

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Seiring berkembangnya zaman seperti saat ini, banyak perempuan memutuskan untuk tidak mengurus rumah tangga saja, melainkan menjalankan peran ganda perempuan yakni dengan bekerja. Peran ganda perempuan merupakan peran yang dijalankan perempuan sebagai seorang istri, pengurus rumah tangga, pribadi yang mandiri, pengasuh anak-anak serta berperan sebagai anggota masyarakat yaitu dengan bekerja dan menjadi warga negara (Suryakusuma, 2011). Organisasi Buruh Internasional (ILO) mencatat pertumbuhan jumlah pekerja perempuan meningkat setiap tahunnya, pada tahun 2015, 38% dari 120 juta pekerja di Indonesia adalah wanita. Survei (Badan Pusat Statistik, 2018) persentase pekerja perempuan yang berstatus kawin mencapai 71,49% sedangkan perempuan yang berstatus belum kawin 14,88% dan sisanya berstatus cerai. Sedangkan menurut survey Badan Pusat Statistik (2019) pekerja perempuan yang berstatus kawin sebesar 70,96%. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa angka ibu yang bekerja menunjukkan angka yang relatif tinggi.

Ibu bekerja adalah ibu yang melakukan kegiatan di luar rumah dengan tujuan mencari nafkah untuk keluarga. Adapun tujuan ibu bekerja yaitu sebagai bentuk aktualisasi diri guna menerapkan ilmu yang telah dimilikinya dan menjalin hubungan sosial dalam bidang pekerjaan yang dipilihnya (Santrock, 2002). Adanya keinginan

psikologis untuk mengembangkan identitas diri dan adanya tekanan ekonomi mendorong ibu untuk bekerja di luar rumah mengembangkan karir serta berpartisipasi secara aktif dalam kehidupan bermasyarakat (Akbar dan Kartika, 2016).

Nurwati dan Humaedi (2016) mengungkapkan bahwa salah satu alasan ibu yang bekerja yaitu penghasilan suami yang kurang bisa memenuhi kebutuhan hidupnya. Ibu yang bekerja memiliki tanggung jawab sebagai seorang istri, seorang ibu dan seorang pekerja. Sebagai seorang istri yaitu mendampingi dan melayani suami baik secara moral maupun spiritual, sebagai seorang ibu yaitu mendidik dan mengasuh anak, tempat bersandar anak serta panutan dan pusat pendidik bagi anak, sebagai pekerja tugasnya yaitu mentaati dan memenuhi aturan pekerjaan yang berlaku. Adapun tugas ibu yang bekerja yaitu mengerjakan seluruh tugas dan pekerjaan yang telah ditentukan oleh atasan, disiplin dalam bekerja dengan ketepatan waktu yang baik serta mampu memecahkan masalah dalam pekerjaannya.

Ibu yang bekerja memberikan dampak positif maupun dampak negatif dalam keluarga, hal ini disebabkan karena sulitnya membagi waktu antara berperan sebagai wanita karir, sebagai istri serta sebagai ibu yang bertanggung jawab dalam mengasuh, mendidik dan memenuhi kebutuhan anak (Nurwati dan Humaedi, 2016). Kosim et al., (2015) juga mengungkapkan bahwa ibu yang bekerja mampu memberikan dampak positif, seperti membantu suami untuk memenuhi kebutuhan diri dan keluarganya, meningkatkan rasa percaya diri dan kesempatan untuk mendapatkan kepuasan hidup. Adapun dampak negatif ibu yang bekerja berdasarkan Kristine dan Wilson, (2005)

yaitu ibu bekerja lebih rentan stres, kurang tidur, kelelahan fisik serta mudah bertengkar dengan anggota keluarga

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Anugrahany (2019) menunjukkan bahwa dari 91 ibu bekerja, 65,93% memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah dan dari 91 ibu bekerja 69,23% memiliki konflik peran yang tinggi. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Yustari dan Sari, (2020), ibu rumah tangga memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat kepuasan hidup pada ibu bekerja. Tingginya konflik peran pada ibu bekerja, rendahnya tingkat kebahagiaan pada ibu bekerja dan rendahnya kepuasan hidup pada ibu bekerja mengurangi tingkat kesejahteraan dan kebahagiaan ibu bekerja. Konsep mengenai kebahagiaan dan kepuasan hidup merupakan salah satu konsep dalam psikologi positif, yaitu kesejahteraan subjektif atau *subjective well-being* (Biswas et al., 2004).

Eddnington dan Shuman (2008) menyatakan bahwa diharapkan orang-orang memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi karena keadaan ini dapat membuat seseorang menunjukkan kondisi yang bersifat positif terhadap suatu kejadian seperti kesejahteraan, kepuasan, optimisme, harapan, dan spiritualitas. Salah satunya, *subjective well-being* ini diharapkan dapat dimiliki oleh ibu yang bekerja (Imelda, 2013). *Subjective well-being* yang tinggi sangat dibutuhkan oleh ibu bekerja, karena orang dengan *subjective well-being* yang tinggi memiliki manajemen stress yang positif dan kesehatan fisik yang lebih baik (Imelda, 2013).

Hal ini didukung dengan pernyataan Diener (2009) yang mengungkapkan bahwa *subjective well-being* mampu menjadikan seseorang memiliki rendahnya afek

negatif atau afek yang tidak menyenangkan seperti ketakutan, kemarahan dan kesedihan. Diener et al., (2005) juga berpendapat bahwa *subjective well-being* mampu membuat seseorang mengevaluasi segala sesuatu yang ada di kehidupannya. Evaluasi ini meliputi reaksi emosional, penilaian terhadap pemenuhan kebutuhan, dan kepuasan hidup. Kepuasan yang dirasakan membuat individu bekerja secara optimal untuk menghasilkan produk atau jasa yang berkualitas tinggi, tingginya performa kerja, dan dapat meningkatkan produktivitas (Robbins, 2008).

Subjective well-being merupakan analisis alamiah tentang bagaimana individu menilai hidup, baik kehidupan saat ini maupun kehidupan di waktu yang lama (Diener, 2009). Synder dan Lopez (2002) mengungkapkan, *subjective well-being* adalah pencerminan persepsi dan evaluasi individu tentang kehidupannya baik secara afektif, fungsi psikologis, dan fungsi sosial mereka. *Subjective well-being* dapat diketahui dari ada atau tidaknya perasaan bahagia. Ketika seseorang menilai kehidupan rumah tangganya, lingkungan kerjanya sebagai lingkungan yang menarik, menyenangkan dan penuh tantangan maka dapat dikatakan bahwa perasaan bahagia dan menunjukkan kinerja yang optimal (Bonett dan Wright, 2015).

Menurut Diener (2009) *subjective well-being* terbagi dalam tiga komponen utama yaitu komponen kognitif, afek positif dan afek negatif. Komponen kognitif merupakan evaluasi dari kepuasan hidup individu yang terbagi menjadi evaluasi terhadap kepuasan hidup secara global dan evaluasi terhadap domain tertentu, afek positif merupakan perasaan menyenangkan yang dialami oleh individu seperti gembira, serta afek negatif yaitu perasaan tidak menyenangkan yang dialami individu

dalam hidup. Diener dan Biswas (2008) menjelaskan bahwa individu dikatakan memiliki *subjective well-being* positif jika mengalami kepuasan hidup, sering merasakan kegembiraan, dan jarang merasakan emosi yang tidak menyenangkan. Sebaliknya, individu dikatakan *subjective well-being* negatif jika tidak puas dengan kehidupannya, mengalami sedikit kegembiraan dan sering merasakan emosi yang tidak menyenangkan.

Penelitian yang dilakukan oleh Merton (2014) tentang ibu yang bekerja, menunjukkan bahwa 13% dari 900 ibu pekerja memiliki perasaan bersalah karena menghabiskan lebih besar waktu dan keterlibatan yang terbatas bersama keluarganya sehingga dapat menimbulkan kurangnya rasa puasa dan kebahagiaan. Menurut Snyder dan Lopez (2002) kebahagiaan merupakan bagian dari *subjective well-being*, maka seseorang yang kurang bahagia menandakan bahwa dirinya memiliki *subjective well-being* yang rendah. Hasil penelitian yang dilakukan Oktaviana (2015) pada 100 ibu bekerja di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang menunjukkan bahwa 54 orang atau 54% memiliki *subjective well-being* yang rendah dan 46 orang atau 46% memiliki *subjective well-being* yang tinggi. Dengan kata lain *subjective well-being* pada ibu bekerja di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang termasuk dalam kategori yang rendah.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 5 Maret sampai 9 Maret 2021 terhadap ibu yang bekerja. Diperoleh data 5 dari 7 subjek mengungkapkan bahwa subjek sering merasa sedih karena sering meninggalkan anaknya dirumah dan lebih sibuk dengan urusan pekerjaan kantor. Selain itu, subjek

merasa kurang bisa memperhatikan tumbuh kembang anak, menemani anak bermain dan membantu mengerjakan tugas sekolahnya. Waktu luang bersama keluarga sangatlah kurang terkadang timbul permasalahan dengan pasangan karena kurangnya perhatian dan komunikasi. subjek mengatakan bahwa kehidupan yang dijalannya saat ini masih jauh dari apa yang diharapkan, terkadang timbul rasa cemas, khawatir apabila keluarganya akan berantakan. Disisi lain, subjek merasa capek dengan beban ganda yang dijalani saat ini, namun subjek belum siap untuk menjadi ibu rumah tangga seutuhnya karena keadaan finansial yang sedang dialami.

Dari hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki permasalahan *subjective well-being*, hal ini dikarenakan subjek belum memenuhi aspek-aspek *subjective well-being* yang dikemukakan (Diener, 2009) yaitu komponen kognitif (kepuasan hidup), afek positif (emosi positif) dan afek negatif (emosi negatif). Pada komponen kognitif, subjek merasa belum mendapatkan kepuasan hidup karena terlalu sibuk bekerja, kurang mampu membagi waktu antara pekerjaan dan rumah serta merasa kehidupan yang dijalani saat ini masih jauh dari harapannya. Pada afek positif, subjek kurang mampu memperhatikan keluarganya karena kesibukannya dalam bekerja, sehingga subjek merasa sedih dan kurang bersemangat dalam menjalankan aktivitasnya. Pada afek negatif, subjek memandang bahawa dirinya sosok yang mudah cemas ketika dihadapkan tugas yang berat, khawatir tidak mampu menjadi sosok ibu dan istri yang baik, dan terdapat ketakutan jika keluarganya akan berantakan.

Seharusnya orang-orang memiliki *subjective well-being* yang tinggi, karena dengan *subjective well-being* yang tinggi dapat membuat seseorang menunjukkan kondisi yang bersifat positif terhadap suatu kejadian seperti kesejahteraan, kepuasan, optimisme, harapan, dan spiritualitas (Eddington dan Shuman, 2005). Salah satunya, *subjective well-being* ini diharapkan dapat dimiliki oleh ibu yang bekerja (Imelda, 2013). *Subjective well-being* yang tinggi sangat dibutuhkan oleh ibu bekerja, karena individu dengan *subjective well-being* yang tinggi memiliki manajemen stress yang positif dan kesehatan fisik yang lebih baik (Imelda, 2013). *Subjective well-being* yang tinggi merupakan pencapaian yang diinginkan sebagian besar individu karena memberi manfaat untuk kehidupan. Individu dengan *subjective well-being* yang tinggi memiliki kesehatan fisik lebih baik dan panjang umur (Diener dan Chan, 2011).

Banyak manfaat yang didapatkan apabila seseorang memiliki *subjective well-being* yang tinggi, antara lain memiliki rasa percaya diri yang tinggi, dapat menjalin hubungan sosial dengan baik, serta menunjukkan performansi kerja yang baik (Biswas et al., 2004). Individu yang memiliki tingkat *subjective well-being* yang tinggi lebih sukses dan memiliki hubungan sosial yang baik (Diener et al., 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Oktaviana (2015) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *subjective well-being* dengan self-management pada ibu bekerja di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. Semakin tinggi *subjective well-being* maka semakin tinggi self management pada ibu bekerja, begitupun sebaliknya, semakin rendah *subjective well-being* maka akan semakin rendah self management pada ibu

bekerja. Menurut Diener et al., (2005) individu dengan *subjective well-being* yang rendah, akan memandang rendah hidupnya dan menganggap peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan dan mengakibatkan timbulnya emosi yang tidak menyenangkan seperti kecemasan, depresi dan kemarahan.

Diener (2009) mengungkapkan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *Subjective well-being*, yaitu religiusitas, self esteem, *self-efficacy*, ekstrevert, optimis dan hubungan sosial yang positif. Diener, Oishi dan Lucas (2003) juga menjelaskan faktor lain yang mempengaruhi *subjective well-being*, yaitu faktor eksternal seperti kesehatan, pendapatan, latar belakang pendidikan dan status perkawinan. Berdasarkan faktor-faktor yang memengaruhi *subjective well-being*, peneliti memilih faktor *self-efficacy* untuk dijadikan variabel bebas dalam penelitian ini. Hal ini senada dengan pernyataan Cakar (2012) yang menyatakan bahwa efikasi diri (*self-efficacy*) yang tinggi dapat berkontribusi pada peningkatan tingkat aktivitas individu dan kepuasan individu terhadap diri sendiri, kehidupan individu dan kondisi lain dalam kehidupannya. Magaletta dan Oliver (1999) juga yang mengungkapkan bahwa tingkat efikasi diri seseorang menentukan kesejahteraan psikologis. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Santos et al., (2014) yang berjudul *Establishing the relationship between general self-efficacy and subjective well-being among college students* menyatakan bahwa *self-efficacy* dan kesejahteraan subjektif memiliki hubungan yang signifikan dan positif terhadap pengembangan dan pencapaian rasa kebahagiaan dan kepuasan yang lebih besar dalam kehidupan.

Hal ini didukung dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada 7 orang subjek tanggal 1 April sampai tanggal 5 April 2021. Diperoleh data 5 dari 7 subjek mengatakan bahwa subjek kurang yakin pada kemampuannya dalam melaksanakan berbagai pekerjaan, hal ini membuat subjek cenderung menghindar atau meminta bantuan pada orang lain dalam menyelesaikan pekerjaan yang tidak sanggup subjek kerjakan, ketika subjek merasa kesulitan dengan tugas pekerjaan, maka akan berdampak pada aktifitas keseharian yang dilakukan subjek. Subjek tidak mampu mengerjakan pekerjaan rumah dan urusan kantor secara bersamaan sehingga subjek membutuhkan orang lain dalam mengasuh anak dan membersihkan rumah.

Self-efficacy merupakan keyakinan individu pada kemampuannya untuk berhasil melakukan tugas untuk mencapai hasil tertentu (Bandura, 2009). Robbins, (2002) menjelaskan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk dapat melaksanakan tugas dengan baik. Semakin tinggi *self-efficacy* individu, maka semakin tinggi juga keyakinan diri individu dalam menyelesaikan tugas yang dimilikinya. Menurut Bandura (1997), *self-efficacy* memiliki beberapa aspek tersebut antara lain, pertama *Level*, kesulitan tugas dimana individu merasa mampu atau tidak untuk melakukannya, sebab kemampuan individu berbeda-beda. Kedua *Strength*, berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Terakhir yaitu *Generality*, berkaitan dengan keyakinan individu akan kemampuannya melaksanakan tugas diberbagai aktivitas.

Individu yang memiliki *subjective well-being* tinggi dipengaruhi oleh bagaimana individu tersebut menilai dan mengevaluasi pengalaman maupun peristiwa yang di alami. Salah satu variabel dalam kognisi individu yaitu *self-efficacy* (Compton dan Hoffman, 2013). *Self-efficacy* berkontribusi untuk meningkatkan *subjective well-being* di seluruh perkembangan manusia (Maddux, 2012). *Self-efficacy* mempengaruhi kesehatan, prestasi dan kesuksesan, serta memberikan kontribusi terhadap kepuasan hidup dan kesejahteraan seseorang (Bandura, 1997). Menurut Vecchio, Gerbino, Pastorelli, Del Bove dan Caprara, (2007), semakin tinggi *self-efficacy* maka individu akan merasakan kenyamanan dalam bekerja, percaya diri dalam mengerjakan tugas serta lebih produktif ketika dihadapkan dengan kondisi kerja yang berat. Magaletta dan Oliver (1999) juga mengungkapkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-efficacy* seseorang maka semakin tinggi *subjective well-being* yang ada dalam dirinya. *Subjective well-being* yang tinggi ditandai dengan kondisi positif individu yang terjadi melalui afek positif dengan menunjukkan emosi yang menyenangkan dan merefleksikan respon positif sebagai reaksinya terhadap kehidupan yang dipandangnya sebagai kehidupan yang bermakna, bersifat positif terhadap suatu kejadian, kepuasan, kenyamanan, optimisme, harapan, dan spiritualitas (Eddington dan Shuman, 2005).

Sebaliknya, Cakar (2012) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki *self-efficacy* rendah berkaitan dengan afek negatif *subjective well-being*, seperti kurangnya rasa percaya diri untuk dapat mengerjakan tugas, selalu mengeluh tentang tugas dan tanggung jawab yang diberikan, serta menjauhi tugas-tugas yang sulit

karena tugas tersebut dipandang sebagai ancaman bagi mereka. Menurut Santos et al., (2014) individu dengan *self-efficacy* rendah, akan cenderung melemparkan tugas dan tanggung jawabnya kepada individu lain karena merasa tidak mampu melakukan tugas tersebut. Individu dengan *self-efficacy* rendah, akan cenderung meningkatkan kekhawatiran, kecemasan, dan stress karena hal tersebut mempersempit sudut pandang mereka dalam menyelesaikan suatu masalah secara ideal (Pajares, 2002). *Subjective well-being* yang rendah ditandai dengan perasaan khawatir yang dialami seseorang yang terjadi melalui afek negatif dengan menunjukkan emosi yang tidak menyenangkan dan merefleksikan respon negatif sebagai reaksinya terhadap kehidupan yang dipandang sebagai kehidupan tidak bermakna, dapat menurunkan kesehatan, memiliki kekhawatiran terhadap keadaan maupun peristiwa buruk yang dialaminya (Diener, 2009).

Tingkat *self-efficacy* pada individu dapat menentukan kesejahteraan psikologis yang ada dalam dirinya (Magaletta dan Oliver, 1999). Sejalan dengan Santos et al., (2014) yang mengungkapkan bahwa *self-efficacy* yang tinggi pada individu dalam mengendalikan peristiwa yang terjadi di lingkungan, dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif yang ada dalam dirinya. *Self-efficacy* memiliki kontribusi terhadap kepuasan dan kesejahteraan individu. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Karademas (2006) menunjukkan bahwa *self-efficacy* sebagai kemampuan untuk mengorganisasikan dan melaksanakan rangkaian tindakan yang dibutuhkan untuk menghasilkan sesuatu yang ingin dicapai, sehingga pada akhirnya dapat memberikan kepuasan hidup.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menyimpulkan bahwa *subjective well-being* merupakan salah satu aset yang dibutuhkan oleh ibu yang bekerja. Akan tetapi pada realitanya *subjective well-being* pada ibu yang bekerja cenderung menurun. Menurunnya *subjective well-being* merupakan hasil interaksi yang kompleks dari berbagai faktor yang mempengaruhinya. *Self-efficacy* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* pada ibu yang bekerja. Semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin tinggi *subjective well-being* nya. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah *self-efficacy* maka semakin rendah pula *subjective well-being* pada ibu yang bekerja.

Perbedaan penelitian ini dengan sebelumnya yaitu pada penelitian Santos et al., (2014) yang berjudul *Establishing the relationship between general self-efficacy and subjective well-being among college students*. Penelitian ini berfokus dan bertujuan untuk membantu konselor dalam mengembangkan rasa percaya pada diri sendiri serta kemampuan remaja Filipina, sedangkan penelitian ini bertujuan kepada industri, organisasi, dan klinis. Penelitian Rachmah (2017) yang berjudul *Hubungan antara self-efficacy dengan subjective well-being pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh*. Penelitian tersebut memilih subjek istri yang menjalani pernikahan jarak jauh, sedangkan penelitian ini memilih ibu yang bekerja untuk dijadikan sebagai subjek. Tujuan utama penelitian tersebut untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan *subjective well-being* pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. Sedangkan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan *subjective well-being* pada ibu yang bekerja.

Berdasarkan uraian di atas, permasalahan yang akan di ajukan *dalam* penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan *subjective well-being* pada ibu yang bekerja?

B. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini yaitu mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan *subjective well-being* pada ibu yang bekerja.

C. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis :

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih bagi ilmu psikologi pada bidang psikologi industri dan organisasi. Khususnya yang berkaitan dengan hubungan antara *self-efficacy* dengan *subjective well-being* pada ibu yang bekerja.

2. Secara praktis

Secara praktis, diharapkan dapat memberi informasi dan masukan bagi ibu yang bekerja dalam upaya meningkatkan *self-efficacy* dan *subjective well-being* pada ibu yang bekerja.