

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pergeseran zaman menimbulkan terjadinya pergeseran peran pada perempuan. Dahulu perempuan memiliki peran hanya sebagai ibu rumah tangga saja, namun kini perempuan juga dapat berperan sebagai wanita karir. Ibu rumah tangga yang juga bekerja, memiliki standar kepuasan hidup sendiri. Ibu yang berkarir memiliki peran ganda dan memiliki tugas serta tanggung jawab yang lebih besar. Ibu yang bekerja dituntut untuk mampu mengatur waktunya dengan baik antara melakukan perannya sebagai ibu rumah tangga dan urusan pekerjaannya. Menjalankan peran ganda memiliki kelebihan dan kekurangannya serta harus menerima konsekuensi di dalamnya. Ibu yang bekerja dapat meningkatkan harga dirinya dalam keluarga dan mampu menyetarakan dirinya dengan suami tanpa harus bergantung pada suaminya. Akan tetapi, konsekuensi sebagai ibu yang bekerja harus mengorbankan sebagian waktunya untuk mengurus keluarga dan dapat mengalami stres karena adanya tekanan dari pekerjaannya. Segala sesuatu konsekuensi atas pilihannya dalam menjalani hidup akan memberikan pengaruh terhadap kepuasan hidupnya.

Data statistik di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2020 menunjukkan sebanyak 55,89% perempuan berprofesi sebagai tenaga profesional (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah, 2021). Lebih lanjut, Badan Pusat Statistik juga melaporkan di Indonesia tingkat proporsi wanita yang berada di posisi manajerial berdasarkan status perkawinan. Wanita menikah pada tahun 2018 sebesar 26,50%, dan terdapat sedikit peningkatan pada tahun 2019 menjadi 26,77%, kemudian pada tahun 2020 terdapat peningkatan yang cukup signifikan yakni sebesar 28,74%.

Pasangan jarak jauh cenderung dilanda stress, *feeling blue*, dan depresi disebabkan oleh banyak kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi. Kebutuhan emosional meliputi rasa aman, nyaman, perasaan merasa dibutuhkan pasangan dan diinginkan oleh pasangan, serta ingin diperhatikan pasangan. Kebutuhan emosional juga menjadi permasalahan atau hambatan pasangan pernikahan jarak jauh, itulah sebabnya pasangan jarak jauh sering memperlmasalahkan hal ini. Apabila kebutuhan emosional

tidak terpenuhi maka salah satu dari mereka dapat memunculkan perasaan tidak bahagia. Studi pendahuluan dengan wawancara terhadap beberapa ibu bekerja yang menjalani kehidupan pernikahan jarak jauh di Jawa Tengah, diperoleh informasi bahwa ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh merasa dapat menjalani kehidupan rumah tangga dengan baik meskipun jauh dari suami atau pasangannya. Informasi lainnya menyatakan bahwa menjalani pernikahan jarak jauh dengan perasaan yang gelisah, kurang nyaman, dan berat dikarenakan jauh dari suami. Dikutip dari berita Kompasiana.com pada tahun 2016 menunjukkan bahwa persentase perceraian meningkat dengan catatan pada Januari hingga September 2016 kasus perceraian di Indonesia mencapai 46.920 kasus. Hal yang melatarbelakangi perceraian dengan 22.590 kasus atau 48% diakibatkan oleh ditinggal pasangan bekerja di luar kota, sebanyak 10.412 kasus atau 22,2% diakibatkan oleh kondisi ekonomi keluarga yang buruk sebanyak 7.024 atau 15%, selanjutnya yang diakibatkan oleh kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) mencapai 2.240 kasus atau 4,8% (Arifin, Rini, & Pratitis, 2023).

Menurut penelitian Mahmudi & Syafi'i (2022) menyatakan bahwa beberapa keluarga tenaga kerja Indonesia (TKI) di Desa Jamberejo telah melaksanakan kewajiban sebagai suami dengan baik pada pernikahan jarak jauh dengan istri, namun pelaksanaannya kurang sempurna yang terkendala suami bekerja menjadi TKI di luar negeri sehingga seiring berjalannya waktu menimbulkan permasalahan dan mengakibatkan tidak bahagianya hubungan pernikahan jarak jauh. Data lain yang diperoleh dari databoks.katadata.co.id, kasus perceraian di Indonesia melonjak pada tahun 2021, meningkat 53,50% dibandingkan dengan tahun 2020 yang mencapai 291.677 kasus. Kasus perceraian tersebut disebabkan oleh salah satu pihak meninggalkan karena hubungan pernikahan jarak jauh yang tidak berlangsung harmonis. Berdasarkan pernyataan di atas, kasus perceraian yang terjadi disinyalir bahwa wanita bekerja atau wanita karir yang menjalani pernikahan jarak jauh sulit untuk mendapatkan kebahagiaan.

Encyclopedia of Children's Health mendefinisikan ibu bekerja sebagai seorang ibu yang bekerja di luar rumah untuk mendapatkan penghasilan, selain membesarkan dan mengurus anak di rumah (Siregar, 2011). Pilihan untuk menjadi ibu yang bekerja memberikan manfaat yang dapat diperoleh. Ibu bekerja memiliki tingkat *psychological well-being* (kebahagiaan, mampu menghadapi tantangan dalam hidup, menggunakan

kemampuan secara optimal) yang lebih tinggi (93,66%) dibandingkan pada ibu rumah tangga (89,61%) (Apsaryanthi & Lestari, 2017). Lebih lanjut, Field, S. dalam penelitiannya yang membandingkan kesehatan mental ibu yang bekerja dengan ibu yang tidak bekerja memiliki efek positif terhadap harga diri dan kepuasan peran. Ibu yang bekerja memiliki penghasilan sendiri, sehingga dapat memberikan kemandirian, kebebasan, dan keamanan. Ibu bekerja dapat membuat keputusan sendiri tentang penggunaan uang.

Ada rasa puas menjadi ibu bekerja, serta kemampuan ekonomi untuk menghidupi keluarga jika pernikahannya gagal atau kondisi suami yang tidak dapat menghasilkan nafkah (Adhikari, 2022). Sejalan dengan Diener, Suh, Lucas, & Smith (1999) bahwa kehidupan kerja juga memiliki pengaruh penting terhadap kebahagiaan individu. Terlebih apabila ibu bekerja memiliki tingkat adaptasi karir yang tinggi. Individu dengan tingkat kemampuan adaptasi karir yang tinggi akan merasa lebih bahagia (Öztemel & Yıldız-Akyol, 2019).

Menjalani peran sebagai ibu bekerja juga menempatkan pada posisi penuh konflik. Keberagaman peran dan status pada perempuan menjadikannya berada pada posisi penuh konflik dan masalah, yang dapat menyebabkan perempuan berada dalam kondisi depresi dan gangguan mental yang dapat membuat seorang perempuan terhalang dalam mencapai kebahagiaan (Patnani, 2012). Rapaport, R mengungkapkan jika ibu bekerja di kantor sekitar delapan jam per hari, namun pekerjaannya tidak berakhir hanya di kantor saja. Sepulangannya kembali ke rumah, maka ibu harus melanjutkan pekerjaannya berupa mengurus anak, suami, dan rumah. Perempuan tetap menjadi pengasuh utama dan pengurus rumah tangga dari sebuah keluarga (Adhikari, 2022). *Canadian Advisory Council* pada penelitiannya tentang *Status of Women* menemukan bahwa stres merupakan salah satu masalah kesehatan terbesar yang menimpa ibu bekerja (Sitorus, 2020).

Kondisi psikologis ibu bekerja rentan munculnya emosi negatif karena seringkali mengalami kesulitan dalam mengatur waktu dan menyeimbangkan peran. Terlebih ketika suami kurang berperan dalam membantu tugas domestik seperti dalam hal mendidik anak dan mengurus rumah. Dampaknya, ibu mengalami beban peran ganda karena merasa melakukan segala sesuatunya sendiri (Putri, 2021). Ibu bekerja juga mengalami berbagai tuntutan sebagai seorang istri, ibu, sekaligus seorang pekerja.

Banyaknya permintaan dan tekanan dari berbagai peran tersebut dapat menyebabkan ketegangan antar peran yang dipikul oleh ibu bekerja hingga akhirnya menyebabkan kelelahan fisik dan emosi negatif yang dapat berakibat pada kondisi kesehatan ibu bekerja. Akumulasi dari berbagai peran yang dipikul oleh individu secara positif berhubungan dengan stres psikologis.

Sebanyak 60% orang dewasa yang bekerja lebih sulit mencapai keseimbangan, utamanya pada pasangan suami istri yang keduanya bekerja dan memiliki anak usia di bawah 18 tahun (Keene & Quadagno, 2004). Hubungan antara pekerjaan dan keluarga dapat menimbulkan sisi negatif yakni munculnya konflik kerja-keluarga (*work-family conflict*). Konflik peran ganda memiliki arah yang berlawanan dengan keseimbangan kehidupan kerja. Artinya, semakin tinggi konflik peran ganda yang dimiliki, maka keseimbangan kehidupan kerja yang dicapai rendah. Keseimbangan kerja dan keluarga mencerminkan kepuasan individu dalam perannya di dalam keluarga maupun dalam pekerjaan, dengan konflik yang minimal.

Salah satu keberhasilan wanita dalam mencapai keseimbangan peran gandanya dipengaruhi oleh dukungan suami (Putrianti, 2007). Faktor yang mempengaruhi individu dalam mencapai keseimbangan kerja dan keluarga diantaranya adalah dukungan sosial yang diterima dalam menjalankan setiap perannya, baik dari keluarga, tempat kerja, maupun dukungan sosial lainnya. Dukungan sosial dapat berupa perhatian, bantuan, perasaan nyaman, serta penghargaan yang didapatkan dari orang lain atau kelompok lain (Wijayanto & Fauziah, 2018).

Kehadiran orang lain yaitu suami, keluarga, dan kerabat adalah bagian dari dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan salah satu yang dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang. Usaha dalam memperoleh dukungan sosial, dapat melalui hasil interaksi antara seorang individu dengan lingkungan sosialnya seperti pasangan, keluarga, atau teman (Uraningsari & Djalali, 2016). Hadirnya suami dapat menjadi obat penawar terbaik yang dapat diandalkan bagi kekecewaan hidup. Selain itu, hadirnya suami juga dapat memberikan kontribusi nyata dalam membantu mengerjakan urusan sebagai seorang ibu. Seorang individu akan merasakan afek positif pada saat mendapatkan dukungan sosialnya. Seseorang cenderung merasa kesepian dan afek negatif lain ketika menjalani kehidupannya sendirian tanpa adanya dukungan sosial yang didapatkan.

Ibu bekerja yang mampu mencapai dan menjaga keseimbangannya, dapat membantu mereka untuk menjaga kesehatan mentalnya sehingga akan memberikan kebahagiaan dan membuat diri mereka lebih baik (Grant-Vallone & Ensher, 2011). Kebahagiaan pekerja sangat penting agar tujuan organisasi tercapai. Hal tersebut karena pekerja yang bahagia maka semakin produktif dan berkomitmen kepada organisasi (Zulkarnain, 2013). Selain itu, semakin tinggi tingkat kebahagiaan pekerja, maka mereka semakin terlibat, antusias, bersemangat, penuh dedikasi, lebih konsentrasi, minat yang mendalam ketika bekerja dan menjadikan pekerja yang *engaged* terhadap organisasi tempat bekerja. Sebaliknya, apabila pekerja memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah, maka cenderung memiliki keterikatan kerja (*engaged*) yang rendah pula. Hal tersebut menjadikan pekerja tidak aktif (*not engaged*) dalam organisasi tempat bekerja (Karundeng, Matulesy, & Rini, 2021). Ibn Miskawih memberikan gambaran orang yang berbahagia memiliki ciri-ciri seperti penuh energi dan keyakinan, optimis, murah hati, tabah dan ulet, memiliki sikap istiqamah, serta rela (*qana'ah*) (Fuad, 2015).

Dewasa ini, fenomena pernikahan jarak jauh sudah menjadi hal yang lazim dan tidak asing lagi bagi masyarakat Indonesia. Muncul fenomena pertumbuhan ekonomi yang tidak selaras dengan lapangan pekerjaan yang ada. Selain itu, terdapat kebijakan dunia industri atau organisasi untuk memutasi atau menugaskan karyawannya ke luar kota atau bahkan ke luar negeri. Keadaan tersebut memaksa para pekerja harus tinggal dan hidup berjauhan dari keluarga dalam kurun waktu yang tidak dapat ditentukan. Hal tersebut memicu terjadinya pernikahan jarak jauh. Indonesia sendiri belum terdapat survey mengenai jumlah pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh. Guna menggambarkan banyaknya fenomena pernikahan jarak jauh, maka penulis mencoba melakukan penelusuran berdasarkan pasangan yang suami atau istrinya bekerja sebagai pekerja migran. Data dari Badan Pelindungan Pekerja Migran Indonesia (BP2MI) menunjukkan pekerja migran Indonesia dilihat dari status menikah pada Juni 2021 sebanyak 3.130 orang (BP2MI, 2021). Terjadi peningkatan yang cukup besar pada Juni 2022 sebanyak 5.407 orang dengan status menikah tercatat sebagai pekerja migran (BP2MI, 2022). Terlihat bahwa fenomena pernikahan jarak jauh semakin banyak terjadi seiring bertambahnya waktu.

Pernikahan jarak jauh merupakan hal yang dirasa sulit untuk dilakukan oleh sebagian orang yang menjalaninya. Seorang istri menceritakan pengalamannya

menjalani pernikahan jarak jauh membuatnya merasa jenuh dalam kesendiriannya ketika mengurus rumah tangga tanpa adanya kehadiran dan bantuan dari suami secara langsung dan hal tersebut dapat mempengaruhi kebahagiaan istri dalam menjalani pernikahan jarak jauh (Prameswara & Sakti, 2016). Kebahagiaan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya dukungan sosial (Lee & Padilla, 2016; Öztemel, 2019; Westaway et al., 2007; Uraningsari & Djalali, 2016), kesehatan (Ljunge, 2016), waktu dan uang (Hershfield, 2016), kebermaknaan (Delle Fave et al., 2011), usia (Pholphirul, 2014; Zagorski, 2011), pekerjaan (Mogilner, 2010), serta kehadiran orang lain (Quoidbach, 2019). Berdasarkan uraian fenomena di atas, maka perlu dilakukan penelitian tentang kebahagiaan ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh. Hasilnya, dapat diperoleh gambaran kebahagiaan ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh dan bagaimana dukungan sosial yang diperoleh ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh.

B. Rumusan Permasalahan

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran kebahagiaan ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh dan bagaimana dukungan sosial yang diperoleh ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk menggambarkan kebahagiaan ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh dan mendeskripsikan dukungan sosial yang diperoleh ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini dibagi menjadi:

1) Manfaat Teoritis

Penelitian ini secara teoritis sebagai bahan acuan dan pertimbangan bagi penelitian selanjutnya tentang kesehatan psikologis ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh.

2) Manfaat Praktis

Penelitian ini secara praktis dapat memberikan informasi kepada masyarakat dengan usia dewasa tentang bagaimana pernikahan jarak jauh

mempengaruhi kebahagiaan pasangan. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai dasar untuk melakukan penelitian selanjutnya terkait ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh.

E. Kebaruan Penelitian

Penelitian terdahulu yang telah ditelaah penulis, penelitian terkait ibu peran ganda, kebahagiaan, dan pernikahan jarak jauh (*long distance marriage*) telah banyak dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif. Seperti pada penelitian oleh Handayani (2021) yang mengkaji adanya pengaruh dukungan sosial terhadap kebahagiaan pada wanita yang bekerja secara *Work from Home* sebagai dampak wabah Covid-19. Nurhidayati (2020), dalam penelitiannya membahas bahwa kebahagiaan dapat tercermin melalui keberhasilan perempuan dalam mencapai karir sebagai pemimpin di tempat kerja dengan tetap mampu menjalankan peran sebagai istri dan ibu yang baik. Penelitian yang dilakukan Muhardeni (2018), membahas terkait peran intensitas komunikasi, kepercayaan, dan dukungan sosial terhadap kebahagiaan perkawinan istri tentara yang menjalani *long distance marriage*, tanpa adanya bahasan terkait istri sebagai ibu rumah tangga atau peran ganda.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Ditasari (2020), membahas tentang sumber dan komponen kebahagiaan yang dirasakan oleh ibu yang bekerja. Dengan demikian, konklusi perbedaan penelitian ini dari penelitian terdahulu dimana penelitian ini merupakan pembaruan penelitian yang akan mengkaji kebahagiaan ibu dengan peran ganda yang menjalani *long distance marriage* dengan suaminya. Kebaruan pada penelitian ini adalah dilakukan kajian terhadap kebahagiaan ibu dengan peran ganda yang sedang menjalani pernikahan jarak jauh dengan suaminya dan bagaimana dukungan sosial yang diperoleh. Penelitian dilakukan menggunakan metode pendekatan kualitatif dengan wawancara semi terstruktur.