



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 1 Tahun 2024 Page 1544-1555

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

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

## *Psychological Well-Being* Pada Ibu Bekerja

Rini Hartati

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Politik, Universitas Abdurrab Pekanbaru

Email : [rini.hartati@univrab.ac.id](mailto:rini.hartati@univrab.ac.id)

### Abstrak

Ibu merupakan wanita yang memiliki kedudukan mulia di pandangan islam. Ibu memiliki peran sebagai pendidikan pertama bagi anak-anaknya. Islam memandang bahwa keberhasilan dari seorang Ibu dilihat dari kemampuan Ibu dalam mendidik anaknya menjadi manusia yang taat kepada Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*. Namun, pada fenomena sekarang ini sebagian Ibu tidak bisa menjalankan perannya secara maksimal sebagai madrasah pendidikan bagi anaknya, karna adanya peran ganda. Ibu harus membagi waktunya antara bekerja dengan menjalankan peran sebagai Ibu. Kondisi ini tentu akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis Ibu. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran *psychological well being* pada Ibu bekerja di Pekanbaru, kemudian akan ditinjau dari perspektif Islam. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif pendekatan fenomenologi. Alat ukur yang akan digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan wawancara semi terstruktur. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 5 orang. Hasil penelitian menggambarkan kesulitan Ibu dalam menjalankan dua peran dalam waktu yang bersamaan. Tuntutan pekerjaan membuat Ibu harus mengurangi perannya sebagai seorang Ibu. Dari kelima subjek merasakan adanya perasaan bersalah ketika harus meninggalkan anaknya di saat pergi bekerja.

Kata Kunci: *psychological well being, Ibu bekerja, kesejahteraan.*

## Abstract

Mother is a woman who has a noble position in the view of Islam. Mother has the role of the first education for her children. Islam views that the success of a mother is seen from the ability of the mother in educating her child to be a human being who obeys Allah Subhanahu Wa Ta'ala. However, in the current phenomenon some mothers cannot carry out their role optimally as an educational madrasah for their children, because of the dual role. You have to divide your time between working and doing your role. This condition will certainly affect the psychological well-being of the mother. This study aims to see the picture of psychological well being in working mothers in Pekanbaru, then will be reviewed from an Islamic perspective. This study used the qualitative method of phenomenological approach. The measuring tool that will be used in this study is using semi-structured interviews. The subjects in this study amounted to 5 people. The results illustrate the difficulty of mothers in carrying out two roles at the same time. The guidance of work makes you have to reduce her role as a mother. Of the five subjects, they felt guilty when they had to leave their children when they went to work.

Keyword: psychological well being, working mother, welfare.

## PENDAHULUAN

Pada zaman sekarang peran wanita tidak hanya sebagai Ibu rumah tangga saja, tapi juga melakukan peran di luar rumah tangga yaitu sebagai wanita karir (Apreviadizy dan Puspitacandri, 2014). Melakukan dua peran sekaligus dalam waktu yang bersamaan akan memunculkan konflik yang sering disebut dengan konflik peran ganda (Wahab, Yasrie dan Anwar, 2019). Konflik peran ganda ini muncul karena adanya dua tuntutan yang dilakukan dalam waktu bersamaan, misalnya ketika Ibu bekerja yang pergi meninggalkan rumah untuk pekerjaan di luar, maka pada waktu yang bersamaan Ibu tersebut harus meninggalkan anak yang masih butuh pengasuhan dari seorang Ibu. Maka dari itu Ibu bekerja akan merasa terbebani dengan kewajiban atau peran yang dimiliki apa lagi masih memiliki anak usia dini, selain dari itu Ibu bekerja juga akan muncul perasaan sedih dan bersalah disebabkan karena hanya memiliki waktu yang sedikit ataupun terbatas bersama keluarganya (Haslam dkk, 2015). Kondisi seperti ini akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada Ibu, atau yang diistilahkan dengan *Psychological Well-Being (PWB)*.

*Psychological well-being* merupakan adanya kesejahteraan psikologis pada seorang individu, dimana dia bisa menerima dirinya secara baik, keadaan yang sedang dijalannya saat ini maupun pengalaman hidupnya (Christie, dkk. 2013). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Anggarwati dan Thamrin (2019), bahwa terdapat hubungan negatif antara *work family*

*conflic* dengan *psychological well-being* pada Ibu bekerja, yaitu semakin tinggi *work family conflic* maka semakin rendah *psychological well-being*. Pada penelitian ini ditemukan bahwa kondisi Ibu yang memiliki peran ganda, tentu akan memiliki tuntutan yang lebih, dimana Ibu harus menyelesaikan tugas-tugas dalam pekerjaan dan Ibu juga harus menyiapkan kebutuhan-kebutuhan yang diperlukan oleh keluarganya, kondisi ini akan membuat tekanan dan ketidakseimbangan peran antara peran di pekerjaan dan peran dalam keluarga yang pada akhirnya akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis Ibu tersebut. Senada dengan itu, penelitian yang dilakukan oleh Nona dan Sumargi (2022) menemukan bahwa konflik keluarga ke pekerjaan dapat menurunkan *psychological well-being* pada Ibu bekerja.

Namun penelitian berbeda ditemukan oleh Apsaryanthi dan Lestari (2017), dimana terdapat perbedaan *psychological well-being* pada Ibu bekerja dengan Ibu rumah tangga di Kabupaten Gianyar, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *psychological well-being* pada Ibu bekerja lebih tinggi dibandingkan dengan Ibu rumah tangga. Ibu yang bekerja di Kabupaten Gianyar merasa lebih bahagia karena dengan bekerja, Ibu akan belajar menyesuaikan diri dengan berbagai tantangan pada lingkungan dibandingkan dengan Ibu yang tidak bekerja. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Eva, dkk (2021) menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan *psychological well-being* pada Ibu bekerja dengan Ibu rumah tangga di kota Malang. Tidak adanya perbedaan dipengaruhi oleh karakteristik yang sama antara Ibu bekerja dengan Ibu tidak bekerja yaitu dari segi usia dan pendidikan. *Psychological well-being* sangat penting dimiliki oleh setiap individu terutama dalam peran sebagai seorang Ibu. Ibu merupakan sumber pendidikan pertama dari seorang anak. Jika Ibu tidak memiliki kondisi psikologis yang baik maka sangat mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan anaknya.

Peran Ibu juga dibahas dalam pandangan Islam, dimulai dari kodrat sebagai wanita berbeda dengan laki-laki. Wanita secara fisik memiliki rahim, menyusui, dan secara emosi memiliki rasa yang lebih sensitif dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini menjadi wajar karena tugas utama wanita adalah sebagai seorang Ibu untuk mendidik anak-anaknya penuh kasih sayang dan cinta. Fitrah ini bukan hanya sebagai kelemahan wanita melainkan potensi kelembutan kasih sayang, dan kesabaran wanita mendidik anak-anaknya serta membina rumah tangga bersama suaminya (Ismail, 2023). Adapun kesulitan dalam menjalankan peran seorang Ibu yang dirasakan oleh Ibu bekerja merupakan hal yang tentu akan terjadi, karena

harus mengerjakan dua amanah dalam waktu yang bersamaan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, yaitu suatu studi untuk memberikan gambaran tentang suatu makna dari peristiwa beberapa individu mengenai suatu konsep tertentu (Sugiyono, 2017) atau mendeskripsikan secara umum dari sejumlah individu terhadap berbagai pengalaman hidup mereka terkait dengan konsep atau fenomena (Creswell, 2018). Subjek penelitian ini terdiri dari 5 orang Ibu bekerja yang memiliki anak. Penentuan sumber data dalam penelitian ini diambil dengan cara *purposive sampling*, dengan kriteria Ibu bekerja yang memiliki anak dengan usia di bawah 10 tahun. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan wawancara semi terstruktur, yaitu menggunakan pedoman wawancara yang memuat garis besar dan pokok-pokok permasalahan yang akan ditanyakan. Bentuk wawancara ini memungkinkan pertanyaan baru yang muncul karena jawaban yang diberikan oleh nara sumber, sehingga selama sesi berlangsung penggalian informasi dapat dilakukan lebih mendalam. (Sugiyono, 2017).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek pertama dalam penelitian ini berinisial F dengan usia 41 tahun. F bekerja di Perusahaan swasta dengan jam kerja mengikuti *shift*. F memiliki anak 3 orang, masing-masing berusia 7 tahun, 3 tahun dan 1 tahun. Gambaran *psychological well-being* F dari aspek penerimaan diri, F merasa lebih banyak memiliki kekurangan pada dirinya, diantaranya kesulitan F untuk menjalankan peran sebagai isteri dan Ibu. Keterbatasan yang F rasakan adalah seperti kurangnya memiliki kelekatan baik itu kepada keluarga ataupun orang lain, kemampuan komunikasi yang kurang terutama kepada keluarga, rendahnya kepekaan terhadap tugas dan tanggung jawab, keterampilan sebagai Ibu seperti mengasuh anak dan mengerjakan pekerjaan rumah, terkadang memiliki rasa inferior. Ini salah satunya dipengaruhi oleh faktor kehidupan masa lalu F. Dari aspek hubungan positif dengan orang lain, F memiliki kesulitan dalam menjalin hubungan intim dengan orang lain. F lebih cenderung cuek dalam artian tidak mau menjalin kedekatan dengan orang lain. Begitu juga dengan hubungan terhadap anak, F menyadari memiliki kesulitan dalam menciptakan komunikasi yang baik dengan anak, komunikasi yang

dilakukan itu lebih bersifat satu arah dengan kecenderungan intonasi suara yang tinggi, F menyadari bahwa anak-anak F mengesankan sebagai Ibu yang "galak". Pada aspek otonomi, F merasa belum bisa mandiri dalam bertindak, F menerima dan mengikuti saja kondisi yang ada, ketika F merasa tidak nyaman dalam satu situasi maka F akan memilih untuk menarik diri atau menghindar. F juga merasakan tidak mampu sepenuhnya dalam menguasai lingkungan, karena memiliki keterbatasan dalam komunikasi, membangun hubungan yang dekat dan merasa tidak punya keterampilan. Dari segi pandangan terhadap kehidupan, F merasa tidak banyak berubah dari kehidupan sebelumnya. F memandang hidup ini hanya mengalir saja. F cuma berharap kedepannya bisa menjadi Ibu yang bisa menjalankan perannya dengan baik.

Subjek kedua berinisial E, berusia 37 tahun. E memiliki 2 orang anak dengan usia 7 tahun dan 4 tahun. E bekerja di perusahaan swasta dengan jam kerja 5 hari dalam satu pekan. Gambaran *psychological well-being* E, jika dilihat dari aspek penerimaan diri, E merasa kesulitan untuk menjalankan peran sebagai Ibu, meskipun E menyadari sudah memiliki informasi yang banyak tentang peran seorang Ibu. Kesulitan yang E rasakan ini salah satu faktornya karena memiliki keterbatasan waktu. E lebih sering disibukkan dengan beban dari pekerjaan kantor. Konflik antara pekerjaan kantor dengan pekerjaan di rumah membuat E tidak bisa rileks dalam bersikap, E lebih cenderung memilih menunjukkan perilaku menolak untuk menyelesaikan secara baik setiap masalah. Komunikasi dengan anak lebih bersifat satu arah, seperti lebih banyak memberikan intruksi ke anak dari pada menjelaskan. Kesulitan E membangun komunikasi yang baik dengan anak, membuat E merasa sulit juga untuk memahami perilaku anaknya, sehingga E sering tidak mengerti terhadap masalah-masalah yang dialami anaknya. Dalam hal komunikasi dengan orang lain, E menyadari punya kemampuan untuk bisa berkomunikasi secara baik dengan orang lain, tapi E juga menyadari akan merasa sulit berkomunikasi dengan orang-orang yang sudah memiliki kedekatan atau adanya ikatan emosional dan juga dengan orang-orang yang memiliki koordinasi pekerjaan. Dari aspek tujuan hidup, E berpendapat bahwa faktor finansial menjadi penentu kelancaran kehidupan. Maka dari itu, E menyadari bahwa akan berusaha memprioritaskan waktu dan tenaganya untuk mendapatkan finansial yang baik.

Subjek ketiga berinisial D berusia 31 tahun, memiliki 2 orang anak yang berusia 2 tahun dan 2 bulan. D bekerja sebagai PNS di sebuah perguruan Tinggi. Gambaran *psychological well-*

*being* D dilihat dari aspek penerimaan diri, D memiliki kesulitan dalam membangun hubungan yang dekat dengan orang lain termasuk dengan anggota keluarganya. D merasa kesulitan untuk memahami perilaku orang lain, dan juga kesulitan untuk menyampaikan apa yang dirasakan serta mengekspresikan perasaan kepada orang lain. Kehidupan D terkesan normatif sekali, yaitu menjalankan aktifitas sehari-hari tanpa merasakan ada kelekatan dengan orang lain. D menyadari memiliki kekurangan untuk menjalankan peran sebagai seorang Ibu, karena D tidak terampil dalam mengurus pekerjaan rumah tangga, dan tidak memiliki keterampilan dalam mengurus anak. Pengasuhan anak lebih didominasi oleh Ibu mertua D, semua keputusan yang berkaitan dengan anak juga didominasi oleh Ibu mertua D. Bahkan waktu kebersamaan D bersama anak jauh lebih sedikit dibandingkan ibu mertua D. Di saat D pergi bekerja, anak D ditiptkan ke rumah Ibu mertua D, bahkan anak D juga sering menginap bersama Ibu mertua D. D merasa dirinya tidak begitu terlibat dalam mengurus anak, karena semuanya sudah didominasi oleh Ibu mertuanya. Kesulitan yang dirasakan D sekarang dipengaruhi oleh kehidupan masa lalau D. D mengatakan bahwa dirinya dibesarkan pada keluarga yang memiliki kondisi orang tua sibuk. D lebih banyak ditemani oleh pengasuh dari pada orang tua D, namun di sisi lain D diberikan fasilitas yang bahkan melebihi kebutuhan D. Orang tua D sangat peduli dengan pendidikan dan prestasi akademik, sehingga D merasa termotivasi untuk bisa menyelesaikan pendidikannya dan mendapat pekerjaan dengan baik.

Subjek keempat berinisial A berusia 41 tahun, memiliki seorang anak berusia 8 tahun. A bekerja di sebuah perusahaan swasta. Gambaran *psychological well-being* dilihat dari aspek penerimaan diri, A merasa kesulitan dalam membagi waktu untuk mengerjakan pekerjaan rumah tangga dengan pekerjaan kantor. A mengatakan bahwa pekerjaan rumah lebih sering dikerjakan oleh suaminya terutama dalam mengurus anak. A mengakui bahwa dirinya cukup memiliki kemampuan komunikasi yang baik terutama dengan anggota keluarganya. A juga mampu membangun hubungan yang dekat dengan anggota keluarganya. Secara umum A merasa berusaha untuk maksimal dalam menjalankan peran sebagai Ibu, namun tantangan yang dihadapi A adalah keinginan yang tinggi untuk mengejar karir. Di samping adanya kemampuan akademik A yang bagus, A memiliki minat yang tinggi untuk meningkatkan prestasi pekerjaannya. Sehingga A berusaha meningkatkan pengetahuannya dengan menambah jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Pada aspek hubungan positif dengan orang lain, A sering

memiliki kesulitan berkoordinasi dengan orang lain, terutama rekan kerja yang dianggap A tidak maksimal dalam menjalankan tugasnya A juga sering merasa kurang dihargai oleh rekan-rekan kerjanya. A memiliki pandangan hidup bahwa pekerjaan itu harus dilakukan dengan sungguh-sungguh, dan akan memiliki peluang-peluang terhadap perubahan-perubahan untuk capaian kemajuan.

Subjek kelima berinisial T berusia 28 tahun, memiliki anak berusia 1 tahun. T bekerja di sebuah perusahaan swasta. T bekerja 6 hari kerja dalam sepekan. T merupakan orang kepercayaan dari pimpinan, dan T juga diberikan kepercayaan oleh pimpinannya untuk mengatur keuangan dari kebun milik pribadi pimpinannya. Sehingga T harus bersedia untuk melayani panggilan dari via telfon meskipun sudah pulang kerja dan berada di rumah. Gambiran *psychological well-being* T, dilihat dari aspek penerimaan diri, T merasa memiliki perasaan yang sangat tidak nyaman karena jarang berada di dekat anaknya. T juga merasa berdosa karena untuk kondisi sekarang T masih memilih bekerja dari pada ikut dengan suaminya yang bekerja di luar kota. Selain dari itu T juga menyadari memiliki keterbatasan dalam keterampilan sosial, T memiliki kesulitan dalam beradaptasi terutama terhadap lingkungan baru. Secara umum karakter T lebih terkesan serius dan pendiam. Dari aspek tujuan hidup, T berharap bisa mengurangi kesibukan pekerjaannya, dan lebih banyak memiliki waktu untuk mengurus anaknya.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan dari hasil penelitian, ditemukan beberapa gambaran kondisi psikologis pada Ibu bekerja, diantaranya ; 1) Adanya perasaan bersalah yang muncul pada Ibu bekerja, karena tidak maksimal dalam menjalankan perannya sebagai Ibu. 2) Kesulitan Ibu dalam membagi waktu, sehingga beberapa tanggung jawab terabaikan, baik itu tanggung jawab sebagai Ibu, atau tanggung jawab sebagai karyawan. 3) Sulit dalam menjalin kelekatan dengan anak, karena kurangnya kebersamaan dengan anak. Anak lebih cenderung lekat sama orang yang sering bersamanya. 4) kesulitan dalam menciptakan komunikasi yang baik dengan anak, ini karena dipengaruhi faktor waktu dan kelelahan dari Ibu. 5) Tidak rileks dalam menjalankan peran sebagai Ibu, karena adanya tanggung jawab lebih sehingga aktivitas cenderung dilakukan terburu-buru. 6) Adanya kekhawatiran finansial dari Ibu untuk biaya masa depan anaknya. 7)

kurangnya otonomi dalam menjalankan peran sebagai Ibu. 8) Adanya keinginan untuk berprestasi dalam dunia karir.

Pandangan islam menjelaskan bahwa Ibu memiliki tanggung jawab dalam mengasuh anaknya. Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* sudah memberikan Rahmat-Nya berupa kasih sayang yang ditanamkan pada hati seorang Ibu, sehingga pada diri Ibu muncul rasa kasih sayang yang mendalam terhadap anaknya, perasaan ingin menjaga dan melindungi anaknya. Namun jika Rahmat kasih sayang yang Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* berikan tidak dijaga oleh seorang Ibu, maka rasa tersebut perlahan-lahan akan berkurang seiring dengan munculnya perhatian dan minat Ibu terhadap yang lain. Misalnya, ketika seorang Ibu yang baru melahirkan bayi, tidak berusaha untuk mengambil peran secara otonomi dalam merawat dan mengasuh anaknya, dan peran itu digantikan oleh orang lain, maka perlahan-lahan rasa kebutuhan Ibu untuk mengasuhnya akan berkurang, kurangnya kebersamaan Ibu dengan anaknya akan mempengaruhi hubungan kelekatan Ibu dan anak. Menurut Muniroh (2014), Ibu mempunyai tanggung jawab untuk membahagiakan anak-anaknya mulai dari anak-anaknya membuka mata sampai menutup mata. Ibu juga harus menuntun anaknya untuk mendapatkan kebahagiaan dunia akhirat. Untuk meraih ini, Ibu harus menanamkan nilai-nilai agama kepada anaknya. Mulai dari mengajarkan anaknya untuk memahami agama dengan benar, mengajarkan bersyukur dengan segala kenikmatan yang diperoleh dan selalu bersabar atas setiap permasalahan yang dihadapi.

Ketika Ibu bekerja di luar, maka akan meninggalkan tanggungjawabnya sebagai Ibu untuk merawat dan mendidik anaknya. Maka kondisi ini akan memunculkan perasaan bersalah dari seorang Ibu. Ibu menyadari bahwa merawat dan mengasuh anak itu adalah salah satu tanggung jawab Ibu. Apa lagi Ibu yang masih memiliki bayi. Dalam Al-quran surat Al-baqoroh ayat 233 artinya "*Para Ibu hendaklah menyusukan anak-anak selama 2 tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan menyusuan...*". Ibu diperintahkan untuk menyusui anaknya sampai 2 tahun jika mampu. Menurut teori Bowlby (Cenceng, 2015), menyusukan anak secara langsung dapat membentuk kelekatan anak dengan Ibunya. Karena pada saat menyusui terjadi interaksi antara Ibu dan anak, anak dengan kondisi bahagia bisa melihat langsung ekspresi wajah Ibunya, begitu juga dengan Ibu yang bisa langsung melihat wajah anaknya sehingga menumbuhkan rasa kasih sayang Ibu kepada anaknya.



Ibu bekerja memiliki tugas dan tanggung jawab yang harus dikerjakan dalam waktu bersamaan. Tentu ini tidak akan bisa terpenuhi, sehingga Ibu harus mengorbankan salah satu tanggung jawab tersebut, yaitu meninggalkan tanggung jawab dalam mengasuh anak ketika pergi bekerja. Namun demikian, hakikatnya seorang Ibu tetap merasa harus berusaha menutupi kekurangan tersebut, misalnya ketika pulang dari bekerja, Ibu yang kondisinya lelah, tetap berusaha menemani anaknya bermain, kemudian juga dengan waktu yang bersamaan menyelesaikan pekerjaan-pekerjaan di rumah. Kondisi seperti ini dilakukan kurang efektif, sehingga semua dilakukan secara terburu-buru. Komunikasi selama bermain dengan anak tidak maksimal, karena kondisi Ibu yang lelah, dan juga menyelesaikan pekerjaan rumah yang tertinggal. Pada hal komunikasi yang efektif sangat dipentingkan terutama komunikasi interpersonal. Menurut Devi (2015), komunikasi interpersonal antara Ibu dan anak dibutuhkan untuk membangun nilai-nilai moral dan norma yang diterapkan dalam keluarga. Sehingga anak mudah memahami pesan-pesan moral yang disampaikan orang tuanya.

Anak akan lebih lekat dengan orang yang sering bersamanya. Kelekatan anak dengan seseorang akan membangun rasa kepercayaannya terhadap orang tersebut. Anak akan terus memilih orang yang dia percaya untuk selalu bersamanya, dan anak juga akan lebih mengikuti dan memenuhi permintaan orang tersebut dibandingkan dengan orang lain. Ibu yang kurang memiliki kelekatan dengan anaknya, akan kesulitan dalam membangun kepercayaan anak terhadap dirinya. Sehingga berakibat pada kesulitan Ibu dalam mengarahkan anaknya. Maka sering terjadi anak-anak yang lebih percaya dengan perkataan orang lain daripada Ibunya. Selain dari itu, faktor kurangnya kelekatan Ibu terhadap anaknya, akan mempengaruhi tingkat kepekaan Ibu dalam menangkap kondisi psikologis anaknya. Sehingga cenderung memberikan komunikasi satu arah tanpa melihat apa yang dimaksudkan oleh anaknya. Ibu kurang peka terhadap perilakunya anak, sulit menangkap sinyal-sinyal dari ekspresi anaknya, mengakibatkan respon yang diberikan Ibu cenderung tidak tepat dengan kondisinya anaknya. Respon yang tidak tepat terhadap anak termasuk kepada perlakuan salah terhadap anak. Misalnya Ibu yang memaksa anaknya untuk belajar, sementara kondisi anak masih dalam keadaan tidak baik. Tekanan ini akan menjadi perkembangan yang buruk bagi anak (Choiriyah & Surjaningrum, 2020).

Salah satu faktor yang menyebabkan kurangnya kesabaran Ibu dalam berkomunikasi

dengan anaknya adalah karena kondisi psikologis Ibu yang kurang rileks. Ibu yang memiliki beban pemikiran yang lebih banyak, akan mempengaruhi gaya komunikasi Ibu kepada anaknya. Misalnya, ketika anak melakukan kesalahan, sulit bagi Ibu untuk tenang dalam menerimanya, karena dalam saat yang bersamaan Ibu berada dalam kondisi psikologis yang memiliki beban pemikiran yang lain, seperti adanya *deadline* pekerjaan, adanya pemikiran dalam merencanakan program pekerjaan, atau adanya pekerjaan rumah yang terlalu menumpuk. Kondisi psikologis Ibu yang seperti ini tentu tidak baik diterima oleh anak untuk perkembangan emosinya. Anak akan merasa tidak nyaman saat bermain atau berkomunikasi bersama Ibunya, dan bisa juga anak akan merasa tertekan pada kondisi-kondisi tertentu di saat Ibunya sedang merespon dari perilakunya (Hartati, 2022)

Pilihan Ibu untuk bekerja, biasanya dilatarbelakangi oleh kebutuhan finansial. Banyak Ibu yang merasa khawatir dengan biaya masa depan anaknya. Banyak juga Ibu yang merasa kekurangan dengan kondisi keuangan yang diberikan oleh suaminya. Sehingga pada akhirnya Ibu banyak menyelesaikan masalah ini dengan memilih untuk bekerja. Dalam pandangan Islam tidak ada kewajiban Ibu untuk memberi nafkah. Adapun kewajiban dalam memberikan nafkah adalah suami, ini dijelaskan dalam Al-Qur'an surat Al-Baqoroh ayat 233 "*Para Ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama 2 tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan. dan kewajiban ayah memberikan makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara ma'ru'. seorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya.*" Sedangkan kewajiban dari isteri adalah taat kepada suami dan mengasuh anaknya dengan cara yang baik. Apa bila isteri lebu fokus kepada peran yang bukan tanggung jawabnya, maka kesulitan-kesulitan yang akan menghambat perkembangan anak (Hartati, 2018).

#### SIMPULAN

Ibu bekerja memiliki kesulitan dalam menjalankan perannya sebagai Ibu, karena adanya tuntutan yang harus dipenuhi dalam waktu yang bersamaan. Sehingga Ibu harus mengurangi salah satu dari tanggung jawabnya. Ketika Ibu pergi bekerja, maka Ibu harus meninggalkan anaknya. Kondisi seperti ini memunculkan rasa bersalah Ibu ketika mengingat tanggung jawab dan perannya sebagai Ibu yang tidak maksimal. Hal inilah yang mempengaruhi kondisi *Psychological Wel-Being* seorang Ibu bekerja. Selain dari itu Ibu bekerja juga merasakan kesulitan dalam komunikasi yang efektif dengan anaknya, ini disebabkan karena keterbatasan

waktu bersama anak dan kondisi psikologis Ibu yang memiliki beban pemikiran yang lebih. Kemudian Ibu juga merasakan kurangnya kelekatan dengan anak.

#### SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut: 1) Bagi Ibu bekerja, diharapkan untuk lebih banyak belajar tentang peran dan tanggung jawab seorang Ibu sehingga dapat memahami tentang pentingnya kedudukan seorang Ibu untuk perkembangan anak. Ibu juga harus memperhatikan *Psychological Well-Being* atau kesejahteraan psikologis, karena sangat mempengaruhi interaksi dengan anak. 2) Bagi keluarga, bisa memberikan arahan dan dukungan kepada Ibu bekerja untuk lebih bisa memaksimalkan perannya sebagai Ibu dalam mendidik anak. 3) Bagi Peneliti berikutnya, supaya mengkaji lebih dalam tentang faktor yang melatar belakangi kurangnya *Psychological Well-Being* pada Ibu.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Apreviadizy, P., & Puspitacandri, A. (2014). Perbedaan Stress ditinjau dari Ibu Bekerja dan Ibu Tidak Bekerja. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 9(1), 58-65.
- Apsaryanthi, N. L., & Lestari, M. D. (2017). Perbedaan Tingkat Psychological Well-Being pada Ibu rumah tangga dengan Ibu bekerja di kabupaten Gianyar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 110-118.
- Cenceng. (2015). Perilaku Kelekatan Pada Anak Usia Dini (PERSPEKTIF JOHN BOWLBY). *Jurnal Lentera*, IX(2), 141-153.
- Choiriyah, D. W., & Surjaningrum, E. R. (2020). Stres Pengasuhan Ibu dan Perannya Dalam Perlakuan Salah Ibu Terhadap Anak. *Psisula*, 2. 309-327.
- Devi, L. (2015). Proses komunikasi Interpersonal Ibu yang Bekerja Dalam Pembentukan Sikap Konatif Anak. *Jurnal E-Komunikasi*, 3(1), 1-10.
- De Neve, J. E., Diener, E., Tay, L., & Xuereb, C. (2013). *The Objective Benefits of Subjective Well-Being*. New York: eds. World Happiness Report.
- Hartati, R. (2018). Hubungan Antara Religiusitas dengan *Celf Concept* Pada Ibu Bekerja yang Memiliki Balita. Psychopolytan.
- Hartati, R. (2022). Tanggungjawab Pendidikan Anak Pada Ibu Bekerja Melayu Riau. Islamika

- Haslam, D. M., & Dkk. (2015). Giving voice to working mothers: A consumer informed study to program design fir working mothers. *journal of child and family studies* , 24(8), 2463-2473.
- Imelda, J. (2013). Perbedaan subjective well being ibu ditinjau dari status bekerja ibu. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* , 1-16.
- Ismail, M. (2023). Peran Ibu Sebagai Pendidik Kodrati Dalam Perspektif Islam. *Jurnal Ilmiah Islamic Resources*, 2 (1)44-50
- Munirah (2014). Peran Ibu dalam Membentuk Karakter Anak Persepektif Islam. *Jurnal Auladuna*, 1(2)253-264
- Pervin, L. A., Cervone, D., & John, O. P. (2010). *Psikologi kepribadian: teori & penelitian, edisi kesembilan*. Jakarta: Kencana.
- Santrock, J. (2013). *Childhood Development. 14th Edition* (Vol. 53). New York: McGraw-Hill Education.
- Slavin, R. E. (2011). *Psikologi pendidikan teori dan praktik*. Jakarta: Indeks.
- Subandi, M. A. 2013. *Psikologi Agama & Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R& D*. Bandung: Alfabeta.
- Wahab, A., Yasrie, A., & Anwar, M. (2019). Pengaruh Konflik Peran Ganda Terhadap Kinerja Melalui Stress Kerja Sebagai Moderator Pada Pegawai Wanita (Studi pada Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana Kabupaten Tabalong). *Jurnal Ekonomi dan Bisnis* , 12(2), 250-266.
- Wiltshire, A. H. (2016). The meanings of work in a public work scheme in South Africa. *International Journal of Sociology and Social Policy* , 36(1/2), 1-17.