

KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PEREMPUAN YANG BERPERAN GANDA

Cito Meriko, Olivia Hadiwirawan
cito_meriko@hotmail.com; olivia.hadiwirawan@ukrida.ac.id
Fakultas Psikologi Universitas Kristen Krida Wacana Jakarta

ABSTRACT

This study aimed to determine the psychological well-being (PWB) of women who play dual role (domestic roles and public roles). The study also explains how women interpret dual role and dynamics of the sixth dimension of PWB on each respondent. This study used qualitative research methods with case study and intensity technique sampling. The respondent of this study consisted of four people, which worked in formal sector and have high position (as leader) in their jobs. In-depth interviews and semi-structured interviews were used for data collection. The results showed all four respondents achieve psychological well-being in doing their double role (domestic and public roles). Environmental mastery plays an important role for every respondent in managing multiple roles. The dynamics of the six dimensions of PWB on four subjects eventually form a distinctive pattern which focused on the domestic role that accompanies their steps to take part in a public space.

Keywords: psychological well-being, double role, women

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran kesejahteraan psikologis perempuan yang memiliki peran ganda (peran publik dan domestik). Penelitian ini juga ingin membahas bagaimana perempuan memaknai peran ganda tersebut dan melihat dinamika dimensi kesejahteraan psikologis pada masing-masing responden. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif studi kasus dan teknik sampling berdasarkan intensitas. Responden terdiri dari empat perempuan yang bekerja pada sektor formal serta menempati posisi pemimpin dalam pekerjaan. Wawancara mendalam dan semi-terstruktur digunakan sebagai alat pengumpul data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keempat responden memperoleh kesejahteraan psikologis dalam menjalankan peran ganda mereka. Dimensi penguasaan lingkungan memegang peranan penting bagi keempat responden dalam mengelola peran ganda. Dinamika dari keenam dimensi pada masing-masing responden memiliki pola-pola berbeda yang berfokus pada peran domestik sebagai penuntun langkah responden dalam mengambil bagian pada peran publiknya.

Kata kunci: kesejahteraan psikologis, peran ganda, perempuan

PENDAHULUAN

Partisipasi perempuan dalam pasar tenaga kerja terus meningkat seiring berkembangnya zaman. Perubahan ini terjadi pada berbagai belahan benua dan negara di dunia. Pada tahun 2000, sebanyak 3/5 perempuan yang berusia 25-44 tahun di Amerika bekerja di luar rumah (Betz, 2005). Sebanyak 60% perempuan

dengan anak yang berusia di bawah 12 bulan juga bekerja. Berdasarkan *Bureau of Labor Statistics* tahun 2004 (dalam Matlin, 2008), sebanyak 72% ibu dengan anak yang berusia di bawah 18 tahun bekerja. Menurut *U.S. Department of Labor* (dalam Betz, 2005), kemungkinan seorang perempuan di Amerika akan bekerja di luar rumah selama masa dewasanya ialah sebesar 90%.

Data mengenai meningkatnya partisipasi perempuan dalam dunia kerja tidak hanya ditemukan di Amerika. Angka Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja (TPAK) perempuan di Indonesia juga menunjukkan adanya peningkatan, namun jumlahnya masih dapat dikatakan rendah untuk sektor kerja karena masih sedikit perempuan yang bekerja di sektor formal. Dari tujuh kategori status pekerjaan, (yaitu usaha sendiri, usaha dibantu buruh tidak tetap, usaha dibantu buruh tetap, buruh/karyawan/pegawai, pekerja bebas di pertanian, majikan, pekerja bebas di nonpertanian, pekerja keluarga/tak dibayar), hanya dua kategori yang mencakup sebagai pekerja di sektor formal (yaitu berusaha dengan dibantu buruh tetap dan kategori karyawan atau pegawai), sedangkan sisanya termasuk dalam sektor informal. Berdasarkan Pusat Data dan Informasi Ketenagakerjaan (2017), bulan Februari tahun 2017 perempuan yang berusaha dengan dibantu buruh tetap ialah sebanyak 917.307 orang dan perempuan yang menjadi karyawan atau pegawai ialah 17.262.369 orang, sementara yang bekerja dalam sektor informal (lima kategori lainnya) sebanyak 31.592.421 orang. Hal ini menunjukkan bahwa jumlah perempuan yang bekerja dalam sektor formal masih jauh lebih rendah dibandingkan pekerja laki-laki. Selain jumlah yang relatif lebih rendah, masalah yang dihadapi perempuan yang bekerja juga berbeda dengan pekerja laki-laki. Laki-laki yang bekerja jarang mengalami fenomena peran ganda seperti pada pekerja perempuan.

Perempuan yang sudah menikah dan bekerja akan diperhadapkan dengan dua pilihan, yaitu sepenuhnya mengurus keperluan rumah tangga atau justru bekerja dan meniti karier sambil menjalankan tugasnya sebagai ibu rumah tangga. Peran ganda perempuan ialah peran yang dijalankan oleh seorang perempuan di

rumah sebagai pengurus rumah tangga, pribadi yang mandiri, istri, dan mengasuh anak-anak, serta menjalankan peran sebagai anggota masyarakat dimana mereka menjadi pekerja dan menjadi warga negara (Ciptoningrum, 2009). Peran ganda perempuan juga didefinisikan sebagai peran perempuan yang harus mengerjakan tugas domestik maupun kerja di luar rumah untuk mencari nafkah (Suryakusuma, 2011).

Peran ganda yang dijalankan oleh perempuan tidaklah terlepas dari ideologi gender sebuah negara yang terbentuk. Menurut Djajadiningrat (dalam Suryakusuma, 2011), "ibuisme" sendiri merupakan sebuah konsep ideologi yang mendukung tindakan ibu untuk mengurus keluarga, kelompok, kelas, perusahaan, atau negara, tanpa menuntut kekuasaan atau prestise sebagai imbalan. "Ibuisme" pada zaman sekarang sama saja dengan ideologi yang tidak hanya mendukung, tetapi melihat perempuan dari kapasitas yang terbatas pada mengurus hal-hal tersebut tanpa menuntut apapun. Suryakusuma (2011) menyebut sebuah istilah yang menggambarkan ideologi gender khas Indonesia, yaitu "ibuisme negara". "Ibuisme negara" lebih lanjut dijelaskan oleh Suryakusuma merupakan ideologi gender yang menciptakan stereotip kaku-baku dan bersifat sangat membatasi perempuan dengan tujuan untuk mengontrol serta menciptakan tatanan yang sifatnya hirarkis. Oleh karenanya, kaum perempuan tidak dapat memiliki eksistensi pribadi, melainkan selalu berhubungan dengan sesuatu (keluarga, komunitas, negara) ataupun seseorang (suami, anak, bapak).

Fitzgerald dan Weitzman (dalam Lalande, Crozier, & Davey, 2000) mencatat kompleksitas karier perempuan karena mereka menggabungkan antara rumah dan keluarga dengan pekerjaan, serta menangani isu-isu seperti konflik peran dan pengelolaan peran ganda kehidupan. Peneliti melakukan wawancara awal terhadap tiga orang responden (FL, HS, dan D) untuk memperoleh gambaran mengenai kompleksitas peran ganda pada perempuan. Ketiga responden sama-sama memilih untuk mengurangi pekerjaan serta kegiatan di luar rumah sejak memiliki anak. Ketiga

responden sama-sama memiliki tugas publik dan tugas domestik yang harus dipenuhi, namun porsi mereka dalam mengerjakan tugas domestik lebih banyak saat memiliki anak. FL dan HS mengaku terkadang mengalami kesulitan ketika harus mengerjakan pekerjaan serta mengasuh anak. FL dan HS merasa harus benar-benar pandai membagi waktu antara mengurus anak dan bekerja. Waktu kerja yang efektif bagi FL dan HS ialah malam hari ketika anak mereka sudah tidur. D mengaku tidak kesulitan untuk membagi waktu, namun ia membawa anaknya ke tempat kerja karena tidak ada yang menjaga anaknya dan suaminya pun bekerja. Dalam hal ini, perempuan membutuhkan usaha lebih untuk memberikan performa kerja yang maksimal pada tugas publik karena perempuan juga menjalankan tugas domestik (bahkan lebih banyak daripada laki-laki), sedangkan laki-laki tidak memerlukan usaha ekstra untuk memberikan performa terbaiknya di publik karena mereka tidak sepenuhnya mengurus urusan rumah tangga dan anak (tugas domestik).

Berdasarkan wawancara yang telah dipaparkan sebelumnya, seiring dengan bertambahnya peran perempuan sebagai ibu dan pekerja, perempuan kemudian dihadapkan dengan kemunculan suatu beban yang seringkali disebutkan sebagai beban ganda (Shanti, 2011). Penelitian Andajani, Hadiwirawan, dan Sokang (2016) menunjukkan bahwa perempuan seringkali kesulitan untuk menyeimbangkan antara tuntutan peran domestik (ibu) dan publik (pekerja). Perempuan mendapatkan tuntutan dari masyarakat untuk dapat berhasil menjalankan kedua peran tersebut, apabila tidak berhasil menyeimbangkan kedua peran tersebut maka perempuan dipandang gagal. Apabila perempuan tidak dapat menjalankan peran domestik dengan baik, sebaik apapun peran publik maka ia akan dianggap gagal. Inilah yang dimaksud dengan beban ganda yang dimiliki oleh perempuan, bahwa bila ingin sukses maka perempuan harus dapat sukses menjalankan kedua peran ganda tersebut.

Barnett dan Hyde (dalam Papalia, Olds, & Feldman, 2009) mengatakan bahwa kombinasi antara pekerjaan dan peran dalam keluarga (*family roles*) sama-

sama baik bagi kesehatan fisik dan kesehatan mental perempuan dan laki-laki, selain itu baik untuk memperkuat hubungan antar suami-istri. Selain itu, perempuan yang bekerja akan turut berkontribusi dalam pendapatan keluarga sehingga membuat perempuan semakin independen dan pada sisi lainnya memperkuat ekonomi keluarga. Perempuan berperan ganda tidak selalu memiliki sisi negatif, peran ganda dapat menjadi keuntungan tersendiri bagi pengembangan diri seorang perempuan. Hal ini sesuai dengan wawancara peneliti dengan tiga orang perempuan berperan ganda, ketiganya tetap dapat menerima dan melakukan dua peran sekaligus serta tetap senang dalam menjalaninya.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti gambaran *psychological well-being* pada perempuan dewasa yang memiliki peran ganda. *Psychological well-being* ialah sebuah konsep kesejahteraan diri yang menekankan pada keberhasilan individu dalam berfungsi secara optimal dan mewujudkan potensi mereka (Linley & Joseph, 2004). Seorang perempuan berperan ganda memiliki tuntutan tersendiri yang berbeda dengan laki-laki, tuntutan sebagai isteri dan ibu yang baik demi keluarga, serta pekerja dengan performa baik. Berbagai tuntutan yang ada, ternyata tetap membuat ketiga responden yang peneliti wawancarai tetap dapat bekerja dan senang menjalani kesibukan sehari-hari mereka. Peneliti merasa perlu lebih lanjut mengetahui seperti apa *psychological well-being* perempuan berperan ganda, bagaimana mereka dapat berfungsi dengan baik serta mengoptimalkan potensi yang mereka miliki sambil menjalani peran domestik maupun peran publik.

Pertanyaan utama dalam penelitian ini ialah bagaimana *psychological well-being* perempuan dewasa yang berperan ganda? Tujuan penelitian ini ialah untuk mengeksplorasi pemaknaan peran ganda, bagaimana *psychological well-being* serta proses atau dinamika *psychological well-being* pada perempuan dewasa yang memiliki peran ganda. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi perempuan dewasa yang memiliki peran domestik dan peran publik

untuk mengetahui kondisi kesejahteraan mereka secara psikologis sehingga mereka dapat mengembangkan diri dalam upaya memaksimalkan potensi yang dimiliki.

TINJAUAN TEORI

Psychological Well-Being

Kesejahteraan psikologis adalah sebuah konsep yang mengacu pada pendekatan psikologi positif dimana individu pada dasarnya memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri. Kesejahteraan psikologis mencerminkan keterlibatan individu dan partisipasi penuh dalam tantangan serta peluang hidup (Linley & Joseph, 2004). Individu yang kesejahteraan psikologisnya terpenuhi cenderung akan melihat hidupnya secara positif. Walaupun begitu, terpenuhinya kesejahteraan psikologis bukan berarti tidak ada penderitaan dalam hidup, melainkan individu memiliki keterlibatan aktif di dunia, memiliki makna atau tujuan hidup, dan hubungan dengan orang atau objek di luar diri sendiri (Keyes & Lopez, 2002). *Psychological well-being* merupakan konsep kesejahteraan berdasarkan sudut pandang *eudaimonic*. Jørgensen dan Nafstad (2004) mengatakan bahwa pendekatan *eudaimonic* berkaitan dengan individu yang utuh dan atau fungsi individu yang optimal dan pembangunan di segala bidang kehidupan. Bila disimpulkan, kesejahteraan psikologis merupakan kondisi dimana individu mampu mengembangkan dirinya secara maksimal dan lebih optimal, mampu menerima diri secara positif, dan memiliki tujuan dalam hidup.

Menurut Ryff (dalam Linley & Joseph, 2004) kesejahteraan psikologis terdiri dari enam dimensi, yaitu (1) *autonomy*, (2) *personal growth*, (3) *environmental mastery*, (4) *purpose in life*, (5) *positive relation with others*, dan (6) *self-acceptance*. *Autonomy* merupakan kondisi dimana individu dapat mengevaluasi dirinya dengan standar pribadi, menolak tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara tertentu, *independent*, *self-determining*, serta meregulasi perilakunya secara internal (Keyes & Lopez, 2002). *Personal growth* merupakan kemampuan individu untuk

mengembangkan dirinya terus menerus, terbuka terhadap pengalaman baru, dan mengetahui potensi dirinya. *Environmental mastery* merupakan kepemilikan individu akan rasa penguasaan dan kompetensi dalam mengelola hidup serta kemampuan memilih atau membuat konteks yang sesuai dengan kebutuhan pribadi sekaligus nilai-nilai yang mereka miliki. *Purpose in life* ialah kemampuan individu dalam memahami tujuan dan sasaran hidup. Individu akan merasakan bahwa ada makna di balik kehidupan masa lalu dan kehidupan yang sedang dijalankan saat ini. Individu juga akan memegang sebuah keyakinan yang memberikan dirinya tujuan hidup. *Positive relation with others* merupakan dimensi kesejahteraan psikologis yang menggambarkan bahwa individu memiliki kehangatan, kepercayaan, kasih sayang, keintiman, memperhatikan mengenai kesejahteraan orang lain, dan mampu berempati dalam menjalin hubungan dengan orang lain. *Self-acceptance* ialah kemampuan individu untuk memiliki sikap positif terhadap sendiri, mengakui dan menerima berbagai sisi diri sendiri termasuk kekuatan serta kelemahan.

Peran Ganda

Peran ganda perempuan (Shanti, 2011), yaitu perempuan yang berperan sebagai ibu rumah tangga sekaligus perempuan yang bekerja. Peran ganda disebutkan dengan konsep *dualism cultural* (Michelle et al dalam Ciptoningrum, 2009), yaitu konsep domestik *sphere* (lingkungan domestik) dan publik *sphere* (lingkungan publik). Peran ganda perempuan ialah peran yang dijalankan oleh seorang perempuan di rumah sebagai pengurus rumah tangga, pribadi yang mandiri, istri, dan mengasuh anak-anak, serta menjalankan peran sebagai anggota masyarakat dimana mereka menjadi pekerja dan menjadi warga negara (Ciptoningrum, 2009). Perempuan dikatakan memiliki peran ganda apabila ia bertanggung jawab pada tugas-tugas domestik dan tugas publik. Tugas-tugas domestik ialah tugas yang berkaitan dengan rumah tangga, seperti mencuci, memasak, mencuci piring, mengurus keperluan rumah tangga, mengurus suami, dan

merawat anak-anak. Tugas publik ialah tugas yang berkaitan dengan karier, seperti bekerja di luar rumah atau bahkan sekaligus menjadi pencari nafkah utama dalam keluarga.

Peran ganda perempuan juga didefinisikan sebagai peran perempuan yang harus mengerjakan tugas domestik maupun kerja di luar rumah untuk mencari nafkah (Suryakusuma, 2011). Tugas-tugas domestik ialah tugas yang berkaitan dengan rumah tangga, seperti mencuci, memasak, mencuci piring, mengurus keperluan rumah tangga, mengurus suami, dan merawat anak-anak. Tugas publik ialah tugas yang berkaitan dengan karier, seperti bekerja di luar rumah atau bahkan sekaligus menjadi pencari nafkah utama dalam keluarga. Perempuan berperan ganda tidak hanya merawat suami maupun keluarga, melainkan memiliki kegiatan di luar rumah untuk menghidupi keluarga (Blackburn, 2004).

METODE PENELITIAN

Peneliti memfokuskan penelitian ini pada perempuan yang bekerja di sektor formal karena berdasarkan data yang telah dipaparkan pada paragraf sebelumnya mereka masih termasuk minoritas dalam dunia kerja. Selain itu, peneliti juga ingin meneliti pada perempuan yang menjabat posisi tinggi di tempat mereka bekerja. Pertimbangan peneliti ialah dengan jumlah perempuan yang masih rendah, adapula mereka yang justru menjabat sebagai pemimpin di dunia kerja. Status perempuan sebagai seorang ibu saja sudah menjadi beban tersendiri karena harus memenuhi tugas domestik. Perempuan akan dihadapkan kepada dua kebutuhan, yaitu kebutuhan individu untuk meniti karier (tugas publik) dan kebutuhan untuk mengurus rumah tangga (tugas domestik). Kedua kebutuhan ini akan saling bersinggungan dan saling menuntut untuk dipenuhi. Perempuan bahkan menjalankan tugas domestik lebih banyak daripada laki-laki padahal mereka juga harus melaksanakan tugas publik. Hal yang berbeda justru peneliti peroleh dari wawancara dengan tiga orang responden yang memiliki peran ganda. Dalam wawancara, ketiga responden tidak

menyatakan bahwa mereka keberatan atau bahkan merasa tidak bahagia menjalankan dua peran tersebut sekaligus.

Peneliti ingin melakukan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus untuk mengeksplorasi lebih dalam mengenai pemaknaan perempuan dewasa terhadap peran ganda itu sendiri, kondisi *psychological well-being* perempuan dewasa yang berperan ganda, dan proses atau dinamika *psychological well-being* mereka. Jumlah responden dalam penelitian ini ialah empat orang dengan beberapa karakteristik, diantaranya (1) responden berjenis kelamin perempuan dengan (2) rentang usia dewasa muda (20-30 tahun) hingga dewasa madya (40-50 tahun), (3) bekerja di sektor formal, (4) menjalankan peran publik dan peran domestik, dan (5) memiliki jabatan atau posisi tinggi di perusahaan atau institusi.

Pengambilan sampel pada penelitian ini ialah pengambilan sampel berdasarkan intensitas. Berdasarkan data yang disajikan pada pendahuluan menunjukkan bahwa perempuan yang bekerja pada sektor formal memiliki jumlah yang masih sedikit dibanding sektor informal. Selain bekerja pada sektor formal, responden pun menduduki jabatan tinggi di tengah-tengah dunia kerja yang didominasi kaum laki-laki. Oleh sebab itu, responden mewakili perempuan pemimpin yang bekerja di sektor formal sehingga memiliki kedalaman (intensitas) data yang dapat memberikan gambaran tentang kesejahteraan psikologis.

Metode pengumpulan data yang peneliti gunakan dalam penelitian ialah wawancara mendalam. Wawancara dilakukan sebanyak tiga kali dengan durasi kurang lebih satu jam dan ada pengambilan data tambahan sebanyak satu kali pada responden IV dan dua kali pada responden II. Instrumen dalam penelitian ini ialah panduan wawancara dengan pedoman umum, wawancara semi terstruktur. Pedoman hanya digunakan sebagai daftar pengecek (*checklist*) apakah aspek-aspek relevan telah dibahas atau ditanyakan. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis isi kualitatif (Supratiknya, 2015), yaitu analisis dengan menggunakan teori sebagai acuan dalam melakukan koding. Dalam penelitian ini, dimensi dari

Psychological Well-Being (Ryff, 2002) menjadi tema yang dimunculkan sebagai temuan dari kesejahteraan psikologis perempuan yang berperan ganda.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1.
Gambaran Umum Responden

Responden	Usia	Pendidikan Terakhir	Tempat Bekerja	Lama Bekerja (Formal)	Jabatan Terakhir	Jumlah Anak (Orang)	Usia Anak
I	53 Tahun	S2	Institusi Pendidikan (swasta)	28 Tahun (1987-sekarang)	Wakil Rektor Bidang Sarana-Prasarana dan Keuangan	2	25 tahun 23 tahun
II	31 Tahun	S2	Perusahaan (semi pemerintah)	6 Tahun (2009-sekarang)	<i>Organizational Development Manager</i>	1; dan mengandung anak kedua	3 Tahun 5 bulan (dalam kandungan)
III	51 Tahun	Kandidat Doktorat (S3)	Institusi Pendidikan (swasta)	22 Tahun (1993-sekarang)	Wakil Rektor Bidang Kerjasama dan Penjaminan Mutu	2	21 Tahun 19 Tahun
IV	30 Tahun	S1	Perusahaan (swasta)	9 Tahun (2006-sekarang)	<i>Division Manager for Corporate Training and Development</i>	-	-

Ket: R*= Responden

Pemaknaan Peran Ganda

Keempat responden memaknai peran ganda secara positif dimana tiga dari empat responden (responden I, III, dan IV) memaknainya dari sudut pandang kodrat. Sementara responden II memiliki pemaknaan peran ganda dari sudut pandang individu yang tidak terkait dengan gender maupun stereotip. Responden I memaknai peran ganda sebagai berikut:

“...Saya bersyukur sebetulnya memang karena dari dulu saya sudah dipersiapkan sebagai wanita pekerja yang bekerja. Jadi, saya juga gak merasa sampai saya harus mengeluh apa enggak, saya bersyukur karena ternyata memang saat kondisi seperti ini suami saya kan belum terlalu tua kan untuk dia tidak bisa beraktivitas. Seandainya, saya bukan wanita bekerja

akan repot keluarga saya, tapi itu sudah dipersiapkan berarti kan dari dulu oleh Tuhan, bahwa itulah memang, di ujung ini saya menjadi penanggung jawab dari keluarga kan, menjadi tulang punggung di keluarga, jadi yaudah gitu aja.” (I)

Walaupun saat ini responden I berperan menjadi tulang punggung keluarga karena suaminya sudah tidak dapat beraktivitas lagi, namun ia tidak dapat meninggalkan perannya di rumah tangga sebagai ibu dan juga istri. Responden I tetap memaknai peran ganda sebagai sesuatu yang positif mana kala kodrat sebagai perempuan begitu menyatu pada dirinya, berikut pernyataannya:

“...Seharusnya menurut saya ya itu, sebagai wanita kalau kamu mengambil peran bekerja ya gak bisa meninggalkan peran sebagai istri dan ibu ya. Itu konsekuensi yang harus dijalani, kalau memang kita gak mampu ya bagaimana cara kita untuk membagi. Misalnya, tadi ada helper di rumah, yang membantu kita menyelesaikan, tapi tetep itu harus dalam pengawasan kita kan, kan gak bisa kita bela-belain helper lalu rumah berantakan.” (I)

Responden III memaknai peran ganda sebagai berikut:

“saya memaknai peran ganda, artinya gini biar bagaimana pun yang namanya wanita, hakikatnya adalah wanita ibu rumah tangga, itu itu yang saya maknai yah.” (III).

Banyaknya jabatan yang responden III duduki saat ini, ia tetap menekankan kodratnya sebagai perempuan dalam menjalankan peran ganda. Lebih lanjut, responden III menuturkan mengenai pemaknaan peran ganda sebagai berikut:

“...Jadi mau bagaimanapun saya adalah ibu rumah tangga. Jadi yang utama buat saya is my family not my career, itu itu di saya gitu loh, tapi dalam arti kata begitu juga yang menjadi patokan apakah yang saya lakukan di luar itu didukung oleh family, my family. Maksudnya my family dalam hal ini ya suami saya, apakah suami saya mendukung saya melakukan semua itu. Kalau memang dia tidak menginginkan saya ini ya tentu saya akan kembali, karena memang itu yang saya bilang biar gimana kita adalah wanita ibu rumah tangga, pada hakikatnya gitu loh. Mau setinggi-tinggi apapun yang utama adalah bagaimana kamu membangun keluarga itu sebagai sarang atau tempat yang nyaman bagi suami, bagi anak, gitu. Jadi, itu itu sih, jadi maksud saya jadi walaupun saya kerja, saya tidak mencari karier, saya tidak

mencari, saya tidak mencari secara ini finansial, karena dari pertama saya udah bilang sama suami saya bahwa kamu yang akan menjadi tulang punggung, walaupun saya ada lebih itu adalah berkat gitu loh. Jadi tetep yah selama ini walaupun dari segi finansial saya juga menghasilkan dan pada kenyataannya kami sama-sama, ya itu adalah berkat, tapi pokok utama adalah dia yang berperan.” (III)

Responden IV memaknai peran ganda sebagai sebuah sarana untuk mengaktualisasikan dirinya dimana ia dapat mengembangkan diri pada ruang domestik dan publik. Responden IV saat ini belum memiliki anak, namun ia ingin menggunakan pengetahuannya di ruang domestik untuk mendidik anaknya kelak. Responden IV percaya bahwa dengan bekerja, pengetahuan dan ilmu justru dapat semakin berkembang sehingga menjadi seutuhnya ibu rumah tangga bukanlah hal yang dapat ia lakukan. Berikut pemaknaan peran ganda responden IV:

“...Buat saya peran ganda itu lebih bermakna sebagai aktualisasi diri sendiri. Bukan untuk menunjukkan kehebatan di depan orang lain, tapi lebih untuk pengembangan diri, kita bisa berhasil di dua area, keluarga dan karier. I never could imagine myself tidak bekerja, saya even percaya kalau bekerja itu justru meluaskan knowledge kita. Tapi tanpa pernah melupakan tanggung jawab di rumah ya. So, pintar-pintar atur waktu dan prioritas saja untuk bisa menjalani peran ganda.” (IV)

Walaupun sama-sama memaknai peran ganda secara positif dari sudut pandang kodrat, namun pemaknaan ketiga responden memiliki perbedaan. Perbedaan responden I, III, dan IV terletak pada pemilihan situasi atau kondisi dimana responden memahami pemaknaannya. Responden I memaknainya lewat kondisi dimana saat ini ia berperan sebagai tulang punggung keluarga. Responden III memaknai peran ganda melalui kondisi dimana saat ini ia memangku berbagai posisi atau jabatan di ruang publik. Responden IV memaknai peran ganda sebagai hal yang perlu diseimbangkan karena kondisi saat ini ia masih dalam proses adaptasi menyelaraskan kehidupan pernikahan serta kariernya. Ketiga responden

yang memiliki pendidikan tinggi serta status sosial ekonomi menengah ke atas justru masih memaknai peran ganda dari sudut pandang kodrat.

Responden II memiliki pemaknaan yang berbeda dari tiga responden lainnya, walaupun sama-sama memaknai peran ganda secara positif. Perbedaannya ialah responden II memaknai tanpa mengkategorikan dirinya sebagai seorang ibu, istri, maupun pekerja, pendekatannya lebih kepada individu yang terlepas dari pada jenis kelamin maupun gender. Berikut penuturan responden II:

“...Kalau saya konsepnya lebih sebagai individu in terms, maksudnya dibandingkan apakah saya laki-laki apakah saya perempuan yang penting adalah saya individu yang baik. Melakukan apa yang dipercayakan pada saya dengan baik gitu kan, bersikap baik sama orang lain dan sebisa mungkin mempermudah hidup orang lain yang yang berhubungan sama saya gitulah. Jadi, itu terlepas dari apakah laki-laki apakah perempuan gitu sih.” (II)

Keempat responden sama-sama memaknai peran ganda sebagai sebuah kondisi dimana mereka hanya memenuhi peran sebagai perempuan di rumah tangga tanpa mengkritisi peranan mereka di ruang domestik dan ruang publik. Keempat responden tidak mempertanyakan mengapa perempuan-lah yang seolah-olah sepenuhnya bertanggung jawab mengenai urusan rumah ketimbang laki-laki atau mengapa perempuan dan laki-laki yang bekerja serta memangku jabatan tinggi tidaklah memiliki peran yang sama dalam rumah tangga, dsb. Keempat responden sama-sama menerima peran ganda yang sebenarnya dititikberatkan pada peran domestik dan melakukan tugas-tugas mereka (tugas publik dan domestik) dengan baik.

Maxine Molyneux (dalam Blackburn, 2004) melakukan penggolongan kelompok yang membedakan organisasi yang mengejar kepentingan ‘praktis’ dengan kepentingan ‘strategis’ perempuan. Kepentingan ‘praktis’ ialah keperluan-keperluan perempuan dalam memenuhi peran-peran gender yang dipengaruhi oleh tempat dan waktunya, namun tidak menantang *status-quo* gender. Kepentingan ini

berpaku pada konsep yang ditawarkan oleh ideologi gender mengenai istri dan ibu yang ideal. Hal tersebut berbeda dengan kepentingan 'strategis' yang menuntut hak perempuan dan hal-hal yang menghapus subordinasi pada perempuan. Kepentingan ini juga menganalisa diskriminasi serta isu-isu terkait hak asasi perempuan. Berdasarkan penggolongan yang diusung oleh Molyneux, maka keempat responden memiliki kepentingan gender 'praktis' dimana mereka tidaklah menantang status-quo gender, melainkan hanya memenuhi peran-peran gender mereka yang telah tersedia atau diciptakan oleh negara.

Tabel 2.
Kondisi Psychological Well-Being Perempuan Berperan Ganda

Dimensi Psychological Well-Being	Responden 1	Responden 2	Responden 3	Responden 4
<i>Autonomy</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Kepemimpinan perempuan • Pengambilan keputusan • Perbedaan latar belakang keluarga budaya 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Independent</i> • <i>Family oriented</i> • <i>Self-centered</i> • Rangkap peran • <i>Health concern</i> • Buta gender • <i>Race against myself</i> • Budaya Jawa 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Independent</i> • Panggilan profesi 	<ul style="list-style-type: none"> • Alasan pindah kerja • <i>He's the one</i> • Ambisius • <i>Career is not everything</i>
<i>Personal Growth</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Pengembangan diri 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Career Achievement</i> • Kompetensi • <i>Personal Achievement</i> • <i>Career Development</i> • Adaptasi perkembangan anak 	<ul style="list-style-type: none"> • Pengembangan diri informal • Pengembangan diri formal • Jabatan 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Self development</i> • <i>Self knowledge</i> • <i>Occupational knowledge</i> • <i>Career achievement</i> • Jabatan • <i>Career enhancement</i>
<i>Environmental Mastery</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Tuntutan bekerja • <i>Secondary caregiver</i> • Beban ganda • Pasrah • Bersandar • Kekuatan dari Tuhan 	<ul style="list-style-type: none"> • Bekerja bukan pilihan • <i>Independent</i> • Mendidik anak • Profesionalitas • Pola pengasuhan • Keluarga dng ibu bekerja • Latar belakang keluarga suami • Persamaan latar 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Background</i> keluarga pekerja • Rutinitas ibu • Membentuk karakter anak • <i>Family rules</i> • Manajemen waktu • Didik mandiri • <i>Handle</i> anak 	<ul style="list-style-type: none"> • Tuntutan ekonomu • <i>Self development</i> • Orang tua bekerja • Alasan pindah bekerja • <i>Independent</i> • Budaya Bali

Dimensi	Responden 1	Responden 2	Responden 3	Responden 4
<i>Psychological Well-Being</i>				
<i>Purpose in Life</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Rencana Tuhan • Pengalaman selama bekerja • Dipersiapkan Tuhan 	belakang ibu yang bekerja <ul style="list-style-type: none"> • Fleksibilitas waktu • Mengurus keluarga • Pengalaman 	<ul style="list-style-type: none"> • Rencana Tuhan • Bersyukur • Berkat Tuhan 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Financial role</i> • <i>Domestic role</i> • Capek
<i>Positive Relation with Others</i>	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Support</i> mertua • Dukungan suami • <i>Social support</i> • Kedekatan dengan ibu anak 	<ul style="list-style-type: none"> • Pembagian tugas • Keputusan Bersama • Suami proaktif • <i>Leadership</i> • Hubungan dengan rekan kerja 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Support</i> suami • Sama-sama udah tahu • <i>Trusted secondary caregiver</i> • <i>Family support</i> • <i>Family time</i> • Relasi sosial • Jabatan 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Support</i> suami • <i>implement open communication</i> • Berkat dari orang tua • <i>Discuss everything with everyone</i> • <i>Solid team</i> • <i>Putting trust</i> • <i>Situational leadership</i> • <i>Spreading positive vibes</i> • Hubungan baik • <i>Quality time</i> • Pengalaman hidup
<i>Self-Acceptance</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Penerimaan • Keterbukaan • Masa kecil • <i>Separation Anxiety</i> • Tanggung jawab • Hubungan dengan rekan kerja • <i>Happy</i> • Bersyukur • Kondisi fisik menurun • Capek mental • Capek tapi senang 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Personal achievement</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Kurang focus • Pengalaman s3 • Pencapaian 	

Tabel 2 menggambarkan koding yang didapatkan berdasarkan hasil wawancara, data koding tersebut kemudian disesuaikan dengan pengertian dari

masing-masing dimensi *psychological well-being*. *Autonomy* merupakan kondisi dimana individu dapat mengevaluasi dirinya dengan standar pribadi, menolak tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara tertentu, independen, *self-determining*, serta meregulasi perilakunya secara internal (Keyes & Lopez, 2002). Responden II dan responden III memiliki sisi *autonomy* yang lebih mengarah kepada kemandirian finansial. Kemandirian finansial penting bagi keduanya, walaupun memiliki sedikit perbedaan dalam pemaknaannya. Responden II ingin dirinya mandiri dan memiliki eksistensinya sendiri serta tidak pernah menyusahkan orang lain. Responden III secara gamblang menyatakan bahwa ia tidak ingin bergantung 100% dari segi finansial kepada suaminya dan bekerja bukanlah untuk mengejar materi, melainkan panggilan hati. Kemandirian keduanya terbentuk karena dididik oleh keluarga dan bukanlah karena tuntutan atau kondisi eksternal.

Bentuk lain dari *autonomy* pada responden II ialah dengan menunjukkan kemandirian berpikir serta mengevaluasi dirinya dengan standar pribadi dan bukanlah membandingkan dirinya dengan orang lain. Responden III pun memiliki bentuk lain *autonomy* pada dirinya dimana ia sejak awal menjadikan profesinya sebagai sebuah panggilan hati serta tempat untuk menyalurkan hasratnya (*self-determining*). Proses internalisasi yang terjadi pada responden II dan III lebih stabil karena mereka terbentuk secara internal. Lain halnya dengan responden I dan responden IV yang kemandiriannya lebih dikarenakan faktor eksternal yang mengharuskan mereka untuk segera mandiri. Sisi *autonomy* responden I dan IV lebih terkait dengan pekerjaan dan sifatnya tidak personal atau internal seperti responden II dan III.

Responden I menunjukkan sisi *autonomy* terkait dengan pengambilan keputusan untuk urusan pekerjaan, seperti memberhentikan pegawai yang melakukan penggelapan uang, "itu ada di sisi lain yang saya merasa seperti itu, aduh jahat, tapi, ini kan institusi yang juga harus memberikan contoh yang baik, kejujuran yang harus dijunjung tinggi, kan gak bisa itu dibiarkan, seperti itu." (I). Dalam hal ini,

responden I bertindak berdasarkan standar pribadinya mengenai seperti apa seharusnya ia bertindak sebagai seorang pemimpin di tempat kerjanya. Akan tetapi, responden I tidak terlalu menunjukkan sisi *autonomy* yang sifatnya terkait langsung dengan dirinya. Responden IV melakukan pertimbangan untuk berpindah kerja sebagai salah satu bentuk *autonomy* dimana ia berpikir mengenai karier serta pengembangan dirinya di kemudian hari. Responden I maupun responden IV bertindak serta berpikir secara *autonomy*, namun lebih terkait kepada hal eksternal yang mengharuskan mereka mengambil keputusan dalam lingkup pekerjaan.

Personal growth responden I berbeda dengan responden lainnya karena ia terhalang dengan kondisi suaminya yang sakit untuk dapat mengembangkan diri melalui pelatihan. Responden II, III, dan IV sama-sama memiliki pengembangan karier melalui *training*. Responden II tidak hanya mengembangkan diri dari sisi karier, namun juga memiliki pengembangan diri yang sifatnya lebih personal, seperti berproses mengenal diri untuk menjadi lebih positif. Responden II dan IV sama-sama mengenali potensi yang ada pada diri mereka dimana nantinya mereka kembangkan untuk karier. Responden III dan IV sama-sama berpendapat justru dengan bekerja dan mengurus rumah tangga di situlah mereka mengembangkan diri, bagaimana membagi waktu dalam menangani keduanya. Responden III dan IV seolah tidak merasa keberatan dengan tugas domestik yang dilimpahkan kepada mereka dan cenderung menganggap itulah kelebihan mereka sebagai perempuan yang *multitasking*.

Environmental mastery merupakan kepemilikan individu akan rasa penguasaan dan kompetensi dalam mengelola hidup serta kemampuan memilih atau membuat konteks yang sesuai dengan kebutuhan pribadi sekaligus nilai-nilai yang mereka miliki (Keyes & Lopez, 2002). Keempat responden sama-sama menjadikan bekerja sebagai usaha untuk menguasai lingkungan sekaligus mengelola kehidupan. Bekerja dijadikan sebagai sarana untuk kestabilan ekonomi, cara untuk menjadi pribadi yang mandiri, menyalurkan hasrat, serta cara untuk bertahan hidup, semua

disesuaikan dengan konteks masing-masing responden. Responden I memiliki tuntutan dimana ia merasa “harus, tuntutan bekerja itu saya rasa juga harus, karena banyak yang harus saya topang juga” (I). Dengan tuntutan bekerja yang melekat pada dirinya, responden I menjadikan bekerja sebagai cara untuk memenuhi tuntutan tersebut sehingga mampu bertahan hidup. Responden II menjadikan bekerja sebagai salah satu cara untuk mengelola hidup sesuai konteks dan kebutuhan pribadinya, yaitu mandiri dan menghidupi dirinya sendiri. Ketika masih *single*, responden II tidak tergantung dengan orang tua dan setelah menikah ia mampu menanggung kehidupannya sendiri.

Responden III tidak ingin membebani orang tuanya lebih lama lagi sehingga ia pun ingin segera bekerja. Responden menginternalisasi kemandirian yang telah diajarkan orang tuanya dan memilih bekerja sebagai cara yang paling sesuai untuk mewujudkan keinginannya untuk mandiri. Responden IV dituntut untuk cepat mandiri karena ayahnya meninggal saat ia masih kelas dua SMP, “kalau sebelumnya mah saya anak manja, anak papa banget gitu. *But then*, dunia berubah nih 180 derajat terbalik ketika papa saya gak ada, gitu” (IV). Responden IV menjadikan bekerja sebagai salah satu upaya membantu ekonomi keluarga serta cara untuk tidak menambah beban ibunya yang menjadi orang tua tunggal, “jadi sekolah yang bener terus kerja juga yang bener, lebih kayak gitu” (IV). Walaupun keempat responden sama-sama menjadikan bekerja sebagai bentuk *environmental mastery*, namun masing-masing responden kembali menyesuaikan konteks yang mereka miliki dalam mewujudkan kepentingan (mandiri, kestabilan finansial keluarga, penyalur hasrat) masing-masing.

Adapula bentuk lain dari *environmental mastery* tiga responden yang sudah memiliki anak, yaitu responden I, II, dan III. Responden I mempercayakan anak-anak kepada ibunya, “semua ngurusin sendiri, sekalipun saya selama ini selalu bekerja, jadi begitu. Tapi saya beruntung, karena orang tua saya masih mampu waktu itu mengurus anak-anak saya, masih kuat” (I). Responden III juga mempercayakan

anaknyanya pada ibu dan *baby sitter*, “ya kami memang mensupport *baby sitter* sih ya, karena kan saya langsung, saya cuma cuti berapa emm 40 hari abis itu udah udah ee kerja lagi, tapi ada mami saya waktu itu yang, karena saya memang tinggal di rumah mami kan yah itu” (III).

Berbeda dengan responden I dan III, responden II mempercayakan *daycare* yang berdekatan dengan tempatnya bekerja. *Daycare* menjadi tempat bagi anak responden II beraktivitas di luar rumah sejak usia kira-kira satu tahun. Menurut responden II, anaknyanya menjadi terbiasa dengan pola orang tuanyanya yang bangun pagi dan pulang pada sore hari serta menjadi tahu bahwa ada hal-hal yang dapat dilakukan di luar rumah. Selain turut berkontribusi pada responden II dalam hal mengasuh anak, *daycare* juga memiliki desain yang mendidik bagi anaknyanya. Ketiga responden sama-sama mempercayakan anak mereka kepada pengasuh sekunder (*secondary caregiver*) agar mereka dapat tetap bekerja meski sudah memiliki anak.

Responden I, II, dan III pun sama-sama mendidik anak mereka untuk mandiri sama seperti ketika orang tua mendidik mereka menjadi mandiri. Responden I tidak menuntut anak-anaknyanya untuk menjadi juara kelas di sekolah, namun ia mendidik anak-anaknyanya agar bertanggung jawab dengan mengerjakan pekerjaan rumah serta tugas-tugas sekolah. Responden I tidak perlu lagi mengajari anak-anaknyanya mengenai pelajaran di sekolah ataupun meluangkan waktu khusus untuk menunggu mereka belajar. Responden II mendidik anaknyanya mandiri dengan cara menanamkan rasa tanggung jawab atas dirinya sendiri dimulai dari makan dan tidur, seperti berikut contohnya:

“kalau orang tua lain kebanyakan misalnya ditungguin gitu anaknyanya berjam-jam, yaudah disuapin. Kalau saya nggak kalau misalnya setengah jam nggak selesai, makanannya mama tarik. Simpen. Nanti kalau laper bilang, kalau gak bilang ya salah sendiri kalau laper. Gitu jadi, dia belajar bertanggung jawab juga bahwa kebutuhan dia itu ya harus dia yang penuhi gitu ya.” (II).

Responden III mendidik anak-anaknya untuk mandiri agar ia tidak perlu terlalu banyak melakukan supervisi terhadap mereka. Responden III mendidik anak-anaknya mandiri sejak dini agar ia pun memiliki ruang dalam menjalankan perannya di publik. Mendidik anak sejak dini (*environmental mastery*) merupakan salah satu cara agar masing-masing responden juga dapat membagi waktu tidak hanya untuk ruang domestik, melainkan untuk berkiprah di ruang publik. Keempat responden juga mampu mengelola waktu mereka dengan baik dalam menjalankan peran domestik dan publik (*environmental mastery*). Responden I menyempatkan diri untuk tetap menyiapkan makanan di pagi hari sebelum akhirnya ia pergi bekerja. Malam hari, responden I pun tetap sempat melakukan kewajibannya untuk mengurus rumah tangga dengan membersihkan rumah sebelum akhirnya ia dapat berolahraga dan beristirahat.

Responden II juga mampu mengalokasikan waktunya dengan baik dimana ia tidak lagi membawa pekerjaan kantor ke rumah. Responden III juga memiliki manajemen waktu yang baik terkait dengan pembagian waktu untuk berbagai jabatan yang ia pegang di publik. Responden III pun masih memiliki waktu untuk keluarga disela-sela kesibukannya seperti berlibur atau sekedar menonton film di bioskop. Responden IV dengan kesibukannya di rumah tangga (membersihkan rumah, menyiapkan banten, menyiapkan makanan, dll) dan kantor masih sempat meluangkan waktu untuk *quality time* dengan suami maupun ibunya. Pengelolaan waktu yang baik dimiliki oleh masing-masing responden sebagai upaya mereka menyeimbangkan peran domestik dan peran publik.

Ada pula cara responden III dan IV sebagai salah satu bentuk dari *environmental mastery*, yaitu dengan melakukan pembagian peran untuk urusan domestik dan publik. Responden III berbagi peran dengan suaminya, seperti misalnya suami yang lebih berperan untuk urusan finansial sementara ia lebih berperan untuk urusan rumah tangga termasuk anak (misal: ambil rapor). Demikian pula dengan responden IV, walaupun penghasilannya lebih besar daripada suami,

tapi suami tetaplah berperan untuk urusan finansial keluarga. Responden III dan IV berprinsip bahwa suami tetap berperan penting terhadap finansial dan merupakan tulang punggung keluarga, walau mereka sama-sama bekerja. Pembagian peran yang dilakukan responden III dan IV menjadi salah satu cara mereka dalam menata kehidupan dan menjadikan konteks sesuai dengan nilai pribadi atau prinsip yang mereka miliki.

Purpose in life ialah kemampuan individu dalam memahami tujuan dan sasaran hidup. Individu akan merasakan bahwa ada makna dibalik kehidupan masa lalu dan kehidupan yang sedang dijalankan saat ini (Keyes & Lopez, 2002). Pada dimensi *purpose in life*, masing-masing responden memiliki tujuan hidup, namun hanya responden III dan IV yang memiliki sasaran (goal) hidup. Responden I, II, dan III mampu menemukan makna dibalik peristiwa masa lalu mereka, sementara responden IV belum mampu memaknai peristiwa masa lalunya. Keempat responden sama-sama memiliki *purpose in life*, namun dalam bentuk yang berbeda-beda.

Responden I memusatkan tujuan hidupnya lebih kepada keluarga dengan harapan anak-anaknya tumbuh menjadi anak yang baik serta berkontribusi pada keluarga maupun lingkungan. Tujuan hidup responden II sangatlah sederhana dimana ia sangat ingin tinggal di Jakarta dan saat ini tujuannya sudah terpenuhi. Responden II sebenarnya belum menemukan arti keberadaan hidupnya atau tujuan dirinya ada di dunia, namun begitu ia memiliki prinsip sebagai berikut:

“...Katanya ada dua hari yang paling, paling bermakna dalam hidup kita, hari ketika kita lahir, dan hari di mana kita memahami kenapa kita dilahirkan. Hari birth... okelah yang pertama given yang kedua, ini yang belum ketemu. So far sih saya ambil yang simpel, ee prinsipnya adalah sebisa mungkin saya mempermudah kehidupan orang lain, mempermudah pekerjaan orang lain, eee orang lain, kalau toh saya gak bisa mempermudah, ee itu saya jangan sampai menghambat. Eee sejauh ini itu yang saya bisa, bisa pahami sama bisa terapkanlah gitu.” (II).

Responden III memiliki tujuan hidup, yaitu memuji dan memuliakan Tuhan sebagai penciptanya serta sasaran hidup berupa mendatangkan damai sejahtera

bagi setiap orang di lingkungan dimana ia ditempatkan. Responden IV menemukan tujuan hidupnya, yaitu dengan menjadi sosok yang sukses dalam segala hal serta bermanfaat bagi orang sekitarnya. Sasaran hidup responden IV terkait dengan dunia sosial dimana ia berfokus untuk membangun sekolah dan atau perpustakaan gratis bagi anak-anak Indonesia, seperti berikut:

“...Intinya adalah saya selalu kepengen bisa achieve setiap goals yang saya punya, saya orang yang sangat ambisius terus harus kalau pengen sesuatu harus dapet jadi selalu berpikinya kesitu. My purpose is to become someone that is successful dalam segala hal, maksudnya karier iya, keluarga juga and then menyenangkan orang tua karena saya cuma punya mama, satu yang tersisa, jadi harus benar-bener dipuas-puasin gitu diseneng-senengin. And then, bisa punya manfaat untuk orang lain, maksudnya my presence bukan hanya untuk diri sendiri dan orang-orang terdekat, tapi juga be meaningful untuk my surroundings, itu sih yang kepingin yah, purpose in life nya tuh kesana, even mikirnya adalah gini, ketika financial sudah benar-bener stable jadi udah gak butuh, gak butuh kerja, jadi bekerja itu hanya untuk self-actualization aja, kepinginnya adalah mungkin bikin sekolah yang gratis untuk orang-orang atau bikin perpustakaan untuk anak-anak, tapi I want to do something yang seperti itu.”
(IV)

Responden I, II, dan III mampu melihat makna dari peristiwa masa lalu dalam hidup mereka, namun tidak dengan responden IV. Responden I dan III mampu melihat adanya campur tangan dan penyertaan Tuhan dalam hidup mereka. Responden I dan III memaknai peristiwa masa lalu sebagai sebuah rencana Tuhan yang sudah terukir untuk hidup mereka. Responden II juga memaknai proses hingga akhirnya ia bekerja di perusahaan *oil and gas* sebagai sebuah keputusan yang tepat dari segi karier maupun kehidupan, *work-life balance*. Sementara itu, responden IV belum mampu memaknai pengalaman masa lalu yang menyertainya pada kehidupan saat ini. Hal ini mungkin saja disebabkan karena responden IV merupakan sosok yang sangat memikirkan masa depan serta goal oriented sehingga ia belum mampu melihat keterkaitan peristiwa masa lalu terhadap konteks saat ini.

Positive relation with others merupakan dimensi kesejahteraan psikologis yang menggambarkan bahwa individu memiliki kehangatan, kepercayaan, kasih sayang, keintiman, memperhatikan mengenai kesejahteraan orang lain, dan mampu berempati dalam menjalin hubungan dengan orang lain (Keyes & Lopez, 2002). Keempat responden memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, termasuk keluarga, suami, dan rekan kerja. Keempat responden sama-sama berusaha meluangkan waktu yang mereka punya untuk tetap dapat memiliki *quality time* dengan keluarga. Selain itu, keputusan keempat responden untuk bekerja didukung oleh suami masing-masing. Keempat responden yang sama-sama berperan sebagai pemimpin di ruang publik juga memiliki hubungan yang baik dengan sesama kolega maupun anggota tim yang mereka pimpin.

Self-acceptance ialah kemampuan individu untuk memiliki sikap positif terhadap sendiri, mengakui dan menerima berbagai sisi diri sendiri termasuk kekuatan serta kelemahan (Keyes & Lopez, 2002). Keempat responden juga menerima kelebihan serta kekurangan yang ada pada diri mereka. Responden I memiliki bentuk lain dari penerimaan diri (*self-acceptance*). Responden I tidak hanya menerima kelebihan maupun kekurangan yang ada pada dirinya, melainkan turut menerima permasalahan hidup yang menimpanya menjadi bagian dari dirinya. Responden I memiliki keterbukaan dengan orang lain dan tidak segan menceritakan permasalahan hidupnya karena ia sudah menerima permasalahan tersebut menjadi bagian dari dirinya. Secara keseluruhan, keempat responden tetap dapat mengoptimalkan dirinya secara pribadi (domestik), maupun karier (publik). Semuanya berjalan beriringan dan tidak menjadi kendala yang berarti bagi keempat responden.

Dinamika Psychological Well-Being pada Perempuan Berperan Ganda

Keempat responden sejahtera secara psikologis, namun bagaimana keenam dimensi saling terkait satu dengan lainnya-lah yang akhirnya membentuk dinamika

psychological well-being mereka memiliki warnanya tersendiri. Bila merujuk pada karakteristik responden yang memiliki posisi sebagai pemimpin (wakil rektor dan manager) maka dimensi yang terlihat menonjol adalah dimensi *environmental mastery*. Hal tersebut tercermin dalam usaha mereka yang besar untuk memegang kontrol terhadap berbagai situasi kehidupan dan mampu menyesuaikan dengan tantangan situasi baru yang dihadapi.

Persamaan diantara keempat responden ialah dimensi *autonomy* memiliki keterkaitan erat dengan dimensi *environmental mastery* dan saling memiliki pengaruh timbal balik. Proses kemandirian berpikir serta bertindak berdasarkan evaluasi pribadi (*autonomy*) masing-masing responden turut berkontribusi pada kemampuan mereka dalam mengelola kehidupan (*environmental mastery*). Kemampuan masing-masing responden dalam mengelola kehidupan juga akhirnya memampukan mereka untuk mengambil keputusan terkait dengan kehidupan mereka (termasuk karier) secara independen.

Persamaan lainnya dari keempat responden ialah dimensi *positive relation with others* juga turut memberikan kontribusi pada dimensi *personal growth* mereka. Dengan keempat responden memiliki hubungan yang baik dengan keluarga, seperti mendapatkan izin dari suami untuk bekerja, mereka pun akhirnya dapat mengembangkan potensi mereka di ruang publik. Hubungan baik dengan rekan kerja yang terjalin akhirnya juga membuat suasana kerja menjadi lebih kondusif sehingga memungkinkan mereka untuk semakin mengembangkan diri mereka.

Dimensi *environmental mastery* memiliki keterkaitan juga dengan dimensi *personal growth*. Seperti pada responden II yang tidak mencampuradukkan urusan pekerjaan dengan rumah (*environmental mastery*), menjadikannya dapat tetap dapat mengikuti *training* di luar negeri dan mengembangkan dirinya tanpa mengkhawatirkan urusan rumah. Responden III, semakin ia mampu membagi waktunya (*timemanagement*), semakin ia dapat mengambil banyak peran dan menyalurkan hasratnya serta mewujudkan potensinya. Begitu pula pada

responden IV, ia mampu mengatur kapan harus mempersiapkan segala kebutuhan untuk ritual sehingga semua itu tidak menggangu di ruang publik.

Secara keseluruhan dinamika *psychological well-being* (PWB) keempat responden akhirnya membentuk suatu pola tersendiri. Pola dimana keenam dimensi terkait satu dengan lainnya menjadi khas seorang perempuan yang menjalankan peran ganda karena dinamika PWB mereka tidaklah luput dari peran domestik dan peran publik yang mereka jalankan. Sebagai contoh, kemandirian pengambilan keputusan (*autonomy*) mereka pun terkait erat dengan hubungan mereka dengan keluarga. Keputusan apapun yang diambil untuk urusan karier kembali lagi mempertimbangkan kesejahteraan keluarga. Dinamika *psychological well-being* yang terbentuk pada perempuan dewasa berperan ganda akhirnya bertitik tumpu pada peran domestik yang mengiringi langkah mereka untuk berkiprah di ruang publik.

DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keempat responden sejahtera secara psikologis dalam menjalankan peran ganda mereka. Sebuah penelitian di Malang yang dilakukan oleh Rosalinda, Latipun, dan Nurhamida (2013) menunjukkan bahwa perempuan yang menikah pada usia dewasa (>20 tahun) memiliki tingkat *psychological well-being* lebih tinggi daripada perempuan yang menikah pada usia muda (<20 tahun). Dalam penelitian tersebut dijelaskan pula bahwa perempuan yang menikah di atas usia 20 tahun juga lebih mampu mengontrol hal negatif menjadi sesuatu yang positif; karena mereka telah mampu mengontrol lingkungan dengan baik, selain itu mereka juga dapat secara efektif memanfaatkan peluang yang ada. Hasil pada penelitian ini dapat selaras dengan temuan penelitian tersebut. Kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh keempat responden dalam menjalankan peran ganda dapat berkaitan dengan usia mereka yang menikah pada usia di atas 20 tahun. Keempat responden pada penelitian ini menikah pada usia lebih dari 20

tahun, responden I menikah pada usia 27 tahun, responden II pada 26 tahun, responden III pada 29 tahun, responden IV pada 26 tahun.

Hasil penelitian Rosalinda, Latipun, dan Nurhamida (2013) menunjukkan bahwa perempuan yang menikah berusia lebih dari 20 tahun cenderung memiliki *autonomy*, *environmental mastery*, dan *purpose in life* yang tinggi. Dengan kata lain, perempuan yang menikah di atas usia 20 tahun lebih mampu mandiri, akan lebih mampu menahan tekanan sosial untuk terus berpikir dan bertindak dengan cara tertentu, serta dapat bertanggung jawab pada dirinya sendiri atau orang lain. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *psychological well-being* masing-masing responden didominasi oleh dimensi *environmental mastery*. Tidak hanya menunjukkan tinggi rendahnya sebuah dimensi PWB, melainkan penelitian ini juga turut melengkapi penelitian Rosalinda, Latipun, dan Nurhamida dalam menjelaskan mengenai seperti apa bentuk dari dimensi tersebut pada masing-masing responden. Dalam penelitian ini, terlihat bahwa dalam mencapai kesejahteraan psikologi, dimensi *environmental mastery* memiliki kaitan yang erat dengan dimensi *autonomy*. Demikian pula, terlihat kaitan antara dimensi *personal growth* dengan *positive relation with others*. Secara lebih mendalam, penelitian ini dapat memberikan proses terjadinya hubungan timbal balik antara dimensi-dimensi tersebut.

Tidak semua kesejahteraan psikologis responden didominasi atau tinggi pada dimensi *autonomy*, *environmental mastery*, dan *purpose in life*. Keempat responden memang memiliki *environmental mastery* yang tinggi, namun tidak semuanya memiliki dimensi *autonomy* dan *purpose in life* yang tinggi. Responden II dan III memiliki dimensi *autonomy* yang tinggi dan hanya responden I memiliki *purpose in life* yang tinggi. *Autonomy* merupakan kondisi dimana individu dapat mengevaluasi dirinya dengan standar pribadi, menolak tekanan sosial untuk berpikir dan bertindak dengan cara tertentu, independen, *self-determining*, serta meregulasi perilakunya secara internal (Keyes & Lopez, 2002). Responden II dan responden III memiliki sisi *autonomy* yang tinggi dan lebih mengarah kepada kemandirian finansial.

Kemandirian keduanya terbentuk karena dididik oleh keluarga dan bukanlah karena tuntutan atau kondisi eksternal.

Bentuk lain dari *autonomy* pada responden II ialah dengan menunjukkan kemandirian berpikir serta mengevaluasi dirinya dengan standar pribadi dan bukanlah membandingkan dirinya dengan orang lain. Responden III pun memiliki bentuk lain *autonomy* pada dirinya dimana ia sejak awal menjadikan profesinya sebagai sebuah panggilan hati serta tempat untuk menyalurkan hasratnya (*self-determining*). Proses internalisasi yang terjadi pada responden II dan III lebih stabil karena mereka terbentuk secara internal. Lain halnya dengan responden I dan responden IV yang kemandiriannya lebih dikarenakan faktor eksternal yang mengharuskan mereka untuk segera mandiri. Sisi *autonomy* responden I dan IV lebih terkait dengan pekerjaan dan sifatnya tidak personal atau internal seperti responden II dan III.

Purpose in life ialah kemampuan individu dalam memahami tujuan dan sasaran hidup. Individu akan merasakan bahwa ada makna dibalik kehidupan masa lalu dan kehidupan yang sedang dijalankan saat ini (Keyes & Lopez, 2002). Pada dimensi *purpose in life*, masing-masing responden memiliki tujuan hidup, namun hanya responden III dan IV yang memiliki sasaran (*goal*) hidup. Responden I, II, dan III mampu menemukan makna dibalik peristiwa masa lalu mereka, sementara responden IV belum mampu memaknai peristiwa masa lalunya. Keempat responden sama-sama memiliki *purpose in life*, namun dalam bentuk yang berbeda-beda.

Penelitian sebelumnya telah mendokumentasikan bahwa orang miskin dan kurang beruntung lebih mungkin untuk mengalami penyakit mental dan fisik, serta stres hidup yang lebih besar, dibandingkan orang dengan keuntungan sosial ekonomi (Adler et al; McLeod & Kessler dalam Ryff & Singer, 2002). Tingkat pendidikan juga menjadi salah satu faktor yang memengaruhi *psychological well-being* seseorang. Sebuah penelitian merangkum perbedaan pendidikan dalam *psychological well-being* antara anggota *Wisconsin Longitudinal Study* (WLS),

penelitian dimulai pada tahun 1957 dengan sampel acak dari SMU. Data, berdasarkan penilaian dari kesejahteraan pada usia 53 (N= 6306), menunjukkan profil yang *psychological well-being* yang lebih tinggi bagi orang-orang dengan pendidikan yang lebih, dengan hasil yang sangat kuat pada perempuan. Bahkan setelah mengontrol variabel lain yang berkaitan dengan riwayat hidup (misalnya, IQ SMA, pendidikan orang tua, pendapatan, status pekerjaan), pendidikan tetap menjadi prediktor kuat dari kesejahteraan psikologis (Ryff, Magee, Kling, & Wing dalam Ryff & Singer, 2002).

Pada penelitian ini keempat responden memiliki posisi tinggi di institusi sehingga mempunyai pendapatan yang memadai dan masuk ke dalam golongan ekonomi menengah ke atas. Keempat responden pada penelitian ini juga memiliki tingkat pendidikan yang memadai, responden I merupakan lulusan S1, sementara itu responden I, II, dan III sudah lulus dari pasca sarjana, responden III bahkan sedang melanjutkan studi S3. Faktor sosial ekonomi dan pendidikan ternyata memiliki peranan penting juga bagi perempuan dewasa berperan ganda dalam menjalankan perannya.

Penelitian lainnya yang terkait dengan *well-being* perempuan dilakukan di Malaysia. Penelitian Noor (2006) dilakukan dengan pendekatan kuantitatif dan bertujuan untuk menguji faktor-faktor penentu kesejahteraan perempuan Malaysia. *Theoretical model* ini terdiri dari, peran (*role*), kepribadian (*personality*), dan konflik (*conflict*) yang akhirnya turut membentuk *well-being* perempuan. Peran dalam penelitian Noor (2006) didefinisikan berbeda dengan penelitian ini, peran dibagi tiga yaitu peran pekerjaan, peran perkawinan (*marital*), dan peran ibu-anak (*mother-child experience*). Hasil penelitian menemukan bahwa konflik antara pekerjaan dan keluarga tak terelakkan. Penelitian ini juga menemukanya terdapat konflik antara peran domestik dan publik, namun konflik tersebut tidaklah memengaruhi kesejahteraan perempuan itu sendiri dalam menjalankan peran gandanya. Konflik peran terjadi pada responden II ketika ia diharuskan pergi dinas dan harus meninggalkan rumah.

Ada waktu-waktu tertentu ia mempertanyakan keputusannya bekerja. Responden IV juga memiliki konflik dimana ia harus menyelaraskan kedua peran. Responden IV ingin kedua peran sukses ia jalani, saat ini ia sudah mencapai apa yang diinginkannya di ruang publik, namun belum mencapai di ruang domestik karena belum memiliki anak. Konflik tidak dapat dipatahkan bahwa memang ada pada kedua responden, namun mereka tetap menjalani kedua peran dengan sejahtera. Responden I dan III sudah banyak mengalami perubahan-perubahan hidup seiring mereka menjalani peran ganda. Fase-fase dimana responden III harus memecah perhatian antara pekerjaan dan keluarga ketika anak-anaknya usia sekolah juga pernah dilaluinya. Begitu pula dengan responden I, momen dimana ia harus pulang pergi Jakarta-Surabaya demi menyelesaikan tesis dan harus meninggalkan anak-anaknya.

Semakin mengalami perubahan, maka perempuan semakin memiliki kemampuan untuk menghadapinya. Hal ini sesuai dengan *environmental mastery* pada dimensi PWB yang semakin tinggi pada usia dewasa madya hingga dewasa akhir. Data terbaru dari MIDUS (Ryff & Singer, 2002), survei nasional yang dilakukan oleh *MacArthur MidLife Research Work*, turut menjelaskan bahwa penguasaan lingkungan dan otonomi, misalnya, telah berulang kali menunjukkan pola yang meningkat sedikit demi sedikit namun teratur (*incremental patterns*) dari dewasa muda ke usia dewasa madya dan ke dewasa akhir.

Noor (2006) menyimpulkan bahwa peran memiliki jumlah terbesar dari varian dalam kesejahteraan atau kesehatan dari tiga kelompok perempuan. Pekerjaan, pernikahan, dan pengasuhan (*parenting*) menjadi tiga area penting dalam peran sosial. Perempuan biasanya mulai bekerja pada usia pertengahan 20, dan membesarkan anak-anak pada usia 30an. Pada usia 40an anak-anak mereka cenderung sudah lebih mandiri, dan perempuan dapat menyusun kehidupan pekerjaan mereka dan atau juga memiliki waktu untuk diri mereka sendiri. Penelitian Noor (2006) melengkapi penelitian ini dengan menjelaskan bahwa bagaimana

akhirnya peran perempuan *shifting* diimbangi dengan tuntutan perkembangan usia dan peran sosial.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keempat responden memiliki pemaknaan peran ganda yang positif dimana ketiga responden (I, III, IV) memaknai dari sudut pandang kodrat, sementara responden II memaknai dari sudut pandang individu. Penelitian ini juga tidak hanya menemukan bahwa keempat responden sejahtera secara psikologis, melainkan juga memberikan gambaran mengenai keterkaitan antar keenam dimensi *psychological well-being* (PWB) yang turut membentuk dinamika PWB masing-masing responden. Dinamika *psychological well-being* (PWB) keempat responden membentuk suatu pola tersendiri. Pola dimana keenam dimensi terkait satu dengan lainnya menjadi khas seorang perempuan yang menjalankan peran ganda karena dinamika PWB mereka tidaklah luput dari peran domestik dan peran publik yang mereka jalankan. Walaupun hasil penelitian ini mengatakan demikian, penelitian ini juga memerlukan penelitian terkait untuk memperkaya pembahasan serta menunjukkan konsistensi hasil penelitian dengan penelitian lainnya. Keterbatasan dalam penelitian ini ialah kurangnya data objektif yang mendukung hasil penelitian, seperti misalnya skala *psychological well-being* sebagai data sekunder atau data pendukung dari penelitian. Selain itu, peneliti juga kurang melakukan *probing* dan mengeksplor lebih dalam mengenai jawaban-jawaban responden atas pertanyaan peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Andajani, S., Hadiwirawan, O., & Sokang, Y. A. (2016). Women's Leaderships in Indonesia: Current Discussion, Barriers, and Existing Stigma. *Indonesian Feminist Journal*, 4 (1), 101-111. Jakarta: YJP Press.
- Betz, N.E. (2005). Women's career development. In Brown, S.D., & Lent, R.W. *Career development and counseling: Putting theory and research to work*. Hoboken, NJ:John Wiley & Sons, Inc.

- Blackburn, S. (2004). *Perempuan dan negara dalam era Indonesia modern*. Jakarta: Kalyanamitra.
- Ciptoningrum, P. (2009). *Hubungan peran ganda dengan pengembangan karier wanita* (Thesis, Institut Pertanian Bogor, Jawa Barat). Retrieved from: <http://skpm.ipb.ac.id/karyailmiah/files/journals/1/articles/31/submission/review/31-64-1-RV.pdf>
- Jørgensen, I.S., & Nafstad, H.E. (2004). In Linley, P.A., & Joseph, S., *Positive psychology in practice* (p.15-34). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Lalande, V.M., Crozier, S.D., & Davey, H. (2000). Women's career development and relationships: A qualitative inquiry. *Canadian Journal of Counselling*, 34(3), 193-203. Diakses dari: files.eric.ed.gov/fulltext/EJ619270.pdf
- Linley, P.A., & Joseph, S. (2004). *Positive psychology in practice*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Matlin, M.W. (2008). *The psychology of women* (6th ed.). Belmont, CA: Thomson Wadsworth.
- Noor, N.M. (2006). Malaysian women's state of well-being: empirical validation of a conceptual model. *The Journal of Social Psychology*, 146 (1), 95-115.
- Keyes, C.L.M., & Lopez, S.K. (2002). Toward a Science of Mental Health: Positive Directions in Diagnosis and Interventions. In Snyder, C.R., & Lopez, S.J., *Handbook of positive psychology*. New York, NY: Oxford University Press, Inc.
- Papalia, D.E., Old, S.W., & Feldman, R.D. (2009). *Human development* (11th ed.). New York, NY: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Pusat Data dan Informasi Ketenagakerjaan (2017). Penduduk yang bekerja nasional. Diakses 23 Oktober 2018, dari: http://pusdatin.kemnaker.go.id/pusdatinaker-kunasional/table_pyb_nas.php
- Rosalinda, L., Latipun., & Nurhamida, Y. (2013). Who have higher psychological well-being? A comparison between early married and adulthood married women. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 2 (2), p. 24-34.
- Ruini, C., & Fava, G.A. (2004). Clinical applications of well-Being therapy. In *Positive psychology in practice*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.

- Ryff, C.D., & Singer, B. (2002). From social structure to biology: integrative science in pursuit of human health and well-being. In Snyder, C.R., & Lopez, S.J., *Handbook of positive psychology*. New York, NY: Oxford University Press, Inc.
- Shanti, T.I. (2011). Ketika perempuan (harus) memilih untuk tidak bekerja. Dalam Nurachman, N., & Bachtiar, I., *Psikologi perempuan: pendekatan kontekstual Indonesia* (h.198-224). Jakarta: Penerbit Universitas Atmajaya.
- Supratiknya, A. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif & Kualitatif dalam Psikologi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Suryakusuma, J. (2011). *Ibuisme negara: konstruksi sosial keperempuanan order baru*. Depok: Komunitas Bambu.