

Pemisahan psikologis sebagai mediator hubungan antara kesadaran penuh dan keseimbangan pekerjaan-keluarga pada ibu bekerja =  
Psychological detachment as a mediator of the relationship between trait mindfulness and work family balance among working mothers

Gabriella Gracia, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20465698&lokasi=lokal>

---

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah melihat peran mediasi pemisahan psikologis dalam hubungan antara kesadaran penuh dengan keseimbangan pekerjaan-keluarga. Ibu bekerja memiliki tanggung jawab yang besar dalam keluarga dan pekerjaan. Menjalankan kedua peran tersebut, peneliti melihat pentingnya keseimbangan pekerjaan-keluarga pada ibu bekerja yaitu efektivitas dan kepuasan dari peran yang dijalankan. Berdasarkan data dari ibu bekerja yang memiliki anak berusia 6 tahun ke bawah di Jabodetabek N = 312, ditemukan bahwa kesadaran penuh memiliki hubungan signifikan dengan keseimbangan pekerjaan-keluarga  $r = 0,33$ ,  $p < 0,01$ , kesadaran penuh tidak memiliki hubungan dengan pemisahan psikologis  $r = 0,05$ , ns, dan pemisahan psikologis tidak memiliki hubungan dengan keseimbangan pekerjaan-keluarga  $r = 0,07$ , ns. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa peran pemisahan psikologis tidak memediasi hubungan antara kesadaran penuh dan keseimbangan pekerjaan-keluarga pada ibu bekerja. Peneliti melihat bahwa ada kemungkinan responden menyerahkan tanggung jawab keluarga pada orang lain seperti pada orang tua sehingga kondisi tidak mengharuskan ibu memunculkan pemisahan psikologis. Di sisi lain, ada kemungkinan bahwa responden memiliki pandangan bahwa ibu memiliki tanggung jawab utama mengurus keluarga sehingga responden tidak dapat membuat batasan antara keluarga dan pekerjaan.

.....The purpose of this research is to establish the role of psychological detachment as a mediator in the relationship between trait mindfulness and work family balance. Working mothers have huge responsibility in family and work. Work family balance, which is the effectiveness and satisfaction in roles becomes important in working mothers. Data from working mothers who have children below 6 years old in Jabodetabek N 312 shows a significant correlation between trait mindfulness and work family balance  $r .33$ ,  $p .01$ , however there is no significant correlation between trait mindfulness and psychological detachment  $r .05$ , ns, so does the correlation between psychological detachment and work family balance  $r .07$ , ns. Therefore, we can conclude that psychological detachment does not mediate the relationship between trait mindfulness and work family balance among working mothers. There is a possibility where working mothers share family responsibilities to other people like her parents. In the other hand, there is another possibility for a view that a mother's main responsibility is to take care of the family which make her not able to make boundary between family and work.