

6. KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

Berikut ini adalah kesimpulan dari keseluruhan penelitian ini, diskusi dari hasil yang ada, dan saran berdasarkan hasil penelitian ini.

6.1. Kesimpulan

Kesimpulan dari hasil utama penelitian ini adalah:

1. Ada hubungan positif antara PSS dengan SWB pada ibu bekerja.
2. Ada hubungan positif antara PSS dengan kepuasan hidup secara global pada ibu bekerja.
3. Ada hubungan positif antara PSS dengan afek positif pada ibu bekerja.
4. Ada hubungan negatif antara PSS dengan afek negatif pada ibu bekerja.

Kesimpulan dari hasil tambahan penelitian ini adalah di antara aspek-aspek PSS, dimensi *reassurance of worth* adalah dimensi yang paling berhubungan secara positif dengan SWB. Selain itu, tidak ada perbedaan perbedaan SWB antara kelompok ibu bekerja dengan anak yang semuanya berusia di bawah lima tahun, kelompok ibu bekerja dengan anak yang berusia di bawah lima tahun dan anak yang berusia sekolah, serta kelompok ibu bekerja dengan anak yang semuanya berusia sekolah.

6.2. Diskusi

Ada beberapa hal yang dapat didiskusikan berdasarkan kesimpulan dari penelitian ini. Adanya hubungan positif yang signifikan antara PSS dengan SWB pada ibu bekerja mengkonfirmasi dugaan peneliti bahwa keberadaan PSS yang tinggi adalah salah satu tanda bahwa seorang ibu bekerja mempunyai SWB tinggi. Seperti yang telah disebutkan di dalam bab dua, keterkaitan tersebut diduga peneliti karena PSS dapat memaksimalkan didapaknya keuntungan fisik dan psikologis dari pekerjaan seorang ibu bekerja, dan juga membantu ibu bekerja menyeimbangkan perannya. Hal tersebut diduga berkaitan dengan SWB yang lebih baik pada ibu bekerja. Dengan dikonfirmasinya hal tersebut, maka dapat

dikatakan bahwa peningkatan PSS dapat membantu dalam program peningkatan SWB.

Hubungan antara PSS dengan SWB dapat dijelaskan melalui komponen-komponen dari SWB. Dari analisis yang dilakukan, diketahui bahwa ada hubungan antara PSS dengan ketiga komponen dari SWB. Adanya hubungan antara PSS dengan kepuasan hidup secara global sesuai dengan penelitian Walen dan Lachman (2000), Goodwin dan Plaza (2000), Kazarian dan McCabe (dalam Young, 2004), serta Treistman (2004).

Adanya hubungan PSS dengan kepuasan hidup secara global diduga oleh peneliti disebabkan karena dukungan sosial dapat meningkatkan kepuasan terhadap lingkungan yang memberikannya (Carlson & Perrew, 1999). Kepuasan terhadap lingkungan sekitarnya tersebut kemudian dapat mempengaruhi jawaban responden mengenai kepuasan hidupnya secara global. Pengaruh tersebut dapat terjadi karena penilaian mengenai kepuasan hidup secara global akan dipengaruhi oleh refleksi dari persepsi seseorang terhadap hal-hal yang ada di dalam hidupnya (Diener, dkk., 2000).

Hal tersebut tidak berarti bahwa PSS hanya dapat dikaitkan dengan kepuasan hidup secara global melalui kepuasan terhadap *domain* tertentu saja. Keterkaitan antara PSS dengan kepuasan hidup secara global juga dapat berarti bahwa PSS merupakan suatu hal yang dianggap seorang ibu bekerja penting untuk mengevaluasi kehidupannya sebagai sesuatu yang baik. Tidak diketahui apakah memang benar PSS merupakan hal yang penting untuk kepuasan hidup secara global bagi ibu bekerja yang menjadi responden penelitian ini, karena itu dibutuhkan data kualitatif lebih lanjut mengenai hal apa saja yang memang penting bagi ibu bekerja di daerah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi.

Hasil berikutnya, yaitu adanya hubungan yang positif antara PSS dengan afek positif, sesuai dengan penelitian Walen dan Lachman (2000) dan Iverson dkk. (dalam Boehm & Lyubomirsky, 2008). Penjelasan lain mengenai hubungan afek positif dengan PSS antara lain karena dukungan sosial dapat berperan sebagai sumber daya atau mekanisme *coping* dapat mengurangi efek negatif dari stress dan konflik. Fungsi dukungan sosial tersebut dapat mengurangi ciri-ciri afek positif yang disebutkan oleh Watson dkk. (1988), yaitu kesedihan dan keletihan

dengan cara meringankan beban dari perannya. Bentuk dukungan sosial yang diduga dalam meringankan beban dari peran seorang ibu bekerja contohnya adalah kerabat atau suami yang membantu ibu dalam mengurus rumah tangga dan mengasuh anak. Dilihat dari nilai korelasi di antara keduanya, afek positif merupakan komponen SWB yang paling berhubungan dengan PSS dibandingkan komponen yang lain. Hasil tersebut dapat dijelaskan antara lain karena afek positif merupakan suatu hal yang lebih bersifat sosial (Baker dalam Diener & Lucas, 1999), sama dengan sifat PSS.

Hasil berikutnya, yaitu adanya hubungan yang negatif antara PSS dengan afek negatif, mendukung penelitian Walen dan Lachman (2000) serta Lyons (2002). Penjelasan mengenai hubungan afek negatif dengan PSS antara lain dapat dijelaskan kembali dengan fungsi dari dukungan sosial sebagai sumber daya *coping* yang penting untuk mengurangi efek negatif dari tekanan konflik peran seperti yang telah dijelaskan di dalam bab dua. Efek negatif dari tekanan konflik peran seorang ibu bekerja dapat dikurangi oleh adanya orang lain yang mendukung ibu bekerja, misalnya dengan cara membantu mempercepat atau menggantikan tugas mengasuh anak ketika ada tugas lain yang harus dikerjakan oleh ibu bekerja di kantor.

Dilihat dari analisis tambahan, yaitu korelasi dari masing-masing aspek PSS dengan SWB, semua aspek berhubungan positif secara signifikan dengan SWB. Di antara aspek-aspek yang berhubungan tersebut, *reassurance of worth* adalah aspek dengan nilai korelasi positif paling tinggi. Bentuk dukungan sosial yang dapat meningkatkan *reassurance of worth* misalnya berupa pujian dan pengakuan dari lingkungan sekitar mengenai kompetensi dari seseorang. Tingginya nilai korelasi *reassurance of worth* tersebut diduga oleh peneliti dikarenakan *reassurance of worth* dapat meningkatkan *self-esteem* dari ibu bekerja. *Self-esteem* merupakan sesuatu yang juga berhubungan dengan SWB (Diener & Diener dalam Ryan & Deci, 2001). Adanya pengakuan dari orang lain mengenai kompetensi dan nilai-nilai yang dimiliki oleh ibu bekerja dapat memoderasi *self-esteem* dari ibu bekerja untuk meningkatkan SWB-nya.

Aspek dengan nilai korelasi paling rendah dengan SWB dibandingkan aspek-aspek PSS lainnya adalah *guidance* . Bentuk dukungan sosial yang dapat

meningkatkan *guidance* dapat berupa nasehat atau bimbingan untuk memecahkan masalah tertentu. Korelasi dari *guidance* kurang kuat dibandingkan aspek yang lainnya, walaupun masih signifikan pada $\alpha = 0,05$. Korelasinya yang kurang kuat dengan SWB diduga oleh peneliti disebabkan karena belum tentu nasehat atau petunjuk yang dipersepsikan dari seorang ibu bekerja mampu membantu meningkatkan SWB-nya. Adanya nasehat atau petunjuk dapat membantu ibu bekerja mengatasi masalahnya sehari-hari baik di rumah maupun di tempat kerja, namun seorang ibu bekerja tidak selalu membutuhkan bimbingan dari orang lain untuk mengatasi masalahnya.

Hasil tambahan lain yang didapatkan dari penelitian ini adalah tidak ada perbedaan SWB antara kelompok ibu bekerja dengan anak yang semuanya berusia di bawah lima tahun, kelompok ibu bekerja dengan anak yang berusia di bawah lima tahun dan anak yang berusia sekolah, serta kelompok ibu bekerja dengan anak yang semuanya berusia sekolah. Hasil tersebut diduga peneliti terjadi karena walaupun mengasuh anak berusia di bawah lima tahun lebih merepotkan, namun semua ibu bekerja yang menjadi responden di dalam penelitian ini mempunyai pembantu rumah tangga, *babysitter*, atau kerabat yang dapat membantu dirinya dalam mengerjakan pekerjaan rumah tangga, termasuk mengasuh anak.

Perlu diperhatikan bahwa ada penelitian ini juga memiliki keterbatasan. Salah satu keterbatasannya adalah keterbatasan dalam pemilihan responden. Pemilihan responden tidak melalui *probability sampling*, sehingga hasil penelitian ini belum tentu dapat digeneralisir ke dalam populasi ibu bekerja di daerah Jabodetabek karena hanya menggunakan teknik *accidental sampling*. Keterbatasan lainnya adalah keterbatasan alat ukur yang dipakai di dalam penelitian ini. Alat ukur SWB dan dukungan sosial yang dipakai di dalam penelitian ini berbentuk kuesioner. Kelemahan dari kuesioner menurut Kumar (1999) adalah kurangnya kesempatan bagi responden untuk mengklarifikasi pertanyaan yang ada di kuesioner, jawaban tidak spontan, respons yang diberikan untuk satu pertanyaan mungkin dipengaruhi oleh pertanyaan lain, responden dapat berkonsultasi pada orang lain untuk menjawab kuesioner, dan respons yang ada tidak dapat dilengkapi dengan informasi lain (misalnya observasi). Selain itu, tidak adanya data dari metode lain selain kuesioner dengan

pertanyaan tertutup membuat data yang didapat dari penelitian ini murni berupa data kuantitatif, dan tidak dapat dilengkapi dengan penjelasan kualitatif.

Dalam mengukur SWB, juga digunakan metode *self-report*. Kelemahan menggunakan *self-report* bagi SWB antara lain adalah adanya kemungkinan bias karena (1) responden cenderung akan menjawab pertanyaan mengenai SWB dengan informasi yang saat itu dapat terpikir oleh dirinya, (2) adanya perbandingan dengan orang lain untuk mengukur SWB-nya, (3) dan adanya pengaruh *mood* terhadap jawaban responden (Schwarz & Strack, 1999).

Selain itu, di dalam penelitian ini, uji validitas *item* dan reliabilitas dari alat ukur afek positif menunjukkan bahwa cukup banyak *item* yang sebelumnya berkemungkinan tidak efektif dalam mengukur afek positif. Ada dua dugaan mengenai kenapa hal tersebut dapat terjadi. Dugaan pertama adalah adanya perbedaan kultur dalam pengembangan alat ukur afek positif tersebut. Perbedaan efektivitas dalam pengukuran afek positif dalam kultur yang berbeda mempunyai kemungkinan yang besar untuk terjadi, apabila mengacu pada pernyataan Diener dkk. (dalam Diener & Lucas, 1999) bahwa afek positif lebih dipengaruhi oleh norma kultural dibandingkan afek negatif. Hal tersebut menyebabkan perlunya konstruksi alat ukur afek positif yang lebih sesuai dengan kultur di Indonesia. Dugaan kedua adalah karena kurangnya keterangan secara operasional dari peneliti pada *item* afek positif di dalam kuesioner, sehingga responden tidak mendapatkan gambaran yang tepat mengenai *item* afek positif yang dipertanyakan.

Nilai alfa dari dimensi *reassurance of worth* juga rendah walaupun masih dapat diterima apabila mengacu pada Nunally (dalam Kerlinger & Lee, 2000). Ada beberapa kemungkinan mengapa hal tersebut dapat terjadi. Kemungkinan pertama, dimensi *reassurance of worth* memang tidak reliabel. Dua kemungkinan lain mengenai mengapa koefisien alfa di dalam dimensi tersebut terlalu rendah mengacu pada pernyataan Crocker dan Algina (1986). Crocker dan Algina mengatakan bahwa responden yang karakteristiknya terlalu homogen dan *item* tes yang sedikit dapat mengurangi reliabilitas skor tes.

Dilihat dari kontrol terhadap sampel yang ada di dalam penelitian ini, ada beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Keterbatasan pertama adalah peneliti tidak mengontrol jabatan secara spesifik pada sampel ibu bekerja di dalam

penelitian ini. Selain itu, peneliti tidak menanyakan alasan dari seorang ibu bekerja untuk berperan sebagai seorang pekerja sebagai data kontrol. Data kontrol lain yang tidak dipertanyakan adalah waktu yang digunakan oleh seorang ibu bekerja dalam mengerjakan pekerjaan rumah tangganya setiap minggu.

6.3. Saran

Saran yang bisa didapatkan dari penelitian ini adalah:

1. Menggunakan teknik pemilihan responden seperti *probability sampling* agar hasil penelitian dapat digeneralisir secara pasti ke dalam populasi.
2. Menyempurnakan alat ukur SWB (terutama untuk afek positif) dan PSS untuk Indonesia. SWB bisa disempurnakan dengan melakukan elisitasi terhadap afek positif apa yang dikenal oleh ibu bekerja yang menjadi sampel penelitian. PSS bisa disempurnakan dengan menambah *item* yang ada.
3. Melakukan elisitasi dari ibu bekerja di Jakarta mengenai *domain* kepuasan apa yang paling penting untuk dirinya. Hubungan mengenai PSS dengan kepuasan *domain* tersebut dapat menjadi penelitian yang menarik untuk dilakukan.
4. Dilakukan penelitian kualitatif untuk menggali lebih lanjut bagaimana PSS dapat berhubungan dengan SWB dan komponen-komponen SWB.
5. Melakukan penelitian mengenai hubungan antara PSS dengan *subjective well-being* pada ibu bekerja dengan karakteristik yang lain daripada karakteristik responden penelitian ini, misalnya pada ibu bekerja yang menjadi *single mothers*. Selain itu, dapat dilakukan penelitian mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan SWB pada ibu bekerja di Jabodetabek.
6. Mengontrol jabatan ibu bekerja secara spesifik, misalnya hanya bekerja dalam pekerjaan yang sifatnya profesional atau pekerjaan yang sifatnya administratif.
7. Membandingkan SWB dari ibu bekerja dengan alasan utama menjadi pekerja di luar rumah karena terdesak kebutuhan ekonomi dan ibu bekerja dengan alasan utama menjadi pekerja di luar rumah karena ingin mengaktualisasikan diri. Selain itu, pengaruh waktu yang digunakan untuk

mengerjakan pekerjaan rumah tangga ditambah waktu yang digunakan untuk bekerja di luar rumah (jam kerja) pada SWB ibu bekerja juga menarik untuk dilihat.

Saran praktis berdasarkan hasil penelitian ini adalah membuat program peningkatan SWB ibu bekerja di Jabodetabek dengan meningkatkan PSS. Untuk meningkatkan PSS, seseorang perlu diberikan bantuan yang benar-benar ia butuhkan. Dukungan yang dapat ditingkatkan terutama adalah dukungan yang sifatnya menekankan pada keberhargaan diri dari ibu bekerja. Selain itu, Lakey dan Cassady (1990) mengatakan bahwa peningkatan PSS dapat dilakukan dengan mengurangi bias dari kesalahan mengingat frekuensi diberikannya dukungan. Dalam operasionalisasinya, ibu bekerja dapat diminta untuk membuat catatan secara tertulis mengenai seberapa sering ia menerima dukungan untuk meningkatkan PSS.

