

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seiring dengan berkembangnya zaman, peran wanita yang sudah menikah berubah di mana dahulu wanita hanya bertugas mengurus rumah tangga termasuk suami dan anak, bahkan pada zaman sekarang tidak sedikit wanita yang juga dituntut untuk bekerja/berkarir. Menurut Soetiono (2011) peran wanita sebagai seorang istri atau ibu yaitu bertugas dalam urusan rumah tangga dan pengasuhan anak di mana peran tersebut berbeda dengan suami yang memiliki tugas bekerja dan berkarir. Namun realitanya di era globalisasi ini banyak wanita yang menjalankan lebih dari satu peran yaitu sebagai ibu yang mengurus rumah tangga dan juga wanita yang bekerja.

Menurut Putrianti (2007) banyak persoalan yang dialami oleh para wanita (ibu rumah tangga) yang bekerja di luar rumah, seperti mengatur waktu dengan suami dan anak hingga mengurus tugas tugas rumah tangga dengan baik. Ada yang dapat menikmati peran gandanya, namun ada yang merasa kesulitan sehingga akhirnya persoalan rumit kian berkembang didalam kehidupan sehari-hari. Dalam era saat ini, wanita yang berperan sebagai orang tua dan pekerja di luar rumah tidak lagi menjadi hal yang langka akan tetapi sudah sangat umum. Secara khusus di Indonesia pada tahun 2011, wanita yang bekerja dan berstatus menikah yang berumur 15 tahun ke atas berjumlah sebesar 71,52 persen (Profil Perempuan Indonesia, 2012).

Hal ini sejalan dengan pendapat dari Anoraga (2014) bahwa terdapat banyak perubahan dan kemajuan di berbagai bidang dan sektor kehidupan, salah satunya yaitu munculnya fenomena baru semakin banyaknya jumlah wanita yang bekerja dan semakin banyaknya wanita yang berhasil memasuki jenis-jenis pekerjaan yang jarang ditempati oleh wanita. Hal ini

menunjukkan bahwa eksistensi wanita Indonesia di dalam dunia pekerjaan sudah diakui di berbagai bidang.

Wanita yang juga sebagai ibu rumah tangga dan memegang posisi penting dalam karirnya bukanlah hal aneh lagi saat ini. Di sektor pendidikan, industri, kesehatan dan lain sebagainya dapat ditemukan keseriusan seorang wanita dalam posisi sebagai ibu dalam meneliti karir. Hal ini dapat mempengaruhi peran mereka dalam pengasuhan anak (Chopur, 2011). Di bidang pendidikan seorang ibu dapat menduduki jabatan sebagai kepala sekolah, dan sebagai pendidik atau orang tua di sekolah. Pendidik merupakan sebutan seseorang yang berprofesi sebagai pendidik atau orang yang mendidik (Deasyanti & Mafazi, 2016) pendidikan dapat disebut juga dengan guru. Guru profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, menilai dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan formal ataupun non formal.

Khususnya dalam bidang pendidikan, guru adalah profesi yang cukup diminati atau ditekuni oleh wanita-wanita Indonesia. Mulai dari tingkat sekolah dasar sampai pada tingkat sekolah menengah atas dan kejuruan memiliki guru wanita. Di provinsi Kota Bekasi dengan jumlah total guru berjumlah 2.464.714 pada tahun 2021, sedangkan di provinsis Maluku Utara total jumlah guru wanita sekolah dasar sampai sekolah menengah atas dan kejuruan pada tahun 2012 sebesar 9564 orang, bahkan guru wanita pada setiap tingkatnya lebih banyak dibandingkan guru pria kecuali kejuruan (<http://www.data.go.id/dataset/guru-berdasarkan-gender>).

Mengetahui tingkat *psychological well-being* guru merupakan hal penting untuk perlindungan kesehatan mental serta pengembangan profesional dan pribadi guru. Penelitian yang berkaitan dengan penentuan tingkat kesejahteraan guru dan faktor yang mempengaruhi guru dianggap penting bagi lingkungan sekolah. Hal ini dikarenakan pengembangan program intervensi untuk meningkatkan kualitas pendidikan memerlukan penelitian yang menggambarkan *psychological well-being* guru (Ozu et al., 2017). Penelitian menunjukkan *psychological well-being* mempengaruhi

proses berpikir adaptif dan kreatif, perilaku prososial, dan kesehatan fisik yang baik (Ilgan, Ozu-cengiz, Atta & Akram, 2015).

Para guru juga dituntut untuk bisa bekerja dengan baik agar sekolah mampu berjalan karena itu memberikan tuntutan kerja yang tinggi kepada guru mengakibatkan guru menjadi stres karena respon tekanan yang diberikan mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Setiap guru juga memiliki mental dan fisik yang berubah-ubah serta mempunyai tingkat pembebanan yang berbeda-beda setiap harinya, salah satunya adalah kelelahan dalam bekerja karena banyaknya pekerjaan atau sedang dibebankan oleh banyak pekerjaan, karena kelelahan tersebut mampu menimbulkan stress yang berdampak pada performa guru dalam menjalankan dan mengerjakan tugasnya. Karena hal tersebut, sekolah harus mampu mengelola sumber daya manusia agar mampu memberikan kenyamanan dan keamanan kepada guru sehingga tercapai kesejahteraan psikologis yang baik.

Agar tetap dapat bekerja dengan baik maka sekolah harus menjaga kesejahteraan psikologis guru. Kesejahteraan psikologis yang baik bertujuan supaya mampu mengurangi dampak negatif seperti stress kerja atau depresi menurut Malek, Mearns & Flin (Tasema, 2018). Menurut Khairuddin (Barkhowa & Tri, 2019) bahwa *psychological well-being* guru dipengaruhi oleh adanya tekanan dan saat didiamkan akan mempengaruhi kesehatan fisik, psikologis guru serta performa sekolah akan menjadi menurun. Sekolah perlu memperhatikan kesejahteraan psikologis gurukarena dengan itu akan membantu guru dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh sekolah dengan performa terbaiknya. Tetapi jika sekolah tidak mampu menjaga kesejahteraan psikologis guru tersebut maka dapat menimbulkan kesulitan dalam menjalankan tugas yang diberikan dapat menimbulkan sekolah menjadi turun dalam segi performa.

Hal tersebut menjelaskan bahwa staff pengajar memiliki tuntutan kerja agar lebih aktif dalam mengerahkan kemampuan mulai dari emosional, kognitif, dan fisik mereka untuk pekerjaan (Safinaz & Izzati,

2022). Mercer et al (Safinaz & Izzati, 2022) menjelaskan *psychological well being* memiliki peranan penting dan berdampak positif bagi staff pengajar seperti dapat meningkatkan kreatifitas dalam memberikan pelajaran, menciptakan hubungan yang harmonis, menangani kesusahan dalam mendidik murid, dan membangun potensi prestasi murid. Oleh karena itu, menurut Golombek & Doran (Safinaz & Izzati, 2022) *psychological well being* staff pengajar sebagai pekerja harus diamati karena beban kerja yang ditanggung memerlukan kaitan dengan keterlibatan interpersonal, emosi yang besar, dan stres yang mereka jumpai seperti, hubungan emosional, kecemasan kerja, beban kerja yang tinggi, dan perjumpaan sosial antar budaya.

Dijelaskan oleh Kimberly & Utoy (Utami, 2020) bahwa *psychological well being* individu akan mampu dalam meningkatkan prestasi karyawan dan menurunkan tingkat keinginan untuk berhenti di organisasi tersebut, dan juga memicu terwujudnya suatu kondisi keterlibatan dalam perusahaan tempat mereka bekerja, yang mana dapat berdampak pada kemajuan yayasan atau sekolah. Ryff & Kayes (Barkhowa & Tri, 2019) berkata bahwa *psychological well-being* menjadi hal positif bagi individu, dengan demikian hal ini termasuk perilaku positif terhadap diri sendiri.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ratih (2013) menunjukkan bahwa peningkatan depresi mungkin timbul dari kurangnya kesejahteraan. Ryan (2021) mengatakan bahwa terpenuhinya kebutuhan psikologis seseorang berkaitan dengan tingkat kesejahteraan psikologis dimana semakin banyak kebutuhan psikologis terpenuhi maka kesejahteraan psikologis orang tersebut akan meningkat. Oleh karena itu, kunci untuk memajukan pendidikan bangsa adalah meningkatkan kesejahteraan psikologis guru. Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengawasi peserta didik.

Menurut Ryff (1989) kesejahteraan psikologis merupakan pencapaian penuh dari fungsi individu dalam menerima segala kekurangan dan kelebihan dirinyadapat bersikap mandiri, mampu membina hubungan positif dengan orang lain, memiliki tujuan hidup dan dapat mengembangkan pribadinya. Kesejahteraan psikologis yang dirasakan, karena kesejahteraan psikologis memainkan peranan penting pada proses konflik peran yang dirasakan dalam pekerjaan baik di luar rumah sebagai perempuan karir maupun dalam rumah sebagai istri atau ibu.

Menurut Anggarwati dan Thamrin (2019) berbagai konflik yang dapat terjadi pada ibu bekerja disebabkan karena ibu yang bekerja memiliki dua peran utama. Oleh karena itu terdapat dua arah timbulnya konflik peran ganda yang dialami oleh mayoritas ibu yang bekerja. Konflik yang pertama berasal dari tuntutan pekerjaan yang beragam dan seolah memaksa guna terus mendedikasikan hidup untuk tempatnya bekerja. Hal seperti inilah yang dapat memicu konflik dalam lingkaran keluarga bagi ibu yang bekerja. Kemudian, konflik selanjutnya dapat muncul dari arah tuntutan peran sebagai ibu yang sejatinya merupakan sumber kehidupan utama bagi sebuah keluarga. Apabila seorang ibu yang bekerja terlalu banyak menghabiskan waktunya untuk keluarga dan mengesampingkan tempat dimana ia bekerja akan berimbas bagi keberlangsungan perusahaan.

Kesejahteraan psikologis, atau istilah lainnya adalah *psychological well-being* yang dikemukakan oleh Ryff (Anggarwati & Thamrin, 2019), yaitu suatu gambaran kesehatan psikologis individu berdasarkan kriteria psikologis yang positif. Oleh karena itu ketika individu memiliki kondisi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang baik, individu dapat berfungsi dengan baik. Jika semua sektor perkantoran memperhatikan aspek kesejahteraan psikologis terhadap para tenaga kerjanya, maka dapat dipastikan setiap tenaga kerja mampu mencapai keadaan mental yang sehat pula, sehingga dapat memengaruhi aspek-aspek.

Ibu yang bekerja dapat dikatakan memiliki kondisi kesejahteraan psikologis yang baik dapat dicirikan dengan merasakan kondisi yang

seimbang antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadinya. Hal ini sejalan dengan yang dikatakan oleh Papalia (Indriani & Sugiasih, 2016), kesejahteraan psikologis yang dimiliki ibu yang bekerja adalah bagi individu yang mampu mengatur dirinya sendiri serta mampu mengatasi berbagai permasalahan yang berhubungan dengan kehidupan. Salah satu faktor yang mempengaruhi ibu bekerja dalam rendahnya kesejahteraan psikologis adalah konflik yang dirasakan antara peran ganda. Seorang ibu yang bekerja mengalami konflik peran sebagai akibat dari ketidaksesuaian antara harapan, tuntutan, dan tekanan yang diterima dari pekerjaan dan rumah. (Indriani & Sugiasih, 2016).

Penelitian terkait konflik peran ganda dan kesejahteraan psikologis pada karyawan dilakukan oleh Ayo, Henry, dan Adebukola (2009) pada 300 orang staf sekolah (guru dan non guru) di Negeria. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara kesejahteraan psikologis pada karyawan staff sekolah. Ketidakseimbangan antara pekerjaan dan keluarga disebut sebagai konflik peran ganda. Adapun definisi konflik peran ganda, yaitu konflik yang muncul karena terdapat permasalahan yang disebabkan karena terganggunya area pekerjaan dengan keluarga. Menurut Suryadi dkk (2004) Konflik yang dikenal sebagai konflik peran ganda terjadi ketika seorang wanita memainkan lebih dari satu peran pada saat yang bersamaan. Konflik ini secara tidak langsung berdampak negatif bagi perempuan itu sendiri maupun lingkungan keluarga.

Peran ganda yang dialami wanita yang mempunyai kesulitan dan juga kegagalan pemenuhan tuntutan dari salah satu peran ganda baik sebagai ibu rumah tangga, individu, wanita bekerja dan warga masyarakat tersebut akan menimbulkan konflik. Konflik yang muncul terus-menerus mengakibatkan kemunculan gangguan pada psikologis wanita yang membuat psikologisnya tersebut tidak sejahtera, maka dari itu wanita bekerja membutuhkan faktor yang dapat membangkitkan kesejahteraan psikologisnya agar peran yang diemban dapat seimbang dan tidak terjadi masalah.

Kesejahteraan psikologis dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah dukungan sosial (*esteem support*), dukungan instrumental (*tangible or instrumental support*) dan dukungan informasi (*informational support*) (Dukungan sosial emosional yang diberikan suami kepada istri misalnya berupa mendengarkan cerita istri, mengucapkan kata-kata cinta, dapat meningkatkan rasa percaya diri istri baik dirumah maupun ditempat kerja. Menurut House (Kumalasari dan Ahyani dalam Patty., dkk, 2016) dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang didalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Putrianti (2007) 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 istri mendapatkan dukungan suami dalam menghadapi tekanan maupun hambatan dalam pekerjaannya diluar rumah istri akan mencapai kesejahteraan yang baik.

Suami yang memberikan dukungan secara penuh pada istrinya adalah bentuk perhatian, cinta kasih, serta melindungi secara jasmani dan rohani akan mengurangi atau menghilangkan kerisauan, kecemasan, ketakutan, baik yang *real* ataupun fantasi. Dukungan sosial dari suami dan pemberian perhatian akan membantu istri dalam mendapat kepercayaan diri dan harga diri sebagai seorang istri. Dengan perhatian suami istri akan merasa lebih yakin bahwa tepat menjadi istri tetapi juga akan bahagia menjadi ibu bagi anaknya (Adhim, 2002). Dukungan yang diberikan oleh orang lain sangat mungkin untuk memberi sumbangan terhadap kestabilan psikologis seseorang. Selain itu Cobb's (Gottlieb, 1983) mengemukakan bahwa dukungan sosial yang diberikan suami kepada istrinya akan mempersiapkan persepsi istri bahwa ia menerima afek positif, menerima bantuan dan pemenuhan. Dukungan informasi menuntun istri untuk percaya bahwa suami mencintai dan memperhatikan dirinya, suami menghargainya.

Sarafino (2011) membagikan dukungan sosial ke dalam empat komponen, yang terdiri dari : dukungan emosional (*emotional support*), dukungan penghargaan), dukungan instrumental, dukungan informasi, dukungan persahabatan. Seorang istri yang bekerja membutuhkan dukungan sosial suaminya untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang baik. Dukungan sosial dari orang-orang penting dalam kehidupan seseorang dapat memenuhi kebutuhan seseorang akan kesejahteraan psikologis tersebut (Christie, 2013). Seorang suami dapat membantu orang mencapai kesejahteraan psikologis dan menemukan arti penting dalam hidup mereka.

Berdasarkan melihat fenomena yang terjadi diatas membuat peneliti tertarik di dalam meneliti permasalahan diatas ada yang masih menerapkan bekerja di kantor atau *work form office* (WFO) namun pada sekolah SMK Bina Karya yang merupakan tempat penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Beberapa sekolah di Indonesia ada yang masih menerapkan beberapa minggu saja diliburkan selebihnya bekerja seperti biasa lagi bagi para tenaga pengajar pertanyaan ini berkesinambungan dengan hasil *preliminary research* yang dilakukan peneliti terhadap 5 guru di SMK Bina Karya Mandiri. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan, diperoleh fakta bahwa setiap tenaga pengajar baik guru bidang studi bagaian bimbingan konseling sampai jajaran atasan masih menerapkan pembelajaran tatap muka di sekolah dengan alasan supaya anak-anak tidak kesulitan memahami pembelajaran yang dikasih, namun dalam pembelajaran tatap muka turut ikut serta mematuhi protokol kesehatan yang di anjurkan.

Ditelusuri lebih dalam lewat metode wawancara mengenai kondisi Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well Being*) para tenaga pendidik ini cukup memiliki kesejahteraan yang baik walaupun dimasa pandemi tetap bekerja dan melaksanakan aktivitas seperti biasanya. Namun didapatkan hasil bahwa sebanyak 5 dari 5 subyek mengalami kesejahteraan psikologis yang rendah terutama pada aspek penerimaan diri (*self acceptance*) yang subjek mengungkapkan bahwa mandiri merasa tidak menikmati pekerjaan tersebut karena subyek bekerja banyaknya tekanan-tekanan dan tuntutan

pekerjaan sehingga membuat ini merasa stress dan kewalahan dalam mengerjakan pekerjaan tersebut.

Seperti pada permasalahan ditempat penelitian yaitu SMK Bina Karya Mandiri. Dari hasil wawancara dengan beberapa guru yang dilaksanakan pada tanggal 10 Januari 2022 bertempat SMK Bina Karya Mandiri. Kemudian pada 2 dari 3 guru terkait dengan hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with other*). Subjek menyatakan sering ada perbedaan pendapat

Kemudian 5 dari 5 guru pada aspek penguasaan lingkungan (*Environment al Mastery*) subjek harus meningkatkan produktivitas dalam pekerjaan & keluarga dimana subjek menjalankan dua peran sekaligus yang merasa kelelahan pada fisiknya dan kurangnya waktu istirahat serta harus mengoptimalkan pekerjaan tersebut supaya hasil pekerjaannya tidak mengecewakan. Selain itu, 3 dari 5 guru pada aspek tujuan hidup (*Purpose in life*) subjek menjelaskan bahwa segala sesuatu harus mempunyai tujuan kedepannya supaya kita ambisius semangat untuk mendapatkannya, ketika pencapaian tersebut tidak sesuai rencana subjek merasakan kecewa yang selama ini diharapkan ternyata tidak sesuai.

Kemudian 3 dari 5 guru yang diwawancarai dalam aspek lainnya seperti memiliki kemandirian (*Autonomy*) guru yang di wawancarai menyatakan sering memberikan pekerjaan kepada guru. Kemudian 2 dari 5 guru yang diwawancarai dalam aspek pengembangan potensi dalam diri (*personal grotwh*) guru yang diwawancarai menyatakan bahwa tidak fokus dalam menjalankan hobi yang dilakukan. Sehingga hal ini menjadi sorotan peneliti pada saat subjek melakukan wawancara kondisi kesejahteraan psikologis mengalami beberapa ketergangguan. Ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Ryff (Ramdani dkk, 2016) bahwa kesejahteraan psikologis bukan hanya efek positif dan kepuasan hidup.

Hal ini sejalan juga dengan teori yang menjelaskan bahwa kepuasan dalam kehidupan keluarga berkontribusi terhadap kepuasan dalam kehidupan pekerjaan, sehingga dengan demikian keduanya saling

mempengaruhi. Hal inilah yang menuntut setiap individu untuk selalu mengupayakan kesejahteraan di dalam kehidupan keluarganya agar kebahagiaan di tempat kerjanya pun tercapai (Amstad, 2011).

Seperti pada permasalahan ditempat penelitian yaitu SMK Bina Karya Mandiri. Dari hasil wawancara dengan beberapa guru yang dilaksanakan pada tanggal 10 Januari 2022 bertempat SMK Bina Karya Mandiri. Diperoleh informasi tentang konflik peran ganda (*work family conflict*), 3 dari 5 guru pada aspek berdasarkan ketegangan (*strain based conflict*) mengatakan banyak pekerjaan kantor sehingga subjek pernah membawa pekerjaan kantor ke rumah yang seharusnya pekerjaan tersebut dilakukan hanya di kantor saja. Dari kedua aspek tersebut terdapat permasalahan yang mengganggu kebermaknaan hidup ibu yang bekerja. Selain itu, 2 dari 5 pada aspek konflik berdasarkan perilaku (*behavior based conflict*) hanya dirasakan oleh subjek yang memiliki konflik pada perilakunya karena dituntut untuk menyelesaikan pekerjaan-pekerjaan tepat waktu dan harus mengerjakan pekerjaan dengan teliti.

Kenyataannya bila konflik peran ganda ini dikaitkan dengan variabel sulit untuk mencapai kesejahteraan psikologis, terutama bagi ibu yang bekerja. Aspek seperti konflik berdasarkan waktu (*times based conflict*), konflik berdasarkan tegangan (*strain based conflict*) dan konflik berdasarkan perilaku (*behavior based conflict*) yang tergolong rendah maka kesejahteraan psikologis yang dirasakan semakin tinggi. Terdapat penelitian dari Jimad, Indirani dan Sugiasih (2016) menjelaskan bahwa konflik peran ganda terjadi jika ada dua komponen, yaitu urusan keluarga yang mengganggu saat jam kerja dan urusan pekerjaan mengganggu keluarga, kondisi ini dapat mengurangi kesejahteraan sebagai pekerja. Hal ini sejalan dengan pendapat yang telah dikemukakan oleh Grandey dkk., (2005) menyatakan bahwa *work family conflict* dapat menghabiskan waktu dan energi seseorang sehingga menyebabkan munculnya perasaan terancam dalam diri seseorang serta perilaku negatif dalam pekerjaannya (Dalam Zulkarnain, 2013).

Untuk Dukungan Sosial Suami 2 dari 5 subjek mengalami kondisi dukungan instrumental yang rendah pasalnya kebutuhan ekonomi yang memicu ibu rumah tangga untuk membantu keuangan suaminya supaya menutupi kekurangan keuangan, kemudian sebanyak 3 dari 5 subjek yang diwawancarai merasakan aspek dukungan informasi karena subjek dan suami menjalankan hubungan jarak jauh maka untuk menjalin komunikasi tidak lancar karena sibuk dengan pekerjaan masing-masing. Sedangkan aspek lainnya terutama aspek dukungan persahabatan dirasakan 5 dari 5 subjek saja. Dan yang terakhir aspek dukungan emosional penghargaan dapat dirasakan semua subjek sebab aspek tersebut penting bagi ibu yang bekerja untuk diberikan semangat supaya pekerjaannya tidak stress dan dapat berbagi masalah serta meminta solusinya supaya masalah tersebut tidak menjadi beban pikiran ibu yang bekerja. Ini mengakibatkan peneliti dapat meninjau masalah dari variabel Dukungan Sosial Suami subjek yang mengalami ketergangguan akibat sibuknya pekerjaan masing-masing. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh (Rahmadita, 2013) juga menyatakan bahwa kehadiran pasangan diharapkan dapat meringankan beban seseorang ketika mengalami kesulitan. Hal ini juga berkaitan dengan teori yang dikemukakan oleh Kaufmann & Beehr (Apollo & Cahyadi, 2012) bahwa dukungan sosial dari orang-orang terdekat, terutama yang berbentuk dukungan emosional mempunyai hubungan yang sangat signifikan dengan ketegangan, kebosanan, dan depresi pada ibu bekerja.

Berdasarkan penjelasan diatas, pada guru tersebut terlihat dukungan instrumental adanya masalah pada dukungan sosial suami dimana guru yang menjadi narasumber wawancara menjelaskan bahwa rendahnya kebutuhan ekonomi yang memicu ibu rumah tangga untuk membantu keuangan suaminya supaya menutupi kekurangan keuangan, kemudian suami menjalankan hubungan jarak jauh maka untuk menjalin komunikasi tidak lancar karena sibuk dengan pekerjaan masing-masing (dukungan informasi), kemudian ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap individu tersebut terasa nyaman, dicintai dan perhatian supaya pekerjaannya

tidak stress dan tidak menjadi beban pikiran ibu yang bekerja, kemudian berupa adanya kebersamaan, ketersediaan suami supaya saling membantu dan meringankan beban pekerjaan ibu di rumah. Hal ini sejalan dengan sebuah penelitian yang menjelaskan bahwa dukungan sosial suami perempuan dan dukungan sosial suami mereka melakukan penelitian tentang hubungan antara kesejahteraan psikologis perempuan dan dukungan sosial suami mereka (Milatina dkk., 2016). Hal ini juga berkaitan dengan teori yang dikemukakan oleh (Christie, 2013) Seorang istri yang bekerja membutuhkan dukungan sosial dari keluarganya untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang tinggi. Pemenuhan kesejahteraan seseorang dapat berasal dari penerimaan dukungan sosial dari orang-orang yang hidupnya penting bagi identitas seseorang. Sebagai bagian penting dari kehidupan individu, keluarga merupakan sistem pendukung untuk mencapai kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan penjelasan diatas, guru terlihat adanya masalah pada konflik peran ganda dan dukungan sosial suami sehingga membuat rendahnya kesejahteraan psikologis terhadap guru dimana guru yang menjadi narasumber wawancara menjelaskan bahwa masih ada guru merasa bahwa dirinya tidak menikmati pekerjaan tersebut karena bekerja banyaknya tekanan-tekanan dan tuntutan pekerjaan sehingga membuat ini merasa stress dan kewalahan dalam mengerjakan pekerjaan tersebut (*Self acceptance*), kemudian guru menjaga nama baik di lingkungan kerjanya supaya tidak ada permasalahan dengan rekan kerjanya, dan harus memahami setiap karakter orang yang berbeda beda, hubungan kita dengan orang lain bergantung terhadap sikap kita dengan orang lain dan dilingkungannya yang tidak baik maka sebaiknya menghindari supaya tidak menimbulkan pertentangan (*positive relation with others*) kemudian rasa penguasaan dan kompetensi serta kemampuan memilih situasi dan lingkungan yang kondusif serta harus meningkatkan produktivitas dalam pekerjaan & keluarga dimana menjalankan dua peran sekaligus merasa kelelahan pada fisiknya dan kurangnya waktu istirahat dan harus

mengoptimalkan pekerjaan tersebut supaya hasil pekerjaan tidak mengecewakan (*Environment al Mastery*), kemudian bahwa segala sesuatu harus mempunyai tujuan kedepannya supaya kita ambisius semangat untuk mendapatkannya, ketika target (*Purpose in life*) pencapaian tersebut tidak sesuai rencana merasa kecewa selama yang diharapkan tidak sesuai, kemudian untuk menentukan nasib sendiri, mandiri dan mengatur perilakunya sendiri maka hal tersebut mereka melakukan segala hal sesuatu dengan sendiri tanpa bantuan siapapun untuk mengerjakan segala pekerjaannya (*Autonomy*), kemudian kemampuan diri mengembangkan potensi dirinya untuk tumbuh dan berkembang sebagai individu secara efektif pribadi meliputi kapasitas tubuh mengembangkan potensi mereka dapat mengembangkan pribadinya yang jauh lebih baik dari potensi yang sebelumnya, mereka yakin dengan potensi yang ada didalam dirinya bisa berkembang dengan pesal (*Personal growth*).

Hal ini sejalan dengan sebuah penelitian yang menjelaskan bahwa Ryff (dalam Estikomah & Sahrah, 2019) juga menyelidiki faktor demografi usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Dukungan sosial, kepribadian, evaluasi pengalaman hidup, dan tingkat religiusitas merupakan faktor tambahan. Konflik peran ganda merupakan faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, khususnya bagi perempuan pekerja (Indriani & Sugiasih, 2018). Selain itu, penelitian ini sejalan dengan temuan Anwar & Fauziah (2019) bahwa konflik peran ganda memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Selain itu, penelitian Fitria dan Muhti (2017) menunjukkan adanya korelasi negatif antara konflik peran ganda dan kesejahteraan psikologis. Dengan kata lain, semakin rendah tingkat konflik peran ganda, semakin tinggi kesejahteraan psikologis, dan sebaliknya.

Berdasarkan pemaparan tentang pentingnya kesejahteraan psikologis terhadap berbagai aspek pekerjaan dan penelitian terlebih dahulu. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang kesejahteraan

psikologis (*Psychological Well-Being*) yang dipengaruhi oleh faktor eksternal yakni konflik peran ganda (*Work Family Conflict*) dan faktor internal dukungan sosial suami. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti keterkaitan “Konflik Peran Ganda dan Dukungan Sosial Suami Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Guru SMK Karya Bina Mandiri”.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang di atas maka dalam penelitian ini ditentukan dalam rumusan masalah yakni :

1. Bagaimana gambaran konflik peran ganda (*work family conflict*), dukungan sosial suami dan kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) pada guru SMK Bina Karya Mandiri?
2. Bagaimana hubungan antara konflik peran ganda (*work family conflict*) dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) pada guru SMK Bina Karya Mandiri?
3. Bagaimana hubungan antara dukungan sosial suami dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) pada wanita guru SMK Bina Karya Mandiri?
4. Bagaimana pengaruh antara konflik peran ganda (*work family conflict*) dan dukungan sosial suami terhadap kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) pada guru SMK Bina Karya Mandiri?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui gambaran konflik peran ganda, dukungan sosial suami dan kesejahteraan psikologis pada guru SMK Bina Karya Mandiri
2. Mengetahui hubungan antara konflik peran ganda dengan kesejahteraan psikologis pada SMK Bina Karya Mandiri
3. Mengetahui hubungan dukungan sosial suami dengan kesejahteraan psikologis pada SMK Bina Karya Mandiri.

4. Mengetahui pengaruh konflik peran ganda dan dukungan sosial suami terhadap kesejahteraan psikologis pada SMK Bina Karya Mandiri.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian diharapkan dapat memberikan informasi keilmuan terkait hasil penelitian, serta diharapkan dapat memperkaya dan berkontribusi dalam perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi industri dan organisasi mengenai penelitian hubungan antara konflik peran ganda dan dukungan social suami terhadap kesejahteraan psikologis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Manfaat praktis bagi Institusi yaitu semoga dapat digunakan sebagai tambahan untuk lebih meningkatkan kesejahteraan psikologis guru SMK dengan melihat pentingnya kesejahteraan psikologis yang dapat diketahui melalui aspek-aspek dan faktor-faktor yang mempengaruhinya.

b. Bagi Mahasiswa

Manfaat praktis bagi mahasiswa yaitu semoga dapat menambah ilmu pengetahuan dan pemahaman mahasiswa psikologi terkait ilmu Psikologi Industri dan Organisasi, khususnya tentang hubungan antara konflik peran ganda dan dukungan sosial suami terhadap kesejahteraan psikologis.

c. Bagi Peneliti Lainnya

Manfaat praktis bagi peneliti lainnya yaitu semoga dapat dijadikan referensi penelitian untuk para peneliti selanjutnya jika akan meneliti terkait variabel yang sama.