.

Berdasarkan pernyataan di atas, maka pertanyaan yang perlu dipeetimbangkan dapat dirumuskan sebagai berikut: Apakah ada hubungan antara *self-esteem* dengan *subjective well-being* pada ibu yang bekerja?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan *subjective well-being* pada ibu bekerja.

2. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini yaitu:

a. Manfaat Teoritis

Dari segi teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi ilmu Psikologi dan pengembangan ilmu pengetahuan Psikologi Industri dan Organisasi yang berhubungan antara *self-esteem* dengan *subjective well-being* pada ibu yang bekerja.

b. Manfaat Praktis.

Penelitian ini diharapkan menjadi salah satu acuan untuk dapat memberikan informasi kepada ibu yang bekerja bahwa *self-esteem* pada ibu yang bekerja akan berpengaruh terhadap *subjective well-being*, sehingga hasil penelitian bisa menjadi sumber informasi tentang hal apa yang harusnya di pahami oleh ibu yang bekerja, dan juga bagi peneliti dapat dijadikan referensi dalam penelitian selanjutnya.