



9.82%

SIMILARITY OVERALL

SCANNED ON: 7 FEB 2025, 2:13 PM

Similarity report

Your text is highlighted according to the matched content in the results above.

IDENTICAL 0.59% **CHANGED TEXT** 9.23% **QUOTES** 0.28%

Report #24706235

BAB I PENDAHULUAN 1.1 Latar Belakang Peran ibu masa kini tidak serta merta sebagai ibu rumah tangga saja, tentunya hal ini diakibatkan karena perkembangan zaman yang semakin maju membuat perempuan juga memutuskan untuk berkarir. Perkembangan ekonomi yang semakin maju dan meningkatnya pendidikan saat ini membuat banyak ibu rumah tangga yang tidak hanya melakukan pekerjaan domestic, namun juga bekerja di sektor formal (Jalil & Tanjung sebagaimana dikutip dalam . **14** Berdasarkan data yang diperoleh dari KemenPPPA menjelaskan bahwa mayoritas perempuan bekerja pada beberapa tahun belakangan ini sebanyak 68,66% sudah berstatus menikah, data lainnya yang bersumber dari Organization for Economic Cooperation and Development (OECD) (2021) menyatakan bahwa rata-rata ibu bekerja di dunia sebesar 71% telah memiliki satu anak dengan rentang usia 0-14 tahun. Ibu bekerja lebih mudah mengalami stres dibandingkan dengan laki-laki dikarenakan kondisi di tempat kerja dan situasi di rumah memberikan dampak yang lebih besar terhadap tingkat stres, hal ini dikarenakan ibu bekerja seringkali menghadapi tanggung jawab ganda, yaitu menjalankan peran sebagai pekerja dan mengurus urusan rumah tangga juga keluarga. **7** Hal ini diperkuat oleh Apriani et al. (2021) menyatakan bahwa pekerja wanita yang telah menikah memiliki tugas dan tanggung jawab pada urusan domestik rumah tangga, seperti mengurus kebutuhan suami dan anak, mendidik dan mengajar anak, memasak,



merawat suami dan anak, mengantar anak ke sekolah, mengelola ekonomi, memastikan keluarga tidak mengalami kekurangan dalam kebutuhan apapun, namun juga bertanggung jawab atas tuntutan pekerjaan di kantor. Berdasarkan penelitian empiris yang dilakukan oleh Lundberg dan Frankenhaeuser, (1999) menemukan bahwa perempuan cenderung mengalami stres yang tinggi dibandingkan dengan laki-laki, hal ini dikarenakan ibu bekerja terpengaruh secara signifikan dan positif yang Gutti & Pratisti, 2024) tinggi pada stres pekerjaan dan rumah tangga. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Kalendesang et al. (2017) di Amerika menemukan terdapat 65% perempuan yang bekerja lebih mudah mengalami hambatan daripada laki-laki dikarenakan tugas utama wanita adalah sebagai ibu rumah tangga, namun juga memiliki peran tambahan lainnya yaitu sebagai karyawan. Permasalahan lainnya yang sering terjadi pada ibu bekerja adalah mereka akan menghadapi tantangan yang berbeda dengan perempuan bekerja yang belum berkeluarga ataupun memiliki anak antara lain tantangan yang dihadapi yaitu mengalami permasalahan dalam menjalani peran dalam pekerjaan dan juga rumah tangga. Permasalahan dalam kedua peran ini dapat ditinjau melalui resiko yang dihadapi oleh ibu bekerja seperti keluarga yang tidak terurus, terkurasnya tenaga dan pikiran menjadi terhambat karena menghadapi permasalahan sebagai ibu rumah tangga, dan hal tersebut bersinggungan pada kurangnya waktu yang dimiliki akibat banyak menghabiskan waktu di luar rumah (Papalia sebagaimana dikutip dalam . Keterlibatan seorang wanita yang berada dalam posisi dua peran tersebut menyebabkan mengalami hambatan dalam mencapai work-life balance yang dimana pada satu peran mungkin dapat dilakukan dengan baik, namun pada peran lainnya mengalami masalah. Keluarga dan pekerjaan merupakan dua hal yang tidak bisa dipisahkan antara satu dengan lainnya, permasalahan yang dialami pada suatu peran akan menyebabkan kondisi yang tidak menyenangkan karena adanya tuntutan yang saling bertolak belakang antara peran-peran yang dijalankan. Ibu bekerja memiliki tanggung jawab ganda yang dimana tidak hanya

bertanggung jawab dengan urusan domestik, namun juga bertanggung jawab pada urusan di kantor, yayasan, atau mungkin sebagai wiraswata yang memiliki waktu bekerja rata-rata selama 6-8 jam/hari (Fauziah et al., 2024). Hal ini membuat ibu menjadi kekurangan dalam memberikan kasih sayang dan waktu untuk keluarganya. Selain itu juga dikarenakan kondisi ibu bekerja yang memiliki tuntutan untuk memiliki kinerja kerja yang baik, sedangkan dalam peran 2 (Syahirah & Hendriani, 2023) (Apsaryanthi & Lestari, 2017) Laela & Muhammad, 2016) (Handayani et al., 2015) (Hae & Kusumiati, 2020) keluarga sebagai istri atau ibu juga diharuskan untuk memberikan kasih sayang dan waktu untuk keluarga secara seimbang. Kondisi pada ibu bekerja tersebut juga diperjelas melalui penelitian milik Gutti dan Pratisti (2024) terkait ibu bekerja yang memiliki anak usia remaja. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya ketidakmampuan dalam menyeimbangkan kedua peran, baik dalam manajemen waktu atau menjaga keselarasan diri dalam keikutsertaan pada urusan pekerjaan maupun keluarga, hal ini juga dikarenakan informan dalam penelitiannya tidak memiliki seseorang yang membantu / ART untuk mengurus rumah tangga, sehingga para informan memiliki tuntutan yang lebih besar dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja ataupun ibu yang bekerja yang memiliki ART. Permasalahan dalam kedua peran ini dapat ditinjau melalui resiko yang dihadapi oleh ibu bekerja seperti keluarga yang tidak terurus, tidak memiliki tenaga dan pikiran terhambat karena menghadapi permasalahan sebagai ibu rumah tangga, dan hal tersebut bersinggungan pada kurangnya waktu yang dimiliki akibat banyak menghabiskan waktu di luar rumah (Papalia sebagaimana dikutip dalam . Hal ini membuat ibu menjadi kekurangan dalam memberikan kasih sayang dan waktu untuk keluarganya. Selain itu juga dikarenakan kondisi ibu bekerja yang memiliki tuntutan untuk memiliki kinerja kerja yang baik, sedangkan dalam peran keluarga sebagai istri atau ibu juga diharuskan untuk memberikan kasih sayang dan waktu untuk keluarga secara seimbang. Ibu bekerja yang tidak mampu menyeimbangkan kedua



peran dapat memicu suatu permasalahan, kondisi tersebut sepadan dengan penelitian mengatakan ibu bekerja yang mempunyai keseimbangan kehidupan-kerja yang rendah dapat mengakibatkan pada komunikasi dan interaksi yang buruk dengan keluarganya. Selain itu, permasalahan yang cukup sering dialami oleh ibu bekerja terkait anak adalah ketika anak sedang sakit, maka pada umumnya ibu yang bekerja akan mengajukan cuti agar dapat mengurus anaknya yang sedang sakit. Permasalahan ini juga perlu diketahui (Amin & Hastayu, 2020) Laela & Muhammad, 2016) (Amin & Hastayu, 2020) Masita et al. (2019) (Thania et al., 2021) bahwa terdapat permasalahan lainnya mengenai tuntutan profesional, tekanan dari lingkungan keluarga dan lingkungan sosial yang dimiliki oleh seorang ibu bekerja dapat berpotensi menimbulkan perasaan stress. memaparkan dalam penelitiannya bahwa permasalahan yang dialami oleh ibu bekerja sangat banyak, maka apabila ibu bekerja tidak dapat mengatasi masalahnya dengan baik, tentunya akan beresiko tinggi mengalami stres. Lundberg dan Frankenhaeuser (sebagaimana dikutip dalam dibandingkan dengan laki-laki, perempuan lebih banyak merasakan stres yang tinggi, khususnya pada perempuan yang bekerja dan memiliki anak. Namun tidak dipungkiri bahwa ibu yang tidak bekerja juga memiliki peluang merasakan stres akibat mengurus anak di rumah, stres yang dialami ibu memiliki beberapa macam akibat seperti dukungan sosial, permasalahan pada kondisi fisik anak dan perilaku anak. Mengacu pada konteks tersebut, hal ini juga dirasakan oleh ibu bekerja yang dimana harus membagi waktu dalam pekerjaan, urusan rumah tangga dan termasuk anak, sehingga dampak stres yang dialami mampu membuat ibu bekerja memiliki sensitivitas yang tinggi terhadap anak, menyebabkan perkembangan perilaku anak yang buruk, serta mengalami kualitas rendah terkait hubungan orang tua dan anak. Permasalahan ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh bahwa informan dalam penelitiannya menyatakan bahwa kesulitan untuk membagi waktu dan mengatur mana yang lebih perlu diprioritaskan, sehingga dapat disimpulkan bahwa masih terdapat ibu bekerja yang belum mencapai

keseimbangan kehidupan kerja. Berdasarkan permasalahan yang telah dijabarkan sebelumnya, jika permasalahan yang dihadapi oleh ibu bekerja tidak dapat ditangani dengan baik dan tepat, maka dapat mempengaruhi pada keadaan mental mengalami tekanan terhadap jiwa dan kondisi yang serba salah sehingga perlu bagi seorang ibu, khususnya ibu bekerja untuk mencapai work-life balance. Manusia sebagai makhluk sosial tentunya perlu merasakan adanya dukungan yang diberikan kepada dirinya baik dalam keadaan senang (Laili, 2015) Apreviadizy dan Puspitacandri (2014) Wicaksana, 2023) (Rajgariah et al., 2021) (Rajgariah et al., 2021) (Trisnawati & Pratiwi, 2023) (Saputra et al., 2020) maupun susah. Pada ibu yang bekerja dapat merasakan dampak positif akibat adanya dukungan yang diberikan oleh keluarga dan orang terdekat di lingkungannya, hal ini mempengaruhi semangat dan kepuasan dalam pekerjaan dan tanggung jawab dalam keluarga (Triwijayanti & Astiti sebagaimana dikutip dalam . Namun, jika individu tidak mempunyai keseimbangan kehidupan-kerja yang baik maka akan menyebabkan efek negatif seperti rasa tidak nyaman pada tempat kerja, membutuhkan perhatian lebih dalam waktu pada urusan pekerjaan yang dimana hal tersebut membuat komunikasi dan interaksi yang buruk pada urusan keluarga . Mengacu pada literasi sebelumnya, meneliti terkait work-life balance pada ibu bekerja memiliki hasil bahwa sebesar 56% wanita bekerja tersebut merasa adanya tuntutan dari pekerjaan yang mengganggu terhadap kehidupan pribadinya. Work-life balance sendiri merupakan kondisi dimana keseimbangan keadaan yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari dan tuntutan pekerjaan yang dilaksanakan secara bersama tanpa adanya hambatan (Lockwood sebagaimana dikutip dalam . Hal ini dipertegas melalui penelitian milik Keene dan Quadagno (sebagaimana dikutip dalam diketahui sejumlah 60% dewasa yang bekerja mengalami hambatan dalam menggapai kesepadanan, khususnya pada orang yang sudah menikah dan bekerja dan juga mempunyai anak berusia >18 tahun. Hal ini menyebabkan pada pekerja wanita yang sudah berkeluarga mengalami perasaan dilema karena memiliki kewajiban tambahan



dalam mengurus rumah tangga dan perannya sebagai karyawan . Kondisi ini juga membuat seorang ibu yang bekerja menghadapi tantangan dalam hidupnya dikarenakan harus membagi waktu, tenaga, dan pikirannya untuk bekerja dan mengurus anak dan kehidupan keluarga . Ketidakseimbangan peran yang dihadapi ibu bekerja yaitu antara kehidupan dan kerja dapat menjadi salah satu hambatan pada wanita dalam mengembangkan karirnya (Twomey et al. sebagaimana dikutip dalam . Munculnya ketidakseimbangan peran antara 5 (Trisnawati & Pratiwi, 2023) (Zahra & Hendriani, 2023) Murdaningrum (2021) Galis & Puspitadewi, 2023) Milleniva et al., 2023) (Milleniva et al., 2023) (Zahra & Hendriani, 2023) Liu et al., 2021) kehidupan dan kerja dapat menyebabkan stres bagi individu. Seseorang yang mengalami stres memungkinkan untuk merasa kesulitan dalam menggapai keseimbangan kehidupan-kerja terkait tekanan dari pekerjaan . Seorang ibu bekerja yang mempunyai keseimbangan kehidupan-kerja yang tinggi dapat menghindari permasalahan yang akan terjadi apabila ia pada saat tersebut sedang tidak dapat menyelesaikan pekerjaannya, selain itu ia juga dapat mengurus pekerjaan dan urusan rumah tangga, hal ini dapat dikatakan bahwa individu tersebut memiliki rasa tanggung jawab dan dapat memanfaatkan kemampuannya dalam perihal pekerjaan dan rumah, selain itu ia juga dapat menikmati waktu yang ada, termasuk dalam hal pekerjaan, keluarga, dan lingkungan sosial . Menurut permasalahan yang timbul pada individu ketika ada perasaan terancam, ia akan secara sukarela mengorbankan peran lainnya untuk memenuhi permintaan salah satu peran lainnya, tetapi apabila pada salah satu peran tersebut dapat memenuhi kinerja peran pada peran lainnya, maka individu tersebut berhasil mencapai peningkatan pada work-life balance. Permasalahan yang terjadi pada seorang ibu yang bekerja, ketika ia dihadapkan dengan kesulitan akibat ketidakseimbangan peran dalam pekerjaan – rumah, maka akan berakibat pada perilaku negatif yang muncul seperti penurunan konsentrasi dan motivasi kerja, hal ini dapat mempengaruhi kinerja individu tersebut (Hastuti sebagaimana dikutip



dalam . Selain itu, menurut Frone et al. (sebagaimana dikutip dalam kondisi yang dihadapi oleh seorang ibu yang memiliki peran ganda memiliki pengaruh buruk seperti perilaku negatif seorang ibu terhadap anak, hal ini juga mengakibatkan stres yang jika tidak dilakukan penanganan yang tepat, membiarkannya hingga memuncak, selain itu juga dapat menyebabkan seorang ibu mengalami penurunan kondisi fisik dan masalah kejiwaan akibat peran ganda. Berdasarkan pemaparan lainnya, jika ketidakseimbangan peran pada individu tidak tercapai maka akan menimbulkan kondisi yang mempengaruhi sikap individu pada tanggung jawab yang dimilikinya . 6 (Aras et al., 2023) (Apriani & Mariyanti, 2021) Wulansari (2023) Lestari et al., 2022) Kusumastuti, 2020) (Bintang & Astiti, 2016) Pada penelitian lainnya kondisi keseimbangan kehidupan-kerja juga dapat ditinjau melalui penelitian milik yaitu kondisi keseimbangan kehidupan-kerja terhadap wanita karir di Makassar yang terdiri dari 155 responden, kemudian terbagi menjadi ke dalam 4 tingkatan, yaitu kategori very high work-life balance sebanyak 4% (62 orang), kategori high sebanyak 36% (56 orang), kategori moderate sebanyak 30% kategori low sebanyak 22% (34 orang), dan yang terakhir kategori very low sebanyak 8% (124 orang). Adapun menurut jika individu tidak dapat mengelola waktu antara kerja dan aktivitas personal, individu tersebut dapat dikatakan tidak memiliki keseimbangan kehidupan-kerja yang baik, selain itu dalam ranah kehidupan pribadi jika individu tidak memiliki keseimbangan kehidupan-kerja yang baik dapat berakibat pada kinerja kerja yang buruk dan tidak dapat meningkatkan kesejahteraan dan kepuasan keluarga. Fenomena yang terjadi pada ibu bekerja dapat dipertegas melalui hasil interviu dengan salah satu ibu di Solo yang bekerja sebagai jurnalis namun juga memiliki anak berusia 3 tahun, ia mengaku bahwa ia kesulitan dalam mengatur waktu dalam pekerjaan dan waktu dalam mengurus anaknya, lantaran anaknya masih membutuhkan ASI sehingga perlu mendapatkan perhatian khusus, namun hal ini segera teratasi dikarenakan ibu tersebut memiliki ASI yang



berlimpah sehingga dapat disimpan pada mesin pendingin, akibat hal tersebut ibu tersebut dapat menjalani pekerjaan dan kehidupan pribadinya dengan lebih santai. Selain itu, fenomena lainnya kemudian diperkuat melalui interviu awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap 3 orang ibu bekerja yang sudah berkeluarga dan memiliki anak yaitu sebagai berikut, subjek A berusia 29 tahun yang bekerja sebagai admin salon kecantikan dan memiliki 1 anak berusia 10 tahun, bekerja sehari-hari menggunakan motor, jarak tempuh dari rumah menuju kantor yaitu 17 km, kemudian subjek B berusia 30 tahun berprofesi sebagai supervisor restoran cepat saji dan memiliki 2 anak yang berusia 5 tahun dan 3 tahun, bekerja sehari-hari menggunakan motor dengan jarak tempuh sejauh 10 km, dan kemudian subjek C berusia 28 tahun berprofesi sebagai social media manager dan memiliki 1 anak 7 Aras dan Tandiayuk (2022) Fadilah (2022) (Setiawan, 2023) berusia 4 tahun, bekerja sehari-hari menggunakan ojek online dengan jarak tempuh sejauh 11 km. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada tiga subjek memiliki hasil yaitu pada subjek A merasa bahwa pekerjaan yang saat ini dijalani cukup membuatnya mengalami tekanan dan mengalami kesulitan dalam membagi waktu dan tenaga untuk dua peran yang dijalankan, hal ini dikarenakan anaknya sedang membutuhkan perhatian khusus untuk sekolahnya dan mulai mempersiapkan pendidikan untuk masa Sekolah Menengah Pertama, selain itu subjek A juga merupakan single parent sehingga perlu bekerja dengan lebih giat karena harus menghidupi keluarganya sendirian tanpa adanya sosok suami, selain itu subjek A juga merasa banyak tekanan dari pekerjaannya karena A harus berusaha mencari pelanggan agar mencapai target omset bulanan, hal ini karena A membutuhkan uang bonus untuk menghidupi biaya sehari-hari dan pendidikan anaknya, sedangkan sebagaimana diketahui bahwa perawatan di salon bukan merupakan kebutuhan primer sehingga A harus selalu mencari cara untuk dapat mendatangkan pelanggan ke salonnya. Subjek A juga merasa harus menabung sedari dini untuk pendidikan anak karena membutuhkan biaya

yang sangat besar, sedangkan biaya sehari-hari saat ini selalu meningkat, adapun mengingat beliau merupakan single parent maka perlu berjuang lebih keras, ketidakhadiran sosok suami dan ayah membuat A harus mampu melakukan peran sebagai ayah bagi anaknya dan bertahan untuk diri sendiri. Menurut subjek A sendiri, tantangan yang dihadapi yaitu kondisinya sebagai single parent dan jarak bekerja yang cukup jauh membuatnya kesulitan sehingga mudah lelah, hal ini karena ia menyetir sendiri ke tempat kerjanya, adapun hal lain yang membuatnya kesulitan karena gaji yang diterima tidak menentu sehingga ia kesulitan dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari. Kondisi yang dialami oleh subjek A memiliki keselarasan dengan faktor yang memengaruhi work- life balance menurut yaitu energi dan perilaku. Wawancara yang dilakukan pada subjek B mengatakan bahwa posisi pekerjaan yang dimiliki sebagai supervisor membuat dirinya merasa harus lebih mampu mengatur diri seperti pada waktu, energi, dan perilaku. 8 Fisher et al., (2009) Namun tekanan yang dirasakan juga cukup memengaruhi kehidupannya sehari-hari, seperti faktor jarak tempuh antara rumah – tempat kerja a cukup jauh, B merasa kondisi macet di Jakarta membuatnya menjadi lebih rentan merasa lelah, ditambah dengan kondisi restoran tempatnya bekerja selalu ramai sehingga B kekurangan waktu untuk merasa rileks dalam hidupnya, sedangkan kondisinya dirumah yang memiliki 2 anak kecil membuat B harus lebih ekstra dalam mengawasi, mengurus, dan mengajarkan anaknya. B merasa dengan memiliki 2 anak yang masih belia cukup melelahkan karena perlu memiliki tenaga yang besar untuk mengurus kehidupannya sehari-hari, selain itu jam kerja B pun memiliki shift yang terbagi menjadi 3 yaitu pada shift pagi (07.00 – 16.00 WIB) , shift siang (15.00 – 00.00 WIB), shift malam (22.00 – 07.00 WIB), sehingga B terkadang merasa kewalahan dalam mengatur waktu dalam kehidupannya yang membuat B menjadi mudah marah, hal ini dikarenakan B merasa stres sehingga menjadi lebih sensitif. Menurut pengakuan subjek B tekanan terbesar yang membuatnya stres yaitu karena jam

kerja yang terbagi menjadi 3 shift, sedangkan ia memiliki 2 anak yang masih berusia dini yang membutuhkan perhatian seorang ibu. Subjek B sempat mengatakan ingin mencari pekerjaan lain yang memiliki jam kerja yang lebih stabil, namun yang menjadi pertimbangan bagi subjek B adalah jika ia memilih keluar dari tempat kerjanya saat ini, ia khawatir dengan usianya saat ini tidak mudah mencari pekerjaan yang baru, subjek B merasa ia tidak memiliki keterampilan lain yang dapat digunakan, sehingga hal tersebut menjadi pertimbangan besar baginya. Kondisi yang dialami subjek B selaras dengan faktor yang memengaruhi kondisi keseimbangan kehidupan-kerja menurut yaitu waktu. Pada subjek C yang bekerja sebagai social media manager di sebuah agensi media memiliki tekanan untuk selalu mencari ide orisinil untuk membuat sebuah konten yang tepat bagi pasarnya, namun subjek C dituntut oleh atasannya untuk mendapatkan engagement yang besar dari konten yang sudah dibuatnya, selain itu subjek C juga harus mengajak brand-brand untuk bekerja sama dengan agensinya. Menurut pengakuan Fisher et al. (2009) subjek C, bekerja di agensi media tidak semudah yang seperti masyarakat lihat, karena bekerja di agensi tidak mengenal waktu, dalam kata lain tidak memiliki jam pulang yang pasti, dalam kasus ini subjek C lebih sering pulang larut malam karena tuntutan pekerjaan yang tinggi sebagai manager. Subjek C mengaku walaupun pendapatan yang diterima dalam sebulan sangat mencukupi kebutuhan sehari-harinya, namun tekanan yang didapat sangat membuatnya kewalahan karena faktor jam pulang kerja yang tidak menentu, dan ditambah dengan kondisinya yang memiliki anak sehingga ia harus bangun pagi untuk mengurus kebutuhan anaknya sekolah, mengajarkan materi pendidikan pada anaknya seperti mengulang apa yang telah dipelajarinya di kelas, dan juga mengurus kebutuhan suaminya. Pada sisi lainnya, C merasa dengan pendapatan yang tinggi tetapi ia tidak dapat banyak menikmati waktu dan kehidupannya, karena ia lebih banyak menghabiskan waktu di kantor dibandingkan di rumah dan pada kehidupan pribadi lainnya diluar

pekerjaan. Subjek C masih bertahan di pekerjaannya saat ini dikarenakan ia menyukai lingkungan kerjanya, namun ia mengaku ia tetap merasa stres karena tuntutan pekerjaan yang ada. Berdasarkan kasus yang dirasakan pada subjek C dapat dikatakan selaras dengan faktor work-life balance menurut yaitu ketegangan dan waktu. Berdasarkan hasil wawancara kepada 3 subjek, 3 dari 3 responden tersebut dapat disimpulkan mengalami tingkat stres yang tinggi dikarenakan pekerjaan yang dijalani memiliki tekanan yang tinggi dari segi waktu dan tuntutan peran, selain itu dengan kondisi ketiga subjek yang memiliki anak, maka mereka harus membagi waktu yang ketat agar dapat menjalankan perannya sebagai ibu bagi anak dengan baik. Responden dalam interviu awal juga memaparkan bahwa hal yang dilakukan untuk mengatasi dan menghadapi stres yaitu dengan cara berpikir positif, berdoa, beristirahat agar pikiran dan badan menjadi lebih segar, hang out , juga bercermin dari pelajaran yang membuatnya stres. Selanjutnya mengacu pada penelitian terkait keseimbangan kehidupan-kerja pada ibu bekerja milik 10 Fisher et al. (2009) Fikri dan Darmawanti (2022) menyatakan bahwa 94% ibu bekerja mengalami kelelahan fisik akibat mengerjakan pekerjaan kantor dan memiliki waktu yang sedikit untuk keluarga juga anak. Mengacu pada penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa ibu bekerja yang sudah berkeluarga dan memiliki anak memiliki kondisi ketidakseimbangan dalam perannya akibat tekanan-tekanan yang dirasakan selama bekerja dan sebagai seorang ibu.

45 Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada 3 responden ibu bekerja. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rife et al. (sebagaimana dikutip dalam Ikromah, 2023) menyatakan bahwa sebanyak 70% pekerja memiliki WLB yang tidak baik, dikarenakan individu cenderung mengutamakan keluarga daripada pekerjaan. Hal ini menunjukkan dengan adanya kewajiban yang tinggi dalam perusahaan, mengakibatkan sulit tercapainya WLB. Ibu yang bekerja diketahui harus berusaha keras untuk dapat menyelaraskan kehidupan pribadinya dan pekerjaan, namun keseimbangan dalam kehidupan pribadi dan pekerjaan merupakan hal yang cukup sulit

untuk dicapai pada ibu bekerja, tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa hal tersebut tidak dapat terjadi . Berdasarkan penjelasan sebelumnya, kesimpulannya adalah bahwa kondisi work-life balance merupakan hal yang esensial yang perlu diperhatikan bagi setiap individu dan apabila individu merasa memiliki hambatan dari pekerjaan ataupun kehidupan pribadi dan mengarah pada kondisi stress, maka dapat melakukan coping strategy . Kondisi stress yang dialami oleh individu, dalam hal ini yaitu ibu bekerja dapat disebabkan oleh kondisi pasangan yang tidak dapat bekerja sama, seorang anak yang butuh diperhatikan oleh ibu, tuntutan pekerjaan rumah, dan juga kehilangan waktu untuk memenuhi kebutuhan eksistensi sosialnya . Selain itu apabila ibu bekerja mengalami stress dapat menyebabkan timbulnya perilaku negatif dalam pekerjaan seperti ketidakhadiran dalam bekerja, sulit berkonsentrasi, insomnia, cemas, dan perubahan suasana hati . Mengacu pada kondisi tersebut, apabila individu tidak mampu menyeimbangkan diri antara dua peran penting dalam hidup, maka akan 11 (Sitorus, 2020) (Ivana & Partasari, 2023) (Fatima & Risnawaty, 2023) berakibat fatal sehingga perlu melakukan coping strategy untuk mengatasi permasalahan permasalahan yang terjadi. Permasalahan yang terjadi diantara peran profesional dan ibu rumah tangga mampu diatasi dengan melakukan coping strategy. Coping strategy sendiri yaitu upaya individu untuk mengelola & mengendalikan kondisi hidup yang berbahaya dan menimbulkan stress sehingga perlu melakukan coping untuk mengontrol bahaya tersebut menjadi suatu hal yang dapat diterima . Selain itu, coping strategy memiliki dampak positif pada beberapa aspek kehidupan seperti pada karyawan mampu mengelola stress secara efektif dan mencegah dari pengaruh terhadap kehidupan pribadi dan pekerjaan, hal ini dapat membantu individu tersebut dalam menyeimbangkan kedua perannya . Coping strategy merupakan representasi dari usaha dalam perilaku dan kognitif yang dimana dalam hal ini dimaksudkan sebagai individu berusaha untuk menangani stress dan menghadapinya (Lazarus & Folkman sebagaimana dikutip dalam .

Seseorang yang memiliki coping strategy yang baik maka individu tersebut akan berhati-hati terhadap tekanan yang dirasakan, lalu individu akan mengimplementasikan cara bagaimana untuk melakukan perlindungan dan secara aktif dalam mengendalikan work-life balance melalui pertahanan diri dari bahaya stress . Sejalan dengan hal uraian sebelumnya, menyatakan bahwa implementasi teknik coping strategy yang dapat dilakukan oleh individu yaitu dengan cara problem-focused coping, emotion-focused coping, dysfunctional- focused coping. Hal ini juga dipertegas oleh penelitian milik yang memiliki dua subjek ibu bekerja yaitu AAI dan ESW. Hasil dari penelitiannya mengatakan bahwa AAI mengalami konflik dengan anak karena anaknya enggan untuk membantu pekerjaan rumah, sulit untuk dinasehati, dan perbedaan pendapat dengan suami. Selain itu, konflik yang dirasakan di tempat kerja yaitu karena tidak ada rekan kerja yang dapat dimintai bantuan, protes dari orang tua murid karena tidak ada bantuan, dan murid keluar dari lingkungan sekolah tanpa adanya izin. Pada subjek 12 (Carver, 1989) (Aras et al., 2023) Kazmi & Singh, 2015) (Fatimah, 2022) (Carver, 1989) Fikri dan Darmawanti (2022) EWS mengalami permasalahan dimana ia kesulitan membagi waktu antara pekerjaan rumah tangga dan pekerjaan di kantornya, lalu ia juga berselisih dengan suaminya akibat ESW sering tidur dengan waktu yang lama setelah pulang kerja, ia juga memiliki permasalahan dengan anaknya yang sulit diminta untuk sekolah. Selain itu, EWS kerap kali mendapatkan tugas kerja yang mendadak sehingga ia harus bolak-balik antar ruangan. Kedua subjek dalam penelitian keduanya sama-sama melakukan emotion focused coping dan problem focused coping, namun cara yang dilakukan tentu berbeda. Pada subjek AAI, ia melakukan emotion focused coping dengan cara jalan-jalan dengan keluarga, istirahat tidur, menonton sinetron, dan aktif dalam organisasi keagamaan. Problem focused coping yang dilakukan subjek AAI yaitu dengan membuat rencana untuk mengerjakan kewajiban mengantar anak, diskusi dan berbagi pendapat dengan suami, dan berbincang kepada tetangga. Strategi yang

dilakukan oleh subjek EWS terkait emotion focused coping yaitu dengan cara jalan-jalan disaat waktu libur kerja, menonton tv, menonton youtube dan tiktok sebagai hiburan, dan istirahat tidur juga pijit setelah pulang kerja. Pada problem focused coping yang dijalannya yaitu dengan melakukan kerja sama dengan suami juga saudara untuk mengantar jemput anak, mengajari anak cara mengurus rumah, berbagi pendapat dan bertukar pikiran bersama dengan ibu subjek terkait masalah yang sedang dialaminya, berbincang dengan tetangga, dan juga bertukar pikiran bersama suami mengenai keseharian yang dialaminya. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Afrita et al. (2021) terkait single mother yang bekerja yaitu informan seringkali merasa stres akibat permintaan anak yang tidak dapat dipenuhi, informan juga merasa marah apabila sang anak tidak mau menuruti perintahnya. Hal ini mengakibatkan informan mengalami gangguan terhadap pekerjaan yang dimana ia sering tidak fokus terhadap pekerjaannya, dan menjadi lebih murung juga pendiam. Maka mengacu pada fenomena yang ada dapat disimpulkan bahwa ibu bekerja mengalami hambatan dalam mengatasi kedua peran yang dijalani, salah satu dampaknya yaitu memengaruhi kinerja kerja dan sikap ibu terhadap anak menjadi lebih emosional. 13 Fikri dan Darmawanti (2022) Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh pada 100 responden ibu bekerja memiliki hasil terkait coping strategy yang dilakukan yaitu berada pada kategori sedang. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa coping strategy yang digunakan lebih dominan pada fokus coping pada emosi dari pada fokus coping pada masalah, hal ini ditandai dengan para wanita tersebut cenderung untuk tidak memilih pilihan besar walaupun hal tersebut memiliki resiko yang besar terhadap perannya pada pekerjaan rumah tangga atau pekerjaan profesional sebanyak 43%, sedikit berbicara kepada orang lain untuk membantu menyelesaikan masalah pekerjaan rumah dan pekerjaan profesional sebanyak 44%, dan tidak menggunakan asisten rumah tangga untuk membantu menjaga anak dan membersihkan rumah sebanyak 56%. Maka dalam hal ini dapat disimpulkan

bahwa wanita bekerja jarang melihat masalah dari perspektif orang lain (30%), cenderung jarang menganggap remeh sesuatu jika ada masalah (23%), dan lebih sering untuk berpikir mengenai masalah yang dihadapinya secara serius (44%). Pada sisi lain, menurut Thoïs (sebagaimana dikutip dalam menyatakan bahwa individu yang melakukan problem-focused coping umumnya bertindak secara tegas dan melibatkan permasalahan yang dihadapi untuk mengubah ataupun menyelesaikan masalah yang mengancam pada lingkungannya. Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan, maka diketahui bahwa ibu bekerja yang tidak mempunyai keseimbangan kehidupan kerja yang baik dapat menyebabkan timbulnya perasaan stres, hal ini diakibatkan karena ketidakmampuan ibu bekerja untuk menyeimbangkan antara kedua peran (pekerjaan – kehidupan pribadi) sehingga merasa tuntutan yang dihadapi sangat besar. Ibu bekerja yang kurang mampu dalam menyeimbangkan kedua peran tersebut maka akan berdampak negatif pula terhadap kedua perannya, yang dimana mereka harus memilih salah satu peran antara peran yang lainnya, sehingga satu peran tersebut akan menjadi kurang dapat perhatian. Berangkat dari fenomena penelitian sebelumnya masih terdapat ketidaksesuaian antara hasil penelitian satu dengan penelitian lainnya, dimana masih terdapat penelitian yang 14 Indrastuti dan Herawati (2023) Aras et al., 2023) menyatakan hasil pengaruh positif antara CS dengan WLB, namun pada penelitian lainnya memiliki hasil pengaruh yang rendah antara CS dengan WLB. Hal ini menunjukkan adanya inkonsistensi pada hasil penelitian sebelumnya karena perbedaan latar belakang penelitian yang dimana memiliki keterbatasan pengambilan data informan karena rata-rata penelitian sebelumnya menggunakan metode kualitatif, sedangkan dalam penelitian yang diteliti kali ini menggunakan metode kuantitatif sehingga hasil cakupan infoman juga lebih luas, selain itu penelitian ini mengacu kepada tipe dimensi CS yaitu problem-focused coping, emotional-focused coping, dysfunction-focused coping. Mengacu pada penelitian sebelumnya, masih belum ada yang membahas terkait tipe CS terhadap WLB berdasarkan data

kuantitatif, selain itu perbedaan lainnya ditemukan bahwa pembahasan mengenai dysfunction-focused coping masih jarang dibahas pada penelitian terdahulu, sehingga menurut peneliti masih terdapat kesenjangan diantara penelitian sebelumnya dan penelitian saat ini. Berdasarkan perbedaan dari ketiga penelitian tersebut, peneliti memilih untuk mengangkat penelitian bertemakan CS terhadap WLB pada ibu bekerja dikarenakan masih banyak ditemukan hasil bahwa WLB pada ibu bekerja masih rendah, terlebih penelitian yang dilakukan memiliki keterbatasan dikarenakan peneliti sebelumnya menggunakan metode kualitatif, sehingga latar penelitian juga terbatas, dan cakupan informan juga tidak luas.

1.2 Rumusan Masalah

Mengacu pada penjelasan sebelumnya, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat pengaruh coping strategy dengan work-life balance pada ibu bekerja?

19 22 1.3 Tujuan Penelitian Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh coping strategy terhadap work-life balance pada ibu bekerja.

22 35 1.4 Manfaat Penelitian Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat secara teoritis dan praktis kepada masyarakat yaitu:

1.4.1 Manfaat Teoritis Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan kajian literatur mengenai coping strategy dengan work-life balance pada ibu bekerja. Hal ini, penelitian ini juga diharapkan dapat membantu perkembangan penelitian psikologi dalam Industri dan Organisasi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Ibu Bekerja Peneliti berharap melalui telitian ini ibu bekerja yang memiliki peran ganda mampu mengembangkan cara menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan urusan pribadi.
2. Peneliti Selanjutnya Kepada peneliti selanjutnya mendapatkan wawasan tambahan terkait coping strategy tidak hanya terdiri atas problem-focused coping dan emotion-focused coping , namun juga terdapat dysfunction-focused coping pada ibu bekerja.

49 16 BAB II TINJAUAN PUSTAKA 2.1 Work-Life Balance 2.1.1 Definisi Work-Life Balance Definisi work-life balance menurut yaitu work-life balance is an occupational stressor based on lost resources of time and energy, lack of goal accomplishment, and strain between work and personal life role demands .

42 Selain itu, Kirchmeyer (2000) mendefinisikan work life balance sebagai 1

“achieving satisfying experiences in all life domains and to do so requires personal resources such as energy, time, and commitment to be well distributed across domains” (Kirchmeyer, 2000. Hal. 80).

(Grzywacz & Marks' (2000) mendefinisikan WLB sebagai “conceptualization of positive and negative spillover between work and family and “work-family fit which has been operationalized to include both negative as well as positive effect of work on personal life and personal life on work” (Grzywacz & Marks', 2000. Hal. 3). Pengertian work-life balance diacukan pada kondisi seseorang yang menghabiskan waktu yang cukup banyak di ranah pekerjaan, sedangkan individu tersebut juga menghabiskan waktu yang cukup dalam aktivitas pribadinya, seperti keluarga, hobi, dan keikutsertaan di dalam sosial (Smith sebagaimana dikutip dalam Berdasarkan penjabaran definisi work-life balance dari Fisher et al. (2009) memiliki kelebihan utama karena memberikan kerangka yang komprehensif melalui empat dimensi kunci, yaitu waktu, ketegangan, energi, dan perilaku. Dimensi-dimensi ini mencakup berbagai aspek penting yang memengaruhi keseimbangan kehidupan kerja, sehingga memberikan panduan yang jelas untuk memahami dinamika antara peran pekerjaan dan kehidupan pribadi. Dibandingkan dengan definisi lain, seperti Lockwood (2003) yang lebih berfokus pada tuntutan peran sebagai penyebab stres, definisi Fisher memberikan pendekatan yang lebih proaktif dengan melihat faktor-faktor yang dapat dikelola untuk mencapai keseimbangan. Selain itu, definisi Fisher telah banyak digunakan dalam Fisher (2003) (Fisher, 2003. Hal. 168) Wibisono, 2022) berbagai penelitian lintas budaya, menjadikannya relevan untuk konteks yang beragam, termasuk ibu bekerja di Indonesia. Dengan mengintegrasikan waktu, energi, dan ketegangan sebagai elemen inti, definisi ini memungkinkan peneliti untuk mengukur work-life balance secara lebih terstruktur dan dapat disesuaikan dengan kondisi lokal. 2.1 13 2

Dimensi Work-Life Balance Dimensi yang terdapat dalam work-life balance menurut teori adalah sebagai berikut: a. Work Interference with Personal Life (WIPL) Pada subdimensi yang pertama mengacu pada seberapa

besar gangguan yang berasal dari pekerjaan mampu mempengaruhi kehidupan pribadi.

Dalam hal ini yang dimaksudkan adalah pekerjaan yang dilakukan individu menghambat individu dalam mengelola waktu pada kehidupan personal. Menurut hasil penelitian beberapa subjeknya mengatakan bahwa pekerjaan merupakan sumber motivasi untuk mempertahankan kehidupan pribadi yang diinginkan. b. Personal Life Interference with Work (PLIW)

Subdimensi ini menunjukkan sampai dimana kondisi kehidupan personal seseorang dapat menghambat pekerjaan. Pada dimensi ini menggambarkan individu yang kehidupan personal dengan pekerjaannya tidak seimbang sehingga membuat kinerja kerja menjadi menurun. c. Work Enhancement of Personal Life (WEPL) Subdimensi ini menunjukkan sampai dimana pekerjaan dapat mengoptimalkan taraf hidup pribadi individu. Contoh, individu merasa senang akan pekerjaannya dan membuat kehidupan pribadi berada pada kondisi yang baik. d. Personal Life Enhancement of Work (PLEW)

Subdimensi yang terakhir menunjukkan sampai dimana kehidupan personal dapat berperan untuk mengembangkan performa seseorang dalam pekerjaan.

Misal, seseorang termotivasi untuk bekerja dengan baik 18 Fisher et al. (2009) (Afrinda, 2022) Apriani dan Mariyanti (2021) karena individu tersebut merasa bertanggung jawab atas pekerjaan yang ia pilih.

2.1.3 Faktor yang Memengaruhi Work-Life Balance (WLB) Fisher et al. (2009) menyatakan 4 faktor yang memengaruhi kondisi work-life balance yaitu:

a. Waktu Waktu seseorang pada saat bekerja menjadi lebih banyak dibandingkan dengan waktu yang dibutuhkan untuk aktivitas lainnya diluar pekerjaan, sehingga individu mengalami keterbatasan dalam melibatkan diri pada aktivitas lainnya. Pada hal ini, contoh yang dapat kita lihat yaitu individu yang terlalu sibuk pada satu aktivitas saja, sehingga aktivitas lainnya tidak diperhatikan karena tidak memiliki waktu yang cukup. b. Ketegangan Ketegangan yang dialami oleh individu dapat berupa perasaan stress, cemas, dan menurunnya bahkan menghilangnya aktivitas pribadi, sehingga sulit bagi individu untuk dapat menjaga fokusnya. Contohnya dalam hal ini yaitu jika individu merasa stress akan

kehidupan pribadinya, maka akan mempengaruhi cara berpikir individu pada saat bekerja yang dimana produktivitas individu tersebut akan menurun.

c. Energi Energi yang digunakan individu untuk dapat mencapai suatu tujuan, dalam hal ini tentunya energi seseorang memiliki keterbatasan untuk dapat melakukan suatu aktivitas. Contoh pada kehidupan sehari-hari yaitu individu harus memiliki energi agar dapat berhasil dalam melakukan sesuatu, sehingga individu tersebut juga perlu untuk menyeimbangkan dan membagi energi yang dibutuhkan pada beberapa aktivitas yang sedang dijalani.

d. Perilaku Perilaku merupakan suatu tindakan yang dilakukan untuk menggapai sesuatu yang diinginkan oleh individu tersebut. Tindakan tersebut dilakukan berdasarkan dengan kepercayaan yang dimiliki oleh individu bahwa dirinya dapat mencapai keinginannya.

Contohnya yaitu individu 19 merasa yakin bahwa ia dapat mencapai keinginannya, sehingga apabila individu tersebut memiliki rasa percaya pada dirinya sendiri maka dapat menimbulkan perilaku yang baik yang mendukung tujuannya.

2.2 Coping Strategy

2.2.1 Definisi Coping Strategy

menyatakan “coping is a person's way of carrying out a process in a situation or an obstacle (Carver, 1989. Hal. 267). Adapula ditemukan coping strategy menurut Carver (1997 sebagaimana dikutip dalam yaitu “behavior, a series of activities or thought processes used as a response to stressful or unpleasant situations (Siaputra et al., 2023. Hal. 48 168). mendefinisikan coping sebagai berikut

2 “a process by which people try to manage the perceived discrepancy between the demands and resources they appraise in a stressful situation

48 (Sarafino, 2017. Hal. 113) Definisi coping strategy menurut Carver (1989) memiliki kelebihan utama karena memperkenalkan konsep yang menekankan pada kondisi situasional yang dihadapi individu dalam proses coping. Carver memodifikasi teori Lazarus & Folkman dengan memberikan perhatian lebih pada variasi respons individu terhadap situasi tertentu, yang membuat teorinya lebih fleksibel dan aplikatif dalam berbagai konteks, termasuk ibu bekerja. Dalam konteks penelitian ini, definisi Carver memberikan kerangka yang relevan untuk memahami bagaimana ibu

bekerja mengatasi stres dari tuntutan peran ganda mereka, baik di rumah maupun di tempat kerja. Selain itu, pendekatan Carver yang mencakup problem-focused coping, emotion-focused coping, dan dysfunctional coping memungkinkan analisis yang lebih terperinci terhadap strategi yang digunakan oleh ibu bekerja. Meskipun teori ini belum banyak digunakan dalam penelitian sebelumnya, keunggulannya dalam menjelaskan bagaimana strategi coping dapat disesuaikan dengan situasi spesifik memberikan nilai tambah dalam memahami dinamika stres dan keseimbangan kehidupan kerja. Dengan demikian, teori ini tidak hanya 20 Carver (1989) Siaputra et al., (2023) Sarafino (2017) relevan tetapi juga menawarkan perspektif baru dalam mengeksplorasi hubungan antara coping strategy dan work-life balance.

2.2.2 Dimensi Coping Strategy

Menurut dimensi coping memiliki 3 dimensi yaitu problem focused coping, emotional focused coping, dan dysfunctional focus coping. Berikut adalah penjabaran pada masing-masing dimensi yaitu sebagai berikut:

- 1.) Problem-Focused Coping

Dimensi problem-focused coping yang digunakan oleh individu untuk menyelesaikan permasalahan dilakukan untuk mengubah sumber permasalahan yang dialami (Carver, 1989). Berdasarkan penelitian milik menjelaskan bahwa coping strategy dengan cara problem-focused coping memiliki peran signifikan terhadap pengelolaan kecenderungan stress, namun dalam hal ini juga masih terdapat beberapa faktor yang memiliki kontribusi pada terjadinya stress. Mengacu pada hal tersebut, terdapat beberapa subdimensi pada problem- focused coping yaitu (Carver et al., 1989):

- a. Active Coping Suatu perilaku untuk berusaha melepaskan pemicu stress ataupun membenahi impaknya secara langsung.
- b. Planning Individu berusaha memenungkan cara bagaimana untuk mengatasi penyebab stres yang timbul.
- c. Seeking Out of Social Support Instrumental Dalam hal ini, individu mencari nasehat untuk hidupnya, bantuan, dan pengertian dari lingkungan sekitar.
- d. Suppression of Competing Activities 21 Carver (1989)

Tuasikal dan Retnowati (2018) Individu berusaha untuk mengesampingkan perkara lainnya, selain itu individu juga mencoba untuk menghindar dari

gangguan lainnya. e. Restraint Coping Individu menunggu pada kesempatan yang tepat untuk bertindak, selain itu individu juga menahan diri dalam bertindak agar tidak bertindak sebelum waktu yang tepat. 2.) Emotional-Focused Coping Penggunaan emotion-focused coping dalam menyelesaikan suatu konflik dianggap cukup berhasil, hal ini didasarkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Hartarti (sebagaimana dikutip dalam menyatakan bahwa jika individu tidak mampu untuk mengubah kondisi stress yang sedang dirasakan, maka individu akan mengalihkannya dengan berfokus dengan cara mengatur emosinya. 3) Mengacu pada Carver et al. (1989) emotion-focused coping terdiri dari beberapa subdimensi yaitu: a. Acceptance Individu menerima kondisi situasi yang dapat menimbulkan stres. b. Denial Individu melakukan penolakan untuk meminimalisir kondisi stres. c. Seeking of Emotional Social Support Individu mencari sokongan sosial melalui moral, simpati atau pengertian dari individu lainnya. d. Venting of Emotions Seseorang fokus terhadap hal yang menjadi hambatannya dan meluapkan perasaan dari emosi yang muncul. e. Positive Reinterpretation 22 Kesuma, 2016) Memahami perasaan stres dalam hal positif yang dimana individu tersebut dituntut untuk mengatasi masalah yang ada. f. Turning to Religion Perilaku seseorang dalam menentramkan diri dan mengatasi masalah secara spiritual. 3.) Dysfunctional Focused Coping Dysfunctional-focused coping merupakan salah satu coping strategy yang apabila digunakan oleh individu hanya akan efektif dalam kurun waktu tertentu, sehingga apabila digunakan dalam jangka panjang maka tidak akan memiliki hasil yang efektif. a. Mental Disengagement Dalam hal ini individu berusaha untuk mengalihkan hal-hal yang menggangu. b. Behavioral Disengagement Individu berusaha mengurangi salah satu usaha untuk menangani penyebab stresnya. 2.2.3 Faktor yang Memengaruhi Coping Strategy Carver et al., (1989 sebagaimana dikutip dalam faktor yang memengaruhi terjadinya coping strategy adalah sebagai berikut: a. Harga Diri Harga diri yang tinggi yang dimiliki individu membuatnya selalu berusaha untuk dapat mengatasi konflik yang terjadi. Contohnya yaitu

jika individu dapat menyelesaikan masalah yang terjadi dalam pekerjaannya, maka individu tersebut akan merasa bahwa harga diri yang dimilikinya tinggi karena tidak ingin mengalami kegagalan dalam pekerjaan. b. Locus of Control 23 Kusumastuti, 2021) Kendali diri yang ada pada individu menentukan kemampuan dan kepercayaan dirinya dapat mengontrol kendali terhadap kondisi atau peristiwa yang memberikan pengaruh pada kehidupan individu tersebut. c. Perilaku Tipe A Individu selalu berusaha untuk tetap mempertahankan pendiriannya dan memiliki kendali terhadap segala hal. Contohnya yaitu individu tidak mudah terpengaruhi akan distraksi yang disebabkan oleh orang lain. d. Trait Anxiety Individu memiliki sifat cenderung mengalami perasaan cemas, umumnya perasaan cemas tersebut dapat memengaruhi tingkatan kecemasan yang dialami saat akan merespon suatu konflik. e. Hardiness Individu memiliki kepercayaan, keyakinan, dan optimisme untuk selalu dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya dan untuk memanfaatkan situasi yang terjadi. Contohnya yaitu seperti individu yakin akan dirinya dalam menyelesaikan permasalahan yang terjadi, selain itu individu juga dapat mencari celah atas permasalahan yang ada agar dapat mengambil tindakan yang tepat.

2.3 Kerangka Berpikir

Pada penelitian ini menggunakan subjek ibu bekerja. Hal ini dikarenakan perbandingan tingkat stress pada ibu bekerja cenderung tinggi jika disandingkan dengan ibu yang tidak bekerja, namun pada ibu yang tidak bekerja juga tidak menutup kemungkinan akan merasakan stress. Hal ini dikarenakan ibu bekerja harus meninggalkan anaknya selama 7-8 jam untuk bekerja, sehingga ibu bekerja kekurangan waktu dalam mengurus anak dan keluarga. Pada ibu bekerja memiliki banyak tantangan dalam hidupnya diantaranya yaitu harus membagi waktu antara pekerjaan dan aktivitas personal, sehingga apabila kedua hal tersebut tidak memiliki keselarasan maka dapat berakibat buruk pada ibu bekerja. Kondisi dua peran yang dijalani ibu bekerja menyebabkan ibu bekerja harus mengalahkan salah satu peran yang dimilikinya, yaitu antara peran pekerjaan atau peran dalam rumah

tangga. 24 Syahirah & Hendriani, (2023) Emotion-Focused Coping Berdasarkan penjelasan definisi work-life balance milik Fisher et al. (2009) yaitu usaha individu untuk menyelaraskan 2 peran atau lebih yang dijalani tanpa mengalami perseteruan antara peran profesional ataupun peran kehidupan pribadi. Kondisi work-life balance apabila tidak tercapai maka akan menyebabkan timbulnya stress, maka apabila individu merasa stress akibat menjalani dua peran signifikan dalam hidupnya dapat dilakukan coping strategy. menyebutkan pada penelitiannya bahwa individu yang tidak mampu memiliki work-life balance dapat membuat individu tersebut mengalami stress akibat adanya tekanan yang dirasakan dari kedua peran tersebut. Ketika individu diharuskan untuk bekerja dalam kurun waktu yang panjang/hari atau bekerja di akhir pekan dan memiliki kondisi keluarga yang tidak baik dan ketiga hal tersebut berlangsung dalam jangka panjang, maka hal ini akan berakibat pada individu mengalami kondisi buruk karena tidak mampu mengatasi pekerjaan, kehidupan pribadi dan keluarga. Hal ini sejalan dengan konsep work-life balance yang dijelaskan oleh bahwa stressor yang timbul pada individu disebabkan oleh waktu, perilaku, pencapaian tujuan dan ketegangan. Mengacu pada penjelasan sebelumnya, coping strategy diketahui memiliki kaitan dengan proses penyelesaian masalah yang dialami individu, dalam hal ini yaitu ketidakseimbangan peran yang dijalani (pekerjaan – kehidupan pribadi). Carver et al. (1989) mendefinisikan coping strategy sebagai usaha individu dalam melakukan suatu proses dalam suatu keadaan atau pada suatu hambatan. Coping strategy dapat dilakukan individu melalui problem-focused coping, emotion-focused coping, dan dysfunctional-focused coping (Carver et al., 1989). Individu yang menjalani coping strategy, dalam kasus ini yaitu ibu bekerja, dapat mengurangi sumber stress yang dialaminya. Maka berdasarkan hal ini dapat dikatakan bahwa coping strategy adanya hubungan yang erat terhadap work-life balance pada ibu bekerja. 25 Aras & Tandiyuk (2022) Fisher (2001) Problem-Focused Coping Dysfunction- Focused Coping Gambar 2.1 Gambar Alur Kerangka

Berpikir 2.4 Hipotesis \square Hipotesis null (H0): - Tidak terdapat pengaruh antara problem-focused coping dengan work-life balance pada ibu bekerja. - Tidak terdapat pengaruh antara emotion-focused coping dengan work-life balance pada ibu bekerja. - Tidak terdapat pengaruh antara dysfunctional-focused coping dengan work-life balance pada ibu bekerja.

\square Hipotesis alternatif (Ha): - Terdapat pengaruh antara problem-focused coping dengan work-life balance pada ibu bekerja. - Terdapat pengaruh antara emotion-focused coping dengan work-life balance pada ibu bekerja. - Terdapat pengaruh antara dysfunctional-focused coping dengan work-life balance pada ibu bekerja. 1 2 4 6 13 21 25 29 39 26 Work-Life

Balance 27 BAB III METODE PENELITIAN 3.1 Pendekatan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif. Tujuan dari menggunakan metode kuantitatif yaitu untuk mendapatkan dan mengetahui data juga hasil dalam bentuk angka yang dimana hasil dari skor tersebut akan dilakukan analisis serta interpretasi dengan menggunakan teknik statistika. Peneliti memilih untuk menggunakan pendekatan kuantitatif dikarenakan terdapat probabilitas pengukuran yang objektif dan terstandar, yang dimaksudkan adalah pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti menjadi objektif selain itu juga dapat dilakukan analisa data terkait coping strategy dan work-life balance. 12 3.2 Variabel Penelitian Penelitian ini

terdiri dari 2 variabel yaitu coping strategy dan work-life balance. Variabel dalam suatu penelitian merupakan suatu karakteristik atau ciri khas yang dapat berubah ataupun memiliki nilai berbeda dari setiap individu. Peneliti ingin menilik hubungan yang terjadi antara variabel coping strategy (IV) dan work-life balance (DV). 3.2.1 Definisi Operasional

Work-Life Balance (WLB) Definisi operasional WLB yaitu skor total dari WLB Scale (WLBS).

12 17 20 28 Dalam WLBS, terdiri atas empat dimensi yang diukur yaitu Work Interference with Personal Life, Personal Life Interference with Work, Work Enhancement of Personal Life, Personal Life Enhancement of Work.

Indikator dalam pengukuran ini dapat dilihat dari semakin tinggi total skor WLBS, maka semakin tinggi pula kondisi WLB yang dirasakan oleh individu.

2 3.2 2 23 2 Definisi Operasional Coping Strategy Coping strategy didefinisikan secara operasional sebagai skor total yang terdapat di dalam BRIEF COPE. BRIEF COPE disusun oleh Carver (Gravetter et al., 2021) (Gravetter et al., 2021) (Fisher et al., 2009) (1989) yang merupakan modifikasi dari milik Lazarus & Folkman. 5 8 BRIEF COPE (Carver, 1989) mengukur tiga dimensi yaitu problem-focused coping, emotion-focused coping, dan dysfunctional focused coping. Jika individu memiliki skor total pada dimensi problem-focused coping yang tinggi, maka individu cenderung fokus terhadap masalah yang sedang terjadi untuk mengubah sumber stress tersebut. Jika individu memiliki skor total pada dimensi emotion-focused coping yang tinggi, maka individu cenderung berfokus untuk mengelola emosi yang dirasakan akibat permasalahan yang terjadi. Lalu apabila individu memiliki skor total pada dimensi dysfunctional-focused coping yang tinggi, maka individu cenderung menggunakan strategi penyelesaian masalah yang hanya berguna pada satu waktu, tetapi tidak untuk penggunaan jangka panjang (Carver, 1989). 1 3.3 Populasi dan Sampel Partisipan yang terlibat pada penelitian ini ialah ibu bekerja yang sudah berkeluarga dan sudah memiliki anak. 1 6 Peneliti tidak menemukan jumlah populasi yang spesifik dalam populasi ibu bekerja yang sudah memiliki anak, sehingga peneliti memutuskan untuk menggunakan populasi ibu bekerja yang sudah memiliki anak secara umum dikarenakan dapat dianggap masih mewakili karakteristik yang dibutuhkan. Berdasarkan peninjauan yang dilakukan oleh BPS pada tahun 2022, populasi angkatan kerja perempuan di Indonesia mencapai 52,74 juta penduduk (Moerdijat, 2022). 27 Berdasarkan jumlah dari populasi tersebut, penentuan total sampel yang perlu diambil menggunakan tabel sampel Isaac-Michael dengan tingkat kesalahan sebesar 5% sehingga total sampel dalam penelitian ini sebanyak 349 ibu bekerja. 1 23 Dalam menentukan partisipan ditentukan dengan teknik non-probability sampling dengan jenis convenience sampling. Teknik non-probability sampling sendiri merupakan teknik pengambilan sampel yang mana individu tidak dapat ditentukan dan pengambilan sampel tersebut berdasarkan faktor kemudahan,

namun juga terbebas dari adanya bias . **2 6** Selain itu, convenience sampling adalah teknik yang digunakan dalam mengambil sampel dengan memilih subjek yang mudah untuk didapatkan dan bersedia untuk terlibat 29 (Gravetter et al., 2021) dalam penelitian . **12 40** Pengambilan sampel dilakukan dengan cara menyebar kuesioner daring google form melalui media sosial seperti Instagram dan WhatsApp. Pengambilan sampel pada penelitian ini, peneliti menentukan sejumlah karakteristik pada subjek penelitian yaitu: 1. **2** Ibu dengan status pernikahan menikah/cerai mati/cerai hidup. 2. Memiliki anak. 3. Jenis pekerjaan yang dilakukan (pegawai swasta, wiraswasta, aparatur sipil negara, konten creator, pengajar/guru/dosen, dokter/perawat, psikolog, asisten rumah tangga) 4. Waktu bekerja (full-time/part-time/freelance/harian) 3.4 Instrumen Penelitian Carver (1989) mengembangkan skala BRIEF COPE untuk mengukur coping strategi dan WLBS (Work-Life Balance Scale) yang dikembangkan oleh Fisher et al., (2009) yang sudah diadaptasi kedalam Bahasa Indonesia oleh yang dimana pada penelitian yang dilakukan oleh Gunawan et al. (2019) menggunakan metode analisis data confirmatory factor analysis (CFA). Jumlah aitem yang terdapat di alat ukur WLBS adalah 17 aitem yang terbagi menjadi 7 favorable dan 11 aitem unfavorable, sedangkan jumlah aitem pada alat ukur skala BRIEF COPE terdapat 28 aitem. 3.4.1 Deskripsi Instrumen Work-Life Balance (WLB) Fisher et al. (2009) mengembangkan alat ukur WLBS selain itu ia juga menggunakan metode confirmatory factor analysis (CFA) yang mana alat ukur tersebut dahulu terdiri dari 24 aitem, namun pada saat pengujian hasil dari penelitian tersebut terdapat beberapa aitem yang tidak reliabel sehingga dilakukan eliminasi aitem, sehingga saat ini hanya memiliki 17 aitem. Alat ukur WLBS sudah diadaptasi dalam bentuk bahasa Indonesia oleh Gunawan et al. (2019) dan dengan bantuan lembaga bahasa bersertifikasi dalam menerjemahkan isi aitem-aitem tersebut, selain itu juga dilakukan expert judgement kepada 3 orang ahli. Jumlah aitem yang terdapat di alat ukur WLBS adalah 17 aitem, terdiri dari 7 aitem favorable dan 10 (Gravetter et al.,

2021) Gunawan et al. (2019) an 11 aitem unfavorable. **20** Dimensi dalam alat ukur WLBS terdiri dari 4 dimensi, yaitu WIPL, PLIW, WEPL, dan PLEW. Penelitian ini menggunakan skala likert yang terdiri dari lima pilihan pernyataan yaitu: a. Tidak Pernah (1) b. Jarang (2) c. Kadang-kadang (3) d. Sering (4) e. Sangat Sering (5). Untuk penjumlahan skor unfavorable dilakukan secara berkebalikan. **18** Tabel 3.1 Blue print WLBS (Gunawan et

al., 2019) Dimensi Nomor Aitem Total Favorable Unfavorable Work Interference with Personal Life (WIPL) - 1, 2, 3, 4, 5 5 Personal Life Interference with Work (PLIW) - 6, 7, 8, 9, 10, 11 6 Work Enhancement of Personal Life (WEPL) 12, 13, 14 - 3 Personal Life Enhancement of Work (PLEW) 15, 16, 17 - 3 Total 6 11 17 3.4 **1 2 2**

Pengujian Psikometri Alat Ukur WLBS Uji psikometri pada alat ukur WLBS diuji agar mengetahui apakah alat ukur tersebut dapat dikatakan valid dan reliabel. Pengujian alat ukur WLBS dilakukan dengan sama seperti alat ukur sebelumnya, peneliti juga melakukan pilot study terlebih dahulu kepada 70 subjek ibu bekerja yang kemudian dilakukan uji reliabilitas dengan menggunakan software JASP 0.18 **1** 3.0, sedangkan uji validitas dilakukan dengan teknik construct validity. **1 25** A. Uji Validitas

Pengujian validitas pada alat ukur WLBS menggunakan metode construct validity. **1** Construct validity dilakukan dalam bentuk penilaian yang diberikan oleh expert judgement . Analisis pada validitas konstruk dilakukan melalui perhitungan antara korelasi skor tiap aitem dengan skor total.

Berdasarkan hasil uji validitas, diketahui bahwa korelasi antara skor item dan skor total memiliki rentang nilai 0,022 – 0,867 dengan signifikan ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar 31 (Shultz et al., 2021) item pada alat ukur WLBS memiliki validitas yang baik dalam mengukur konstruk yang diteliti. Hasil pengujian validitas terlampir pada tabel 3.2. 32 Tabel 3.2 Uji Validitas Alat Ukur WLBS Dimensi WIPL Aitem WIPL 1- WIPL 2- WIPL 3- WIPL 4- WIPL 5- WIPL 1- - WIPL 2- 0,688*** - WIPL 3- 0,684*** 0,698*** - WIPL 4- 0,637*** 0,680*** 0,628*** - WIPL 5-

REPORT #24706235

0,687*** 0,715*** 0,717*** 0,674*** - Aitem PLIW 6- PLIW 7- PLIW 8-
 PLIW 9- PLIW 10- PLIW 11- PLIW 6- - PLIW 7- 0,717*** - PLIW
 8- 0,701*** 0,683*** - PLIW 9- 0,726*** 0,743*** 0,713*** - PLIW
 10- 0,702*** 0,683*** 0,735*** 0,700*** - PLIW 11- 0,736*** 0,767***
 0,750*** 0,752*** 0,716*** - Aitem WEPL 12 WEPL 13 WEPL 14 WEPL
 12 - WEPL 13 0,387*** - WEPL 14 0,407*** 0,466*** - Aitem PLEW
 15 PLEW 16 PLEW 17 PLEW 15 - PLEW 16 0,209*** - PLEW 17

0,428*** 0,256*** - Keterangan: (p<0,05, **p<0,01, ***p<0,001) B. **1** **41** Uji

Reliabilitas Untuk mengetahui kualitas alat ukur WLBS dilakukan dengan
 pengujian reliabilitas cronbach's alpha. **1** **34** Pengujian reliabilitas merupakan
 pengujian yang mana untuk melihat sejauh apa suatu alat ukur dapat
 memperoleh hasil yang konsisten. **1** Pengujian ini dilakukan dengan menyebar
 kuesioner secara daring kepada 70 subjek yang sesuai dengan kriteria
 penelitian dan dari hasil data yang didapatkan diuji dengan menggunakan software JASP 0.18
1 3.0. **1** Berdasarkan hasil uji reliabilitas, didapatkan hasil bahwa
 koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,882 yang menunjukkan koefisien
 ekuivalensi dengan error content sampling sebesar 0,118 yang mengacu
 pada batasan koefisien reliabilitas >0,7 (Shultz et al., 2021). Mengacu pada
 hasil uji reliabilitas tersebut maka dapat dikatakan alat ukur WLBS
 reliabel atau konsisten. **1** Untuk itu, dapat dikatakan bahwa aitem-aitem
 pada alat ukur WLBS akan menghasilkan skor yang sama antar satu sama lain. **1** **2**
 Analisis aitem pada alat ukur WLBS dilakukan dengan melihat nilai
 item-rest correlation di masing-masing aitem pada software JASP 0.18 **1** 3.0. Jika
 aitem tersebut memiliki nilai >0,25 maka aitem tersebut dikatakan dapat
 membedakan dengan baik, begitupun sebaliknya. Pada alat ukur WLBS memiliki
 aitem sejumlah 17 aitem yang dimana berdasarkan hasil analisis aitem
 tidak ditemukan aitem yang memiliki skor <0,25 sehingga tidak terdapat
 aitem yang di eliminasi. Maka, berdasarkan hasil uji pilot terkait
 alat ukur WLBS dapat dikatakan memiliki aitem yang baik. **4** 3.4 **4** 3 Deskripsi
 Instrumen The Brief COPE The Brief COPE merupakan alat ukur yang
 dipergunakan untuk mengukur coping strategy yang dikembangkan oleh Carver et al. (1989).

47 Pada tahun 2023, alat ukur tersebut kemudian diadaptasi oleh ke dalam bahasa Indonesia. Alat ukur The Brief COPE yang dibuat oleh Carver et al. (1989) pada awalnya terdiri dari 60 aitem COPE Inventory, namun aitem-aitem tersebut dianggap terlalu banyak oleh responden, sehingga responden merasa tidak sabar ketika menjawab aitem-aitem tersebut (Carver, 1997). Menurut Schmitt et al. (sebagaimana dikutip dalam 34 (Shultz et al., 2021) (Azwar, 2012) Siaputra et al. (2023) Siaputra, 2023) suatu kuesioner akan memiliki hasil yang optimal apabila kuesioner tersebut memiliki aitem yang ringkas dan mudah untuk digunakan dalam sehari-hari. Akibat dari adanya responden yang merasa tidak sabar, maka menyederhanakan aitem-aitem tersebut menjadi 28 aitem. Mengacu pada peringkasan aitem dalam alat ukur The Brief COPE sehingga dilakukan adaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Siaputra (2023) yang dimana adaptasi ini dilakukan dengan memastikan bahwa alat ukur The Brief COPE dapat digunakan dalam budaya Indonesia, selain itu juga valid dan reliabel. Peneliti memilih untuk menggunakan adaptasi alat ukur The Brief COPE milik Siaputra et al. (2023) dikarenakan masing-masing aitem yang terdapat pada setiap dimensi dapat dikatakan valid dan reliabel, hal ini tentunya diperkuat oleh hasil pengujian reliabilitas antar penilai yang terdiri dari 15 panelis. Pengujian Intraclass Correlation Coefficient (ICC) dilakukan untuk mengetahui sejauh mana suatu konsistensi antar penilai yang diberikan oleh panelis. Siaputra et al. (2023) juga melakukan ICC yang hasilnya menunjukkan masing-masing aitem memiliki tingkat reliabilitas yang berbeda. Hasil dari pengujian ICC diketahui memiliki hasil reliabilitas yang baik yaitu 0.640 – 0.828. Pada dimensi problem-focused coping memiliki skor reliabilitas 0.828, lalu pada dimensi emotion-focused problem memiliki skor reliabilitas 0.640, dan pada dimensi dysfunctional-focused coping memiliki skor reliabilitas 0.757. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa aitem-aitem yang telah diuji dan diadaptasi dapat digunakan dalam budaya Indonesia. 3 6 Alat ukur The Brief COPE dalam

pengujiannya menggunakan skala likert yang terdiri dari deretan pernyataan yang di mana responden dapat memilih dari pilihan “Sangat Setuju” sampai “Sangat Tidak Setuju”. Carver et al. (1989) memiliki deretan bentuk respon yang digunakan dalam penelitian yaitu: a. Saya tidak melakukan hal ini sama sekali (1) b. Saya terkadang melakukan hal ini (2) c. Saya cenderung melakukan hal ini (3) d. Saya sering melakukan hal ini (4).

Alat ukur ini disusun berdasarkan 3 dimensi coping strategy yang dikembangkan oleh Carver et al. (1989) yaitu dimensi problem-focused coping terdiri dari 5 subdimensi, yaitu active coping, seeking instrumental support, behavioral disengagement, positive reframing, dan planning. Pada dimensi emotion-focused coping terdiri dari 9 subdimensi, yaitu venting, self-distraction, denial, substance use, seeking emotional support, humor, acceptance, religion, self-blame. Sedangkan pada dimensi dysfunctional focused coping terdiri dari 7 subdimensi, yaitu self- distraction, dan self-blame, denial, substance use, venting, humor, dan behavioral disengagement.

Total aitem pada alat ukur The BRIEF COPE berjumlah 28 aitem. Tabel 3.3 Blue print The BRIEF COPE (Siaputra et al., 2023)

Dimensi	Nomor Aitem	Total
Problem-focused coping	2*, 7, 10, 14, 23, 25	6
Emotion-focused coping	5, 12, 15, 17, 20*, 22*, 24, 27*	8
Dysfunctional-focused coping	1, 3, 4, 6, 8, 9, 11, 13, 16, 18, 19*, 21, 26, 28	14
Total	28	28

Note: (*) nomor aitem yang dieliminasi berdasarkan hasil uji pilot Namun setelah dilakukan uji pilot terhadap 70 responden ibu bekerja, ditemukan beberapa aitem yang memiliki nilai >0,25 sehingga adanya eliminasi aitem. Maka peneliti hanya menggunakan beberapa aitem yang akan dijelaskan menggunakan tabel blueprint sebagai berikut: Tabel 3.4 Blue print The Brief COPE yang Digunakan Penelitian

Dimensi	Nomor Aitem	Total
Problem-focused coping	7, 10, 14, 23, 25	5
Emotion-focused coping	5, 12, 15, 17, 24	5
Dysfunctional-focused coping	1, 3, 4, 6, 8, 9, 11, 13, 16, 18, 21, 26, 28	13
Total	23	23

4 Pengujian Psikometri Alat Ukur The

Brief COPE Pengujian psikometri alat ukur The Brief COPE dipergunakan untuk mengetahui apakah alat ukur tersebut mampu dikatakan valid dan reliabel. Sebelum melakukan uji psikometri, peneliti melakukan pilot study terlebih dahulu yang dilakukan pada tanggal 9 Juni 2024 sampai dengan 20 Juni 2024.

Pilot study dilakukan dengan menyebar kuesioner melalui google form secara daring kepada subjek yang sesuai dengan kriteria penelitian, dari hasil uji pilot didapatkan responden sebanyak 70 partisipan. Setelah itu, peneliti melakukan uji reliabilitas dengan menggunakan software JASP 0.18.3.0.

A. Uji Validitas Uji validitas ialah pengujian yang dilakukan untuk melihat kesiapan alat ukur terhadap konstruk yang ingin diukur, apakah telah mengukur apa yang ingin diukur. Pengujian validitas pada alat ukur The Brief COPE dilakukan dengan menggunakan metode construct validity.

Construct validity dilakukan dalam bentuk penilaian yang diberikan oleh expert judgement. Analisis pada validitas konstruk dilakukan melalui perhitungan antara korelasi skor tiap aitem dengan skor total.

Berdasarkan hasil uji validitas, diketahui bahwa korelasi antara skor item dan skor total memiliki rentang nilai -0,009 – 0,653 dengan signifikan ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar item pada alat ukur The Brief COPE memiliki validitas yang baik dalam mengukur konstruk yang diteliti. Hasil uji validitas terlampir pada tabel 3.5. 37 (Shultz et al., 2014) (Shultz et al., 2014)

Tabel 3.5 Uji Validitas Alat Ukur Brief COPE Aitem PFC 7 PFC

10 PCF	14 PFC	23 PFC	25 PFC	7 - PFC	10	0,164***	- PFC
14	0,173***	0,254***	- PFC	23	0,131**	0,351***	0,211***
- PFC	25	0,128**	0,127**	0,174**	0,061	- Aitem	EFC 5 EFC 12
EFC 15	EFC 17	EFC 24	EFC 5	- EFC	12	0,134***	- EFC 15
0,300***	0,145**	- EFC	17	0,135**	0,194**	0,092	- EFC 24
0,124*	0,144**	0,080	0,172***	- Aitem	DFC 1	DFC 3	DFC 4 DFC
6 DFC	8 DFC	9 DFC	11 DFC	13 DFC	16 DFC	18 DFC	21 DFC 26
DFC 28	DFC 1	- DFC	3	- 0,144**	- DFC	4	0,007 0,031 - DFC
6	0,069	0,208***	- 0,019	- DFC	8	- 0,073	- 0,267** 0,148***

REPORT #24706235

-0,076 - DFC 9 -0,029 -0,119* 0,109* - 0,203*** 0,098* - DFC 11
 -0,092 0,017 0,210** * -0,009 0,076 0,115* - DFC 13 -0,018 0,054
 0,126* -0,026 0,153** 0,124* 0,101 * - DFC 16 -0,078 -0,025 0,131**
 0,022 0,075 0,231** * 0,118 * 0,243*** - DFC 18 0,139** 0,233**
 * 0,059 0,267 - 0,145** -0,086 0,008 - 0,225** * - 0,179** * -
 DFC 21 0,122* 0,328*** -0,007 0,340*** - 0,206*** - 0,195***
 -0,016 0,030 -0,055 0,277** * - DFC -0,116* -0,104* 0,128** -0,077
 0,183*** 0,296*** 0,146* 0,284*** 0,258** - - - 39 26 * * 0,222**
 * 0,136** DFC 28 0,148** 0,416*** 0,342*** 0,342*** - 0,164***
 -0,102* 0,074 0,011 0,010 0,518** * 0,477** * - 0,172** * -

Keterangan: PFC: Problem-focused coping EFC: Emotion-focused coping DFC:

Dysfunction-focused coping ($p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$) 40 B. **1** Uji Reliabilitas

Pengujian reliabilitas pada alat ukur The Brief COPE dilakukan dengan
 menggunakan teknik cronbach's alpha. Pengujian reliabilitas merupakan
 pengujian yang mana untuk melihat sejauh apa suatu alat ukur dapat
 memperoleh hasil yang konsisten (Shultz et al., 2020). Pengujian ini
 dilakukan dengan menyebarkan kuesioner yang dilakukan secara daring
 kepada 70 subjek yang sesuai dengan kriteria penelitian dan dari
 hasil data yang didapatkan diuji dengan menggunakan software JASP 0.18 **1** 3.0.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas, hasil yang didapatkan bahwa
 koefisien reliabilitas alpha pada dimensi problem-focused coping sebesar
 0.623, pada dimensi emotion-focused coping sebesar 0.485, dan pada
 dimensi dysfunctional-focused coping sebesar 0.353. Mengacu pada hasil
 uji reliabilitas tersebut maka dapat dikatakan alat ukur The Brief
 COPE reliabel atau konsisten. **1** Untuk itu, dapat dikatakan bahwa
 aitem-aitem pada alat ukur The Brief COPE akan memiliki skor yang
 sama antara satu sama lain. Analisis aitem pada alat ukur The
 Brief COPE dilakukan dengan melihat nilai item-rest correlation di
 setiap aitem pada software JASP 0.18 **1** 0. Jika aitem tersebut memiliki
 nilai $> 0,25$ maka aitem tersebut dikatakan dapat membedakan dengan baik,
 begitupun sebaliknya (Azwar, 2012). Pada alat ukur The Brief COPE

memiliki aitem sebanyak 28 aitem dan dengan 25 aitem menghasilkan nilai diatas $>0,25$ yang berarti dinyatakan sebagai aitem yang baik, sementara jika aitem memiliki nilai $>0,25$ maka aitem tersebut akan dieliminasi. Pada dimensi problem-focused coping terdapat 1 aitem yang memiliki nilai $>0,25$ yaitu aitem nomor 2 dengan nilai 0.154, lalu pada dimensi emotion-focused coping terdapat beberapa aitem nomor dengan nilai $>0,25$ yaitu pada aitem nomor 20 dengan nilai 0.108, aitem nomor 27 dengan nilai 0.221, aitem nomor 22 dengan nilai 0.226.

Pada dimensi dysfunctional-focused coping tidak terdapat aitem nomor yang memiliki nilai $>0,25$. Beberapa aitem tersebut yang terdapat pada dimensi problem-focused coping dan emotion-focused coping yang memiliki nilai $>0,25$ dilakukan eliminasi aitem. Tujuan melakukan analisis aitem yaitu untuk meningkatkan koefisien reliabilitas pada alat ukur yang digunakan (Azwar, 2012). 3.5 Teknik Analisis Data Peneliti menggunakan beberapa teknik analisis data dalam penelitian ini, diantaranya yaitu:

a. Statistik Deskriptif Teknik analisis statistik deskriptif diterapkan untuk melakukan deskripsi, rangkuman, dan menyederhanakan hasil yang telah didapatkan dari hasil penelitian (Gambaran umum yang dapat dilihat dari penelitian ini yaitu usia, waktu bekerja, pekerjaan yang dilakukan, status pernikahan, jumlah anak yang dimiliki, dan usia anak yang dimiliki. 

 5  9  17  21  24  33 Teknik analisis statistik deskriptif yang akan dihitung meliputi mean, standar deviasi, nilai minimum dan maksimum dengan menggunakan bantuan software JASP 0.19  9 2.0. b.  4  9 Statistik Inferensial Penelitian ini menggunakan teknik statistik inferensial.  9  26 Teknik analisis inferensial merupakan metode yang dilakukan berdasarkan hasil data sampel penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan kesimpulan atau membuat generalisasi mengenai populasi (Gravetter & Forzano, 2021). Penelitian ini kemudian menggunakan uji ANOVA untuk mengetahui apakah tipe coping strategy memiliki pengaruh terhadap work-life balance. Adapun analisis tambahan yang dilakukan yaitu contingency table untuk mengetahui kategori CS dan WLB berdasarkan usia, jenis pekerjaan, waktu bekerja, aktivitas

yang dilakukan saat senggang, bala bantuan dalam mengasuh anak, status pernikahan, jumlah anak yang dimiliki dan usia anak yang dimiliki, dan pendapatan setiap bulannya. **1** 3.6 Prosedur Penelitian Prosedur penelitian ini terdiri dari beberapa langkah yaitu sebagai berikut: 42 Gravetter et al., 2021) 1. **38** Langkah pertama, peneliti membuat kuesioner menggunakan google form yang berdasarkan aitem-aitem pada alat ukur The Brief COPE dan WLBS. 2. Langkah kedua, peneliti melakukan penyebaran kuesioner secara daring dengan menggunakan aplikasi WhatsApp dan Instagram dengan karakteristik yang sesuai dengan penelitian ini. 3. Langkah ketiga, pada saat keseluruhan data yang diperlukan sudah terkumpul sesuai dengan jumlah sampel yang dibutuhkan, lalu peneliti mengolah data dengan menggunakan microsoft excel untuk melakukan skoring. 4. Langkah keempat, setelah peneliti melakukan skoring data, kemudian peneliti melakukan uji asumsi dengan menggunakan software JASP 0.19.2.0. 5. Langkah kelima, peneliti melakukan uji hipotesis. 6. Langkah keenam, peneliti membuat kesimpulan berdasarkan hasil data yang telah diperoleh. **1 10 19 31**

43 BAB IV HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN 4.1 Gambaran Umum Subjek

Penelitian Gambaran umum pada subjek penelitian ini adalah ibu bekerja dengan rentang usia 26 – 60 tahun. Pengumpulan data subjek penelitian dilakukan dengan cara melalui google form yang disebar melalui whatsapp, instagram, dan rekan kerja orang tua juga kerabat keluarga. Penyebaran kuesioner dilakukan selama tiga bulan yang dimulai dari bulan September hingga Desember 2024, kemudian berdasarkan hasil penyebaran kuesioner mendapatkan total responden sebanyak 410 subjek. Pada tabel 4.1 menyajikan gambaran umum mengenai subjek penelitian.

Tabel 4.1 Gambaran Umum Subjek Penelitian (N = 410) Variabel Frekuensi

i	Persentase	Usia < 26 tahun	26 – 30 tahun	31 – 40 tahun	41 – 50 tahun	51 – 60 tahun
1	36,5%	34,8%	20,24%	89,0%	8,29%	1,95%
0,48%	Pendidikan Terakhir					
Tidak sekolah	SD / MI	SM P / MTS	SMA / MA	D1 / D2 / D3	S1 S2 S3	8 8 6 114 95 1
58	16,5%	1,95%	1,46%	27,80%	23,17%	38,53%
3,90						

% 1,22 % Pekerjaan yang Dilakukan Pegawai swasta Wiraswasta / wirausah
 a Pengajar / guru / dosen Konten kreator Aparatur Negara Sipil Lain
 nya Asisten rumah tangga Dokter / perawat Psikolog 95 87 53 50 3
 6 34 28 21 6 23,17 % 21,22 % 12,92 % 12,19 % 8,78 % 8,39
 % 6,82 % 5,12 % 1,46 % Berdasarkan gambaran umum subjek penelitian
 diketahui bahwa usia ibu bekerja didapatkan paling banyak pada usia
 26 – 30 tahun sebanyak 365 orang (89,%) yang dimana merupakan angk
 a usia produktif, selain itu pekerjaan yang dimiliki oleh ibu bekerja
 rata-rata merupakan pegawai swasta dengan hasil responden sebanyak 95
 orang (23,2%), dan adapun pendidikan terakhir yang ditempuh oleh ibu
 bekerja yaitu lulusan S1 dengan total responden sebanyak 158 orang
 (38,5%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden penelitian
 ini berada di angka usia produktif yang bekerja sebagai pegawai
 swasta yang merupakan lulusan pendidikan terakhir S1. Tabel 4.2
 Gambaran Umum Sosial-Ekonomi Kondisi Subjek Penelitian (N = 410) Variabe
 l Frekuensi Persentase Status Pernikahan Menikah Cerai hidup Cerai mati
 283 67 60 69,02 % 16,34 % 14,63 % Jumlah Anak yang Dimiliki 1
 – 2 3 – 4 5 – 6 382 27 1 93,17 % 6,58 % 0,24 % Usia Anak
 yang Dimiliki 1 – 6 bulan 7 – 12 bulan 1 – 5 tahun 6 – 10
 tahun 11 – 15 tahun 16 – 20 tahun 21 – 25 tahun 26 – 30 ta
 hun 3 4 166 60 92 56 23 6 0,73 % 0,97 % 40,40 % 14,60 %
 22,42 % 13,60 % 0,05 % 0,01 % Waktu Bekerja Fulltime (40 jam/
 minggu) Partime (20 jam/minggu) Freelance Harian 145 126 105 34
 35,36 % 30,73 % 25,61 % 8,29 % 45 Pendapatan Tiap Bulan >Rp. 30 1.000.000,- s/
 d Rp. 3.000.000,- >Rp. 3.000.000,- s/d Rp. 6.000.000,- >Rp. 6.000.000,- <Rp.
 1.000.000,- 224 127 47 12 54,63 % 30,97 % 11,46 % 2,93 %
 Mengacu pada tabel 4.2 diketahui bahwa ibu bekerja yang didapatkan
 masih berstatus menikah dengan total 283 responden atau 69,02 %.
 Disusul dengan jumlah anak yang dimiliki oleh ibu bekerja paling
 didominasi sebanyak 1-2 anak dengan jumlah responden 382 orang (93,17
 %). Jumlah usia anak yang dimiliki oleh ibu bekerja sangat beragam,

hal ini ditemukan paling banyak bahwa ibu bekerja memiliki anak pertama pada usia 1 – 5 tahun (40,4 %). Ibu bekerja dalam penelitian ini ditemukan banyak yang melakukan pekerjaan full-time sebanyak 145 responden (35,36 %), kemudian sebagai ibu bekerja tentunya menerima pendapatan setiap bulannya dan dalam hal ini paling banyak ditemukan ibu bekerja yang memiliki pendapatan sebanyak >Rp.1.000.000,- s/d Rp.3.000.000,- dengan total 224 responden (54,63 %). Berdasarkan hal tersebut maka disimpulkan bahwa rata-rata responden dalam penelitian ini masih berstatus menikah yang dimana anak yang dimiliki paling dominan dengan total anak 1 – 2, kemudian anak yang dimiliki masih berusia 1 – 5 tahun. Akibat kondisi status sosial yang dimiliki, ibu bekerja juga melakukan pekerjaan full-time yang memiliki pendapatan rata-rata rentang Rp.

30 1.000 000,- s/d Rp. 3.000 000,-. Tabel 4.3 Gambaran Umum Status

Sosial Variabel Frekuensi Persentase Siapa yang Membantu Dalam Mengurus

Anak Pasangan Tidak ada ART Baby sitter Orang tua Lainnya 142 95

76 55 33 9 34,63 % 23,17 % 18,53 % 13,41 % 8,04 % 2,19 %

Aktivitas yang Dilakukan Saat Senggang 46 Olahraga Jalan-jalan Arisan

Lainnya Kursus Bermain game 145 100 58 48 36 23 35,36 % 24,39 %

14,14 % 11,70 % 8,78 % 5,61 % Berdasarkan tabel 4.3 diketahui

bahwa ibu bekerja memiliki bala bantuan dalam mengurus anak paling banyak dibantu oleh pasangan sebanyak 142 responden (34,63 %) sehingga memungkinkan berdasarkan hal ini memengaruhi kondisi CS terhadap WLB pada ibu, kemudian ketika ibu bekerja sedang memiliki waktu senggang diisi dengan melakukan olahraga, ibu bekerja paling banyak melakukan olahraga sebanyak 145 responden (35,36 %) hal ini juga memungkinkan memengaruhi kondisi WLB pada ibu bekerja. **4.2 Analisis Utama Penelitian 4.2**

1 **1** Gambaran Variabel Work-Life Balance (WLB) Tabel 4.4 merupakan statistik

deskriptif untuk variabel WLB total dan masing-masing dimensinya. Tabel 4.4

Gambaran Variabel Work-Life Balance Work-Life Balance Mean Teoritik Mean

Empirik Minimal Maksimal Standar Deviasi Skor Total 51 54 36 84

10,23 Dimensi WIPL 15 12,40 5 25 4,61 PLIW 18 33,00 6 30 5,89

WEPL 10 16,50 5 15 1,55 PLEW 10 13,65 7 15 1,26 Tabel 4.4

menampilkan gambaran variabel WLB yang menunjukkan hasil skor total mean empirik (M=54) lebih besar jika dibandingkan dengan mean teoritik (M=51). Hasil pada mean empirik yang didapatkan artinya ibu bekerja memiliki work life balance yang cenderung rendah terhadap peningkatan pekerjaan dengan kehidupan pribadi dan meningkatnya 47 kehidupan pribadi karena pekerjaan. Pada dimensi work interference of personal life memiliki skor mean empirik (M=4,63) lebih kecil dibandingkan dengan mean teoritik, maka dapat disimpulkan bahwa ibu bekerja memiliki hambatan dalam pekerjaan terhadap kehidupan pribadi yang cenderung rendah. Pada dimensi personal life interference with work memiliki skor mean empirik (M =14,46) lebih kecil dibandingkan dengan mean teoritik, artinya ibu bekerja cenderung mengalami kehidupan pribadi yang mengganggu pekerjaan rendah. Pada dimensi work enhancement of personal life menunjukkan mean empirik (M= 13,48) lebih kecil dari pada mean teoritik, maka disimpulkan bahwa ibu bekerja memiliki peningkatan dalam kehidupan pribadi cenderung rendah terhadap pekerjaan. Dimensi personal life enhancement with work menunjukkan mean empirik (M= 13,65) lebih kecil dibandingkan dengan mean teoritik. Artinya, ibu bekerja memiliki kemampuan meningkatkan kehidupan pribadi terhadap pekerjaan cenderung rendah.

4.2.2 Gambaran Variabel Coping Strategy

Peneliti melakukan pengelompokan subjek penelitian berdasarkan tipe dimensi dengan menggunakan metode Z Score. Metode Z Score yang digunakan untuk mencari nilai standar dari setiap tipe, kemudian untuk melihat seberapa besar perbedaan suatu skor jika dibandingkan dengan mean yang dihitung berdasarkan antara skor mean dengan standar deviasi (Gravetter & Forzano, 2021). Cara untuk mengelompokan tipe CS dilakukan dengan melalui skor total dari setiap tipe, dalam penelitian ini berarti problem-focused coping, emotion-focused coping, dan dysfunctional focused coping. Hasil perhitungan Z Score dapat dilihat pada lampiran ... Rumus Z Score diperoleh seperti berikut: $ZScore = (Skor\ total$

tipe CS – Mean Empirik) 2 Pada tabel 4.5 memperlihatkan hasil perhitungan Z Score tipe CS. 48 Tabel 4.5 Hasil Perhitungan Z Score Tipe CS Tipe Coping Strategy Frekuensi Persentase (%) Emotion-Focused Coping (EFC) 143 34,8% Dysfunctional Coping (DFC) 135 32,9% Problem-Focused Coping (PFC) 132 32,1% Total 360 100% Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan ibu bekerja dominan menggunakan CS tipe EFC yaitu sebanyak 143 orang (34,8 %) yang artinya ibu bekerja lebih berfokus untuk mengelola emosi yang dirasakan akibat permasalahan yang terjadi. Pada CS tipe DFC sebanyak 135 ibu bekerja (32,9 %) yang dimana cara coping ini tidak bisa digunakan untuk jangka waktu yang panjang untuk mengatasi masalah. Di sisi lain, ibu bekerja yang menggunakan CS tipe PFC sebanyak 132 orang (32,1 %) untuk mengatasi permasalahan berdasarkan masalah yang dihadapi. Mengacu pada penjelasan tersebut diketahui bahwa ibu bekerja memiliki cara tersendiri untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi, baik itu dengan mencari solusi, mengendalikan emosi, dan melakukan penyelesaian masalah yang kurang efektif. Adapun gambaran variabel tipe CS yang ditunjukkan pada tabel 4.6 sebagai berikut. Tabel 4.6 Gambaran Variabel Coping Strategy Tipe Coping Strategy Mean Teoritik Mean Empirik Standar Deviasi Problem-Focused Coping (PFC) 12,5 18,28 1,577 Emotion-Focused Coping (EFC) 12,5 18,39 1,452 Dysfunctional Coping (DFC) 32,5 31,15 2,973 Total 410 (100%) 49 Tabel 4.6 menunjukkan nilai yang diperoleh berdasarkan mean teoritik, mean empirik, dan standar deviasi pada masing-masing tipe CS. Berikut ini merupakan rumus untuk menghitung mean empirik pada penelitian tipe yaitu: Mean Teoritik = $\left(\frac{\text{Jumlah aitem tipeCS} \times \text{Max. Likert}}{2} + \frac{\text{Jumlah aitem tipeCS} \times \text{Min. Likert}}{2} \right)$ Hasil perhitungan pada mean empirik jika lebih tinggi daripada mean teoritik memiliki arti bahwa ibu bekerja cenderung menggunakan setiap tipe CS ketika menghadapi permasalahannya. Berdasarkan tabel 4.6 diketahui bahwa tipe EFC memiliki nilai mean empirik tertinggi yaitu 18,39 %, selanjutnya diikuti dengan CS tipe

PFC yang memiliki mean empirik sebesar 18,28 %, sedangkan pada CS tipe DFC memiliki nilai mean teoritik yang lebih besar dibandingkan dengan mean empiriknya yaitu 31,15 %. Hal ini menunjukkan bahwa ibu bekerja cenderung melakukan penyelesaian masalah yang kurang efektif, seperti menyerah atau melakukan hal negatif (konsumsi alkohol, menghindari masalah).

1 10 4.3 Uji Asumsi Uji asumsi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu melalui uji asumsi Levene. Uji Levene dilakukan terhadap ketiga tipe CS dan WLB. Berdasarkan hasil uji Levene menunjukkan bahwa asumsi tidak terpenuhi ($F(2; 407,000) = 36,031; p < 0,001$). Berdasarkan hasil tersebut maka peneliti melanjutkan penelitian menggunakan Kruskal-Wallis untuk melakukan analisis WLB terhadap ketiga tipe CS, yaitu problem-focused coping (PCS), emotion-focused coping (EFC), dan dysfunctional-focused coping (DFC). Hasil perhitungan uji Levene dapat dilihat pada lampiran 14. 4.4 Uji Hipotesis Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan Kruskal-Wallis untuk mengetahui perbedaan skor WLB terhadap CS. Mengacu pada hasil uji Kruskal-Wallis, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan 50 pada ketiga tipe CS ($H(2) = 28,227; p < 0,001$). Pada lampiran 15, merupakan hasil penelitian yang menunjukkan adanya perbedaan skor antara WLB terhadap ketiga tipe CS. Berdasarkan perbedaan tersebut menunjukkan adanya pengaruh CS terhadap WLB. Tabel 4. 7 Uji Dunn's Post-Hoc Comparison Comparison z p DFC – EFC -5,253 <,001 DFC – PFC -1,962 0,050 EFC – PFC 3,233 0,001 Keterangan: PFC: Problem-Focused Coping EFC: Emotion-Focused Coping DFC: Dysfunctional-Focused Coping Pengujian post-hoc dilakukan untuk mengidentifikasi perbedaan yang terjadi pada ketiga tipe CS. Mengacu pada hasil uji dunn's post-hoc pada tabel 4.7 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara CS tipe DFC – EFC dan DFC – PFC. Hasil uji dunn's post-hoc tipe DFC – EFC menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan $z = -5,253, p = <,001$. Pada tipe DFC – PFC menunjukkan perbedaan yang signifikan dengan nilai $z = -1,962, p = 0,050$. Pada hasil uji post-hoc tipe EFC – PFC menunjukkan ada

nya pengaruh dengan nilai $z = 3,233$, $p = 0,001$. Pengujian post-hoc tidak hanya digunakan untuk melihat perbedaan antara tipe CS, namun juga untuk mengetahui pengaruh ketiga tipe CS terhadap WLB. Berdasarkan hasil uji dunn's post-hoc menunjukkan bahwa CS tipe DFC dan EFC memiliki pengaruh terhadap WLB ibu bekerja, kemudian tipe DFC dan PFC memiliki pengaruh terhadap WLB ibu bekerja, lalu tipe EFC dan PFC juga ditemukan adanya pengaruh terhadap WLB ibu bekerja. Oleh karena itu, berdasarkan hasil pengujian post-hoc dikatakan bahwa ketiga H_a dalam penelitian ini diterima.

10 4.5 Analisis Tambahan Peneliti melakukan

analisis tambahan untuk melihat pengaruh variabel CS terhadap WLB

berdasarkan beberapa faktor dengan menggunakan contingency table. 51 4.5 **16** 1

Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Status Pernikahan Peneliti

menggunakan contingency table untuk masing-masing tipe CS berdasarkan status pernikahan.

Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui distribusi data pada tiap tipe CS sesuai dengan status pernikahan yang ada.

Berdasarkan tabel 4.8 menunjukkan hasil contingency table tipe CS

berdasarkan status pernikahan. Tabel 4.8 Contingency Table Tipe CS

Berdasarkan Status Pernikahan Tipe CS Status Pernikahan Total Menikah

Cerai Hidup Cerai Mati DFC 89 (21,70 %) 22 (5,36 %) 24 (5,85 %)

135 (32,93%) EFC 105 (25,61 %) 23 (5,61 %) 15 (3,65 %) 143

(34,88%) PFC 89 (21,70 %) 22 (5,36 % %) 21 (5,12 %) 132

(32,19%) Total 283 (69,02 %) 60 (14,63 %) 67 (16,34 %) 410 (100%)

Mengacu pada tabel 4.8 menunjukkan bahwa mayoritas ibu bekerja yang menggunakan CS tipe EFC memiliki status menikah, kemudian mayoritas ibu

bekerja yang menggunakan CS tipe DFC memiliki status pernikahan cerai

hidup, sedangkan mayoritas ibu bekerja yang menggunakan CS tipe PFC

memiliki status pernikahan cerai mati. 4.5.2 Contingency Table Tipe CS

Berdasarkan Aktivitas Yang Dilakukan Saat Senggang Peneliti menggunakan

contingency table untuk masing-masing tipe CS berdasarkan aktivitas yang

dilakukan saat senggang. Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk

mengetahui distribusi data pada tiap tipe CS sesuai dengan aktivitas

yang dilakukan saat senggang. Berdasarkan tabel 4.9 menunjukkan hasil contingency table tipe CS berdasarkan status pernikahan. Tabel 4.9

Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Aktivitas yang Dilakukan Saat Senggang Aktivitas yang Dilakukan Saat Senggang 52 Tipe CS

Total Olahraga Kursus Arisan Jalan-Jalan Bermain Game Lainnya DFC 48 (11,70 %) 10 (2,43 %) 15 (3,65 %) 32 (7,80 %) 6 (1,46 %) 24 (5,85 %) 135 (32,93%) EFC 40 (9,75 %) 14 (3,41 %) 23 (5,61 %) 40 (9,75 %) 9 (2,19 %) 17 (4,14 %) 143 (34,88%) PFC 57 (13,90 %) 12 (2,92 %) 20 (4,87 %) 28 (6,82 %) 8 (1,95 %) 7 (1,70 %) 132 (32,19%) Total 145 (35,36%) 36 (8,78%) 58 (14,14%) 100 (24,39%) 23 (5,61%) 48 (11,70%) 410 (100%) Berdasarkan tabel 4.9 diketahui bahwa mayoritas ibu bekerja menggunakan CS tipe PFC melakukan olahraga untuk mengisi waktu luang, lalu ibu bekerja paling banyak yang menggunakan CS tipe EFC melakukan olahraga dan berjalan-jalan untuk mengisi waktu senggang, kemudian mayoritas ibu bekerja yang menggunakan CS tipe DFC melakukan hal lainnya dalam mengisi waktu senggang seperti beristirahat, menonton film, mengurus pekerjaan rumah, dan bermain bersama anak.

4.5.3 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Bala Bantuan Dalam Mengasuh Anak Peneliti menggunakan contingency table untuk masing-masing tipe CS berdasarkan bala bantuan dalam mengasuh anak. Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui distribusi data pada tiap tipe CS sesuai dengan bala bantuan dalam mengasuh anak. Berdasarkan tabel 4.10 menunjukkan hasil contingency table tipe CS berdasarkan bala bantuan dalam mengasuh anak. Tabel 4.10

Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Bala Bantuan Dalam Mengasuh Anak Tipe CS Bala Bantuan Dalam Mengasuh Anak Total Tidak Ada Orang Tua Baby Sitter ART Pasangan Lainnya a DFC 36 (8,78%) 15 (3,65%) 21 (5,12%) 30 (7,31%) 26 (6,34%) 7 (1,70%) 135 (32,93%) EFC 22 (5,36%) 12 (1,92%) 16 (3,90%) 22 (15,36%) 70 (17,07%) 1 (0,24%) 143 (34,88%) PFC 37 (9,02%) 6 (1,46%) 18 (4,39%) 24 (5,85%) 46 1 132 53 (11,22%) (0,24%) (32,19%) Total 95 (23,17%) 33 (8,04%) 55

(13,41%) 76 (18,53%) 142 (34,63%) 9 (2,19%) 410 (100%) Berdasarkan tabel 4.10 diketahui bahwa mayoritas ibu bekerja dengan CS tipe EFC dan PFC mendapatkan bantuan dari pasangan, kemudian mayoritas ibu bekerja yang menggunakan CS tipe DFC tidak memiliki bala bantuan dalam mengasuh anak. 4.5.4 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Pendapatan Rata-Rata Setiap Bulan Peneliti menggunakan contingency table untuk masing-masing tipe CS berdasarkan rata-rata setiap bulan. Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui distribusi data pada tiap tipe CS sesuai dengan pendapatan rata-rata setiap bulan.

Berdasarkan tabel 4.11 menunjukkan hasil contingency table tipe CS berdasarkan rata-rata setiap bulan. Tabel 4.11 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Pendapatan Rata-Rata Setiap Bulan Tipe CS Pendapatan Rata-Rata Setiap Bulan Total <Rp. 1.000.000 >Rp. 1.000.000 s/d Rp. 3.000.000 >Rp. 3.000.000 s/d Rp. 6.000.000 >Rp. 6.000.000 DFC 4 (0,97%)

80 (19,51%) 38 (9,26%) 13 (3,17%) 135 (32,93%) EFC 3 (0,73%) 77

(18,78%) 47 (11,46%) 16 (3,90%) 143 (34,88%) PFC 5 (1,22%) 67

(16,34%) 42 (10,24%) 18 (4,39%) 132 54 (32,19%) Total 12 (2,92%)

224 (54,63%) 127 (30,97%) 47 (11,46%) 410 (100%) Berdasarkan tabel

4.11 diketahui bahwa mayoritas ibu bekerja dengan CS tipe PFC memiliki pendapatan kurang dari Rp.1.000.000. Sebaliknya ibu bekerja dengan pendapatan >Rp. 1.000.000 s/d Rp. 3.000.000 mayoritas merupakan CS tipe DFC, sementara mayoritas ibu bekerja yang menggunakan CS tipe EFC memiliki pendapatan >Rp. 3.000.000 s/d Rp. 6.000.000, dan ibu bekerja paling banyak menggunakan CS tipe PFC memiliki pendapatan lebih dari Rp. 6.000.000. Kesimpulannya yaitu pemilihan tipe CS pada ibu bekerja disebabkan oleh kondisi ekonomi mereka. 4.5.5 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Waktu Bekerja Peneliti menggunakan contingency table untuk masing-masing tipe CS berdasarkan waktu bekerja. Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui distribusi data pada tiap tipe CS sesuai dengan waktu bekerja. Berdasarkan tabel 4.12 menunjukkan hasil contingency table tipe CS berdasarkan rata-rata waktu bekerja.

Tabel 4.12 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Waktu Bekerja Tipe CS Waktu Bekerja Total Full-time Part-time Freelance Harian DFC 44 (10,73%) 42 (10,24%) 33 (8,04%) 16 (3,90%) 135 (32,93%) EFC 53 (12,92%) 49 (11,95%) 29 (7,07%) 12 (2,92%) 143 (34,88%) PFC 48 (11,70%) 35 (8,53%) 43 (10,48%) 6 (1,46%) 132 (32,19%) Total 145 (35,36%) 126 (30,73%) 105 (25,61%) 34 (8,29%) 410 (100%) Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu yang bekerja menggunakan CS tipe EFC sebanyak 143 orang (34,88 %), kemudian diikuti 55 ibu bekerja menggunakan CS tipe PFC sebanyak 132 orang (32,20 %), dan ibu bekerja yang menggunakan CS tipe DFC sebanyak 135 orang (32,93 %). Kesimpulannya yaitu waktu bekerja yang dimiliki oleh masing-masing ibu memengaruhi penggunaan CS dalam menghadapi masalah.

4.5.6 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Pekerjaan yang Dilakukan Peneliti menggunakan contingency table untuk masing-masing tipe CS berdasarkan pekerjaan yang dilakukan. Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui distribusi data pada tiap tipe CS sesuai dengan pekerjaan yang dilakukan. Berdasarkan tabel 4.13 menunjukkan hasil contingency table tipe CS berdasarkan pekerjaan yang dilakukan.

Tabel 4.13 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Pekerjaan yang Dilakukan Pekerjaan yang Dilakukan Tipe CS Total DFC EFC PFC Wiraswasta/wirusaha 17 (12,5%) 46 (32,1%) 24 (18,1%) 87 (21,2%) Aparatur Sipil Negara 10 (7,4%) 11 (7,6%) 15 (11,3%) 36 (8,7%) Pegawai Swasta 33 (24,4%) 33 (23%) 29 (21,9%) 95 (23,1%) Content Creator 22 (16,2%) 13 (9%) 15 (11,3%) 50 (12,1%) Pengajar/guru/dosen 17 (12,5%) 13 (9%) 23 (17,4%) 53 (12,9%) Dokter/perawat 5 (3,7%) 5 (3,4%) 11 (8,3%) 21 (5,1%) Psikolog 2 (1,4%) 2 (1,3%) 2 (1,5%) 6 (1,4%) ART 12 (8,8%) 10 (6,9%) 6 (4,5%) 28 (6,8%) Lainnya 17 (12,5%) 10 (6,9%) 7 (5,3%) 34 (8,2%) Total 135 (32,83%) 143 (34,88%) 132 (32,19%) 410 (100%)

56 Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ibu yang bekerja sebagai wiraswasta/wirusaha cenderung menggunakan CS tipe EFC, kemudian ibu yang bekerja sebagai aparatur sipil negara cenderung menggunakan

PFC, selanjutnya ibu yang bekerja sebagai pegawai swasta dan content creator cenderung menggunakan CS tipe DFC, ibu yang bekerja sebagai pengajar cenderung menggunakan CS tipe PFC, adapun ibu yang bekerja sebagai dokter/perawat cenderung menggunakan CS tipe PFC, selanjutnya ibu yang bekerja sebagai psikolog cenderung menggunakan CS tipe PFC, lalu ibu bekerja sebagai ART cenderung menggunakan CS tipe DFC, dan ibu yang bekerja lainnya seperti barista, streamer, musisi cenderung menggunakan CS tipe DFC. Kesimpulannya yaitu pekerjaan yang dilakukan oleh ibu bekerja menentukan pemilihan tipe CS ketika menghadapi suatu permasalahan.

4.5.7 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Jumlah Anak

Peneliti menggunakan contingency table untuk masing-masing tipe CS berdasarkan jumlah anak. Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui distribusi data pada tiap tipe CS sesuai dengan jumlah anak. Berdasarkan tabel 4.14 menunjukkan hasil contingency table tipe CS berdasarkan jumlah anak. Tabel 4.14 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Jumlah Anak

Tipe CS	Jumlah Anak Total	1	2	3	4	5	6
DFC	124 (30,2%)	11 (2,6%)	0 (0,0%)	135 (32,9%)	130 (31,7%)	13 (3,1%)	0 (0,0%)
EFC	130 (31,7%)	13 (3,1%)	0 (0,0%)	143 (34,8%)	128 (31,2%)	3 (0,7%)	1 (0,2%)
PFC	128 (31,2%)	3 (0,7%)	1 (0,2%)	132 (32,1%)	382 (93,1%)	27 (6,5%)	1 (0,2%)
Total	382 (93,1%)	27 (6,5%)	1 (0,2%)	410 (100%)			

Mengacu pada tabel diatas diketahui bahwa ibu bekerja yang memiliki banyak anak 1 – 2 dan 3 – 4 cenderung menggunakan CS tipe EFC, kemudian jumlah anak 5 – 6 cenderung menggunakan CS tipe DFC. Kesimpulannya yaitu total anak yang dimiliki menjadi penentu pemilihan tipe CS pada ibu bekerja.

57 4.5.8 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Usia

Peneliti menggunakan contingency table untuk masing-masing tipe CS berdasarkan usia. Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui distribusi data pada tiap tipe CS sesuai dengan usia. Berdasarkan tabel 4.15 menunjukkan hasil contingency table tipe CS berdasarkan usia. Tabel 4.15 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Usia

Tipe CS	Usia Total	<26 tahun	26 – 30 tahun	31 – 40 tahun	41 – 50 tahun	51 – 60 tahun
DFC	116 (28,29%)	18 (4,39%)	1 (0,			

24%) 0 (0,00%) 135 (32,93%) EFC 1 (0,24%) 130 (31,70%) 9 (2,19%)
 3 (0,73%) 0 (0,00%) 143 (34,88%) PFC 1 (0,24%) 119 (29,02%) 7
 (1,70%) 4 (0,97%) 1 (0,24%) 132 (32,19%) Total 2 (0,48%) 365
 (89,02%) 34 (8,29%) 8 (1,95%) 1 (0,24%) 410 (100%) Hasil penelitian
 menunjukkan bahwa ibu bekerja usia <26 tahun menggunakan CS tipe EFC
 dan PFC, hal ini disebabkan karena pada kategori tersebut hanya
 terdapat 2 responden yang mengisi. Ibu bekerja yang berusia 26 – 3
 0 tahun cenderung menggunakan CS tipe EFC, kemudian ibu bekerja yang
 berusia 31 – 40 tahun cenderung menggunakan CS tipe DFC, selanjutny
 a ibu bekerja yang berusia 41 – 50 tahun cenderung menggunakan C
 S tipe DFC, dan ibu yang berusia 51 – 60 tahun yaitu menggunakan C
 S tipe PFC. Kesimpulannya adalah pemilihan tipe CS pada ibu bekerja
 cenderung menyesuaikan tipe CS dengan usia dan masalah yang dihadapi.
 Ibu bekerja dengan usia angka produktif lebih sering menggunakan CS
 tipe EFC, sedangkan ibu bekerja diatas 31 tahun lebih cenderung
 memilih menggunakan CS tipe DFC yang mana hanya dapat digunakan dalam
 jangka pendek.

5.8.4.5.9 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Pendidikan Terakhir
 Peneliti menggunakan contingency table untuk masing-masing tipe CS berdasarkan pendidikan terakhir. Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui distribusi data pada tiap tipe CS sesuai dengan pendidikan terakhir. Berdasarkan tabel 4.16 menunjukkan hasil contingency table tipe CS berdasarkan pendidikan terakhir.

Tabel 4.16 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Pendidikan Terakhir

Pendidikan Terakhir	Total	DFC	EFC	PFC	SD / MI
SD / MI	5 (3,7%)	4 (1,3%)	1 (0,7%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)
SMP / MTS	4 (2,9%)	1 (0,6%)	1 (0,7%)	2 (1,4%)	0 (0,0%)
SMA / MA	33 (24,4%)	33 (23%)	29 (21,9%)	114 (27,8%)	0 (0,0%)
D1 / D2	43 (31,8%)	19 (13,2%)	33 (25%)	95 (23,1%)	0 (0,0%)
S1	30 (22%)	77 (53,8%)	51 (38,6%)	158 (38,5%)	0 (0,0%)
S2	5 (3,7%)	6 (4,1%)	5 (3,7%)	16 (3,9%)	0 (0,0%)
S3	3 (2,2%)	1 (0,6%)	1 (0,7%)	5 (1,2%)	0 (0,0%)
Tidak Sekolah	5 (3,7%)	2 (1,3%)	1 (0,7%)	8 (1,9%)	0 (0,0%)
Total	135 (32,93%)	143 (34,88%)	132 (32,19%)	410 (100%)	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu

bekerja yang merupakan lulusan SD, SMP, SMA, dan D1/D2/D3 cenderung menggunakan CS tipe DFC, kemudian ibu bekerja yang merupakan lulusan S1 dan S2 cenderung menggunakan CS tipe EFC, sedangkan pada ibu bekerja yang merupakan lulusan S3 cenderung menggunakan CS tipe DFC, selain itu pada ibu bekerja yang tidak memiliki pendidikan terakhir cenderung menggunakan CS tipe DFC. Kesimpulannya yaitu hal ini mungkin terjadi karena seiring tinggi tingkat pendidikan terakhir yang dijalani oleh ibu bekerja maka memengaruhi cara bagaimana ibu bekerja untuk menghadapi suatu permasalahan.

59 4.5.10 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Usia Anak Pertama Peneliti melakukan contingency table CS berdasarkan usia anak pertama yang bertujuan untuk melihat kategori CS. Pada tabel 4.17 memperlihatkan gambaran ibu bekerja cenderung menggunakan tipe DFC yang memiliki anak pertama berusia anak 1 – 5 tahun . Hasil tersebut kemudian disusul oleh ibu bekerja yang memiliki anak berusia 1 – 6 bulan cenderung menggunakan CS tipe EFC. Ibu bekerja a yang memiliki anak berusia 7 – 12 bulan cenderung menggunakan C S tipe EFC. Ibu bekerja dengan anak berusia 6 – 10 tahun ditemuka n paling banyak menggunakan tipe PFC sebanyak 22 orang (16,6%), selanjutnya pada anak usia 11 – 15 tahun paling banyak ditemukan ib u bekerja menggunakan tipe EFC, lalu pada anak usia 16 – 20 tahu n ditemukan paling banyak ibu bekerja menggunakan tipe DFC. Adapun ibu bekerja dengan anak usia 21 – 30 tahun ditemukan paling banya k menggunakan tipe PFC

Tabel 4.17 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Usia Anak Pertama

Tipe CS	Usia Anak Pertama Total	1-6 bulan	7-12 bulan	1-5 tahun	6-10 tahun	11-15 tahun	16-20 tahun	21-25 tahun	26-30 tahun	DFC
DFC	(0,00%)	1 (0,24%)	59 (14,49%)	16 (3,93%)	21 (5,16%)	28 (6,88%)	8 (1,96%)	1 (0,24%)	135 (32,93%)	135 (32,93%)
EFC	2 (0,49%)	2 (0,49%)	48 (11,79%)	22 (5,40%)	44 (10,81%)	17 (4,17%)	5 (1,22%)	1 (0,24%)	143 (34,88%)	143 (34,88%)
PFC	1 (0,24%)	1 (0,24%)	58 (14,25%)	22 (5,40%)	25 (6,14%)	11 (2,70%)	10 (2,45%)	4 (0,98%)	132 (32,19%)	132 (32,19%)
Total	3 (0,73%)	3 (0,73%)	107 (26,73%)	70 (17,47%)	68 (17,02%)	24 (5,95%)	12 (2,97%)	12 (2,97%)	143 (34,88%)	143 (34,88%)

4 (0,98 %) 165 (40,54 %) 60 (14,74 %) 90 (22,11 %) 56 (13,75
 %) 23 (5,65 %) 6 (1,47 %) 410 (100%) Berdasarkan tabel diatas,
 hal ini berarti perbedaan usia anak yang dimiliki menjadi salah satu
 pemengaruh cara ibu bekerja dalam melakukan strategi koping untuk
 mengatasi permasalahan yang ada.

4.5.11 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Usia Anak Kedua

Berdasarkan tabel 4.18 diketahui bahwa total ibu bekerja yang memiliki anak kedua sebanyak 135 orang. Tabel 4.18 menunjukkan hasil contingency table CS berdasarkan usia anak kedua.

Usia Anak Kedua	Total	DFC	EFC	PFC
1-6 bulan	2	0	2	0
7-12 bulan	25	0	25	0
13-18 bulan	26	0	26	0
19-24 bulan	57	0	57	0
25-30 bulan	17	0	17	0
31-36 bulan	8	0	8	0
37-42 bulan	0	0	0	0
43-48 bulan	135	0	135	0

Pada tabel 4.18 menunjukkan bahwa ibu bekerja yang memiliki anak berusia 7 – 12 bulan dengan hasil yang sama rata dikarenakan hanya terdapat 2 responden yang memiliki anak kedua berusia 7 – 12 bulan, masing-masing menggunakan tipe EFC dan PFC. Ibu bekerja dengan anak usia 1 – tahun cenderung menggunakan CS tipe EFC, kemudian ibu bekerja yang memiliki anak berusia 6 – 10 tahun cenderung menggunakan tipe DFC, lalu ibu bekerja yang memiliki anak kedua usia 11 – 20 tahun ditemukan paling banyak menggunakan tipe PFC, dan pada anak usia 21 – 25 tahun cenderung menggunakan tipe DFC. Kesimpulannya yaitu cara ibu menangani permasalahan yang dihadapi memiliki perbedaan berdasarkan masing-masing usia anak yang dimiliki. Pada hal ini, usia anak memberikan pengaruh terhadap pemilihan strategi koping yang digunakan oleh ibu bekerja.

4.5.12 Contingency Table Tipe CS

Berdasarkan Usia Anak Ketiga Tabel 4.19 menunjukkan hasil contingency table untuk masing- masing tipe CS berdasarkan usia anak ketiga untuk mengetahui distribusi data pada setiap tipe CS. Tabel 4.19 Contingency Table Tipe CS Berdasarkan Jumlah dan Usia Anak Ketiga Tipe CS Usia Anak Ketiga Total 1-6 bula n 7-12 bulan 1-5 tahun 6-10 tahun 11-15 tahun 16-20 tahun 21- 25 tahu n 26-30 tahun DFC (0,00 %) 1 (3,44 %) 1 (3,44%) 3 (10,34%) 2 (6,89%) 1 (3,44%) (0,00 %) (0,00 %) 7 (24,13%) EFC (0,00 %) (0,00 %) 3 (10,34%) 5 (17,24%) 2 (6,89%) 3 (10,34%) (0,00 %) (0,00 %) 14 (48,27%) PFC (0,00 %) (0,00 %) 2 (6,89%) 2 (6,89%) 3 (10,34%) 1 (13,44%) (0,00 %) (0,00 %) 8 (27,50%) Total 0 (0,00 %) 1 (3,44 %) 6 (20,69 %) 10 (34,48 %) 7 (24,13 %) 5 (17,24 %) (0,00 %) (0,00 %) 29 (100%) Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu bekerja dengan anak ketiga berusia 7 – 12 bulan menggunakan CS tipe EFC, ha l ini dikarenakan dalam penelitian hanya ditemukan satu responden ibu bekerja yang memiliki anak ketiga dengan usia dibawah 3 tahun. Ibu bekerja yang memiliki anak ketiga 62 berusia 1 – 5 tahun cenderung menggunakan CS tipe EFC, kemudian ibu bekerja yang memiliki anak berusia 6 – 10 tahun cenderung menggunakan tipe EFC, sedangkan pad a anak ketiga usia 11 – 15 tahun cenderung menggunakan tipe PFC, da n pada anak ketiga usia 16 – 20 tahun diketahui cenderung menggunaka n tipe EFC. Kesimpulanya, ibu yang memiliki tiga anak menggunakan cara yang berbeda-beda untuk menangani permasalahan yang ada, dan diketahui bahwa usia anak ketiga memengaruhi ibu bekerja dalam menentukan tipe CS. 4.5

16 13 Contingency Table WLB Berdasarkan Status Pernikahan Peneliti melakukan contingency table WLB berdasarkan status pernikahan, tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui kategori WLB berdasarkan status pernikahan. Tabel 4.20 merupakan hasil contingency table WLB berdasarkan status pernikahan. Tabel 4.20 Tabel 4.20 Contingency Table WLB Berdasarkan Status Pernikahan Kategori WLB Status Pernikahan Total Menikah Cerai Hidup Cerai Mati Rendah 168 (40,97%)

60 (14,63%) 52 (12,68%) 280 (68,30%) Tinggi 115 (28,04%) 7 (1,70%)
 8 (1,95%) 130 (31,70%) Total 283 (69,02 %) 67 (14,63 %) 60 (16,34
 %) 410 (100%) Berdasarkan tabel 4.20 diketahui bahwa ibu bekerja
 dengan status pernikahan menikah memiliki WLB yang tinggi, namun
 sebaliknya pada ibu bekerja yang memiliki status pernikahan bercerai
 mempunyai WLB yang rendah. 63 4.5.14 Contingency Table WLB Berdasarkan
 Usia Anak Pertama Peneliti melakukan contingency table WLB berdasarkan
 usia anak pertama yang bertujuan untuk melihat kategori WLB. Tabel
 4.21 merupakan contingency table WLB berdasarkan usia anak pertama.
 Tabel 4.21 Contingency Table WLB Berdasarkan Usia Anak Pertama Katego
 ri WLB Usia Anak Pertama Total 1-6 bulan 7-12 bulan 1-5 tahun 6-
 10 tahun 11-15 tahun 16-20 tahun 21-25 tahun 26-30 tahun RENDAH
 3 (0,73 %) 3 (1%) 149 (36,60%) 32 (7,86%) 31 (7,61%) 31
 (5,40%) 22 (5,40 %) 6 (1,47 %) 280 (68,30 %) TINGGI (0,00 %) 1
 (0,24 %) 16 (3,93%) 28 (6,88%) 59 (14,49%) 1 (0,24%) 1 (0,24
 %) 0 (0,00 %) 130 (31,70 %) Total 3 (0,73 % 4 (0,98 %) 165
 (40,54 %) 60 (14,74 %) 90 (22,11 %) 56 (13,75 %) 23 (5,65 %)
 6 (1,47 %) 410 (100%) Tabel 4.21 menunjukkan bahwa ibu bekerja
 yang memiliki anak pertama memiliki WLB kategori rendah. Melalui hasil
 tersebut diketahui jika ibu bekerja yang memiliki CS yang berpengaruh
 terhadap WLB, hal ini tidak berarti ibu bekerja memiliki WLB yang
 tinggi. 4.5.15 Contingency Table WLB Berdasarkan Usia Anak Kedua
 Peneliti melakukan contingency table WLB berdasarkan usia anak kedua
 yang bertujuan untuk melihat kategori WLB. Tabel 4.22 merupakan
 contingency table WLB berdasarkan usia anak kedua. Tabel 4.22
 Contingency Table WLB Berdasarkan Usia Anak Kedua Katego ri WLB Usia
 Anak Kedua Total 1-6 bulan 7-12 bulan 1-5 tahun 6-10 tahun 11-
 15 tahun 16-20 tahun 21-25 tahun 26- 30 tahu n 64 RENDAH (0,00
 %) 2 (1,48 %) 19 (14,07%) 25 (18,51%) 48 (35,55%) 16
 (11,85%) 8 (5,92 %) (0,00 %) 118 (87,40%) TINGGI (0,00 %)
 (0,00 %) 6 (4,44%) 1 (0,74%) 9 (6,66%) 1 (0,74%) (0,00 %) (0,00

%) 17 (12,59%) Total (0,00 %) 2 (1,48 %) 25 (18,51 %) 26
 (19,25 %) 57 (42,2%) 17 (12,5%) 8 (5,92 %) (0,0 0%) 135
 (100%) Tabel 4.22 menunjukkan bahwa ibu bekerja yang memiliki anak
 kedua memiliki WLB kategori rendah. Melalui hasil tersebut diketahui
 jika ibu bekerja yang memiliki CS yang berpengaruh terhadap WLB, hal
 ini tidak berarti ibu bekerja memiliki WLB yang tinggi. 4.5.16
 Contingency Table WLB Berdasarkan Usia Anak Ketiga Peneliti melakukan
 contingency table WLB berdasarkan usia anak ketiga yang bertujuan untuk
 melihat kategori WLB. Tabel 4.23 merupakan contingency table WLB
 berdasarkan usia anak ketiga. Tabel 4.23 Contingency Table WLB
 Berdasarkan Usia Anak Ketiga Katego ri WLB Usia Anak Ketiga Total
 1-6 bula n 7-12 bulan 1-5 tahun 6–10 tahun 11–15 tahun 16–20
 tahun 21- 25 tahu n 26-30 tahun RENDAH (0,00 %) 1 (3,44 %) 5
 (17,24%) 8 (27,58%) 4 (13,79%) 4 (13,79%) (0,00 %) (0,00
 %) 22 (75,86%) TINGGI (0,00 %) 0 (0,00 %) 1 (3,44%) 2 (6,89%)
 3 (10,34%) 1 (3,44%) (0,00 %) (0,00 %) 7 (24,14%) Total (0,0
 0%) 1 (3,44 %) 6 (20,69 %) 10 (34,48 %) 7 (24,1%) 5 (17,2%
) (0,0 0%) (0,00 %) 29 (100%) Tabel 4.23 menunjukkan bahwa ibu
 bekerja yang memiliki anak pertama memiliki WLB kategori rendah.
 Melalui hasil tersebut diketahui jika 65 ibu bekerja yang memiliki CS
 yang berpengaruh terhadap WLB, hal ini tidak berarti ibu bekerja
 memiliki WLB yang tinggi. 4.5.17 Contingency Table WLB Berdasarkan
 Aktivitas yang Dilakukan Saat Senggang Peneliti melakukan contingency
 table WLB berdasarkan aktivitas yang dilakukan saat senggang yang
 bertujuan untuk melihat kategori WLB. Tabel 4.24 merupakan contingency
 table WLB berdasarkan aktivitas yang dilakukan saat senggang. Tabel
 4.24 Contingency Table WLB Berdasarkan Aktivitas yang Dilakukan Saat
 Senggang Katego ri WLB Aktivitas yang Dilakukan Saat Senggang Total
 Olahra ga Kursu s Arisan Jalan- Jalan Bermain Game Lainny a
 RENDAH 113 (27,56%) 26 (6,34 %) 39 (9,51%) 57 (13,90%) 19
 (4,63%) 26 (6,34%) 280 (68,30%) TINGGI 32 (7,80%) 10 (2,43 %) 19

(4,63%) 43 (10,48%) 4 (0,97%) 22 (5,36%) 130 (31,70%) Total 145
 (35,36%) 36 (8,78%) 58 (14,14%) 100 (24,39%) 23 (5,61%)
 48 (11,7%) 410 (100%) Tabel 4.24 menunjukkan bahwa ibu bekerja
 yang melakukan aktivitas pada saat senggang cenderung memiliki WLB
 yang rendah. Umumnya jika ibu bekerja berhasil menyeimbangkan dan
 memiliki waktu senggang diantara kedua peran menunjukkan ibu bekerja
 tersebut memiliki WLB yang tinggi, namun dalam hasil penelitian ini
 memiliki hasil yang bertolak belakang. 4.5.18 Contingency Table WLB
 Berdasarkan Berdasarkan Bala Bantuan Dalam Mengasuh Anak Peneliti
 menggunakan contingency table untuk masing-masing kategori WLB berdasarkan
 bala bantuan dalam mengasuh anak. Tujuan dilakukan contingency table
 yaitu untuk mengetahui distribusi data pada 66 tiap kategori WLB
 sesuai dengan bala bantuan dalam mengasuh anak. Berdasarkan tabel 4.25
 menunjukkan hasil contingency table WLB berdasarkan bala bantuan dalam
 mengasuh anak. Tabel 4.25 Contingency Table WLB Berdasarkan Bala
 Bantuan Dalam Mengasuh Anak Kategori WLB Bala Bantuan Dalam Mengasuh
 Anak Total Tidak Ada Orang Tua Baby Sitter ART Pasangan Lainnya
 RENDAH 81 (19,75%) 28 (6,82%) 42 (10,24%) 69 (16,82%) 56
 (13,65%) 4 (0,97%) 280 (68,30%) TINGGI 14 (3,41%) 5 (1,22%)
 13 (3,17%) 7 (1,70%) 86 (20,97%) 5 (1,22%) 130 (31,70%) Total
 95 (23,1%) 33 (8,04%) 55 (13,41%) 76 (18,53%) 142 (34,63
 %) 9 (2,19%) 410 (100%) Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu
 bekerja cenderung mengalami WLB yang rendah walaupun sebagian besar
 memiliki bantuan dalam mengasuh anak. Hal ini dapat terjadi karena
 meskipun mereka mendapatkan bantuan dalam mengasuh anak, tetapi mereka
 tetap mengalami kesulitan dalam menyeimbangkan dua peran akibat sudah
 terlebih dahulu merasa lelah ataupun stres karena tekanan yang dimiliki
 antara kedua peran. 67 4.5.19 Contingency Table WLB Berdasarkan
 Pendapatan Rata- Rata Setiap Bulan Peneliti menggunakan contingency table
 untuk masing-masing kategori WLB berdasarkan rata-rata setiap bulan.
 Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui distribusi data

pada tiap kategori WLB sesuai dengan pendapatan rata-rata setiap bulan. Berdasarkan tabel 4.26 menunjukkan hasil contingency table WLB berdasarkan rata-rata setiap bulan. Tabel 4.26 Contingency Table WLB Berdasarkan Pendapatan Rata-Rata Setiap Bulan Kategori WLB Pendapatan Rata-Rata Setiap Bulan Total <Rp. 30 1.000 000 >Rp. 1.000 000 s/d Rp. 3.000 000 >Rp. 3.000 000 s/d Rp. 6.000.000 >Rp. 6.000.000 RENDAH 6 (1,46%) 151 (35,82%) 91 (22,19%) 32 (7,80%) 280 (68,30%) TINGGI 6 (1,46%) 73 (17,80%) 36 (8,78%) 15 (3,65%) 130 (31,70%) Total 12 (2,92%) 224 (54,63%) 127 (30,9%) 47 (11,46%) 410 (100%) Berdasarkan tabel 4.26 menunjukkan bahwa pendapatan yang dimiliki ibu bekerja cenderung rendah. Hasil data menunjukkan semakin besar pendapatan yang dimiliki oleh ibu bekerja, tidak memengaruhi kondisi WLB. Hal ini memungkinkan untuk terjadi karena walaupun dengan memiliki pendapatan bulanan, ibu bekerja tetap merasa kesulitan dalam menyeimbangkan perannya. 4.5.20 Contingency Table WLB Berdasarkan Waktu Bekerja Peneliti menggunakan contingency table untuk masing-masing kategori WLB berdasarkan waktu bekerja. Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui distribusi data pada tiap kategori WLB sesuai dengan waktu bekerja. Berdasarkan tabel 4.27 menunjukkan hasil contingency table WLB berdasarkan rata-rata waktu bekerja. 68 Tabel 4.27 Contingency Table WLB Berdasarkan Waktu Bekerja Kategori WLB Waktu Bekerja Total Full-time Part-time Freelance Harian RENDAH 88 (21,46%) 85 (20,73%) 78 (19,02%) 29 (7,07%) 280 (68,30%) TINGGI 57 (13,90%) 41 (10,00%) 27 (6,56%) 5 (1,22%) 130 (31,70%) Total 145 (35,36%) 126 (30,73%) 105 (25,61%) 34 (8,29%) 410 (100%) Berdasarkan tabel 4.27 menunjukkan hasil bahwa waktu bekerja yang dimiliki ibu bekerja cenderung rendah. Melalui hasil tersebut diketahui jika ibu bekerja memiliki waktu bekerja yang rendah maka dapat dikategorikan ke dalam WLB yang tinggi, hal ini disebabkan karena jika waktu yang dimiliki ibu bekerja rendah maka ibu bekerja lebih mampu untuk menyeimbangkan kedua perannya. 4.5.21 Contingency Table WLB Berdasarkan Pekerjaan yang Dilakukan Peneliti menggunakan contingency table

untuk masing-masing kategori WLB berdasarkan pekerjaan yang dilakukan. Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui distribusi data pada tiap WLB sesuai dengan pekerjaan yang dilakukan. Berdasarkan tabel 4.28 menunjukkan hasil contingency table WLB berdasarkan pekerjaan yang dilakukan.

Kategori WLB	Jumlah	Persentase
Rendah Wiraswasta/ wirausaha	51	12,43%
Aparatur Sipil Negara	10	2,43%
Pegawai Swasta	20	4,87%
Content Creator	6	1,46%
Pengajar/guru/dosen	16	3,90%
Dokter/perawat	5	1,22%
Psikolog	1	0,24%
ART	5	1,22%
Lainnya	16	3,90%
Total	130	68,30%

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.28 menunjukkan bahwa ibu bekerja dengan beberapa pekerjaan yang dilakukan cenderung rendah. Melalui hasil tersebut diketahui bahwa tekanan yang didapat dari pekerjaan cenderung rendah sehingga ibu bekerja mampu menyeimbangkan kedua peran.

4.5.22 Contingency Table WLB Berdasarkan Jumlah Anak
 Peneliti menggunakan contingency table untuk masing-masing kategori WLB berdasarkan jumlah anak. Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui distribusi data pada tiap kategori WLB sesuai dengan jumlah anak. Berdasarkan tabel 4.29 menunjukkan hasil contingency table WLB berdasarkan jumlah anak.

Kategori WLB	Jumlah Anak	Total	Persentase
RENDAH	266	13	3,17%
TINGGI	116	14	3,41%
	27	1	0,24%
	116	0	0,00%
Total	382	130	93,17%

Hasil penelitian yang terdapat pada tabel 4.29 menunjukkan bahwa ibu bekerja berada dalam kategori rendah. Melalui hasil tersebut maka dapat dikatakan WLB pada ibu bekerja dipengaruhi oleh jumlah anak yang dimilikinya, hal ini mungkin terjadi dikarenakan adanya tuntutan yang dijalankan untuk mengasuh anak seperti

menyiapkan sarapan, mengantar anak ke sekolah, memandikan anak, mengajarkan anak, dan lainnya. 4.5.23 Contingency Table WLB Berdasarkan Usia Peneliti menggunakan contingency table untuk masing-masing kategori WLB berdasarkan usia. Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui distribusi data pada tiap kategori WLB sesuai dengan usia.

Berdasarkan tabel 4.30 menunjukkan hasil contingency table WLB berdasarkan usia. Tabel 4.30 Contingency Table WLB Berdasarkan Usia Kategori WLB Usia Total < 26 tahun 26 – 30 tahun 31 – 40 tahun

Kategori WLB	< 26 tahun	26 – 30 tahun	31 – 40 tahun	41 – 50 tahun	51 – 60 tahun	Total
RENDAH	0 (0,00%)	251 (61,22%)	21 (5,12%)	7 (1,70%)	0 (0,00%)	280 (68,30%)
TINGGI	2 (0,48%)	114 (27,80%)	13 (3,17%)	1 (0,24%)	0 (0,00%)	130 (31,70%)
Total	2 (0,48%)	365 (89,02%)	34 (8,29%)	8 (1,95%)	1 (0,24%)	410 (100%)

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa usia pada ibu bekerja dominan pada usia angka produktif namun cenderung rendah. Semakin bertambah usia pada ibu bekerja umumnya akan meningkat karena ibu bekerja lebih memiliki pengalaman dalam hidup bagaimana cara menyeimbangkan kedua peran yang dijalani. 71 4.5.24 Contingency Table

WLB Berdasarkan Pendidikan Terakhir Peneliti menggunakan contingency table untuk masing-masing kategori WLB berdasarkan pendidikan terakhir. Tujuan dilakukan contingency table yaitu untuk mengetahui distribusi data pada tiap kategori WLB sesuai dengan pendidikan terakhir. Berdasarkan tabel 4.31 menunjukkan hasil contingency table WLB berdasarkan pendidikan terakhir. Tabel 4.31 Contingency Table WLB Berdasarkan Pendidikan

Kategori WLB	Total	Tinggi	Rendah	SD / MI
RENDAH	4 (0,97%)	4 (0,97%)	8 (1,95%)	SMP / MTS 4 (0,97%)
TINGGI	2 (0,48%)	6 (1,46%)	SMA / MA 16 (3,90%)	98 (23,90%)

Kategori WLB	Total	Tinggi	Rendah	SD / MI
RENDAH	6 (1,46%)	114 (27,8%)	D1 / D2 / D3 11 (2,68%)	84 (20,48%)
TINGGI	95 (23,17%)	S1 88 (21,46%)	70 (17,07%)	158 (38,53%)

Kategori WLB	Total	Tinggi	Rendah	SD / MI
RENDAH	5 (1,22%)	11 (2,68%)	16 (3,90%)	S3 2 (0,48%)
TINGGI	3 (0,73%)	5 (1,22%)	Tidak Sekolah 2 (0,48%)	6 (1,46%)

72 Mengacu pada tabel 4.31 menunjukkan hasil pendidikan terakhir yang ditempuh oleh ibu bekerja

cenderung rendah. Umumnya jika ibu bekerja memiliki pendidikan terakhir hingga menjadi sarjana, ibu bekerja lebih mampu memahami dan menyeimbangkan kedua peran, sehingga berdasarkan hal ini memungkinkan terjadi berada pada kategori rendah karena tuntutan yang dimiliki atas kedua peran lebih besar daripada kemampuan ibu untuk menyeimbangkan kedua perannya. 1

37 73 BAB V PENUTUP 5.1 Kesimpulan Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh masing-masing tipe CS terhadap WLB pada ibu bekerja. **36** 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. **15** 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 74 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 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 75 Adisa et al. (2016) 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 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 76 (Rajgariah et al., 2021) 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.

24 44 46 5.3

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

44

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 77 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.

REPORT #24706235

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. 78



REPORT #24706235

Results

Sources that matched your submitted document.

● IDENTICAL ● CHANGED TEXT

INTERNET SOURCE		
1.	3.8% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/9127/16/16.%20Bukti%20Lolos%20Plagiarism...	● ●
INTERNET SOURCE		
2.	1.15% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/6157/10/10.%20BAB%20III.pdf	● ●
INTERNET SOURCE		
3.	0.95% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/2419/24/10.%20BAB%203.pdf	●
INTERNET SOURCE		
4.	0.85% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/8890/10/10.%20BAB%20III.pdf	●
INTERNET SOURCE		
5.	0.78% repository.uinjkt.ac.id https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/46405/1/INDRA%20...	●
INTERNET SOURCE		
6.	0.66% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/6179/10/10.%20BAB%20III.pdf	●
INTERNET SOURCE		
7.	0.63% jca.esaunggul.ac.id https://jca.esaunggul.ac.id/index.php/jpsy/article/download/178/180	●
INTERNET SOURCE		
8.	0.4% repository.uinjkt.ac.id https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/47140/1/AHMAD%20...	●
INTERNET SOURCE		
9.	0.39% dqlab.id https://dqlab.id/teknik-analisis-data-deskriptif-dan-inferensial	●



REPORT #24706235

INTERNET SOURCE		
10. 0.38%	eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/9124/11/11.%20BAB%20IV.pdf	●
INTERNET SOURCE		
11. 0.38%	jurnal.wicida.ac.id https://jurnal.wicida.ac.id/index.php/sebatik/article/download/2088/822/8392	●
INTERNET SOURCE		
12. 0.35%	repository.uinjkt.ac.id https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/79074/1/AHMAD%2...	●
INTERNET SOURCE		
13. 0.34%	repository.ub.ac.id http://repository.ub.ac.id/165987/1/Diah%20Lailatul%20Qodrizana.pdf	●
INTERNET SOURCE		
14. 0.33%	jurnal.unmer.ac.id https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/article/download/10986/pdf	●
INTERNET SOURCE		
15. 0.32%	lib.ui.ac.id https://lib.ui.ac.id/file?file=digital/old30/20321490-S-Junita%20Sinaga.pdf	●
INTERNET SOURCE		
16. 0.31%	eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/7624/11/11.%20BAB%20IV.pdf	●
INTERNET SOURCE		
17. 0.3%	repository.uinjkt.ac.id https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/76289/1/DWI%20HA..	●
INTERNET SOURCE		
18. 0.27%	repository.unika.ac.id http://repository.unika.ac.id/21581/4/18.E3.0048%20AGE%20AYU%20M%20-%2...	●
INTERNET SOURCE		
19. 0.25%	repository.uinjkt.ac.id https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/52643/1/NUR%20FA..	●
INTERNET SOURCE		
20. 0.24%	repository.unair.ac.id https://repository.unair.ac.id/133574/1/Pengaruh%20Komponen%20Work-life%...	●



REPORT #24706235

INTERNET SOURCE		
21.	0.24% digilibadmin.unismuh.ac.id https://digilibadmin.unismuh.ac.id/upload/38960-Full_Text.pdf	●
INTERNET SOURCE		
22.	0.23% repo.undiksha.ac.id https://repo.undiksha.ac.id/2871/3/1613021037-BAB%201%20PENDAHULUAN.p...	●
INTERNET SOURCE		
23.	0.21% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/6217/10/10.%20BAB%20III.pdf	●
INTERNET SOURCE		
24.	0.21% repository.uinjkt.ac.id https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/74292/1/ALYA%20Q...	●
INTERNET SOURCE		
25.	0.19% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/4277/38/10.%20BAB%20III.pdf	●
INTERNET SOURCE		
26.	0.18% www.tredio.id https://www.tredio.id/2024/12/metode-statistik-konsep-dan-aplikasi.html	●
INTERNET SOURCE		
27.	0.18% repository.upi.edu http://repository.upi.edu/35365/4/S_AD_P_1506943_Chapter3.pdf	●
INTERNET SOURCE		
28.	0.17% repository.unair.ac.id https://repository.unair.ac.id/133574/	●
INTERNET SOURCE		
29.	0.17% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/9228/10/10.%20Bab%20III.pdf	●
INTERNET SOURCE		
30.	0.17% repo.darmajaya.ac.id http://repo.darmajaya.ac.id/12040/9/BAB%204.pdf	●
INTERNET SOURCE		
31.	0.14% repository.unj.ac.id http://repository.unj.ac.id/225/5/5.%20BAB%20IV.pdf	●



REPORT #24706235

INTERNET SOURCE		
32.	0.14% lib.ui.ac.id https://lib.ui.ac.id/file?file=pdf/abstrak-20319601.pdf	●
INTERNET SOURCE		
33.	0.13% feb.unila.ac.id https://feb.unila.ac.id/wp-content/uploads/2015/08/BEN-MARSHALL-101103103...	●
INTERNET SOURCE		
34.	0.12% jbasic.org https://jbasic.org/index.php/basicedu/article/download/3206/pdf/12470	●
INTERNET SOURCE		
35.	0.11% repository.unja.ac.id https://repository.unja.ac.id/12052/4/Bab%20I.pdf	●
INTERNET SOURCE		
36.	0.11% ejournal3.undip.ac.id https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/djom/article/download/47749/32407	●
INTERNET SOURCE		
37.	0.11% repository.uinjkt.ac.id https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/75215/1/SKRIPSI_R...	●
INTERNET SOURCE		
38.	0.1% www.academia.edu https://www.academia.edu/83059803/Pengaruh_Regulasi_Diri_Terhadap_Kesia...	●
INTERNET SOURCE		
39.	0.1% repository.stiedewantara.ac.id http://repository.stiedewantara.ac.id/1903/5/15.%20BAB%203.pdf	●
INTERNET SOURCE		
40.	0.1% aksiologi.org https://aksiologi.org/index.php/inner/article/download/690/526/4868	●
INTERNET SOURCE		
41.	0.1% jurnal.stie-aas.ac.id https://jurnal.stie-aas.ac.id/index.php/jjie/article/download/15645/pdf	●
INTERNET SOURCE		
42.	0.08% www.ukessays.com https://www.ukessays.com/essays/social-work/work-life-balance-within-organi...	●



REPORT #24706235

INTERNET SOURCE		
43.	0.08% repository.ukwms.ac.id https://repository.ukwms.ac.id/33481/6/BAB%205.pdf	●
INTERNET SOURCE		
44.	0.08% repository.uinjkt.ac.id https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/78707/1/LINTANG%...	●
INTERNET SOURCE		
45.	0.07% repositori.uin-alauddin.ac.id http://repositori.uin-alauddin.ac.id/21971/1/MUSLIMIN%20M_70300118001.pdf	●
INTERNET SOURCE		
46.	0.07% repository.upi.edu http://repository.upi.edu/15987/8/S_EKO_1006189_Chapter5.pdf	●
INTERNET SOURCE		
47.	0.06% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/4341/10/10.%20BAB%20III.pdf	●
INTERNET SOURCE		
48.	0.05% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/8890/9/9.%20BAB%20II.pdf	●
INTERNET SOURCE		
49.	0.04% repository.uhn.ac.id https://repository.uhn.ac.id/bitstream/handle/123456789/8795/LADY%20NOVIA...	●

● QUOTES

INTERNET SOURCE		
1.	0.14% www.ukessays.com https://www.ukessays.com/essays/social-work/work-life-balance-within-organi...	
INTERNET SOURCE		
2.	0.12% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/8890/9/9.%20BAB%20II.pdf	
INTERNET SOURCE		
3.	0.01% eprints.upj.ac.id https://eprints.upj.ac.id/id/eprint/2419/24/10.%20BAB%203.pdf	