

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Keberhasilan rumah tangga terletak pada salah satu tugas ataupun peran dari seorang ibu. Ibu rumah tangga bertugas mengurus urusan rumah tangga, pendidik dan pengasuh untuk anak-anaknya serta melayani dan membantu suami (Tanjung dalam Astuti, 2013). Maka dari itu, kesehatan fisik dan psikis seorang ibu rumah tangga harus diseimbangkan agar bisa berjalan dengan selaras dalam menjalankan tugasnya sebagai istri dan ibu bagi anak-anaknya.

Pembagian peran antara suami dan istri masih menganut sistem patriarki tradisional (Olson & Defrain dalam Lianawati, 2008) yaitu meletakkan bahwa peran dari seorang suami masih mendominasi dibandingkan peran dari istri. Laki-laki masih menyadari bahwa urusan dalam mencari nafkah adalah tugas utamanya sesuai dengan tugas pokok kepala keluarga adalah menafkahi anggota keluarga melalui penghasilan yang diperoleh (Shafiyah & Soeripno dalam Safitri, 2014).

Angka pertumbuhan ekonomi di Indonesia yang menunjukkan ketidakstabilan, Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan jumlah penduduk miskin periode Maret 2015 sebanyak 28,59 juta jiwa baik di perkotaan maupun di pedesaan, jika dibanding periode September 2014 angka penduduk miskin bertambah 27,73 juta orang (BPS, 2015). Hal tersebut dipicu oleh pengangguran yang semakin bertambah akibat kurangnya lapangan pekerjaan serta keahlian Sumber Daya Manusia (SDM), menambah dampak tingkat kemiskinan di Indonesia. Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) pada Februari 2015 sebesar 5,81

persen menurun dibanding TPT Agustus 2014 5,94 persen, dan meningkat dibandingkan TPT Februari 2014 5,70 persen (BPS, 2015), hal tersebut dapat memicu timbulnya masalah keuangan dalam sebuah keluarga. Berkaitan dengan kurangnya lapangan pekerjaan, serta rendahnya kualitas SDM di Indonesia maka, hal ini berdampak terhadap tugas pokok kepala keluarga dalam memenuhi kebutuhan keluarganya, sehingga penghasilan yang diperoleh pun tidak tetap. Penghasilan tidak tetap tersebut tentunya akan memberikan dampak baru terhadap kesejahteraan keluarga, meliputi keuangan keluarga yang tidak bisa diprediksi, hal ini berkaitan erat dengan ibu rumah tangga ketika harus mengatur keuangan keluarga yang tidak menentu, selain itu rasa cemas atau khawatir ketika keuangan di keluarga tersebut tidak pasti. Berdasarkan data sensus penduduk dari Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah penduduk Indonesia pada 2010 sebanyak 237 juta jiwa. Dari total jumlah penduduk tersebut, sebanyak 49 persennya atau sebesar 118 juta adalah wanita. Dari 118 juta wanita sebanyak 74 juta adalah ibu rumah tangga. Sesuai dengan data tersebut menunjukkan bahwa jumlah wanita di Indonesia didominasi oleh ibu rumah tangga.

Keadaan kondisi ekonomi yang terus-menerus berada dalam taraf tidak menentu, menuntut kemungkinan dapat mengganggu kesehatan psikis ibu rumah tangga. Keadaan yang menekan atau situasi sulit yang dihadapi oleh ibu rumah tangga akibat dari dampak pendapatan suami yang tidak tetap tersebut, akan sangat dirasakan ketika kebutuhan primer maupun sekunder tidak terpenuhi dengan baik, selain itu juga ditambah kelelahan fisik ibu rumah tangga dalam mengurus pekerjaan rumah tangga sehari-hari serta mengasuh anak dan suaminya.

Tekanan ekonomi yang menggambarkan kesulitan keuangan dapat menghilangkan gairah anggota keluarga dan mengganggu proses interaksi serta berdampak terhadap kesejahteraan keluarga (Skogrand dalam Raharjo, 2015). Hal tersebut didukung juga oleh penelitian (Papalia dkk dalam Lianawati, 2008) bahwa kesejahteraan psikologis perempuan cenderung menurun setelah menikah.

Ibu rumah tangga dengan usia rentang 20-40 tahun usia dewasa awal sampai dengan usia dewasa madya awal 40-50 tahun merupakan usia transisi. Pada usia dewasa muda kematangan emosi baru terbentuk beserta kematangan sosial serta perubahan memasuki kehidupan baru dalam membangun sebuah keluarga, selain itu pada dewasa madya awal memasuki usai tengah baya merupakan usia krisis memasuki hari tua (Santrock, 2012). Pada usia ini seharusnya para ibu rumah tangga sudah fokus mempersiapkan untuk hari tuanya namun dengan penghasilan suami yang tidak menentu, serta keluhan fisik maupun psikis yang sering muncul dirasakan dapat menyebabkan masalah dalam keluarga tersebut. Berkaitan dengan situasi yang menekan dan dalam kondisi yang tidak menentu akan mempengaruhi kesehatan psikis individu. Ryff (1989) menyatakan bahwa kondisi kesehatan psikologis seseorang merupakan manifestasi dari kesejahteraan psikologis.

Menurut (Ryff, 1989) kesejahteraan psikologis atau *Psychological Well-Being* (PWB) diartikan sebagai gambaran kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif, meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, tujuan hidup, penguasaan lingkungan dan perkembangan pribadi. Kesejahteraan psikologis menurut (Ryff

dan Keyes dalam Budiarti, Akbar & Rachmah, 2015) yaitu sejauhmana individu memiliki tujuan didalam hidupnya, menyadari potensi yang dimiliki, memiliki kualitas hubungan dengan orang lain dan sejauhmana mereka merasa bertanggung jawab dengan dirinya sendiri. Menurut Ryff (1989) menyebutkan bahwa aspek-aspek yang menyusun kesejahteraan psikologis yaitu penerimaan diri (*Self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*Positive relations with others*), Kemandirian (*Autonomy*), Penguasaan lingkungan (*Environmental mastery*), tujuan hidup (*Purpose in life*) dan pengembangan pribadi (*Personal growth*).

Sejalan dengan penelitian Campbell yang disebutkan oleh (Diener dalam Budiarti dkk, 2015) bahwa terdapat hubungan positif antara pendapatan dan kesejahteraan psikologis seseorang. Hal ini menunjukkan ketika dalam sebuah keluarga memiliki penghasilan yang tetap maka tingkat kesejahteraan orang-orang dalam keluarga tersebut akan lebih baik dibandingkan dengan keluarga yang memiliki penghasilan tidak tetap. Ibu rumah tangga dengan suami berpenghasilan tetap akan merasa lebih terjamin urusan dalam hal finansial serta terciptanya rasa aman dan nyaman ketika kebutuhan kesehariannya dapat terpenuhi dengan baik. Hal ini akan berbanding terbalik dengan ibu rumah tangga yang memiliki suami berpenghasilan tidak tetap, dengan pendapatan suami yang tidak menentu terkadang pendapatan yang diperoleh, tidak sama dengan pengeluaran yang dikeluarkan untuk memenuhi kebutuhan kesehariannya. Perasaan seperti khawatir was-was tidak tenang akan muncul serta kondisi tertekan atau terdesak yang dialami oleh ibu rumah tangga ketika kebutuhan kesehariannya tidak tercukupi dengan baik.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 19 , 20 Maret dan 15 Mei 2016 di Dusun Kerjan Desa Beji, Patuk, Gunungkidul, terhadap delapan responden ibu rumah tangga yang berusia 20-50 tahun dengan suami berpenghasilan tidak tetap diperoleh, dari kedelapan responden ibu rumah tangga dengan suami berpenghasilan tidak tetap menunjukkan enam diantaranya kesejahteraan psikologis mereka tergolong kurang atau rendah. Pada *aspek penguasaan lingkungan* tiga dari delapan responden mereka cenderung mengelola gaya hidup yang sederhana agar bisa mengimbangi dengan pendapatan yang tidak menentu di keluarga mereka, selain itu tetap berupaya berkontribusi aktif dalam kehidupan dimasyarakat seperti arisan, kerja bakti tetapi dalam hal seperti hiburan rekreasi atau senam untuk kebugaran jarang atau hampir tidak pernah mereka ikuti. Pada *aspek kemandirian* mereka mencoba untuk berusaha terlebih dahulu ketika merasa belum menemukan jalan keluar mereka meminta bantuan kepada tetangga atau keluarga. Pada *aspek tujuan hidup* mereka berpedoman yang penting kebutuhan hari ini bisa terpenuhi, untuk kebutuhan kedepannya nanti dijalani saja dulu, yang terpenting anak-anak bisa sekolah dan harapannya mempunyai kehidupan yang lebih baik dari pada kehidupan orangtuanya saat ini. Pada *aspek pengembangan pribadi* mereka masih mempunyai keyakinan untuk bisa merubah keadaan kehidupan mereka menjadi lebih baik tetapi kebanyakan masih dalam bentuk angan-angan belum diwujudkan dengan tindakan, selain itu mereka tidak percaya diri dengan kemampuan yang mereka miliki dan mereka juga belum mengetahui potensi apa yang ada dalam diri mereka.

Didukung dengan hasil observasi pada tanggal 3 Maret 2016 aspek yang muncul *hubungan positif dengan orang lain* lima dari delapan responden berkaitan dengan ditagih hutang hubungan dengan orang yang menagih cenderung kurang terjalin dengan baik, selain itu ketika para IRT terdesak dengan kebutuhan ekonomi hubungan mereka terhadap keluarga kurang komunikatif. Observasi selanjutnya juga menunjukkan *pada aspek penerimaan diri* dilakukan pada tanggal 8 April 2016 lima dari delapan responden ketika penghasilan suami tidak mencukupi kebutuhan, atau suami pulang dari berkerja tidak membawa hasil, kelima ibu rumah tangga kesal dan kecewa terkadang ribut dengan suami. Observasi selanjutnya dilakukan pada tanggal 7 November 2016 berkaitan dengan *aspek penguasaan lingkungan* lima dari delapan responden IRT kurang bisa menyesuaikan kebutuhan dengan pendapatan suami, kehidupan mereka boros terlihat dengan intensitas belanja diwarung sehari lebih dari 2 x belanja dan barang yang dibeli bermacam-macam, membeli lauk tidak cukup dengan satu atau dua macam lauk pauk. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa permasalahan mengenai kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga yang memiliki suami berpenghasilan tidak tetap menunjukkan adanya masalah jika dikaitkan dengan ke enam aspek yang membentuk kesejahteraan psikologis seseorang.

Berdasarkan paparan di atas, seorang ibu rumah tangga diharapkan mampu tetap menjaga kesehatan psikisnya dengan mengelola psikologi positif sebagai kriteria dari gambaran kesejahteraan psikologis individu. Kriteria psikologi positif yang dikemukakan oleh (Allport, Rogers, Fromm, Maslow, Jung, Frankl dan Pers

dalam Hadjamm & Nasiruddin, 2003) yaitu (1) individu dengan kepribadian sehat secara sadar mengatur tingkah lakunya dan mengambil tanggung jawab atas nasib mereka sendiri; (2) menyadari dan menerima kelebihan maupun kekurangan yang ada pada diri mereka; (3) berorientasi pada masa depan dengan tidak meninggalkan masa kini; (4) menyukai tantangan dan pengalaman-pengalaman baru yang dapat memperkaya hidup yang diharapkan. Sehingga harapannya kriteria psikologi positif yang dimiliki oleh ibu rumah tangga dengan suami yang tidak berpenghasilan tetap yaitu diantaranya : (1) ibu rumah tangga dengan kepribadian yang sehat secara sadar dapat mengatur tingkah lakunya dalam menjalankan peran serta tanggung jawabnya sebagai ibu rumah tangga sesuai dengan situasi kondisi apa adanya, diharapkan fleksibel dengan keadaan (2) mampu menyadari dan menerima kelebihan maupun kekurangan yang ada dalam dirinya (3) berorientasi pada masa depan yaitu lebih berpandangan kedepan mengenai masa depan anak-anak dan keluarganya dengan tidak meninggalkan pengalaman pada masa lalu dan masa kini (4) mampu menghadapi tantangan atau cobaan dalam ibunya, dengan menghadapi tantangan menjadi seorang ibu rumah tangga akan menjadi ibu yang tangguh serta memperkaya pengetahuan pada diri ibu rumah tangga sebagai bekal untuk menghadapi tantangan hidup selanjutnya.

Kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga merupakan kunci penting keberhasilan sebuah keluarga untuk melangsungkan kehidupannya, sehingga penting untuk diteliti agar dapat dicari solusi dan dicegah sebelum menimbulkan permasalahan yang signifikan. Hal tersebut sejalan dengan pendapat (Huppert dalam Sari, 2015) bahwa kesejahteraan psikologis bisa terancam ketika emosi-

emosi negatif yang ekstrim atau berlangsung sangat lama mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berfungsi dalam kehidupannya sehari-hari. Kaitanya dalam hal ini emosi negatif yang muncul ketika ibu rumah tangga tidak mampu mengontrol emosi negatifnya dengan baik, merasa dalam kondisi tertekan, khawatir, tidak tenang, merasa terancam memungkinkan dapat berujung pada stress atau ketidakberdayaan, sehingga memberikan dampak yang tidak sehat terhadap kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga yang memiliki suami berpenghasilan tidak tetap. Ryff (Budiarti, dkk 2015) menyatakan bahwa individu yang kesejahteraan psikologisnya tinggi akan memiliki perasaan mampu atau yakin dalam melalui tahap-tahap perkembangan, terbuka pada pengalaman baru, menyadari potensi yang ada dalam dirinya, serta melakukan perbaikan dalam hidupnya setiap waktu. Kesejahteraan psikologis yang tinggi sangat penting untuk dimiliki oleh ibu rumah tangga dengan suami tidak berpenghasilan tetap karena dengan psikis yang sehat individu tersebut dapat bertahan dan mencari jalan keluar ketika dalam situasi krisis atau menekan dan mampu mengantarkan individu menuju tingkat kesehatan mental yang baik. Sehingga ibu rumah tangga yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik mampu mengelola tekanan yang sedang dihadapi dalam hal ekonomi maupun permasalahan kehidupan lainnya, serta mampu menjalankan tugas sebagai ibu untuk anak-anaknya dan istri bagi suaminya.

Penelitian akan dilakukan oleh peneliti di daerah Kabupaten Gunungkidul. Hal tersebut dikarenakan oleh banyak faktor di antaranya berupa faktor demografis dan sosial ekonomi yang kurang menguntungkan sehingga menjadi

salah satu faktor pendorong penduduk untuk mencari nafkah keluar daerah (gunungkidulkab.go.id, 2017). Tingkat pendapatan secara makro perekonomiannya didominasi oleh sektor pertanian, sedangkan dilihat dari keadaan tanah sebagian besar di Gunungkidul merupakan tanah tadah hujan hampir 90% (pemkabgunungkidul, 2017) hal tersebut dapat berdampak terhadap pendapatan masyarakat yang rendah. Sejalan dengan hal itu mengenai tingkat UMK (Upah Minimum Kabupaten) diwilayah Kabupaten Gunungkidul menempati posisi paling rendah dibandingkan dengan keempat kabupaten yang berada di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Sedangkan untuk UMP (Upah Minimum Provinsi) di DIY Rp.1.337.645 rb/bulan. Kebutuhan material yang berhubungan dengan status sosial ekonomi individu dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis individu. Hal tersebut sejalan dengan penelitian (Wisconsin dalam Ryff & Singer, 1966) bahwa individu yang mempunyai penghasilan dan jabatan tinggi menunjukkan kesejahteraan psikologis yang lebih baik.

Berkaitan dengan permasalahan yang telah dipaparkan diatas, kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu Dukungan sosial (Sarason dkk dalam Baron & Byrne, 2005) , Kecerdasan emosi (Landa dkk dalam Safitri, 2014), Makna Hidup (Ryff,1989), *Coping* atau Strategi *Coping* (Folkman, 1984), Status pernikahan (Ryff, 1995), Status Pendidikan (Ryff dkk, 2002), Religiusitas (Argyle dalam Nasiruddin & Hadjam, 2003) Faktor demografis (Ryff & Singer, 1966) :Usia, Jenis Kelamin, Status Sosial Ekonomi, Budaya. Dari beberapa faktor kesejahteraan psikologis peneliti memilih strategi

*coping* untuk dilihat pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga dengan suami berpenghasilan tidak tetap. Hal tersebut dikarenakan strategi *coping* merupakan usaha yang dapat dilakukan oleh individu untuk mengelola konflik yang ada dalam dirinya (Taylor dalam Fitriana, 2013). Untuk lebih tepatnya berdasarkan hasil wawancara dengan subjek mereka cenderung menggunakan *problem focused coping* berorientasi terhadap permasalahan yang mereka hadapi.

Strategi *coping* dikemukakan oleh Folkman (1984) sebagai bentuk usaha kognitif dan perilaku yang dilakukan seseorang untuk mengatur tuntutan internal dan eksternal yang timbul dari hubungan individu dengan lingkungan, yang dianggap mengganggu batas-batas yang dimiliki oleh individu tersebut. *Coping* yang dimaksud terdiri dari pikiran-pikiran khusus dan perilaku yang digunakan individu untuk mengatur tuntutan dan tekanan yang timbul dari hubungan individu dengan lingkungan, khususnya yang berhubungan dengan kesejahteraan.

Menurut (Compas dkk dalam Baron & Berney, 2005) *coping* terhadap stress adalah suatu proses yang terdiri dari dua tingkat. Tingkat pertama adalah *Coping* yang berpusat pada emosi (*emotion-focused coping*), yaitu usaha untuk mengurangi respon-respon emosional negatif yang muncul akibat dari suatu ancaman dan untuk meningkatkan afek-afek positif (Folkman & Moskowitz dalam Baron & Berney, 2005 ). Pada tingkat kedua adalah *coping* yang berpusat pada masalah (*problem-focused coping*) yang melibatkan usaha untuk mengatasi ancaman itu sendiri dan untuk memperoleh kontrol terhadap situasi. Carver, Scheier & Weintraub (1989) mengemukakan 5 aspek *problem focused coping*

yaitu : *Active Coping (Coping Aktif)*, *Planning (Merencanakan)*, *Suppression of competing activities (Penekanan pada aktifitas bersaing)*, *Seeking social support for instrumental reason (Mencari dukungan sosial untuk alasan instrumental)*, *Restrain Coping (Koping Menahan)*.

Strategi *coping* berkontribusi positif terhadap kesejahteraan psikologis individu sejalan dengan penelitian (Karlsen dkk dalam Mawarpury, 2013) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa *coping* dan dukungan sosial mempengaruhi kesejahteraan psikologis baik secara langsung maupun tidak langsung. Kesejahteraan psikologis dan *coping* adalah dua variabel yang berhubungan secara timbal balik, jika individu menggunakan strategi *coping* positif maka kesejahteraan psikologis juga akan meningkat, dan sebaliknya kesejahteraan psikologis yang baik akan membuat individu menghadapi persoalan atau krisis dalam hidup dengan strategi yang positif pula. Rodriguez (2011) dalam studinya juga menyebutkan hubungan positif dengan orang lain dan penerimaan diri sebagai parameter kesejahteraan psikologis memiliki hubungan yang signifikan dengan *coping* konfrontif.

Dalam mencari solusi atau jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi, individu akan membutuhkan bantuan orang-orang yang ada di sekitarnya, oleh karena itu kemampuan menjalin hubungan positif dengan orang lain diperlukan pada setiap individu ketika individu menjalin relasi dengan orang lain. Ketika individu bisa menjalin relasi sosial yang positif dengan ramah, hangat memberikan simpati juga akan terjadinya umpan balik berupa nasihat, dukungan secara materi maupun dukungan secara formal ketika individu yang bersangkutan

sedang menghadapi permasalahan, maka permasalahan akan terpecahkan dengan baik dan lebih efektif maka masalah yang dihadapi akan terasa lebih ringan karena beban yang dipikul berkurang, selain itu ketika masalah berhasil di selesaikan perasaan lega dan tenang akan muncul. Hal tersebut sesuai dengan penelitian Rodriguez (2011) dalam studinya juga menyebutkan hubungan positif dengan orang lain dan penerimaan diri merupakan parameter kesejahteraan psikologis memiliki hubungan yang signifikan dengan *coping* konfrontif. Menurut Smeet (1994) *Coping* konfrontif merupakan *active coping* yaitu pemecahan masalah secara langsung dengan sumber berfokus terhadap sumber permasalahannya. Individu terfokus dengan memecahkan masalah secara langsung dengan melibatkan kemampuan menjalin relasi positif dengan orang maka dapat mencapai solusi secara lebih efektif. *Coping* konfrontif atau *active coping* merupakan aspek dari *Problem focused coping* sedangkan hubungan positif dengan orang lain merupakan faktor dari kesejahteraan psikologis, sehingga dapat disimpulkan bahwa *problem focused coping* dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang.

Penggunaan strategi *coping* dalam bentuk *problem focused coping* lebih menekankan pada kemampuan individu berfokus terhadap sumber masalahnya dalam hal ini berkaitan dengan usaha untuk mencari solusi dari masalah yang sedang dihadapi. Ketika individu mendapati masalah dalam hidupnya, individu melakukan penilaian dan menginterpretasi sumber-sumber stress dalam dirinya, selain itu individu juga akan melihat bahwa situasi yang bermasalah tersebut mengancam, berbahaya atau tidaknya itulah salah satu usaha dalam strategi

*coping* (Taylor dalam Fitriana, 2013). Langkah atau upaya tersebut bisa digunakan oleh ibu rumah tangga yang memiliki suami berpenghasilan tidak tetap. Ketika ibu rumah tangga memiliki kemampuan mengelola permasalahan dalam kehidupan rumah tangganya, yaitu berkaitan dengan usaha mencari solusi dengan tujuan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Ketika ibu rumah tangga mampu mencari solusi dari permasalahan yang sedang di hadapi perasaan tenang, nyaman dan lega akan muncul secara alamiah. Sehingga diharapkan dengan memiliki kemampuan mengelola permasalahan dengan baik, ibu rumah tangga dapat mencapai kesejahteraan psikologis yang positif, individu tersebut mampu menggali potensi dalam dirinya, mampu mengelola emosi dengan positif serta dapat menjalankan aktivitas kehidupannya dengan baik.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti merumuskan permasalahan sebagai berikut : Apakah ada hubungan antara *problem focused coping* dengan kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga yang memiliki suami berpenghasilan tidak tetap ?

### **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *problem focused coping* dengan kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga yang memiliki suami berpenghasilan tidak tetap. Adapun manfaat penelitian ini antara lain :

#### **a. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi disiplin ilmu psikologi terutama di bidang psikologi sosial dan psikologi klinis

mengenai hubungan antara *problem focused coping* dengan kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga yang memiliki suami berpenghasilan tidak tetap.

b. Manfaat Praktis

Jika penelitian ini berhasil dilaksanakan dan hasil dari penelitian menunjukkan adanya hubungan korelasi yang positif antara *problem focused coping* dengan kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga, maka ibu rumah tangga disarankan untuk menggunakan *problem focused coping* dalam menghadapi permasalahan kehidupan kesehariannya.