

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) ibu rumah tangga merupakan seorang wanita yang melakukan pengaturan terhadap segala macam pekerjaan rumah tangga dan bukan merupakan pekerja kantoran. Namun, pekerjaan ibu rumah tangga sering kali mendapatkan stereotip ‘pengangguran’, tidak bekerja atau mungkin tidak memberikan kontribusi terhadap masyarakat. Penelitian yang dilaksanakan oleh Nurhadi (2009) menunjukkan bahwa pekerjaan ibu rumah tangga dinilai rendah karena tidak memiliki nilai tukar ekonomis sehingga dalam menjalankan tugasnya para ibu rumah tangga merasa kurang dihargai. Kenyataannya apabila dibandingkan dengan pekerja kantoran, ibu rumah tangga justru memiliki jam kerja yaitu 24 jam tanpa memperoleh upah dan jatah cuti atau libur. Dalam menjalankan peran tersebut membutuhkan rasa pengabdian untuk mendedikasikan waktu mengurus rumah tangga baik dalam hal pemenuhan kebutuhan rumah tangga maupun mengasuh dan merawat anak.

Perempuan yang memutuskan untuk menjadi ibu rumah tangga seringkali bukan didasarkan oleh determinasi pribadi melainkan karena tidak memiliki pilihan lain atau menerima paksaan. Adapun seperti sulit menaruh kepercayaan kepada orang lain untuk mengasuh anaknya, secara ekonomi tidak mampu membiayai pengasuh atau stigma sosial terhadap ibu yang berkarir di luar rumah (Olson et al., 2014).

Kesejahteraan (*well-being*) seseorang tidak hanya diukur secara fisik, sosial maupun materi. Disamping itu, kesejahteraan juga diukur dari tingkat kesehatan psikologis seseorang. Demikian terdapat dua pandangan mengenai kesejahteraan psikologis yakni *subjective well-being* dan *psychological well-being*. Saat *subjective well-being* memfokuskan kepada kebahagiaan individu, *psychological well-being* meyakini bahwa kesejahteraan individu tidak semata-mata dilihat dari kebahagiaannya tetapi juga kemampuan individu mengembangkan potensi diri (Singh et al., 2012).

Orang yang bahagia adalah seseorang dengan temperamen positif, yang cenderung melihat sisi baik dari segala sesuatu dan tidak memikirkan kejadian negatif, secara ekonomi seseorang tersebut merupakan masyarakat yang tergolong maju, memiliki sumber daya yang tergolong cukup untuk maju menuju tujuan terpentingnya, serta memiliki kepercayaan sosial (Diener et al., 1999).

Psychological well-being berhubungan dengan faktor-faktor seperti kepuasan terhadap kehidupan, harga diri atau kontrol internal, dan secara negatif dengan depresi atau orang lain yang kuat (Ryff, 1989). Terdapat enam aspek dari *psychological well-being*, antara lain: *self-acceptance*, *positive relations with other*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life* dan *personal growth* (Ryff & Keyes, 1995).

Komponen utama dalam kepuasan dan kebebasan terhadap emosi negatif adalah *self-acceptance* atau penerimaan diri (Springer dalam Rogers, 2013). Sebuah penelitian menunjukkan istri yang berperan tunggal dalam sebuah rumah tangga cenderung penerimaan dirinya rendah akibat dari ketidakpuasan akan dirinya dan kompetensi diri (Brown & Ryan, 2003). Selanjutnya, *positive relations with others* atau hubungan positif dengan orang lain kaitannya dengan peran yang dijalani oleh ibu rumah tangga, peran sosial berwujud upaya menjalin hubungan baik dengan keluarganya dan mengikuti kegiatan-kegiatan organisasi (Olson, Defrain, & Skogrand, 2014).

Sehubungan dengan aspek *autonomy* atau kemandirian, ibu rumah tangga dalam pengambilan keputusan kerap tidak berdasarkan keinginan atau prinsipnya sendiri. Proses pengambilan keputusan melibatkan orang lain, baik suami maupun keluarga besar. Ciri dari orang yang berfungsi secara penuh ialah memiliki kebebasan untuk memilih, hal yang dimaksudkan bagaimana individu sepenuhnya memegang alih dalam menentukan sebuah perilaku serta bertanggung jawab atas pilihan tersebut. Seseorang memiliki lebih banyak kebebasan untuk memilih dan mengambil tindakan, semakin sehat secara psikologis mereka (Rogers, 2012).

Terkait dengan *environmental mastery* atau penguasaan lingkungan. Menurut Ryff dan Singer (2008), hal yang dapat mengindikasikan kemampuan seseorang dalam memperoleh kesehatan mental adalah menentukan dan menciptakan lingkungan yang

setara dengan keadaan dan kebutuhan pribadi. Individu juga perlu memiliki *purpose in life* (tujuan hidup). Kemudian aspek terakhir adalah *personal growth* atau pengembangan diri. Indikator lain dari seorang individu yang berfungsi secara utuh adalah terbuka dengan pengalaman baru (Rogers, 2009). Individu dapat dikatakan memiliki mental yang sehat apabila ia dapat memaksimalkan potensi yang dimilikinya (Tengland & Tengland, 2001). Dalam kaitannya dengan ibu rumah tangga, dapat disimpulkan bahwa ketiga aspek ini dibutuhkan karena semua individu tidak terkecuali wanita yang berperan sebagai ibu rumah tangga, mengharapkan kesejahteraan psikologis. Saat kondisi *psychological well-being* ibu baik, maka dalam menjalankan peran apapun dapat menguntungkan diri sendiri mapupun orang lain dengan upaya terbaik. Seorang ibu selain bertugas untuk merawat keluarganya secara jasmani, ibu juga perlu memupuk rasa kebersamaan, persahabatan dengan keluarga lain dan lingkungan. Hal ini juga berlaku bagi ibu yang memiliki anak berusia dini.

Sebagaimana disebutkan dalam Undang-Undang Sisdiknas tahun 2003 bahwa anak usia dini didefinisikan sebagai anak antara usia 0 sampai 6 tahun. Dalam usia ini, anak sedang mengalami proses perkembangan serta pertumbuhan yang sifatnya unik (Mansur, 2007). Erickson (1963) mengatakan pada buku "*Childhood and Society*", bahwa di usia 0-5 tahun terdapat beberapa tugas perkembangan psikososial pada setiap tahapannya yang dilalui oleh anak, yakni: pertama, kepercayaan vs kecurigaan yang berlangsung di usia 0-1 tahun dan merupakan fase anak bergantung secara penuh kepada orang lain, terbentuknya kepercayaan seorang anak dipengaruhi oleh kejujuran dan kualitas dari pengasuhnya, dalam perihal ini adalah sosok ibunya. Melalui kepercayaan yang terbangun, anak belajar rasa nyaman dan aman sehingga apabila ibu sebagai pengasuh memiliki emosi yang tak stabil akan mengakibatkan anak menjadi takut dan menganggap lingkungannya tidak nyaman, menimbulkan gangguan kepercayaan pada orang lain dan gangguan kemandirian secara emosional.

Tahap kedua, otonomi vs perasaan malu dan ragu (Erickson, 1963). Fase ini berlangsung di usia *early childhood* (1-3 tahun) dimana anak sangat membutuhkan kedekatan dengan orang tuanya karena anak sedang sangatlah aktif sehingga orang tua

selain menciptakan ruang lingkup yang aman bagi anak, juga perlu memonitor pergerakan anak. Dan tahap ketiga adalah inisiatif vs kesalahan (4-5 tahun). Dalam usia ini, anak belum memiliki kemampuan untuk secara matang mempertimbangkan tindakannya terkait apakah tindakan tersebut benar atau salah, bermanfaat ataupun berbahaya. Berdasarkan pembahasan mengenai anak usia dini dan tugas-tugas perkembangannya dapat disimpulkan bahwa anak usia dini masih membutuhkan pendampingan orang tua yang intens dalam setiap aktivitasnya. Berdasarkan beberapa tahapan perkembangan yang telah dibahas terlihat bahwa kemandirian anak usia dini masih belum sepenuhnya matang sehingga membutuhkan pendampingan, kondisi inilah yang diduga akan mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga yang memiliki anak usia dini.

Berdasarkan berbagai uraian latar belakang diatas, peneliti telah melakukan penelitian *preliminary* terhadap 10 partisipan ibu rumah tangga dengan kriteria pertama yaitu berstatus ibu rumah tangga dan tidak bekerja. Kriteria kedua yakni suami bekerja. Menurut Marzuki (2015) terwujudnya kesejahteraan suatu keluarga memerlukan sebuah sistem yang baik serta kontribusi dari masing-masing anggota keluarga. Oleh sebab itu, istri harus berjalan berdampingan dengan suami yang bertugas sebagai pemimpin rumah tangga. Sebagai seorang kepala keluarga, suami bertanggung jawab dalam mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan keluarganya. Di samping itu ibu rumah tangga memerlukan keterampilan dalam pengelolaan ekonomi keluarga. Kriteria ketiga, ibu memiliki anak berusia dini yaitu usia 0-6 tahun.

Hasil dari penelitian *preliminary* terkait dengan aspek-aspek *psychological well-being* pada 10 orang diperoleh 90% ibu rumah tangga menyatakan setuju dan 10% menyatakan sangat setuju bahwa individu memiliki penerimaan diri. Sedangkan pada aspek hubungan positif dengan orang lain, sebanyak 80% ibu rumah tangga menyatakan setuju dan 20% sangat setuju untuk pertanyaan 'anda mampu memiliki hubungan positif dengan suami dan anak-anak anda'. Pada aspek kemandirian, menunjukkan 60% menyatakan setuju, 20% netral dan 20% sangat setuju ketika ditanya mengenai 'anda mampu mengambil keputusan sendiri secara mandiri, serta mampu

berpikir dan bersikap dengan cara yang benar, berperilaku sesuai dengan standar nilai personal dan mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal’.

Sementara itu, pada aspek penguasaan lingkungan, sebanyak 50% menyatakan setuju, 30% netral dan 20% sangat setuju untuk pertanyaan ‘anda mampu untuk mengontrol atau menciptakan lingkungan keluarga yang harmonis atau rukun, sesuai dengan kebutuhan dan nilai yang anda miliki’. Kemudian pada aspek tujuan hidup yang bermakna, 80% orang menyatakan setuju dan 20% sangat setuju untuk pertanyaan ‘sebagai ibu rumah tangga, anda secara positif memiliki tujuan, misi, dan arah yang memberikan hidup ini makna’. Pertanyaan pada aspek pengembangan diri adalah ‘sebagai ibu rumah tangga, anda memiliki keinginan untuk terus berkembang, terbuka pada pengalaman baru, menyadari potensi yang anda miliki dan melakukan perbaikan dalam hidup setiap waktu’, untuk pertanyaan ini diperoleh hasil 70% orang menyatakan setuju dan 30% sangat setuju. Dapat disimpulkan bahwa hasil *preliminary* menunjukkan bahwa ibu rumah tangga di Surabaya justru memiliki *psychological well-being* yang baik. Hal ini tentunya berbeda dengan dugaan awal bahwa *psychological well-being* ibu rumah tangga terganggu.

Berdasarkan data diatas, ditemukan adanya kesenjangan antara *das solen* dan *das sein*. *Das sollen* yang meyakini bahwa ibu rumah tangga dalam menjalani perannya cukup berat ditambah mendapatkan stereotip dan kurangnya penghargaan sehingga berdampak terhadap kesejahteraan psikologis. Namun, berdasarkan fenomena yang ada dilapangan justru ibu rumah tangga memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Mengingat adanya keterbatasan data preliminary yakni jumlah responden yang sedikit, peneliti ingin meneliti dengan jumlah responden yang lebih besar untuk melihat gambaran kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga di Surabaya.

1.2 Batasan Masalah

Dalam penelitian ini membatasi:

1. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif yang berfokus pada satu variabel saja, yaitu *psychological well-being*.
2. Partisipan dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga, suami bekerja dan memiliki anak usia dini (0-6 tahun).

1.3 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran *psychological well-being* pada ibu rumah tangga dengan anak usia dini di Surabaya?

1.4 Tujuan Penelitian

Mengetahui bagaimana gambaran *psychological well-being* pada ibu rumah tangga dengan anak usia dini di Surabaya.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini dapat bermanfaat untuk promosi dan meningkatkan kesehatan mental kaitannya dengan *psychological well-being* pada ibu rumah tangga.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi ibu rumah tangga

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan wawasan informasi kepada ibu rumah tangga mengenai tingkatan *psychological well-being* mereka, sehingga dapat dijadikan dasar evaluasi diri mengenai hal apa yang sudah baik dan hal apa yang perlu ditingkatkan.

b. Bagi keluarga dengan anak usia dini

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran wawasan informasi terkait *psychological well-being* ibu rumah tangga sehingga hal tersebut dapat dijadikan pedoman bagi keluarga yang memiliki anak usia dini.

c. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan referensi untuk penelitian selanjutnya terkait dengan *psychological well-being* pada ibu rumah tangga khususnya yang memiliki anak usia dini.