



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 5 Tahun 2024 Page 404-417

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Dinamika Psikologis Wanita Yang Mengalami Konflik Peran Ganda

Putri Ade Dena Wijaya^{1✉}, Rijal Abdillah²

University Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia

Email: putri.ade.dena.wijaya19@mhs.ubharajaya.ac.id^{1✉}

Abstrak

Wanita karir kerap kali mengalami konflik baik di tempat kerja maupun dalam kehidupan pribadinya. Permasalahan ini sejatinya dapat menyebabkan beberapa konflik peran. Mau tidak mau, wanita karir harus menjalankan perannya sebagai pekerja dan ibu rumah tangga. Dengan kata lain, perempuan lebih sering mengalami konflik peran ganda daripada laki-laki. Merujuk pada fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam bagaimana kehidupan wanita yang mengalami konflik peran ganda. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian ini melibatkan dua subjek dan dua informan. Dua subjek dari penelitian ini adalah ibu rumah tangga sekaligus wanita karir yang bekerja pada salah satu rumah sakit swasta dan perusahaan swasta di Kota Bekasi. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara mendalam, observasi partisipan, dan dokumentasi. Penelitian ini diharapkan mampu mengungkapkan kejadian atau peristiwa yang dialami kedua subjek terkait kehidupan konflik peran ganda. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa kehidupan konflik peran ganda memiliki tuntutan yang tidak mudah diselesaikan mengingat perannya sebagai ibu rumah tangga sekaligus wanita karir. Adapun kedua subjek sama-sama mengalami Family Interference with Work (FIW) dan Work Interference with Family (WIF). Penelitian ini memberikan rekomendasi bahwa wanita yang mengalami konflik peran ganda harus mampu menjalin komunikasi yang baik dengan suami maupun interelasi dengan orang lain yang menyangkut keluarga besar seperti orang tua, mertua dan ipar. Selain itu, wanita yang berkonflik juga harus mampu melakukan strategi coping yang baik.

Kata Kunci: *Wanita Karir, Konflik, Peran Ganda, dan Fenomenologi*

Abstract

Women experience conflict both at work and in their personal lives. This can lead to some role conflicts. Whether or not a career woman should perform her roles as a worker and a housewife In other words, women are more likely to experience a double-role conflict than men. Referring to such phenomena, the study aims to explore in depth how women's lives are experiencing double-role conflicts. The method used in this research is qualitative with a phenomenological approach. The study involved two subjects and two informants. Two subjects of this study were a housewife and a career woman working at one of the private hospitals and private companies in Bekasi City. The data collection method uses in-depth interviews, participant observations, and documentation. This research is expected to be able to reveal events or events experienced by both subjects related to the life conflict of dual roles. Based on the results of the research, it was found that the life conflict of double roles has demands that are not easily solved given her roles as a housewife and a career woman. Both subjects experience Family Interference with Work (FIW) dan Work Interference with Family (WIF). The study recommends that women who experience double-role conflict should be able to establish good communication with their husbands as well as interrelationships with other people relating to large families, such as parents, parents, and parents. In addition, women in conflict should also be able to implement a good coping strategy.

Keyword: *Career Women, Conflict, Double role, and Phenomenology*

PENDAHULUAN

Wanita karir merupakan wanita yang lebih banyak menghabiskan waktunya di luar rumah untuk bekerja dan bisa menghasilkan nafkah, tidak sekedar hanya nafkah utama tetapi juga menjadi tambahan kebutuhan. Selain itu juga mampu mendapatkan pekerjaan dengan usahanya sendiri dan mempunyai kecenderungan memperlihatkan perkembangan serta kemajuan pekerjaannya. Apa yang disebut wanita karir ialah wanita yang menemukan perwujudan dirinya di dalam konteks dunia kerja (Nawang Sari & Anton, 2020).

Hasil survey statistik yang dilansir dari laman Badan Pusat Statistik (BPS) tentang persentase tenaga kerja formal menurut jenis kelamin tahun 2020-2021 didapatkan fenomena bahwa terdapat kenaikan pada tenaga kerja berjenis kelamin perempuan yang semula berjumlah 34,65% menjadi 36,20%. Fenomena lainnya ditemukan pada Kota Bekasi dan Kabupaten Bekasi mengalami kenaikan tenaga profesional perempuan sebesar 5% yang mulanya berjumlah 37,77% menjadi 46,22%. Berdasarkan data statistika yang dijelaskan maka tidak menutup kemungkinan akan terus terjadi peningkatan partisipasi angkatan kerja wanita di Kota Bekasi dan Kabupaten Bekasi hingga sekarang karena tuntutan ketergantungan keluarga yang tinggi (Badan Pusat Statistik, 2021).

Keadaan wanita dewasa ini sudah jauh berbeda dengan keadaan wanita pada masa lampau. Di masa lampau, wanita masih sangat terikat dengan nilai-nilai tradisional yang mengakar di tengah-tengah masyarakat (Handayani et al., 2022). Sehingga jika ada wanita yang berkarir untuk mengembangkan keahliannya di luar rumah, wanita dianggap telah melanggar tradisi sehingga mereka dikucilkan dari pergaulan masyarakat dan lingkungannya. Dengan demikian, wanita kurang mendapat kesempatan untuk mengembangkan diri di tengah-tengah masyarakat (Nurmila & Fadilah, 2018). Seiring perkembangan dan perubahan zaman, tidak sedikit wanita yang pada akhirnya bekerja di luar rumah (Tuwu, 2018).

Mengingat di era society 5.0 saat ini banyak sekali perubahan disegala bidang. Hal ini pastinya sangat berdampak pada peningkatan ekonomi, ilmu pengetahuan dan pola pikir manusia dalam memenuhi segala kebutuhan. Manusia lama kelamaan akan memilih segala kebutuhan yang selaras dengan perkembangan sekaligus sebagai bekal persiapan dimasa depan. Termasuk wanita yang dalam hal tersebut mengambil peran penting. Wanita menganggap pengambilan peran seperti ini sebagai kesadaran yang menguntungkan demi tercapainya tujuan dimasa depan. Mereka mematahkan kebiasaan dan ketentuan yang diciptakan masyarakat sebelumnya. Hal ini terjadi karena kesempatan yang didapatkan para wanita sudah setara dengan laki-laki, baik dari segi pendidikan maupun pekerjaan (Thania et al, 2021). Banyak juga wanita yang telah membuktikan kemampuannya bahkan bisa melebihi kemampuan yang dimiliki laki-laki dalam bidang pendidikan maupun pekerjaan (Manembu, 2017).

Seorang wanita memang memiliki garis hidup untuk melahirkan, mengurus rumah dan melakukan aktivitas rumah tangga lainnya. Sebagai seorang wanita yang berkarir, selain mengerjakan apa yang menjadi kewajibannya tetapi juga berperan dalam urusan ekonomi yang membuat mereka memiliki peran ganda (Dewi, 2018). Ibu rumah tangga sekaligus wanita karir jelas memiliki sebuah konsekuensi yang harus dihadapi. Konsekuensi ini ialah antar rumah tangga mengganggu pekerjaan atau pekerjaan mengganggu rumah tangga. Dalam kondisi tertentu, wanita harus bergantung pada mata pencahariannya, namun di sisi lain, wanita juga harus mengurus tanggung jawab domestic (Rahmayati, 2020).

Wanita karir mengalami pertentangan antara tanggung jawab pada pekerjaan dengan tugas rumah tangga, hal tersebut memicu terjadinya konflik peran ganda. Wanita karir mau tidak mau harus menjalankan peran sebagai pekerja sekaligus ibu rumah tangga. Konflik peran ganda lebih dirasakan oleh wanita dari pada laki-laki. Menurut Moen (dalam Apollo & Cahyadi, 2012) wanita dihadapkan pada peran ganda sebagai wanita yang memiliki pekerjaan dan wanita yang harus mengurus pekerjaan rumah tangga. Tuntutan peran dapat

menimbulkan konflik ketika wanita tidak memiliki kemampuan dalam menyediakan waktu untuk melaksanakan peran sebagai ibu rumah tangga maupun wanita karir (Amelia & Ramadhani, 2021). Permasalahan yang sama juga dijelaskan oleh Priastuty & Olievia (2021) bahwa peran ganda akan memengaruhi kondisi psikologis wanita dikarenakan pada pekerjaan para wanita profesional diharapkan untuk agresif, kompetitif dan berkomitmen. Sedangkan, di rumah para wanita diharapkan untuk mengurus suami serta anak. Tidak mudah menjadi wanita peran ganda mengingat cukup banyaknya tantangan yang mereka rasakan.

Konflik peran ganda yang dirasakan wanita dapat menimbulkan pertentangan tanggung jawab. Konflik peran ganda sebagaimana yang dikemukakan oleh (Affrida, 2017) peran ganda disebut dengan konsep dualisme cultural yaitu adanya konsep domestik sphere (lingkungan domestic) dan publik sphere (lingkungan public). Kedua pengertian ini menurut Stevin, et al (2017) mencerminkan pemisahan peran dan pembagian kerja yang tegas antara laki-laki dan perempuan dalam masyarakat yaitu peran kaum wanita umumnya terbatas pada lingkungan domestik saja (lingkungan khas bagi wanita) dan laki-laki umumnya dominan pada lingkungan publik (lingkungan khas bagi kaum laki-laki). Gibson, Ivancevich, dan Donnely (dalam Hapsari, 2020) menyatakan bahwa konflik peran ganda adalah sebuah konflik yang timbul akibat adanya dampak yang berasal dari pekerjaan dan keluarga. Selanjutnya, Gutek (1991) menjelaskan bahwa terdapat dua dimensi konflik peran ganda yaitu: (1) FIW (Family Interference with Work), Konflik peran ganda dapat muncul akibat urusan keluarga menggagu urusan pekerjaan. (2) WIF (Work Interference with Family), Konflik peran ganda dapat muncul akibat urusan pekerjaan mengganggu urusan keluarga,

Lebih spesifik lagi, untuk memperjelas fenomena kehidupan wanita yang mengalami konflik peran ganda. Ada beberapa temuan penelitian misalnya penelitian yang dilakukan oleh Mayangsari & Amalia (2019) mengenai Keseimbangan Kerja Kehidupan Pada Wanita Karir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa wanita karir memiliki tuntutan yang tidak mudah untuk diselesaikan. Antara ibu rumah tangga dan pekerjaan menuntut kinerja yang sama baiknya. Apabila wanita lebih memprioritaskan pekerjaan maka dapat mengorbankan banyak hal untuk keluarganya. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Iqbal, et al (2020) mengenai A study of work-family conflict among elementary school teachers. Hasil penelitian menunjukkan bahwa wanita karir menghadapi kesulitan dalam mempertahankan peran mereka dalam kehidupan di rumah dan kehidupan pekerjaan. Mereka menghadapi lebih banyak masalah dalam WFC (Work Family Conflict) dan FWC (Family Work Conflict). Penelitian serupa juga dilakukan oleh oleh Suci Restiati & Khusniati Rofiah (2022) mengenai Fenomena Multi Peran Wanita Karir pada Masa Pandemi Covid-19 di Kecamatan Tegalombo

Kabupaten Pacitan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa multi peran wanita karir berperan sangat penting dalam mewujudkan kesejahteraan ekonomi sesuai passion tanpa paksaan apapun namun lebih mengarah kepada kesadaran bahwa wanita itu hebat.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh penelitian sebelumnya dan temuan di lapangan yang mengkaji tentang fenomena kehidupan wanita yang mengalami konflik peran ganda. Diantara kelebihanannya adalah subyek dapat mandiri secara finansial, mengejar cita-cita dan dapat meningkatkan ekonomi keluarga. Sedangkan kekurangannya terjadi konflik antar peran di pekerjaan dan di rumah, subyek mengalami emosi yang tidak terkontrol. Pendek kata penelitian ini penting untuk diteliti bagaimana kehidupan wanita yang mengalami konflik peran ganda. Dimensi apa saja yang terdapat pada konflik peran ganda. Kebaruan pada penelitian ini terletak pada hasil eksplorasi bagaimana wanita yang mengalami konflik peran ganda dan coping strategy yang diterapkan oleh wanita yang mengalami konflik peran ganda sehingga penelitian ini menarik untuk diteliti

METODE PENELITIAN

Penelitian mengenai kehidupan wanita yang mengalami konflik peran ganda ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian ini termasuk dalam kategori jenis penelitian yang menghasilkan penemuan-penemuan yang tidak dapat dicapai dengan menggunakan prosedur-prosedur statistik atau dengan cara-cara kuantifikasi (Strauss & Corbin dalam Rahmat, 2009). Ciri-ciri penelitian kualitatif menurut Poerwandari (2001) yaitu berorientasi pada kasus yang unik, melalui kontak personal langsung, dalam situasi alamiah, dengan netralitas empatis, menggunakan analisis induktif, berdasarkan kekuatan narasi, melalui proses sirkuler (bukan linear), dengan perspektif holistik dan dinamis, disertai fleksibilitas desain, dan peneliti berperan sebagai instrument kunci.

Fenomena kehidupan wanita yang mengalami konflik peran ganda tidak dapat digambarkan secara kuantitatif karena dialami secara berbeda oleh setiap individu. Keadaan yang dihadapi wanita karir dalam menyikapi pertentangan antara tanggung jawab dalam pekerjaan serta tanggung jawab tugas rumah tangga dinilai berdasarkan penilaian subjektif. Penilaian subjektif ini akan memengaruhi proses dan makna yang akan diungkap dalam penelitian kualitatif khususnya desain fenomenologi karena pendekatan ini merupakan cara yang paling baik untuk menggambarkan dan memahami pengalaman manusia (Streubert & Carpenter dalam Asih, 2014). Pengertian fenomenologi khususnya dalam psikologi merupakan aktivitas mental atau kejadian mental atau peristiwa mental yang dialami subjek berdasarkan pengalaman (Kahija, 2017). Pengalaman ini meliputi semua pengalaman

persepsi (penglihatan, pendengaran, perabaan, pengecapan, dan penciuman) serta fenomena-fenomena lain (mempercayai, mengingat, mengantisipasi, memutuskan, berintuisi, merasakan, caring, mencintai, menghayalkan dan mendambakan atau menginginkan) (Somantri, 2005).

Subjek penelitian ini berjumlah dua orang wanita yang berprofesi di dunia karir. Mempunyai kecenderungan untuk menemukan perwujudan dirinya di dalam konteks dunia kerja. Dimana keduanya lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah. Subjek pertama berinisial SS (32 tahun) dengan pekerjaan sebagai perawat. Pekerjaannya sebagai perawat memiliki 3 shift yakni pagi, siang dan malam. Hal ini yang membuatnya, lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah untuk bekerja. Sedangkan subyek kedua berinisial AC (40 tahun) dengan pekerjaan sebagai office girl. Pekerjaannya sebagai office girl hanya memiliki waktu libur hari minggu. Ini yang menyebabkan subyek AC banyak menghabiskan waktu di luar rumah untuk bekerja. Penelitian ini juga memiliki dua informan dari masing-masing subjek, yaitu subjek pertama adalah suami dan pengasuh anak. Informan subjek kedua adalah pengasuh anak dan anak subjek kedua. Peneliti mendapatkan sumber data yang mengacu pada empat sumber data utama, yaitu subjek penelitian, informan (seseorang yang memiliki informasi mengenai subjek), data tertulis (written document) dan data tidak tertulis (unwritten document) atau biasa disebut dengan metafora (simbol) (Abdillah & Koentjoro, 2015).

Data penelitian didapat melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Penggalan data melalui wawancara ditanyakan secara langsung kepada kedua subjek. Teknik pengumpulan data wawancara menggunakan tipe wawancara semi terstruktur. Wawancara semi terstruktur ialah jenis wawancara yang dapat dikatakan terstruktur karena peneliti membuat beberapa pedoman wawancara yang akan digunakan dalam sebuah penelitian namun juga dapat dikatakan tidak terstruktur karena pertanyaan yang sudah dibuat tidak mutlak ditanyakan berurutan melainkan mengalir mengikuti jalannya kondisi lapangan (Herdiansyah, 2013).

Penggalan data observasi terlibat secara langsung dalam kehidupan partisipan. Saat proses pengamatan, peneliti turut serta melakukan apa yang dikerjakan partisipan diantaranya bermain dengan anaknya, makan bersama, mengobrol santai dan menunggu keberangkatan subjek untuk bekerja. Peneliti juga melakukan observasi partisipan dan non partisipan terhadap subjek. Peneliti mendapatkan data secara langsung saat mengamati partisipan, hal ini yang di sebut dengan observasi partisipan. Sedangkan, observasi non partisipan merupakan pengamatan yang dilakukan melalui pemantauan di media sosial

(Prawitasari, 2011). Penggalan data dokumentasi, mendokumentasikan berupa foto saat wawancara serta bentuk dokumen lainnya seperti screenshot status whatsapp.

Teknik analisis data yang digunakan adalah menurut Moustakas (1994) yakni Epoche, Reduksi Fenomenologi, Variasi Imajinasi, Sintesis Deskripsi Tekstural Komposit dan Deskripsi Struktural Komposit. . Epochē ialah keadaan dimana peneliti dikatakan “benar-benar bersih” sudah benar-benar terlepas dan tidak terusik dari segala bentuk pengaruh / asumsi / dugaan / anggapan / penilaian / teori tertentu. Epochē ini akan mendasari dan mengiringi seluruh proses analisis data (Mulyadi et al. 2018). Reduksi fenomeologi dimulai dari tahap bracketing yakni menempatkan fenomena dalam keranjang dan memisahkan hal-hal yang dapat mengganggu untuk memunculkan kemurniannya. Kemudian, horizontalitation yakni proses semua pernyataan atau data ditempatkan peneliti ke dalam posisi yang sama. Memvariasi makna-makna yang mungkin, memvariasi dari sudut pandang fenomena. Dengan intuitif dan reflektif menyatukan deskripsi composite tekstural dan struktural untuk mengembangkan sebuah sintesa dari makna dan esensi dari fenomena atau pengalaman (Moustakas, 1994).

Untuk pengujian kredibilitas peneliti menggunakan empat metode menurut (Moleong, 2014). Pertama, melakukan perpanjangan pengamatan dengan melakukan pertemuan beberapa kali dengan dengan subjek untuk wawancara kembali dan mengamati subjek. Kedua, melakukan triangulasi sumber, waktu dan teknik. Ketiga, menggunakan bahan referensi pendukung hasil foto wawancara, dan screenshot story WA. Keempat, melakukan pengecekan data. Adapun hasil dari kredibilitas menunjukkan bahwa temuan-temuan yang berkaitan dengan kehidupan wanita yang mengalami konflik peran ganda memiliki kesesuaian dengan keadaan subjek penelitian di lapangan, begitu juga kesesuaian dengan teori konflik peran ganda sehingga hasil penelitian dapat dipercaya dan dipertanggungjawabkan..

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian disusun berdasarkan hasil wawancara dan data tambahan berupa observasi dan dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti terhadap subjek penelitian yang mengalami konflik peran ganda dan akan dijelaskan secara rinci pada bagian ini.

Konflik Peran Ganda

Family Interference with Work (FIW)

Konflik pertama berupa Family Interference with Work (FIW) merupakan bentuk konflik antar peran dimana tuntutan yang muncul dalam keluarga mengganggu pelaksanaan tanggung jawab di tempat kerja (Gutek et al., 1991). Kedua subjek dalam penelitian ini

mengalami FIW (Family Interference with Work) mengingat perannya sebagai ibu rumah tangga sekaligus wanita karir yang harus membagi waktu antara pekerjaan dan keluarga. FIW (Family Interference with Work) yang dialami oleh kedua subjek adalah selalu memikirkan anak ketika hendak pergi bekerja meskipun anak sudah memiliki pengasuh. Bagi mereka, masih selalu ada hal-hal yang tidak bisa diawasi oleh pengasuh anak. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramadhani (2016) dijelaskan bahwa aktivitas rutin yang dilakukan bagi ibu bekerja semakin terasa tensi konfliknya ketika ibu bekerja memiliki anak karena ibu akan memikirkan pengasuhan dan pengawasan terhadap buah hati. Kemudian, ketika menghadapi suami yang terkadang tidak mengerti. Konflik lain yang dirasakan oleh wanita karir adalah adanya rasa ketidakpahaman oleh suami yang menyebabkan istri yang memilih berkarir tidak mendapatkan hak sepenuhnya dari suami sehingga hal ini mengalami konflik peran ganda (Devi & Fourianalistyawati, 2018).

Work Interference with Family (WIF)

Konflik peran ganda kedua berupa Work Interference with Family (WIF), yaitu bentuk konflik antar peran dimana tuntutan yang muncul di tempat kerja mengganggu pelaksanaan tanggung jawab keluarga (Gutek, 1991). Kedua subjek dalam penelitian ini mengalami Work Interference with Family (WIF) yaitu ketika sedang berlibur disuruh lembur atau diikutsertakan dalam rapat dadakan.

Emosi

Stres

Stres merupakan suatu tekanan atau sesuatu yang terasa menekan dalam diri individu. Sesuatu tersebut dapat terjadi karena adanya ketidakseimbangan antara harapan dan kenyataan yang diinginkan individu (sukadiyanto, 2010). Seperti yang terjadi pada subjek SS yang merasa stres mengingat perannya sebagai ibu rumah tangga sekaligus wanita karir yang tidak mudah untuk dilalui. Mansyur & Hidayat (2020) mengemukakan bahwa wanita karir harus memiliki kesiapan jika ingin melanjutkan karirnya karena akan mudah mengalami stres jika tidak memiliki kesiapan fisik berupa kesehatan dan stamina. Selain itu, seorang wanita karir akan mengalami stres ketika dihadapkan pada dua peran yang harus dijalankannya dalam waktu yang bersamaan antara pekerjaan dan pengasuhan anak.

Marah

Ketika subjek SS merasa lelah sepulang kerja terkadang ia marah kepada anaknya yang berisik karena tidak ingin istirahatnya di rumah terganggu. Sejalan dengan penelitian Lestari (2018) tuntutan yang dirasakan oleh kedua peran antara ibu rumah tangga dan wanita karir akan menimbulkan ketegangan, kelelahan dan melibatkan seorang wanita karir yang akan mudah marah pada sesuatu yang dirasa mengganggu.

Sedih

Perasaan sedih dirasakan oleh kedua subjek penelitian seperti yang dikatakan oleh informan S selaku suami dari subjek SS bahwa tentu saja subjek SS merasa sedih karena meninggalkan anaknya di rumah sementara ia harus bekerja. Sebagai seorang ibu, subjek SS merasa tidak bisa seperti ibu-ibu lain yang bisa memiliki waktu penuh untuk mendampingi anaknya. Senada dengan kasus DE dalam penelitian Siswati (2020), seorang perempuan berusia 36 tahun yang merasa sangat sedih meninggalkan anaknya di rumah. DE merasa dirinya tidak seperti ibu-ibu lain yang bisa hadir ketika anaknya membutuhkan. Sementara itu, ia harus bekerja untuk meneruskan cita-cita yang ia tanam ketika masih sekolah. Pada subjek AC, perasaan sedih yang ia rasakan adalah sedih memikirkan anak sendirian di rumah. Meskipun menggunakan jasa tetangga untuk menjaga anaknya, tetap saja ada perasaan khawatir karena tidak semua hal dapat diawasi oleh tetangga.

Bahagia

Bahagia adalah suatu kondisi dimana seseorang merasakan emosi positif yang lebih dominan dibandingkan emosi negatif dan memiliki perasaan puas terhadap kehidupan (Argyle, 2001). Bahagia disini bukan hanya kebalikan dari kesedihan tetapi menggambarkan perasaan senang, riang, gembira, bangga akan kepuasan hidup yang dijalani seseorang (Eddington, N., 2005). Perasaan bahagia dirasakan oleh subjek SS yang berprofesi sebagai perawat. Baginya, menjalani profesi sebagai perawat memiliki perasaan senang yang tidak dirasakan oleh pekerjaan lain. Banyak momen berharga yang dirasakan ketika bekerja di pelayanan, misalnya sangat senang dalam merawat pasien, apalagi ketika pasien yang dirawat dapat sembuh. Suatu saat nanti ketika sudah tidak lagi menjadi perawat, ilmunya masih bisa diterapkan untuk keluarga.

Dukungan

Dukungan Suami

Dorongan dalam memberikan motivasi kepada istri yang memilih berkarir dalam bentuk moril maupun materiil disebut sebagai dukungan suami. Salah satu cara untuk menyikapi situasi yang sulit adalah dengan dukungan suami. Banyak kasus yang menunjukkan bahwa wanita karir yang mengalami kesulitan adalah wanita karir yang tidak mendapatkan dukungan suami (Dwiyanti, 2001). Karena wanita karir akan lebih mudah tertekan dalam menjalankan peran gandanya dan menimbulkan ketidaknyamanan dalam menjalani perannya.

Dukungan Anak

Dukungan yang diberikan oleh anak kepada ibu yang mengalami kesulitan dalam rangka meringankan kesulitannya disebut sebagai dukungan anak (Notoatmodjo, 2003).

Dukungan anak diperlukan agar ibu yang memilih berkarir dapat semangat dalam menjalankan karirnya dan tidak selalu memikirkan anaknya.

Coping Strategy

Berbagai dinamika konflik yang terjadi tentunya harus diimbangi dengan berbagai strategi. Strategi dilakukan untuk meminimalisir kerumitan yang terjadi akibat tuntutan peran ganda. Dengan strategi yang baik, sesuatu yang sulit dapat diatasi. Seperti yang dilakukan oleh kedua subjek penelitian, yaitu dengan memanfaatkan waktu luang untuk berwisata dan menghabiskan waktu bersama keluarga tercinta. Wolfman (1989) mengemukakan strategi dalam mengurangi terjadinya konflik peran ganda adalah dengan dapat menggunakan waktu dengan baik seperti memanfaatkan waktu luang. Pada kedua subjek, waktu luang yang mereka gunakan dihabiskan untuk keluarga.

Refleksi dan Harapan

Sebagai ibu rumah tangga dan wanita karir, tentunya kedua subjek penelitian memiliki refleksi dan harapan. Menurut Seco & Cendana (2022) refleksi dapat diartikan sebagai proses berpikir kritis terhadap suatu pengalaman yang membantu seseorang untuk menyadari kesalahan dan mencari solusi dari permasalahan tersebut. Sedangkan definisi harapan menurut Synder (2022) adalah proses berpikir untuk mencapai tujuan tertentu yang disertai dengan motivasi untuk mendapatkan tujuan tersebut dan cara-cara untuk mencapainya. Refleksi dan harapan pada subjek SS adalah ia ingin terus berada pada profesinya saat ini yaitu menjadi perawat karena itu adalah cita-cita yang ditanamkan ketika ia masih duduk di bangku sekolah. Namun karena perkembangan zaman dan subjek SS berkaca pada perawat yang baru masuk rata-rata sudah S1 ners, sehingga ia ingin melanjutkan pendidikannya dari D3 ke S1 ners. Ditambah lagi subjek SS sudah dikatakan sebagai perawat senior di tempatnya bekerja. Refleksi dan harapan pada subjek AC adalah ia masih ingin bekerja karena ia merasa nyaman dengan pekerjaannya. Dengan bekerja ia dapat bersosialisasi, bertemu banyak orang dan hal ini membuatnya berpikir bahwa bekerja hanya untuk mencari uang. Meskipun subjek AC bekerja sebagai cleaning service, ia memiliki keinginan untuk melanjutkan pendidikan S1 agar dapat memiliki karir yang lebih baik dari pekerjaannya saat ini.

SIMPULAN

Dari seluruh diskusi yang sudah dijelaskan di awal, dan melihat kembali tujuan penelitian ini yaitu untuk mengeksplorasi kehidupan wanita yang mengalami konflik peran ganda. Secara umum dapat disimpulkan bahwa tidak sedikit wanita yang akhirnya memilih untuk bekerja diluar rumah. Mengingat di era Society 5.0 banyak sekali perubahan disegala

bidang dan hal ini membuat wanita ingin mengambil peran penting untuk mengejar cita-cita, memenuhi kebutuhan hidup yang terus berjalan terlebih lagi kesempatan yang mereka memiliki sudah setara dengan laki-laki. Dibalik peran pentingnya, wanita rentan mengalami konflik peran ganda karena terjadinya pertentangan tanggung jawab antara pekerjaan dengan tugas rumah tangga. Hal ini terlihat dari berbagai faktor yang menyebabkan munculnya konflik peran ganda pada wanita.

Secara lebih spesifik, penelitian ini menghasilkan beberapa temuan yaitu, Pertama, pengalaman kehidupan wanita yang mengalami konflik peran ganda diantaranya ialah turut merasakan Family Interference with Work (FIW) yaitu konflik antar peran dimana tuntutan kehidupan rumah mengganggu tanggung jawab dalam pekerjaan dan Work Interference with Family (WIF) yaitu konflik antar peran dimana pekerjaan mengganggu kehidupan rumah tangga. Kedua, wanita juga turut merasakan emosi berupa perasaan stress, marah, sedih dan bahagia sebagai dampak yang dirasakan dalam menjalani konflik peran ganda. Ketiga, kehidupan wanita yang mengalami konflik peran ganda tidak lepas dari dukungan yang didapatkan dari orang terdekat terutama suami dan anak sebagai pemberi semangat dalam menjalankan kehidupan. Keempat, dalam mengatasi kehidupan sehari-harinya, wanita memiliki coping strategy sendiri dan mempunyai kemampuan untuk mengevaluasi diri sendiri serta memiliki harapan.

Rekomendasi dalam penelitian ini berfokus pada konflik peran ganda yang dihadapi oleh wanita karir. Dimana wanita yang mengalami konflik tersebut, harus mampu menjalin interelasi yang baik dengan orang lain yang meliputi keluarga besarnya seperti orang tua, mertua dan ipar. Selain itu, wanita yang berkonflik harus bisa menjalankan strategi coping yang baik dalam menghadapi berbagai permasalahan di kehidupan sehari-harinya.

Kajian ini masih terbatas pada studi kuantitatif dan kualitatif deskriptif sehingga belum menggali lebih dalam realitas empiris yang ada dengan segala dinamikanya yang lebih kompleks. Diperlukan penelitian lebih lanjut yang dapat menjelaskan faktor-faktor yang menyebabkan munculnya dinamika psikologis seorang wanita yang mengalami konflik peran ganda yang digali dari sudut pandang psikologi perempuan sehingga kajian tentang wanita yang mengalami konflik peran ganda turut memberikan sumbangsih terhadap konstruksi gender yang berkembang di masyarakat agar bisa mendeskripsikan kemungkinan perubahan yang bisa direayasa secara psikologis dan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, R., & Koentjoro. (2015). Nilai dan Pesan Moral Tarling Menurut Perspektif Pelaku Kesenian Tarling Cirebon: Studi Psikologi Budaya. *Psikologika*.
- Affrida, E. N. (2017). Makna Konflik Peran pada Mahasiswa dengan Peran Ganda. *Wahana*, 68(1), 23–26. <https://doi.org/10.36456/wahana.v68i1.631>
- Amelia, L. F., & Ramadhani, R. K. (2021). Dinamika Konflik Peran Ganda dan Psychological Distress pada Wanita Kari. *Acta Psychologia*, 3, 98–104.
- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). *Widya Warta*. *Widya Warta*, 02(I), 254–271.
- Argyle, M. (2001). *The Psychology of Happiness* (2nd editio). New York: Routledge.
- Asih, I. D. (2014). Fenomenologi Husserl: Sebuah Cara “Kembali Ke Fenomena.” *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 9(2), 75–80. <https://doi.org/10.7454/jki.v9i2.164>
- Devi, Y. R., & Fourianalistyawati, E. (2018). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Penyesuaian Diri Sebagai Peran Ibu Rumah Tangga Pada Ibu Berhenti Bekerja Di Jakarta. *Psibernetika*, 11(1), 9–20. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v11i1.1154>
- Dewi, S. S. (2018). Hubungan Konflik Peran Ganda Dengan Ketakutan Untuk Sukses Pada Ibu Yang Bekerja Di Pt. Bumi Sari Prima Pematang Siantar. *Psikologi Konseling*, 11(2), 75–87. <https://doi.org/10.24114/konseling.v10i1.9634>
- Dwiyanti. (2001). Stress Kerja di Lingkungan DPRD: Studi Kasus tentang anggota DPRD di kota Surabaya. *Jurnal Masyarakat, Kebudayaan Dan Politik*, 16(4).
- Eddington, N., & S. (2005). Subjective Well Being (Happiness). Retrieved from <http://www.texcpe.com/cpe/PDF/cah%0Aappiness.pdf>
- Gutek, B. A., Searle, S., & Klepa, L. (1991). Rational Versus Gender Role Explanations for Work-Family Conflict. *Journal of Applied Psychology*, 76(4), 560–568. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.76.4.560>
- Handayani, A. M., Mustikasari, R., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Bunda, K. (2022). Konflik Peran Ganda Wanita Karir dalam Keluarga, 12, 131–134.
- Hapsari, I. (2020). Psikologis Pekerja Yang Menjalani Work From Home Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 37–45.
- Herdiansyah, H. (2013). *Wawancara, Observasi dan Focus Groups: Sebagai Instrumen Penggalan Data Kualitatif* (Edition 1). Jakarta: Rajawali Pers.
- Iqbal, A., Ali, M. S., Abbas, F., Anees-UI-Husnain Shah, M., Anjum, S., & Pakistan, P. (2020). A study of work-family conflict among elementary school teachers. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*. *Www.Ijicc.Net*, 14(September), 2020. Retrieved from www.ijicc.net

- Kahija, Y. La. (2017). *Penelitian Fenomenologis: Jalan Memahami Pengalaman Hidup*. (Ganjar Sudiby, Ed.). Depok: PT Kanisius.
- Kristi Poerwandari. (2001). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. (Aries Yulianto, Ed.) (Edisi keti). Depok: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3).
- Lestari, Y. I. (2018). Fear of Success pada Perempuan Bekerja Ditinjau dari Konflik Peran Ganda dan Hardiness. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 55. <https://doi.org/10.24014/jp.v13i1.3090>
- Manembu, A. E. (2017). PERANAN PEREMPUAN DALAM PEMBANGUNAN MASYARAKAT DESA (Suatu Studi di Desa Maumbi Kecamatan Kalawat Kabupaten Minahasa Utara). *Jurnal Politico*, 6(1), 1–28.
- Mansyur, A., & Hidayat, D. (2020). Analisis Kebutuhan Wanita Karir Di Bidang Pendidikan Era Millenial. *Psikologi Konseling*, 17(2), 695. <https://doi.org/10.24114/konseling.v17i2.22072>
- Mayangsari, M. D., & Amalia, D. (2019). Keseimbangan Kerja-Kehidupan Pada Wanita Karir Work Life Balance of Career Woman. *Jurnal Ecopsy*, 5(1), 43–50.
- Moleong, L. J. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mulyadi, S., Basuki, H., & Prabowo, H. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif dan Mixed Method (1st ed.)*. Depok: Rajawali Pers.
- Nawang Sari, R. P., & Anton, A. (2020). Wanita Karier Perspektif Islam. *SANGAJI: Jurnal Pemikiran Syariah Dan Hukum*, 4(1), 82–115. <https://doi.org/10.52266/sangaji.v4i1.446>
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurmila, N., & Fadilah, R. (2018). Analisis Perhatian Wanita Karir Terhadap Keberhasilan Pendidikan Anak Dalam Keluarga Di Dusun Sawagi Kecamatan Pattallassang Kabupaten Gowa. *Jurnal Pendidikan Teknologi Pertanian*, 3(2), 223. <https://doi.org/10.26858/jptp.v3i2.5711>
- Perempuan sebagai Tenaga Profesional (Persen), 2020-2021. (2021). Retrieved from bps.go.id
- Prawitasari, J. E. (2011). *Psikologi Klinis: Pengantar Terapan Mikro dan Makro*. (R. Rahmat, Ed.). Jakarta: Erlangga.
- Priastuty, B. A. D., & Olievia Prabandini Mulyana. (2021). Hubungan Antara Konflik Peran Ganda Dengan Stress Kerja Pada Tenaga Kesehatan Wanita di Puskesmas. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(2).
- Rahmayati, E. (2020). Konflik Peran Ganda Pada Wanita Karier. *Jurnal Insitusi Politeknik Ganesha Medan*, 3(1).

- Ramadhani. (2016). Implikasi Peran Ganda dalam Kehidupan Keluarga dan Lingkungan Masyarakat. *Sosietas*.
- Seco, V. Y. R., & Cendana, W. (2022). Penerapan Refleksi Pribadi Untuk Membantu Guru Menjalankan Peran Sebagai Fasilitator Pada Pembelajaran Daring. *Padma Sari: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(02), 103–116. <https://doi.org/10.53977/ps.v1i02.371>
- Siswati, E. (2020). (Dilema Perempuan Karir Dalam Perspektif Feminisme), 9(4), 32–48.
- Somantri, G. R. (2005). Gumilar Rusliwa Somantri. *Makara, Sosial Humaniora*, 9(2), 57–65. Retrieved from <https://media.neliti.com/media/publications/4388-ID-memahami-metode-kualitatif.pdf>
- Stevin, Femmy, & Selvi. (2017). Peran Ganda Ibu Rumah Tangga dalam Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga di Desa Allude Kecamatan Kolongan Kabupaten Talaud. *Acta Diurna*, VI(2), 1–14.
- Suci Restiati, & Khusniati Rofiah. (2022). Fenomena Multi Peran Wanita Karir pada Masa Pandemi Covid-19 di Kecamatan Tegalombo Kabupaten Pacitan. *Journal of Economics, Law, and Humanities*, 1(1), 139–151. <https://doi.org/10.21154/jelhum.v1i1.563>
- sukadiyanto. (2010). Dan cara menguranginya. *Stress Dan Cara Mengatasinya*, 1, 55–66.
- Synder. (2022). Hope and Academic Success in College. *Journal of Educational Psychology*, 94(4).
- Thania, I., Pritasari, S. P., Theresia, V., Suryaputra, A. F., & Yosua, I. (2021). Stres akibat Konflik Peran Ganda dan Coping Stress pada Ibu yang Bekerja dari Rumah selama Pandemi. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 1(1), 25–50. Retrieved from <http://journal.univpancasila.ac.id/index.php/mindset/article/view/2576>
- Tuwu, D. (2018). Peran Pekerja Perempuan Dalam Memenuhi Ekonomi Keluarga: Dari Peran Domestik Menuju Sektor Publik. *Al-Izzah: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian*, 13(1), 63. <https://doi.org/10.31332/ai.v13i1.872>
- Wolfman. (1989). *Peran Wanita: Bagaimana Menjadi Cakap dan Seimbang Dalam Aneka Peran*. Yogyakarta: Kanisius.