HUBUNGAN ANTARA SIKAP PENYELESAIAN MASALAH DAN KEBERMAKNAAN HIDUP DENGAN SOMATISASI PADA WANITA KARIR

SKRIPSI

Untuk memenuhi sebagian persyaratan

Dalam mencapai derajat Sarjana S-1

Diajukan Oleh :

ERI RETNO WURI HANDAYANI
F. 100010263

Kepada

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2008

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Kehadiran wanita dalam dunia kerja sebagai salah satu potensi yang sangat penting. Berdasar data BPS, jumlah wanita yang aktif secara ekonomi sampai tahun 2005 mencapai 40% dan laju pertumbuhan angkatan kerja wanita lebih cepat daripada laju pertumbuhan angkatan kerja pria (BPS, 2006). Hampir dalam segala lapangan pekerjaan wanita selalu ada, baik di instansi pemerintah maupun di swasta. Wanita karir atau wanita yang bekerja merupakan fenomena sosial di masyarakat yang meninggalkan nilai tradisional menyebabkan wanita menjadi orang ke dua setelah pria. Di zaman modern sekarang ini, adanya persamaan hak antara pria dengan wanita menyebabkan meningkatnya kebutuhan kaum wanita yang berpartisipasi langsung dalam dunia kerja, keinginan wanita untuk dapat mengembangkan segala potensi yang dimiliki serta kebutuhan ekonomi keluarga.

Bekerja atau berkarir merupakan proses pencarian yang bermanfaat. Aktivitas wanita dalam perusahaan tidak dapat dipisahkan dari masalah kerja, kerja sebagai salah satu perwujudan aktivitasnya, baik secara fisik maupun mental. Adapun motif wanita bekerja antara lain : untuk memperoleh prestasi, untuk memiliki pengaruh terhadap orang lain, untuk bersahabat serta berinteraksi terhadap orang lain (MC.Clenend dalam Siagian, 1989).

Wanita dalam dunia kerja sering dihinggapi permasalahan. Konflik yang sering muncul pada wanita karir yaitu konflik antara ideal budaya dan wanita

sebagai sumber daya manusia (Karpicke dan Suratijah dalam Sahrah, 2005). Berdasarkan penelitian, seorang pegawai yang melanjutkan studi ke S2 (program magister) dengan berhasil, maka ia harus membagi ke dalam bagian-bagian tertentu, misalnya bagaimana mengatur waktu antara bekerja dengan mengikuti kuliah dan mengerjakan tugas-tugas kantor dan rumah tangga, mengatur keuangan untuk kebutuhan kuliah, pribadi dan keluarga, dan bagaimana kondisi fisik dan psikologis harus disiapkan agar dapat melaksanakan semua tugas tersebut. Adapun keluhan yang dirasakan, yaitu : pusing, nyeri leher, nyeri punggung.

Hal ini menjadi dilema bagi wanita karir, di satu sisi wanita karir sebagai ibu rumah tangga yang harus mengurus keluarga dan di sisi lain sebagai pegawai yang harus bekerja mengabdikan diri di kantor. Keadaan seperti ini menuntut wanita karir untuk bisa menyesuaikan diri dan menyeimbangkan perannya baik di rumah maupun di kantor. Konflik ini sering membuat wanita karir menghindari sukses, karena merasa dirinya cenderung kurang feminim dan mementingkan diri sendiri. Menghadapi masalah yang komplek, ada wanita karir yang berhasil menyesuaikan diri dan ada yang tidak dapat menyesuaikan diri sehingga mengalami stres, yaitu keadaan tertekan baik secara fisik maupun psikologis (Chaplin, 1997).

Stres ini menjadi faktor pemicu munculnya keluhan-keluhan fisiologis individu yang berulang-ulang seperti pusing, sakit perut, keringat dingin, jantung berdebar-debar, sesak nafas, dan sejumlah keluhan fisik lainnya (Martaniah, 1994). Perubahan kondisi tersebut merupakan beberapa gejala yang umum diderita oleh individu yang mengalami somatisasi. Menurut Kaplan, dkk (1997),

somatisasi merupakan gangguan yang tidak dapat dijelaskan secara medis serta berhubungan dengan stres. Somatisasi merupakan salah satu gangguan yang sering digunakan individu untuk menghindari diri dari permasalahan karena enggan menerima teguran ataupun hukuman. Hal ini dilakukan karena efek somatisasi hanya berpengaruh pada diri sendiri dan tidak berpengaruh pada orang lain.

Respon yang bisaanya muncul yang tidak diharapkan dan cukup menekan tersebut adalah rasa takut, tidak menyenangkan, gelisah dan sering kali diikuti gejala somatik seperti nyeri kepala, berkeringat, kekakuan pada dada, dan gangguan lambung ringan (Martaniah, 1994). Dalam menghadapi situasi ini wanita karir akan mengalami keadaan yang tidak menyenangkan dan menegangkan, sehingga wajar bila wanita karir akan melakukan berbagai cara untuk mengatasinya.

Somatisasi yang dialami wanita karir akibat dari kegagalan dalam menyesuaikan diri terhadap suatu masalah atau konflik. Masalah merupakan hal yang direspon banyak individu lebih baik dihindari daripada dihadapi. Padahal sebenarnya apabila individu bersedia mencoba menemukan inti masalah terlebih dulu, hal ini akan memberikan peluang bagi pertumbuhan dan keberuntungan serta dapat membantu individu mencapai tujuan (Olson, 1998). Tidak semua masalah diselesaikan oleh wanita karir, hal ini tergantung pada sikap wanita karir.

Sikap terhadap penyelesaian masalah pada masing-masing individu berbeda satu sama lain walaupun dihadapkan pada masalah yang sama. Hal ini disebabkan karena adanya perbedaan sikap individu dalam memandang suatu

masalah. Wanita karir yang bersikap positif, menilai masalah sebagai tantangan dan cenderung berusaha untuk mencari solusi dari setiap permasalahan. Sebaliknya wanita karir yang bersikap negatif, menilai masalah sebagai hambatan yang mengancam dan cenderung menolak atau menghindar dari masalah sehingga solusi yang diharapkan tidak akan tercapai. Adanya sikap yang positif dalam penyelesaian masalah, maka wanita karir akan berhasil dalam bekerja dan berumah tangga. Hal ini sesuai dengan pendapat As 'ad (1995), yang menyatakan bahwa sikap individu terhadap penyelesaian masalah merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan dalam menyelesaikan masalah dan memungkinkan individu untuk lebih berhasil dan mempunyai tanggung jawab besar atas peran yang dijalani.

Besar kecilnya sikap wanita karir terhadap penyelesaian masalah ditentukan oleh kesanggupan, pengalaman, perhatiannya dalam menemukan solusi. Untuk menghadapi suatu permasalahan, diperlukan suatu kreativitas yang tinggi dan perilaku yang tepat. Sikap negatif atau sikap menghindari masalah bukanlah solusi yang ideal bahkan bisa mengganggu kondisi fisik dan stabilitas jiwa. Diantaranya ketegangan, frustasi, cemas, dan stres. Inilah yang lama-lama menjelma dalam penyakit fisik yang jika diperiksa ke dokter tidak ditemukan adanya gangguan fisik atau sering disebut somatisasi.

Individu dengan sikap menerima masalah terhadap masalah akan lebih mudah menemukan inti masalah, peka terhadap masalah dan aktif dalam menyelesaikan masalah (Vincent, 2004). Pada kondisi penuh masalah wanita karir perlu bersikap aktif dan kreatif berdasarkan kemapuan dan pengalaman yang

dimiliki untuk menyelesaikan masalah, sehingga tidak bersomatisasi untuk lari dari masalah. Hal ini didukung oleh penelitian Indrayanti (2003), berpikir positif mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap somatisasi. Hadjam,dkk (2004) dalam penelitiannya mengungkapkan kepribadian tahan banting mempunyai pengaruh dalam gangguan somatisasi.

Selain sikap terhadap penyelesaian masalah faktor lain yang dapat berpengaruh terhadap somatisasi adalah kebermaknaan hidup. Kebermaknaan hidup merupakan sebuah kekuatan hidup manusia untuk memiliki sebuah komitmen kehidupan (Ancok dalam Frankl, 2003). Makna hidup ini bermula dari adanya sebuah visi kehidupan, haranpan dalam hidup, dan adanya alasan mengapa seseorang harus tetap hidup.

Kebermaknaan hidup dapat diwujudkan dalam sebuah keinginan individu yang berguna bagi orang lain apakah itu anak, suami, keluarga dan komunitas pekerjaan. Bagi wanita karir bekerja merupakan hal yang berarti, karena ketika ia bekerja, berprestasi berarti pribadi tersebut telah memberikan sesuatu pada kehidupan. Hal ini didukung dengan penelitian Anggriany (2006), motif berprestasi mempunyai pengaruh terhadap kebermaknaan hidup. Peran yang dijalani wanita karir tidak mudah terlebih jika karir yang dibina mengalami stagnasi. Hal ini akan memunculkan perasaan tidak berguna, karena karir yang dibina tidak berkembang. Perasaan ini bisa bertambah parah bila atasan tidak memenuhi harapan atas didikasinya, sehingga wanita karir menyalahkan dirinya dan merasa gagal. Keadaan inilah yang membuat wanita karir mengembangkan konsep diri yang negatif, sehingga mengalami ketidakbermaknaan hidup.

Ketidakbermaknaan hidup berarti seseorang merasa hampa, gersang, tidak memiliki tujuan hidup yang jelas, merasa hidup tidak berarti, merasa bosan dan apatis. Perasaaan ini akan memunculkan sikap mental dan citra diri yang negatif terhadap diri sendiri dan lingkungan, yang pada akhirnya akan menimbulkan sejumlah gangguan organik dan psikis serta perilaku menyimpang (Bastaman, 1996).

Ketidakbermaknaan hidup yang dialami oleh wanita karir bisa menjadi stressor yang memunculkan stres. Menurut Schneiders (Prihartanti, dkk, 2003), terdapat beberapa bentuk penyesuaian diri seseorang dalam menghadapi stressor. Individu dapat secara langsung menghadapi sumber stresornya atau secara tidak langsung dengan jalan lari untuk sakit. Sakit ini merupakan salah satu bentuk penyesuaian diri yang sering digunakan untuk menghindari diri dari rasa tanggung jawab.

Demikian wanita karir menghayati ketidakbermaknaan hidup, sebagai akibat penerimaan negatif terhadap perannya dan tidak mampu memanfaatkan keadaan dirinya secara efektif dan kreatif sehingga memunculkan perasaan hampa, kosong, bosan, sepi dan menjadi tidak bermakna hidupnya yang pada akhirnya akan memunculkan keluhan fisik yang secara medis tidak ditemukan suatu penyakit apapun atau sering disebut somatisasi. Dengan somatisasi, seorang wanita karir dapat mengatasi stresor yang dialami dan berharap akan mendapat simpati sebagai usaha untuk memperoleh perhatian dari rekan sejawat dan atasan. Pada kondisi ini wanita karir membutuhkan dukungan sosial dari lingkungan untuk menumbuhkan perasaan bahwa ia masih dicintai, dihargai dan diperhatikan

dengan kata lain membantu menemukan kebermaknaan hidup, sehingga somatisasi yang dialami wanita karir cenderung berkurang.

Melalui uraian di atas dapat dibuat suatu rumusan masalah, yaitu : apakah ada hubungan antara sikap penyelesaian masalah dan kebermaknaan hidup dengan somatisasi pada wanita karir ?. mengacu dari rumusan masalah tersebut peneliti ingin mengkaji secara empirik dengan melakukan penelitian berjudul : ”HUBUNGAN ANTARA SIKAP PENYELESAIAN MASALAH DAN KEBERMAKNAAN HIDUP DENGAN SOMATISASI PADA WANITA KARIR”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui hubungan antara sikap penyelesaian masalah dan kebermaknaan hidup dengan somatisasi pada wanita karir.
2. Untuk mengetahui hubungan antara sikap penyelesaikan masalah dengan somatisasi pada wanita karir.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kebermaknaan hidup dengan somatisasi pada wanita karir.
4. Untuk mengetahui sumbangan efektif sikap penyelesaian masalah terhadap somatisasi pada wanita karir.
5. Untuk mengetahui sumbangan efektif kebermaknaan hidup pada wanita karir.

C. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat teoritis

   Memberikan perluasan cakrawala pada ilmu pengetahuan, khususnya pada disiplin ilmu psikologi klinis tentang hubungan antara sikap penyelesaian masalah dan kebermaknaan hidup dengan somatisasi pada wanita karir.

2. Manfaat praktis

   Memberikan informasi mengenai keterkaitan antara sikap penyelesaian masalah dan kebermaknaan hidup dengan somatisasi pada wanita karir, sehingga wanita karir dapat menemukan solusi guna meminimalkan gangguan somatisasi.