

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Lingkungan keluarga dapat disebut sebagai lingkup sosial yang paling kecil namun berdampak besar bagi perkembangan manusia. Secara umum keluarga dengan anggota lengkap memiliki ayah, ibu, dan anak dengan fungsinya masing-masing. Kondisi keluarga yang utuh menjadi dambaan hampir semua orang. Tetapi, pada kenyataannya terdapat orang yang tidak mampu mempertahankan kondisi keluarga secara lengkap. Beberapa diantaranya harus berhadapan dengan perceraian, kematian pasangan maupun ditinggalkan oleh pasangan. Fenomena ini memunculkan status *single parent*. Kategori *single parent* dapat diklasifikasikan menjadi dua yaitu *single father* dan *single mother*. *Single father* merupakan ayah yang tidak mempunyai pasangan dan harus menjalankan peran gandanya, sedangkan *single mother* merupakan ibu yang tidak memiliki suami dan harus berperan menjadi ibu rumah tangga maupun kepala keluarga (Armin, 2021).

Fenomena *single mother* banyak dialami oleh sebagian ibu di Indonesia dengan mengacu pada beberapa data yang tercatat. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional di tahun 2015 mencatat sebanyak 7,9 juta kepala keluarga perempuan berstatus sebagai *single parent* (Susanto, 2015). Hasil data dari Badan Pusat Statistik (2015) juga mencatat sebanyak 23,95% perempuan berstatus sebagai kepala keluarga dari total rumah tangga di Indonesia yaitu 81,21 juta. Di tahun 2018, Badan Pusat Statistik mengungkapkan bahwa di antara 10,3 juta rumah tangga di Indonesia, 15,7% di antaranya dikepalai oleh seorang perempuan (Mashabi, 2020). Ada beberapa kondisi yang membuat perempuan menjadi kepala keluarga antara lain perceraian, suami yang pergi merantau, hamil dan melahirkan setelah ditinggalkan suami, dan meninggalnya suami (Putri et al., 2015). Kondisi-kondisi tersebut cenderung menggambarkan kondisi seorang perempuan yang harus hidup sendirian tanpa pasangan atau sebagai *single mother*.

Selain itu, jumlah *single mother* di Indonesia lebih banyak daripada jumlah *single father*. Hal ini diketahui dari data persentase *single mother* sebesar 14,84% dan *single father* yang hanya berjumlah 4,05% di tahun 2013 (Badan Pusat Statistik, sebagaimana dikutip dalam Rahayu et al., 2015).

Hidup sebagai *single mother* memiliki tantangannya tersendiri, salah satunya adalah mengasuh anak secara mandiri tanpa bantuan dari pasangan. Sanders dan Turner (2018) menjelaskan bahwa ketika orangtua mengalami konflik dengan pasangan, maka akan berat baginya untuk membesarkan anak sendirian. Apabila keluarga utuh memiliki sosok ayah dan ibu dengan peran mereka masing-masing dan bisa melengkapi satu sama lain dalam mengasuh anak, maka berbeda dengan *single mother* yang mereka sendiri harus mampu menjadi sosok ibu sekaligus ayah dari anaknya. Dengan menjalankan kedua peran orangtua maka tugas sebagai *single mother* bisa dibayangkan tidaklah mudah. Waldfogel et al. (sebagaimana dikutip dalam Louie et al., 2017) menemukan bahwa pengasuhan tunggal atau *single parenting* memiliki keterkaitan dengan tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan pengasuhan bersama atau *co-parenting*.

Tantangan *single mother* dalam mengasuh anak juga bergantung dengan usia anak yang sedang diasuh, salah satunya mengasuh anak remaja di usia SMA. Rata-rata usia remaja dengan jenjang pendidikan SMA di Indonesia berada di rentang usia 15 hingga 18 tahun (Nurasri, 2018), yang bisa digolongkan sebagai remaja madya atau *middle adolescence*. Di usia ini, remaja mengalami beberapa peningkatan pada perilaku berisiko dan tantangan dibandingkan usia sebelumnya. Berdasarkan data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (2017), sebanyak 70% laki-laki dan 58% perempuan di Indonesia mulai mengonsumsi alkohol di usia 15-19 tahun yang merupakan rentang usia remaja SMA.

Tindakan *bullying* di lingkup SMA juga memiliki perbedaan tersendiri. *Promoting Relationships and Eliminating Violence Network* (2007) mengungkapkan usia dengan prevalensi *bullying* dan ditemukan bahwa anak SMA memiliki karakteristik tertentu saat melakukan *bullying* yaitu secara verbal, sosial maupun siber yang berbeda dengan usia jenjang sebelumnya yang lebih banyak melakukan *bullying* secara fisik. Kasus tawuran pada anak SMA juga

tercatat jauh lebih banyak dibandingkan dengan anak SD. Jumlah pelaku tawuran dengan jenjang SMA/K terdiri dari 28-43 orang sedangkan jumlah pelaku dengan jenjang SD hanya terdiri dari 2-4 orang (Komisi Perlindungan Anak Indonesia, sebagaimana dikutip dalam Sudaryanto, 2012).

Tidak jarang banyak orangtua yang mengeluh saat harus mengasuh anak remaja SMA karena adanya karakteristik tersebut. Begitu juga dengan kesulitan yang dirasakan pada dua ibu dengan status sebagai *single mother* yang memiliki anak remaja SMA melalui cerita mereka di situs *parenting* Fimela. Kedua *single mother* mengungkapkan jika anaknya sering membantah atau menentang ibunya sejak memasuki kelas SMA (Malenggang, 2016). Diketahui mereka ditinggal oleh sosok ayahnya sejak kecil sehingga tidak mendapatkan perhatian darinya. Mereka berkembang menjadi seorang remaja yang sulit dikendalikan, membangkang dan juga seenaknya sendiri.

Anak remaja SMA diketahui memang rentan melakukan hal-hal yang berisiko dikarenakan perkembangan otak mereka yang masih belum matang. Papalia et al. (2009) menjelaskan bahwa terdapat dua jaringan otak yang terlibat dalam pengambilan risiko yaitu *socioemotional network* yang peka dengan stimulus sosial maupun emosi dan *cognitive-control network* yang akan mengontrol respon kita terhadap stimulus tersebut. *Socioemotional network* diketahui lebih aktif pada saat masa pubertas dibandingkan usia lainnya sedangkan *cognitive-control network* diketahui masih belum matang pada masa tersebut karena baru akan mencapai puncaknya pada saat masa dewasa awal sehingga remaja dengan usia tersebut belum mampu merespon stimulus dari lingkungan secara baik. Dari penjelasan tersebut, maka dapat menjelaskan mengapa anak remaja SMA memiliki kecenderungan untuk melakukan hal berisiko serta mengalami ledakan emosi.

Hasil penelitian dari Deater-Deckard (sebagaimana dikutip dalam Liga et al., 2015) menunjukkan bahwa subjek penelitiannya yang merupakan orangtua mengaku bahwa usia 14-18 tahun merupakan tahapan paling sulit dalam mengasuh anaknya dimana usia tersebut adalah rentang usia remaja SMA. Begitu pula dengan penelitian Putnick et al. (2010) yang menemukan jika orangtua yang

harus mengasuh anak berusia diatas 14 tahun memiliki tingkat stres yang lebih tinggi daripada orangtua yang mengasuh anak dibawah usia 10 tahun. Maka dari itu, mengasuh anak remaja SMA dapat menjadi stresor bagi *single mother* dan memunculkan stres dalam mengasuh anak atau diberi istilah sebagai *parenting stress*.

Berry dan Jones (1995) mendefinisikan *parenting stress* sebagai persepsi dan perasaan stres yang dirasakan orangtua dalam mengasuh anak. Beberapa gejala yang dialami oleh orangtua dengan *parenting stress* antara lain seperti berkurangnya kehangatan pada anak, disiplin yang keras, merasa kewalahan dalam mengurus anak, perilaku pengasuhan yang kurang konsisten, berusaha menjauhkan diri dari kegiatan mengasuh, dan kualitas pengasuhan yang menurun (Lestari, sebagaimana dikutip dalam Alfega, 2019). Menurut Junida (2015), dampak *parenting stress* pada orangtua dapat berupa menurunnya kesehatan, kelelahan, memperlakukan anak dengan kasar dan tidak puas dengan peran sebagai orangtua. Dampak *parenting stress* pada anak membuat mereka kurang memiliki kemampuan pada aspek emosional, akademik maupun sosial. Terakhir, *parenting stress* membuat hubungan orangtua anak menjadi renggang.

Parenting stress pada individu bergantung dari berapa banyak sumber daya yang dimiliki untuk memenuhi tuntutan sebagai orangtua. Ketika individu kekurangan sumber daya, maka ia lebih rentan terhadap stres karena ketidakhadiran sumber daya yang cukup untuk digunakan dalam memenuhi tugasnya pada peran itu (Hobfoll, 1989). Sumber daya tersebut meliputi sumber daya objek seperti rumah atau barang berharga lainnya, kondisi seperti hidup bersama dengan seseorang atau pasangan, karakteristik personal seperti harga diri, optimisme hingga pandangan terhadap lingkungan, dan juga energi. Pada sumber energi yang berupa waktu, uang, pengetahuan dan lainnya akan mengalami penurunan sumber daya ketika individu mengalami *work-family conflict*.

Greenhaus dan Beutell (sebagaimana dikutip dalam Carlson et al., 2000) merujuk *work-family conflict* sebagai bentuk konflik antara peran pekerjaan dan keluarga yang saling bertentangan satu sama lain. Zhou et al. (2018) menjelaskan bahwa ketika sumber daya seseorang dari satu peran sudah terkuras, hal tersebut

membuat mereka tidak dapat menyelesaikan peran lain yang juga membuat mereka mungkin mengalami keadaan negatif terkait kedua peran tersebut. Seseorang yang mengalami *work-family conflict* akan terkena dampak negatif di tiga area yaitu pada dirinya, keluarga maupun pekerjaan (Artiawati, sebagaimana dikutip dalam Wongpy & Setiawan, 2019). Pertama, dampak secara individu antara lain mudah merasa adanya masalah pada aspek kesehatannya, merasa stres, komunikasi dengan orang lain semakin menurun dan juga menurunnya kualitas relasi antara dirinya dengan orang lain. Kedua, dampak terhadap keluarga antara lain menimbulkan konflik dengan anggota keluarga serta membuat anak tidak mendapat perhatian yang cukup. Ketiga, dampak dalam pekerjaan antara lain menyebabkan stres kerja, sulit berkonsentrasi saat bekerja hingga performa kerja yang rendah.

Work-family conflict ini dapat rentan dialami oleh *single mother* yang bekerja. Evans et al. (sebagaimana dikutip dalam Santrock, 2019) menemukan bahwa jika dibandingkan dengan rumah tangga dengan dua orangtua, orangtua tunggal seringkali memiliki sumber daya waktu, uang, dan energi yang lebih terbatas. Hal ini dikarenakan mereka tidak memiliki pasangan yang dapat membagi peran dan tanggung jawab sehari-hari sehingga akan kehilangan banyak sumber daya untuk melakukan peran yang dimilikinya. Menurut Santrock (2007), *single mother* harus menggantikan sosok ayah dengan menjadi kepala keluarga, pengambil keputusan, pencari nafkah, sekaligus menjadi sosok ibu yang harus mengurus rumah tangga, membimbing dan membesarkan anak, serta memenuhi kebutuhan psikologis anak. Dengan begitu berbeda dengan kondisi ibu bekerja yang memiliki pasangan dimana mereka bisa saling berbagi peran ataupun hadirnya sosok ayah di keluarga tanpa harus digantikan oleh si ibu.

Single mother diketahui juga lebih kesulitan menyeimbangkan peran antara pekerjaan dan keluarga. Burriss (sebagaimana dikutip dalam Ciabattari, 2007) melakukan penelitian dengan 160 subjek perempuan di perkotaan dan menemukan hasil bahwa *single mother* khususnya yang menjadi pekerja lebih kesulitan mengintegrasikan pekerjaan dan keluarga dibandingkan subjek lainnya. Hal ini dikarenakan *single mother* dituntut untuk menafkahi dengan bekerja tanpa

bantuan dari pasangan serta mengurus keluarga saat di rumah secara mandiri. Dengan begitu, dapat disimpulkan bahwa *single mother* menjadi kelompok yang rentan mengalami *work-family conflict*.

Single mother yang bekerja sebagai *white-collar worker* juga diketahui rentan mengalami stres daripada *blue-collar worker*. *White-collar worker* merujuk pada orang yang bekerja di bidang pekerjaan administratif, profesional, maupun manajerial dan bekerja di lingkungan perkantoran atau kubikel (Saithep, 2008). Roelen et al. (2008) dalam penelitiannya menemukan hasil bahwa *white-collar worker* mengalami tuntutan psikologis yang lebih tinggi daripada *blue-collar worker*. Hal tersebut terjadi dikarenakan *white-collar worker* mengalami beban kerja psikologis yang tinggi, seringkali bekerja hingga lembur dan juga bekerja dibawah tekanan waktu daripada *blue-collar worker*. Penelitian Nydegger (2011) yang meneliti perbedaan stres kerja pada 140 subjek *white-collar worker* dan *blue-collar worker* menemukan hal serupa yaitu subjek *white-collar worker* cenderung mengalami efek kognitif akibat stres yang dialami seperti menjadi pelupa hingga sulit konsentrasi dibandingkan *blue-collar worker*. Berdasarkan data dan penelitian yang telah dipaparkan, maka *single mother* yang berstatus sebagai *white-collar worker* diketahui memiliki tingkat stres yang lebih besar dibandingkan pekerja lainnya.

Maulida dan Kahija (2015) meneliti fenomena *work-family conflict* dengan subjek *single mother* yang telah bercerai. Dalam penelitian kualitatif tersebut dilakukan wawancara dengan dua subjek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua subjek mengalami *work-family conflict*. Hal ini dikarenakan kedua *single mother* tersebut harus menggantikan peran suaminya setelah bercerai dan membuat dampak negatif pada keluarganya akibat tidak adanya pembagian peran. Kemudian ditemukan juga bahwa kedua subjek sama-sama kesulitan dalam mengatur waktu karena harus bekerja dan mengurus anak. Mereka harus tetap bekerja seperti menjadi karyawan untuk memenuhi kebutuhan. Tetapi di samping itu anak mereka juga menuntut untuk diperhatikan seperti diminta antar jemput ataupun dirawat oleh ibunya ketika sakit. Anak dari kedua subjek juga seringkali mengeluh karena merasa kurang diperhatikan oleh ibunya karena harus bekerja.

Mereka mengaku merasa lelah secara fisik dan pikiran saat menjalankan peran-perannya namun tidak memiliki pilihan lain selain tetap menjalani kedua peran tersebut.

Peneliti juga melakukan sesi wawancara dengan seorang *single mother* yang memiliki anak remaja SMA untuk melihat fenomena *parenting stress* dan *work-family conflict* yang dialami. Menurutnya, perilaku anaknya yang berubah dan juga kerentanan anak melakukan perilaku berisiko merupakan penyebab *parenting stress* yang ia alami. Ia merasa kurang dapat memahami dan kurang menyukai beberapa perilaku yang muncul pada anaknya saat beranjak ke usia SMA. Perilaku tersebut antara lain berani menentang perkataan ibunya, terlihat lebih sensitif sehingga terkadang meluapkan amarahnya ke orang sekitar, maupun tidak menjalankan perintahnya secara langsung. Terkadang ia pun juga terpicu untuk marah sehingga keduanya sempat berkonflik dan membuat hubungan mereka merenggang hingga beberapa hari. Ia juga menambahkan bahwa mengasuh anaknya tersebut terkadang membuatnya khawatir karena takut anaknya melakukan hal-hal yang negatif dan membahayakan. Ia pun tidak bisa sepenuhnya mengawasi perilaku anaknya di luar rumah karena akan membuat anaknya tidak nyaman dan juga karena harus bekerja. Keterbukaan anak juga menjadi masalah karena anaknya seringkali sulit terbuka sehingga ia khawatir jika anaknya menutupi sesuatu dari dirinya terutama melakukan hal berisiko. Maka dari itu, ia merasa jika kesabaran ekstra masih dibutuhkan oleh dirinya saat berhadapan dengan anaknya.

Subjek juga menyatakan bahwa *work-family conflict* semakin sering kali dialami dirinya karena adanya kebijakan *work from office (WFO)* yang sudah kembali diterapkan sehingga ia tidak bisa mengerjakan pekerjaan rumah tangga disela pekerjaannya, dan juga beban kerja yang cukup banyak dalam waktu seminggu. Dari hasil wawancara, subjek cenderung mengalami konflik pekerjaan yang mengganggu keluarga (*work interference with family*) karena setelah bekerja ia tidak punya waktu banyak dan terlalu lelah untuk melakukan pekerjaan rumah tangga, sedangkan peran di keluarga tidak terlalu mempengaruhi performanya dalam pekerjaan. Beberapa kali ia meminta anaknya untuk membantunya

mengerjakan pekerjaan rumah tangga namun ia merasa anaknya sudah punya kesibukan lain sehingga merasa hanya dirinya yang bisa mengerjakan. Subjek diketahui memiliki asisten rumah tangga, namun ternyata tidak datang setiap hari sehingga kebanyakan pekerjaan rumah tangga masih dilakukan oleh dirinya. Kondisi seperti ini dilakukan olehnya karena ia merasa tidak punya pilihan lain. Akibatnya, subjek mengalami beberapa dampak negatif seperti tidak enak badan, kelelahan, mudah mengantuk hingga lebih mudah terpicu emosi.

Peneliti menemukan penelitian-penelitian sebelumnya yang meneliti *work-family conflict* dengan *parenting stress*. Hwang dan Jung (2020) meneliti pengaruh antara *work-family conflict* dan *parenting stress* diantara *single mother* yang memiliki anak satu tahun dan menemukan hasil bahwa *work-family conflict* berpengaruh secara positif dengan *parenting stress* yang berarti semakin tinggi *work-family conflict* yang dialami, maka semakin tinggi juga *parenting stress* yang dirasakan oleh subjek. Terdapat juga penelitian dari Shreffler et al. (2011) yang meneliti apakah terdapat hubungan antara *work-family conflict* dengan *parenting stress* pada ayah yang bekerja sebagai pemadam kebakaran dengan anak di bawah usia 19 tahun. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa *work-family conflict* yang dialami oleh subjek memiliki hubungan positif secara signifikan dengan *parenting stress* walaupun secara subjek berbeda dengan subjek penelitian ini. Sejauh ini penelitian terkait *work-family conflict* dan *parenting stress* masih sedikit dan belum menemukan penelitian lain yang meneliti pengaruh antara kedua variabel tersebut sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut.

Penelitian mengenai *work-family conflict* dan *parenting stress* belum peneliti temukan di Indonesia walaupun di luar negeri sudah terdapat beberapa penelitian dari kedua variabel tersebut. Penelitian-penelitian pengaruh dari *work-family conflict* di Indonesia masih banyak yang berfokus pada domain pekerjaan seperti stres kerja dan kinerja karyawan (Agustina & Sudibya, 2018), *turnover intention* dan kepuasan pekerjaan (Yuliana, 2017), komitmen organisasi (Buhali & Margaretha, 2013), maupun *job involvement* (Prasetyo et al., 2019), sedangkan pengaruh dari *work-family conflict* pada domain keluarga masih kurang diteliti namun sama pentingnya untuk diteliti dan diperhatikan.

Selain itu, penelitian mengenai *parenting stress* juga lebih banyak dihubungkan dengan faktor dari individu dan keluarga sedangkan kondisi pekerjaan dari orangtua juga dapat mempengaruhi *parenting stress*. Beberapa penelitian yang meneliti *parenting stress* antara lain dari Junida (2015) yang meneliti hubungan antara *health hardiness* dengan *parenting stress*, lalu Putri et al. (2021) yang meneliti pengaruh *mindful parenting* terhadap *parenting stress*, Isfiyanti (2018) yang fokus meneliti pengaruh dukungan sosial terhadap *parenting stress* serta Rahayu et al. (2019) yang mencari hubungan antara religiusitas dengan *parenting stress*.

Penelitian-penelitian *parenting stress* di Indonesia juga lebih banyak meneliti pada subjek orangtua yang memiliki anak dengan gangguan seperti penelitian dari Isfiyanti (2018) yang meneliti pada subjek ibu dengan anak *down syndrome*, dan Rahayu et al. (2019) yang meneliti pada ibu yang memiliki anak dengan gangguan autisme. Penelitian *parenting stress* pada orangtua dengan anak tanpa gangguan masih jarang sekali dilakukan padahal tidak dipungkiri mereka juga dapat mengalami *parenting stress*. Berdasarkan pemaparan tersebut, maka peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh dari *work-family conflict* terhadap *parenting stress* pada *single working mother* yang memiliki anak remaja SMA.

1.2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu apakah terdapat pengaruh dari *work-family conflict* terhadap *parenting stress* pada *single working mother* yang memiliki anak remaja SMA?

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dari *work-family conflict* terhadap *parenting stress* pada *single working mother* yang memiliki anak remaja SMA.

1.4. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat secara teoretis dan juga praktis. Berikut ini adalah penjelasan mengenai manfaat penelitian.

1.4.1. Manfaat Teoretis

1. Penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk menyumbangkan kajian atau literatur mengenai *work-family conflict* dan *parenting stress* untuk perkembangan ilmu psikologi khususnya di bidang psikologi industri-organisasi dan juga psikologi perkembangan.
2. Penelitian ini diharapkan bisa dimanfaatkan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian-penelitian mengenai *work-family conflict* dan *parenting stress*.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberi pengetahuan serta wawasan bagi *single working mother* untuk meningkatkan kesadaran mengenai *work-family conflict* dan *parenting stress*.
2. Penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan bagi perusahaan atau instansi untuk membuat kebijakan perusahaan atau instansi yang bersifat ramah keluarga (*family-friendly policies*) sehingga karyawan tetap bisa menyeimbangkan peran pada pekerjaan dan juga peran di rumah dan terhindar dari *parenting stress*.
3. Penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan bagi komunitas atau lembaga yang bergerak di bidang *parenting* untuk melakukan program intervensi agar anggota komunitas dapat meningkatkan kesadaran serta pengetahuan mereka mengenai *parenting stress*.