

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Seorang ibu dipandang memiliki peran utama dalam mengurus anak dan pekerjaan rumah tangga. Seiring perkembangan zaman, ibu tidak lagi dianggap sebagai seseorang yang tugasnya hanya melakukan pekerjaan rumah tangga, tetapi memiliki peran setara dengan ayah yang dapat bekerja di berbagai bidang sesuai dengan kemampuannya (Juniarly et al., 2019). Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada Februari 2022 mengungkapkan bahwa dari 144 juta angkatan kerja, 54,2% atau sekitar 50 juta partisipasi angkatan kerja merupakan perempuan (Karunia, 2022). Pada tahun 2021 berdasarkan data dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kemen PPPA), sebesar 69,60% perempuan yang bekerja berstatus sudah menikah (Fajriyah et al., 2022). Hal tersebut membuktikan bahwa jumlah perempuan bekerja dengan status sudah menikah dan memiliki anak atau ibu bekerja, lebih banyak dibandingkan dengan perempuan bekerja dengan status lajang.

Bagi seorang ibu, memilih antara pekerjaan dan anak merupakan pilihan yang sulit. Survei yang dilakukan oleh *workingmother.com*, 57% ibu merasa bersalah setiap harinya ketika harus bekerja (Johnson, 2017). Bagi ibu yang berperan sebagai pekerja dan ibu tidaklah mudah, hal ini menguras banyak energi yang dapat menimbulkan stres (Nona et al., 2022). Ibu bekerja tetap memiliki tanggung jawab yang besar terhadap tumbuh kembang anaknya, terutama pada tahap *early childhood* (Wijayanto et al., 2022). Menurut Santrock (2018), tahapan *early childhood* terjadi pada rentang usia antara 3-6 tahun, pada tahap ini kemampuan berpikir, bahasa, motorik, serta sosial pada anak akan mengalami perkembangan yang pesat. Pentingnya peran ibu pada tahapan ini adalah untuk membantu anak mencapai tugas-tugas perkembangan mereka secara optimal.

Kinanti (2020) memaparkan bahwa ibu bekerja memiliki beberapa permasalahan yang dihadapi, mereka merasakan perasaan bersalah ketika harus memilih antara karir dan keluarga, ibu yang bekerja juga seringkali kekurangan

waktu untuk dirinya sendiri serta kesulitan dalam menjaga keseimbangan antara tugas domestik dan pekerjaannya yang dapat berdampak pada kesehatan emosional dan mental ibu. Ibu bekerja yang memiliki anak pada tahapan *early childhood* mengalami permasalahan yaitu tidak banyak waktu yang dimiliki untuk berinteraksi dengan anak, dan memiliki kurangnya kelekatan dengan anak, serta karena kurangnya pengawasan terhadap anak mereka cenderung meniru perilaku yang tidak sesuai dengan harapan orang tua (Sari & Andayani, 2021). Hasil riset yang dilakukan oleh Setyonaluri (2019) mengenai 30 ibu bekerja yang memiliki anak pada tahapan *early childhood* di daerah Jabodetabek memiliki dinamika yang kompleks yaitu waktu tempuh perjalanan dari tempat tinggal ke kantor yang tidak sebentar, padatnya lalu lintas dan transportasi umum, perusahaan yang tidak fleksibel bagi ibu bekerja, dan terbatasnya *daycare* atau tempat penitipan anak. Hal tersebut menyebabkan berkurangnya waktu ibu bekerja untuk berinteraksi dengan anaknya ataupun melakukan pekerjaan rumah tangga.

Anak pada tahapan *early childhood* sangat bergantung dengan orang tuanya, terutama ibunya (Wijayanto et al., 2022). Pada tahapan ini, anak bergantung pada perasaan aman dan bahagia yang didapatkan dari ibunya (Aini & Hernawati, 2016). Almani et al. (2012) dalam penelitiannya terhadap 1.200 ibu bekerja di Palestina, menghasilkan bahwa perkembangan emosi anak pada tahapan *early childhood* dipengaruhi oleh banyaknya waktu yang dihabiskan dengan ibu, serta kelekatan yang terjalin antara anak dengan ibu. Akan tetapi, ibu bekerja seringkali mengalami kekurangan waktu sehingga mengalami stres serta tidak merasa bahagia ketika bekerja dan mengurus anak (Sulaiman, 2017). Dampak dari permasalahan tersebut dapat memengaruhi persepsi subjektif ibu bekerja dengan peran keibuan yang dijalannya merasakan kebahagiaan ataupun kesejahteraan subjektifnya (Imelda, 2013).

Diener (1984) mendefinisikan kesejahteraan subjektif atau *subjective well-being* (SWB) sebagai penilaian seseorang mengenai kehidupannya terhadap komponen kognitif yang berdasarkan *life satisfaction* dan komponen afektif berupa perasaan positif dan negatif. Reaksi afektif seperti kegembiraan dan kesedihan terhadap peristiwa dalam hidup, serta evaluasi seseorang terhadap persepsinya mengenai kepuasan hidup, minat, dan keterlibatan (Diener & Ryan, 2008). Ditasari

et al. (2020), dalam penelitiannya dengan lima ibu bekerja di Kabupaten Mimika menunjukkan bahwa ibu yang merasakan *subjective well-being* mampu melakukan semua tanggung jawabnya dalam melayani suami, mengurus rumah tangga dan keluarga, serta melakukan pekerjaannya.

Menurut Prastuti et al. (2018), SWB pada ibu memiliki ciri khasnya tersendiri. Kepuasan hidup pada ibu mengacu pada komunikasi, kepribadian, keluarga, peran kesetaraan, pengasuhan, manajemen keuangan, waktu luang, dan orientasi agama. Afek mengacu pada pengalaman emosi positif dan negatif yang dirasakan oleh ibu (Prastuti et al., 2018). Pekerjaan yang dimiliki oleh ibu bekerja merupakan salah satu sumber stres, namun mereka merasa bahagia dan merasa bangga ketika mempunyai penghasilan sendiri untuk keluarganya (Ditasari et al., 2020). Ibu bekerja yang merasakan SWB tinggi akan merasakan kepuasan dalam hidupnya dan dapat mengekspresikan emosinya, sebaliknya dengan ibu yang merasakan SWB rendah cenderung merasakan ketidakpuasan dalam hidupnya serta lebih merasakan emosi negatif hingga melakukan tindakan yang dapat merugikan dirinya (Noviyanti, 2022).

Fajriyati et al. (2022) dalam penelitiannya menjelaskan ibu bekerja yang memiliki anak pada tahapan *early childhood* mengalami kekhawatiran ketika harus meninggalkan anak dengan pengasuhnya, mereka juga merasakan perasaan sedih karena kurangnya waktu bersama anak dan keluarganya. Selain itu, jam kerja yang panjang dapat mengakibatkan perasaan bersalah dan anggapan bahwa ibu bekerja mengabaikan perannya sebagai orang tua (Patil sebagaimana dikutip dalam Fajriyati et al., 2022). Ibu bekerja dengan anak usia lebih tua lebih bisa merasakan SWB daripada Ibu bekerja yang memiliki anak pada tahapan *early childhood*. Berdasarkan penelitian Choe dan An (2021) usia anak merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi SWB ibu bekerja, hasil penelitiannya ibu bekerja dengan anak pada tahapan *early childhood* memiliki SWB yang lebih rendah dibandingkan dengan ibu yang memiliki anak dengan usia yang lebih tua. Hal ini disebabkan anak pada tahapan *early childhood* membutuhkan perhatian yang lebih besar dibandingkan dengan anak yang usianya lebih tua, sehingga dapat menambah beban dan stres bagi ibu yang bekerja.

Peneliti melakukan wawancara awal dengan empat ibu bekerja di sektor formal dan informal dengan status pernikahan yang berbeda-beda (menikah dan bercerai) mengenai persepsi subjektifnya terhadap kesejahteraannya sebagai ibu bekerja. Pertanyaan wawancara didasari dari aspek *subjective well-being*, meskipun keempat ibu merasa puas dan bahagia dengan kehidupannya saat ini sebagai ibu bekerja dan ibu rumah tangga. Akan tetapi, perasaan negatif juga mereka rasakan saat menjalani peran keibuannya, antara lain adalah perasaan bersalah, khawatir, dan sedih ketika meninggalkan anak untuk bekerja. Ibu A dan B sebagai pekerja *full-time* mengatakan merasa bersalah ketika meninggalkan anaknya yang berada pada tahapan *early childhood* untuk bekerja, mereka merasa melewatkan perkembangan anaknya karena sebagian waktunya dipakai untuk bekerja. Mereka merasa khawatir jika perkembangan anaknya tidak sesuai dengan yang diharapkan. Disisi lain, ibu bekerja yang memiliki anak berada pada tahapan *early childhood* dan remaja merasa lebih cemas dengan perkembangan anaknya ketika memasuki masa remaja karena mereka tidak selalu bisa mengawasi anak-anaknya. Ibu tersebut juga mengatakan bahwa ia merasa kecewa ketika tidak bisa membimbing anaknya sesuai dengan yang diharapkan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Imelda (2013), ketika seorang ibu merasa bahagia ataupun sejahtera dalam hidupnya, maka ibu tersebut akan menampilkan perasaan positif. Di sisi lain, ketika ibu tidak merasa sejahtera dengan menjalani peran keibuannya, mereka cenderung akan menampilkan perasaan negatif.

SWB dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya merupakan faktor kepribadian. *Extroversion* memengaruhi individu dalam menggambarkan emosi positifnya atau afek positif dan *neuroticism* memengaruhi individu dalam menggambarkan emosi negatifnya atau afek negatif (Lucas & Fujita Sebagaimana dikutip dalam Diener & Ryan, 2008). Korelasi antara *extroversion*, *conscientiousness*, dan *neuroticism* yang berkaitan dengan positif dan negatif afek termasuk dalam konstruk *trait emotional intelligence* (Singh & Woods, 2008). *Emotional intelligence* (EI) memiliki dua konstruk yaitu *ability emotional intelligence* dan *trait emotional intelligence* (TEI). *Trait EI* didefinisikan sebagai persepsi individu yang menggambarkan dunia emosionalnya, seperti seberapa baik

individu memahami, mengelola, dan memanfaatkan emosinya sendiri atau orang lain (Petrides & Furnham, 2000).

Prastuti (2019) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa ibu bekerja dengan anak pada tahapan *early childhood* memiliki *life satisfaction* yang rendah terkait dengan aspek pengasuhan, namun dilihat dari komponen afektifnya ibu cenderung lebih merasakan afek positif dibandingkan afek negatif. Menurut Eisenberg et al. (2005), sikap pengasuhan dan interaksi ibu dengan anak memiliki pengaruh yang lebih kuat terhadap perkembangan emosi dan sosial anak pada tahapan *early childhood*. Mayer et al. (1999) menemukan bahwa *emotional intelligence* (EI) berkorelasi positif dengan kehangatan, empati dan pengasuhan.

Jumlah waktu yang dihabiskan dan kualitas interaksi ibu dengan anaknya berkaitan dengan *trait emotional intelligence*, sehingga mencerminkan pengasuhan yang lebih positif (Alegre, 2012). Ibu dengan *emotional intelligence* yang tinggi akan memberikan anaknya perilaku pengasuhan yang positif dalam kehidupan sehari-hari (Aminabadi et al., 2012). Pengalaman seorang ibu bekerja dalam menyeimbangkan kehidupan sebagai seorang ibu, istri, dan pekerja membuat ibu bekerja mampu mengelola stres dengan efektif dan cenderung positif (Gül, 2020), secara kognitif seorang ibu bekerja yang mampu merasakan, mengidentifikasi dan mengekspresikan emosi mereka, serta menggunakannya dalam proses berpikir akan memiliki SWB yang baik (Henter & Nastasa, 2021). Ketika ibu merasakan efek dan perasan positif dari kemampuan mengelola emosi mereka dalam kehidupan pribadi dan pekerjaannya, maka akan meningkatkan SWBnya (Erus & Deniz, 2020).

Terdapat beberapa penelitian lain yang membahas tentang variabel EI dan SWB. Penelitian Deng et al. (2023) mengenai *trait* EI dan SWB terhadap 577 guru di pedesaan Cina menghasilkan bahwa guru dengan EI yang tinggi cenderung merasakan perasaan positif sehingga meningkatkan *life satisfaction* mereka secara umum dan memiliki kemampuan memahami emosi orang lain dan diri sendiri. *Life satisfaction* merupakan komponen kognitif dari SWB memiliki hubungan positif dengan *trait* EI (Petrides et al., 2007). Penelitian tersebut menghasilkan bahwa individu dengan skor TEI tinggi cenderung merasa lebih puas dengan kehidupan mereka. Individu dengan skor TEI yang tinggi berkaitan dengan kesadaran diri, empati, dan keterampilan sosial yang dapat menghasilkan kepuasan hidup yang

tinggi dan pandangan hidup yang lebih positif. Selain itu, individu dengan *trait* EI yang tinggi lebih siap untuk menangani stres dan mengatasi situasi sulit, sehingga dapat berkontribusi untuk meningkatkan SWB.

Penelitian Juniarly et al., (2019) terhadap 182 dosen perempuan Universitas Sriwijaya yang sudah menikah menemukan *emotional intelligence* dan *subjective well-being* memiliki kontribusi dalam mengurangi konflik peran ganda di kalangan subjek. Subjek yang memiliki *emotional intelligence* tinggi mampu mencegah konflik peran ganda karena mereka mampu mengenali sejauh mana pekerjaan dan keluarga dapat mempengaruhi emosi mereka serta memiliki wawasan tentang bagaimana emosi mereka harus dikelola.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Rema dan Gupta (2021) terhadap 103 pekerja wanita di India menghasilkan bahwa EI dan SWB memiliki korelasi signifikan yang positif pada wanita pekerja. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi EI maka akan terjadi peningkatan pada SWB wanita pekerja.

Putra dan Aulia (2019) dalam penelitiannya terhadap 38 wanita *single parent* Minangkabau menghasilkan terdapat korelasi yang tinggi antara SWB dan EI. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, subjek memiliki SWB dan EI yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa subjek sebagai wanita *single parent* tetap merasakan kesejahteraan, serta subjek mampu memotivasi dirinya sendiri dalam menghadapi frustrasi, mampu mengendalikan dorongan dan suasana hati, serta mampu mengelola stres dalam menghadapi kehidupan. Dinamika ibu bekerja yang merupakan *single parent* lebih kompleks, hal tersebut sama seperti ibu bekerja dengan keluarga sambung (Rulangi, 2022).

Penelitian yang menggabungkan kedua variabel yaitu EI dan SWB masih jarang dilakukan khususnya di Indonesia. Terdapat beberapa penelitian sebelumnya, salah satunya yaitu penelitian Juniarly et al. (2019), subjek dari penelitian tersebut terbatas pada dosen perempuan dan hanya satu wilayah saja. Penelitian mengenai EI dengan menggunakan *trait* EI masih jarang dilakukan di Indonesia, khususnya pada ibu bekerja. Penelitian ini dilakukan dengan subjek ibu bekerja dengan anak pada tahapan *early childhood*. Penelitian ini dilakukan untuk melihat mengenai seberapa besar EI memengaruhi SWB ibu bekerja. Ketika ibu mampu menyeimbangkan antara tuntutan pekerjaan dan kehidupannya dan

merasakan efek positif dari kemampuan mengelola emosi mereka dalam kehidupan pribadi dan pekerjaannya, maka dapat memengaruhi persepsi ibu mengenai kepuasan hidup dan afeksi positif maupun negatif dalam hidupnya. Kajian *emotional intelligence* diharapkan dapat memengaruhi perspektif ibu yang bekerja merasakan kesejahteraan dalam hidupnya.

1.2 Rumusan Masalah

Pertanyaan dari penelitian ini yaitu, apakah terdapat pengaruh *emotional intelligence* terhadap *subjective well-being* ibu bekerja dengan anak *early childhood* di Jabodetabek?.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *emotional intelligence* terhadap *subjective well-being* ibu bekerja dengan anak *early childhood* di Jabodetabek.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat secara teoretis dan praktis. Berikut merupakan penjelasan mengenai masalah penelitian.

1.4.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini memiliki manfaat secara teoretis, yaitu sebagai berikut:

Penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan literatur atau kajian mengenai *emotional intelligence* untuk pengembangan ilmu psikologi klinis, dan *subjective well-being* untuk pengembangan ilmu psikologi positif.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian memiliki manfaat secara praktis, yaitu sebagai berikut:

a. Bagi Ibu Bekerja

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada ibu bekerja mengenai *emotional intelligence* yang dapat memengaruhi *subjective well-being* ibu bekerja sehingga ibu bekerja merasakan kepuasan dalam hidupnya dan emosi positif.

b. Bagi Konselor/Komunitas

Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi gambaran mengenai bagaimana *emotional intelligence* memengaruhi *subjective well-being* ibu bekerja, sehingga kemudian menjadi psikoedukasi yang dapat dilakukan oleh konselor mengenai pengaruh *emotional intelligence* untuk meningkatkan *subjective well-being* bagi ibu bekerja.

c. Bagi Perusahaan atau Instansi

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi perusahaan/instansi terkait dalam memberikan intervensi guna meningkatkan *emotional intelligence* dan *subjective well-being* pada ibu bekerja sehingga kinerja masing-masing individu ibu bekerja menjadi lebih baik.