

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh masing-masing tipe CS terhadap WLB pada ibu bekerja. Dalam menjalani dua peran dalam kehidupan yaitu sebagai pekerja dan ibu rumah tangga, CS mempunyai peran untuk meningkatkan WLB pada ibu bekerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga tipe CS yaitu EFC, PFC, dan DFC pada ibu bekerja memiliki pengaruh terhadap WLB.

Berdasarkan hasil analisis tambahan pada variabel WLB ditemukan nilai yang rendah, sehingga mengacu pada hal tersebut dapat dikatakan bahwa ibu bekerja dalam penelitian ini memiliki WLB yang rendah. Hasil analisis deskriptif pada dimensi variable WLB menunjukkan bahwa tiga dari empat dimensi memiliki *mean* empirik yang lebih tinggi dibandingkan dengan *mean* teoritik, sementara itu dimensi WLB memiliki nilai *mean* empirik lebih rendah dibandingkan *mean* teoritik yaitu dimensi WIPL (*work interference with personal life*). Berdasarkan hal ini maka dapat dikatakan bahwa ibu bekerja mempunyai WIPL yang rendah.

Ibu bekerja dalam penelitian ini terbagi ke dalam tiga kelompok, yaitu ibu bekerja yang menggunakan CS tipe PFC (*emotion-focused coping*), EFC (*problem-focused coping*), DFC (*dysfunctional-focused coping*). Adapun hal lainnya yang dilakukan oleh para ibu bekerja yaitu melakukan aktivitas disaat senggang karena ibu bekerja mampu untuk menyeimbangkan kedua peran, dalam hal ini yaitu seperti mengikuti kursus, arisan, berolahraga, berjalan-jalan, ataupun bermain gim. Status pernikahan, jumlah dan usia anak menjadi salah tipe CS yang digunakan sekaligus memengaruhi kategori WLB mereka.

Mengacu pada hasil analisis tambahan, ibu bekerja yang memiliki anak pertama usia 1 – 5 tahun cenderung menggunakan DFC, namun diketahui bahwa WLB yang dimilikinya rendah. Pada ibu bekerja yang memiliki anak kedua usia 11 – 15 tahun cenderung menggunakan PFC, namun WLB yang dimilikinya juga rendah. Pada ibu bekerja yang memiliki anak ketiga usia 6 – 10 tahun cenderung menggunakan CS tipe EFC dan WLB yang dimilikinya rendah. Hal ini mungkin terjadi dikarenakan status pernikahan yang dimiliki oleh ibu bekerja beragam, dan berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa masih banyak ibu bekerja yang memiliki status pernikahannya yaitu menikah.

## 5.2 Diskusi

Ibu bekerja yang mampu menyeimbangkan kedua peran mampu menentukan pemilihan tipe CS mereka yang pada akhirnya memengaruhi kategori WLB. Penggunaan tipe CS yang berbeda akan memengaruhi kemampuan ibu bekerja dalam mengatasi permasalahan yang diakibatkan adanya tuntutan atas dua peran yang dijalani, yaitu sebagai pekerja dan sebagai ibu rumah tangga. Berdasarkan hasil penelitian ini, ibu bekerja dengan tipe DFC dan PFC memiliki perbedaan signifikan, namun pada tipe PFC memiliki pengaruh, sedangkan pada tipe DFC memiliki pengaruh namun rendah. Ibu bekerja yang menggunakan tipe DFC dan EFC memiliki perbedaan signifikan, dalam hal ini berarti pada tipe EFC memiliki pengaruh sedangkan pada tipe DFC memiliki pengaruh namun rendah. Adapun ibu bekerja yang menggunakan tipe EFC dan PFC memiliki pengaruh terhadap WLB. Secara keseluruhan, ibu bekerja dengan ketiga tipe CS ini berperan dalam memengaruhi kondisi WLB.

Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Adisa et al. (2016) yang memiliki hasil pengaruh positif pada CS terhadap WLB pada ibu bekerja, berdasarkan penelitian Adisa et al. (2016) menyatakan bahwa ibu bekerja dapat mencapai WLB dikarenakan adanya CS yang dilakukan untuk mengatasi masalah yang dihadapi, seperti koping yang berfokus pada masalah yang dimana pada penelitiannya ditunjukkan pada wawancara kepada responden yang menyatakan bahwa program jam kerja yang diberlakukan oleh perusahaan membuat responden menjadi mudah untuk mengubah waktu bekerja yang dimana semula merupakan *full-timer* menjadi *part-timer* apabila memiliki anak kecil yang berusia dibawah 5 tahun.

Ibu bekerja dalam penelitian ini menunjukkan WLB kategori rendah. Hal ini sangat berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Apriani et al. (2021) memiliki hasil penelitian terkait WLB ibu bekerja sebanyak 35 orang (35%) berada di kategori rendah dan 65% berada di kategori tinggi. Hasil penelitian milik Apriani et al. (2021) menyatakan bahwa ibu bekerja yang memiliki WLB rendah dikarenakan tinggal bersama dengan mertua. Menurut hasil telitiannya juga menyatakan bahwa pada sebagian besar pasangan, konflik yang timbul dalam rumah tangga disebabkan dari hubungan menantu dengan mertua, hal ini diakibatkan oleh adanya kesalahpahaman yang terjadi antara individu karena lingkungan yang kurang baik (Saputra et al., 2017 sebagaimana dikutip dalam Apriani et al. 2021). Pada ibu bekerja yang memiliki hasil WLB tinggi, disebabkan karena tinggal bersama dengan orang tua. Menurut penelitian Apriani et al. (2021) juga menyatakan bahwa anak akan merasa nyaman saat berada di dekat orang tua, hal ini dikarenakan orang tua juga turut membantu mengasuh anak, sehingga

membuat ibu bekerja akan merasa tenang ketika meninggalkan anak-anaknya untuk berada dibawah pengasuhan orang tuanya.

Berdasarkan penelitian lainnya yang dilakukan oleh (Rajgariah et al., 2021) mengenai ibu bekerja terdapat hasil yang menyatakan bahwa ada kesulitan yang dialami oleh ibu bekerja dalam menyeimbangkan kedua peran, yaitu pekerjaan dan kehidupan pribadi. Maka berdasarkan penelitian sebelumnya, peneliti menemukan adanya kesamaan kondisi WLB yang rendah antara penelitian sebelumnya dan penelitian yang dilakukan saat ini. Adapun hal lainnya yang dapat memengaruhi kategori WLB dalam penelitian ini yaitu perbedaan jumlah dan usia anak yang dimiliki, serta status pernikahan pada ibu bekerja. Pada status pernikahan yang dimiliki oleh ibu bekerja dalam penelitian ini memiliki hasil yang tinggi dalam menggunakan CS tipe EFC, hal ini bisa saja disebabkan karena bantuan yang dimiliki oleh ibu bekerja dari pasangan cukup memberikan pengaruh terhadap WLB. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, maka disimpulkan bahwa WLB yang dimiliki oleh ibu bekerja dalam penelitian ini berada di kategori rendah dan tidak memiliki perbedaan signifikan yang memengaruhi WLB ibu bekerja berdasarkan waktu bekerja.

Mengacu pada hasil analisis tambahan ditemukan bahwa ibu bekerja sebagai wiraswasta/wirausaha dengan waktu bekerja *full-time* memiliki status menikah dan memiliki anak sebanyak 1-2 orang menggunakan CS tipe EFC paling banyak, lalu ibu bekerja juga memiliki bala bantuan yang berasal dari pasangan, hal ini juga diketahui bahwa bala bantuan yang didapatkan dari pasangan merupakan CS tipe EFC. Adapun hal lain yang dilakukan ibu bekerja untuk mengisi waktu senggang yaitu dengan berjalan-jalan dan berolahraga, hal ini juga dilakukan ibu bekerja yang merupakan CS tipe EFC.

Hal lainnya yang ditemukan berdasarkan hasil analisis tambahan yaitu ibu bekerja yang merupakan CS tipe PFC dan DFC yang bekerja sebagai pegawai swasta dengan waktu bekerja *full-time*, kemudian ibu bekerja dengan status menikah memiliki anak 1 – 2 orang, dan juga ibu bekerja untuk mengisi waktu senggang dengan cara berolahraga. Adapun hal yang berbeda dari ibu bekerja dengan kedua tipe CS tersebut yaitu dalam mengasuh anak, ibu bekerja dengan CS tipe PFC memiliki bantuan dari pasangan, sedangkan ibu bekerja dengan CS tipe DFC memiliki bantuan dari ART.

### **5.3 Saran**

Saran dalam penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu, saran metodologis dan saran praktis.

### **5.3.1 Saran Metodologis**

Hasil penelitian yang telah dilakukan dalam penelitian ini memiliki hasil WLB pada ibu bekerja yang cenderung rendah, hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang telah dilakukan oleh penelitian sebelumnya yaitu oleh Apriani et al. (2021) yang menyatakan hasil WLB pada ibu bekerja cenderung tinggi. Penelitian tersebut memperlihatkan bahwa subjek yang tinggal bersama orang tuanya sendiri, memiliki hasil WLB tinggi, sementara subjek yang tinggal bersama dengan mertua memiliki hasil WLB rendah. Maka berdasarkan hal ini peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut terkait faktor WLB yaitu pada faktor ketegangan untuk melihat perbedaan tinggi dan rendah pada WLB ibu bekerja. Selain itu, penelitian ini juga menemukan pengaruh rendah dari CS terhadap WLB, oleh karena itu peneliti selanjutnya dapat memfokuskan penelitian pada faktor lain dari WLB yaitu waktu.

### **5.3.2 Saran Praktis**

CS membantu individu ibu bekerja untuk mengatasi stres dari tuntutan peran ganda, namun subjek belum tentu mengetahui tipe CS yang ia miliki. Oleh karena itu disarankan bagi ibu bekerja untuk mencari tahu tipe CS yang dimiliki sehingga mereka mampu mengelola stres sesuai dengan tipe CS yang ada.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa CS tipe EFC dan DFC mayoritas memiliki bala bantuan yang berasal dari pasangan, kemudian untuk mengisi waktu senggang ibu bekerja dengan CS tipe EFC mayoritas berjalan-jalan dan olahraga, sehingga bagi ibu bekerja dapat menjadikan kedua aktivitas tersebut sebagai alternatif kegiatan ketika senggang yang sesuai dengan tipe CS mereka.