

5. KESIMPULAN, DISKUSI DAN SARAN

Pada bab 5 ini, akan dijelaskan mengenai kesimpulan dan diskusi dari hasil penelitian yang telah dilakukan. Kemudian, saran-saran juga akan dikemukakan untuk perkembangan penelitian-penelitian selanjutnya.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penghitungan statistik yang telah dilakukan dari data 90 orang subjek, maka kesimpulan dari penelitian “Hubungan *Work-Family Conflict* (WFC) dengan *Psychological Well-being* (PWB) Ibu yang bekerja” adalah, terdapat hubungan yang signifikan antara WFC dengan PWB ibu yang bekerja. Berarti hipotesis null pada penelitian ini ditolak.

Gambaran dimensi-dimensi dari WFC adalah, *behavior-based conflict* (*work interference with family* dan *family interference with work*) merupakan dimensi yang paling dominan dirasakan oleh ibu bekerja, diikuti oleh dimensi *strain-based conflict* (*work interferences with family*) dan *time-based conflict* (*work interferences with family*) yang juga cukup dominan. Sedangkan dimensi *time-based conflict* (*family interferences with work*) merupakan dimensi yang paling tidak dominan dirasakan oleh ibu yang bekerja.

Gambaran dimensi PWB dalam penelitian ini memperlihatkan bahwa dimensi *Personal Growth* (pertumbuhan diri) merupakan dimensi yang paling dominan pada ibu bekerja, diikuti oleh dimensi *environmental mastery* (penguasaan lingkungan) yang juga cukup dominan. Dimensi *personal growth* (pertumbuhan diri) dan *purpose in life* (tujuan hidup) menempati urutan ketiga dan keempat. Sedangkan dimensi *Autonomy* (otonomi) dan *Self-Acceptance* (Penerimaan diri) merupakan dimensi yang paling tidak dominan pada ibu bekerja.

Dari gambaran keterkaitan dimensi-dimensi WFC dengan dimensi-dimensi PWB dapat disimpulkan sebagai berikut, bahwa dari 36 hasil korelasi terdapat 25 hasil korelasi yang signifikan. Dimensi *time-based conflict* WIF berkorelasi secara signifikan dengan dimensi penguasaan lingkungan, tujuan dalam hidup dan penerimaan diri; sedangkan *time-based conflict* FIW berkorelasi secara signifikan

dengan dimensi penguasaan lingkungan, pertumbuhan diri dan penerimaan diri. Selanjutnya, dimensi *strain-based conflict* WIF berkorelasi secara signifikan dengan dimensi penguasaan lingkungan, hubungan positif dengan orang lain dan dengan penerimaan diri. Dimensi *strain-based conflict* FIW berkorelasi secara signifikan dengan seluruh dimensi dari PWB. Yang terakhir adalah, dimensi *behavior-based conflict* WIF dan FIW berkorelasi secara signifikan dengan seluruh dimensi dari PWB, kecuali dimensi otonomi.

5.2 Diskusi

Hasil dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara WFC dengan PWB, mendukung beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Salah satunya yang dilakukan Greenhaus & Parasuraman (1986) & Voydanoff (1987) dalam Frone, Russell & Cooper (1992) yang mengatakan bahwa WFC merupakan salah satu sumber stres yang dapat mempengaruhi kondisi *well-being* seseorang.

Melihat korelasi antara setiap dimensi WFC dengan setiap dimensi PWB yang telah dijabarkan pada bab sebelumnya, ternyata dimensi WFC yang berarah FIW lebih banyak yang signifikan dari pada dimensi yang berarah WIF, yaitu terdapat 14 korelasi yang signifikan pada dimensi yang berarah FIW dari 25 korelasi yang signifikan. Hasil tersebut mendukung hasil penelitian Frone, Russell & Cooper (1992) yaitu konflik FIW secara langsung mempengaruhi kondisi *well-being* individu secara keseluruhan. Mengapa hanya konflik FIW yang secara langsung berhubungan dengan keadaan *well-being* individu? Para peneliti (seperti Bandura, 1989; Mashall & Lang, 1990; Pearlin, Menaghan, Lieberman, & Mullen, 1981) dalam jurnal yang ditulis oleh Frone, et al. (1992), mengatakan bahwa, perasaan konflik FIW, lebih dapat membuat individu merasa kurang memiliki rasa penguasaan dan *self-efficacy*, yang akhirnya dapat menyebabkan efek yang depresif atau berkurangnya kepuasan dalam hidup. Kemungkinan berikutnya yang dikemukakan oleh penelitian-penelitian yang lain adalah, peran sebagai Ibu merupakan sebuah sumber kebahagiaan dan kepuasan bagi ibu sekaligus menjadi sumber utama dari munculnya stres (Barnet & Baruch, 1985; Gore & Mangione, 1983; Veroff, Douvan & Kulka, 1981 dalam Noor, 1995). Oleh karena itu ketika

tuntutan dari keluarga tidak terpenuhi, kemungkinan besar ibu akan menjadi stres. Kuatnya ekspektasi pada peran tradisional (Ibu dirumah, Bapak bekerja), juga dapat membuat Ibu merasakan konflik FIW yang lebih daripada konflik WIF. (Duxburry & Higgins, 1991).

Dimensi *Strain-based conflict* (FIW) berhubungan secara signifikan dengan seluruh dimensi dari PWB. Hal ini berarti, ketegangan atau stres yang disebabkan oleh pertentangan antara peran dirumah dan di tempat kerja mempengaruhi setiap aspek PWB dalam diri individu. Hock, McBride and Gnezda (1989) dalam Erdwins, et.al (2001) mengemukakan sebuah konsep yang disebut *maternal separation anxiety* yang merupakan salah satu tipe *role strain* yang sering dirasakan khususnya oleh ibu bekerja yang memiliki anak yang masih kecil. *Maternal separation anxiety* adalah rasa khawatir dan bersalah yang dirasakan oleh Ibu akibat terpisah dari anaknya, dan timbul ketakutan bahwa tidak ada yang bisa merawat anaknya seperti dia. *Maternal separation anxiety* menurut penelitian yang dilakukan Hock, et al. (1989) berhubungan secara signifikan dengan PWB. Adanya *maternal separation anxiety* bisa menjadi penyebab *Strain-based conflict* (FIW) berhubungan secara signifikan dengan seluruh dimensi dari PWB dalam penelitian kali ini.

Faktor-faktor yang lain yang menurut pandangan peneliti, juga dapat mempengaruhi hubungan yang signifikan antara *Strain-based conflict* (FIW) dengan seluruh dimensi dari PWB adalah adanya anak yang masih kecil, jumlah anak, urutan anak (anak pertama atau kedua, dst) dan faktor sumber daya yang ada dirumah. Perasaan *strain-based conflict* dan dilema yang dirasakan akan berbeda pada ibu bekerja yang baru memiliki satu anak (usia masih kecil) dengan ibu bekerja yang sudah berpengalaman memiliki dua anak atau lebih. Faktor sumber daya yang ada di rumah juga berperan penting khususnya dalam konteks ibu bekerja di Indonesia. Dalam usaha menurunkan tingkat *maternal separation anxiety* dan perasaan bersalah, ibu bekerja di Indonesia biasanya memakai jasa pengasuh anak, orang tua dari ibu bekerja (nenek) yang dimintai bantuan atau tetangga-tetangga yang dapat membantu memantau keadaan anak-anak ketika ibu tidak di rumah.

Walaupun dimensi *strain-based conflict* (FIW) berkorelasi secara signifikan dengan seluruh dimensi dari PWB, dimensi tersebut bukan merupakan dimensi yang paling dominan dirasakan oleh Ibu yang bekerja. *Dimensi behavior-based conflict* (WIF & FIW) merupakan dimensi yang paling dominan dirasakan oleh Ibu yang bekerja dan berhubungan secara signifikan dengan seluruh dimensi dari PWB kecuali dimensi otonomi. Lebih dari 90% ibu bekerja yang menjadi subjek penelitian ini berusia dewasa muda (20-40 tahun), hal ini dapat menjadi salah satu penyebab tingginya tingkatan konflik yang berbasiskan perilaku. Para Ibu dengan usia yang lebih muda cenderung masih berada di tahapan awal membangun kariernya, dan mereka memiliki anak yang berusia dibawah enam tahun. Oleh karena itu, lebih sulit bagi Ibu bekerja muda untuk memisahkan *work-related behavior* dan *family-related behavior* yang akhirnya menyebabkan tingginya tingkat *behavior-based conflict*.

Melihat gambaran PWB dari ibu yang bekerja pada penelitian ini, dimensi yang paling dominan adalah dimensi *personal growth* (pertumbuhan diri). Hasil penelitian Ryff (1989) menunjukkan bahwa dimensi pertumbuhan diri merupakan dimensi yang tertinggi dirasakan oleh individu dengan rentang usia dewasa muda. Maka dari itu, karena para Ibu bekerja yang menjadi subjek pada penelitian ini mayoritas masih berada dalam rentang usia dewasa muda, rasa ingin terus bertumbuh, berkembang, terbuka terhadap pengalaman baru dan keinginan untuk merealisasikan potensi-potensi yang dimiliki masih sangat tinggi. Hal itu dapat dilihat dari tingginya nilai rata-rata dan nilai tengah dari skor total pada dimensi pertumbuhan diri.

Selanjutnya, dimensi *Autonomy* (otonomi) dalam penelitian ini termasuk dimensi yang paling tidak dominan dirasakan oleh ibu bekerja. Sedangkan dimensi *environmental mastery* (penguasaan lingkungan) merupakan dimensi yang cukup dominan (menempati urutan kedua) dirasakan oleh ibu bekerja. Menurut hasil penelitian Ryff & Keyes (1995), dimensi penguasaan lingkungan dan otonomi, merupakan dimensi yang lebih mudah dicapai saat usia sudah lebih tua dan akan meningkat seiring bertambahnya usia. Kemungkinan lain yang dapat menjelaskan mengapa dimensi otonomi merupakan dimensi yang tidak dominan dirasakan oleh ibu bekerja adalah, kepribadian perempuan Indonesia dan budaya

Indonesia, yaitu walaupun seorang perempuan bekerja dan dapat menghasilkan. Sedangkan dimensi *self-acceptance* (Ryff & Keyes, 1995) adalah satu-satunya dimensi yang tidak menunjukkan perbedaan pada setiap rentang usia. Namun, dalam penelitian kali ini, dimensi *self-acceptance* (penerimaan diri) merupakan salah satu dimensi yang paling rendah nilai rata-rata dan nilai tengahnya. Skor penerimaan diri yang rendah berarti individu tidak puas melihat dirinya, kecewa apabila mengingat masa lalu, tidak senang dengan beberapa aspek dalam pribadinya dan ingin menjadi individu yang berbeda. Hal ini bisa terjadi kemungkinan karena adanya kecemasan dan perasaan bersalah yang timbul karena keterlibatan penuh pada peran dipekerjaan, dan usaha Ibu untuk memenuhi ekspektasi yang ada mengenai peran tradisional Ibu (Duxburry & Higgins, 1991)

Terdapat banyak penelitian yang membahas mengenai hal-hal yang mempengaruhi WFC dan PWB yang berhubungan dengan peran dalam keluarga dan pekerjaan. Beberapa diantaranya adalah, menurut Greenhaus & Beutell (1985) *social support* (dukungan sosial) merupakan suatu hal yang penting dan berhubungan dengan konflik lewat dua cara. Yang pertama, adanya dukungan dari lingkungan sekitar terhadap peran individu, dapat mengurangi dampak dari tekanan yang ditimbulkan dari peran tersebut, dan selanjutnya dapat mengurangi tuntutan waktu, ketegangan, dan/atau dapat membuat ekspektasi dari peran tersebut lebih fleksibel. Yang kedua, dukungan sosial dapat mengurangi kekuatan hubungan antara WFC dengan PWB (*the "buffering" effect*). Kepuasan Ibu dalam *child-care arrangements* juga merupakan hal yang penting yang dapat mengurangi tingkat stress dan kecemasan Ibu, yang pada akhirnya dapat mengurangi tingkat konflik yang dialami dan meningkatkan kondisi *psychological well-being*.

5.3 Saran

Penelitian ini tentu masih memiliki kekurangan. Peneliti menghadapi beberapa kesulitan dalam menyelesaikan penelitian ini, berikut adalah beberapa hal yang dapat peneliti tuliskan:

1. Peneliti menemui kesulitan dalam mencari literatur mengenai Ibu bekerja khususnya di Indonesia. Mayoritas literatur mengenai Ibu bekerja merupakan literatur yang sudah cukup tua, dan peneliti tidak mampu

menemukan informasi yang lebih lengkap mengenai keadaan Ibu bekerja di Indonesia. Walaupun demikian, peneliti mendapatkan banyak sekali literatur penelitian mengenai *work-family conflict*. Menurut peneliti apabila waktu memungkinkan, peneliti akan berusaha lebih keras untuk mencari ke perpustakaan atau lembaga-lembaga pemberdayaan wanita yang belum sempat peneliti datangi.

2. Ibu bekerja di Indonesia saat ini memang banyak, namun peneliti menemukan kesulitan dalam hal lamanya waktu pengambilan data. Hal itu disebabkan para Ibu sibuk bekerja dan akhirnya peneliti menjadi tidak dapat mendesak mereka untuk segera mengisi kuesioner yang peneliti berikan.
3. Item-item pada kuesioner yang banyak juga membuat subjek penelitian menjadi kelelahan dan malas mengisi kuesioner dengan sebaik-baiknya, hal tersebut dapat mempengaruhi hasil dari penelitian.

Perbaikan-perbaikan yang dapat dilakukan agar penelitian-penelitian berikutnya menghasilkan hasil yang lebih baik dan lebih mendalam, adalah sebagai berikut:

1. Dalam penelitian selanjutnya, apabila memungkinkan ada baiknya dilakukan wawancara pada beberapa subjek, agar diketahui lebih dalam apa yang menyebabkan *work-family conflict* yang dirasakan tinggi/rendah, begitu juga dengan kondisi *psychological well-beingnya*.
2. Ada baiknya melihat keterkaitan antara variabel usia anak, urutan anak (anak pertama, kedua, dst.) dan pengasuh/pembantu rumah tangga dengan *work-family conflict* dan *psychological well-being*. sehingga dapat diketahui seberapa besar variabel-variabel tersebut saling memberikan pengaruh.
3. Peneliti juga menyarankan, ada baiknya jika dilakukan studi perbandingan, yaitu membandingkan Ibu bekerja yang memiliki anak yang berusia <6 tahun, dan yang memiliki anak berusia remaja. Sehingga dapat dilihat apakah ada perbedaan dalam tingkat konflik dan kondisi *well-being*.

4. Melihat alternatif alat ukur lain yang lebih singkat atau membuat versi singkat dari alat ukur yang sudah ada, agar subjek yang berpartisipasi tidak kelelahan dalam mengisi kuesioner.

Seperti telah dijelaskan pada subbab sebelumnya, bahwa dukungan sosial merupakan salah satu cara untuk mengurangi kekuatan hubungan antara WFC dengan PWB. Oleh karena itu diharapkan orang-orang di sekitar Ibu yang bekerja memberikan dukungan yang lebih, agar dapat membantu Ibu mengurangi dampak negatif dari WFC (*time-, strain-, behavior-*) yang pada akhirnya dapat meningkatkan kondisi PWBnya. Begitu juga dengan *child care arrangement* yang harus dapat diatur dengan baik dan memuaskan Ibu, agar kekhawatiran dan perasaan bersalah Ibu karena meninggalkan anaknya dalam pengasuhan orang lain lama-kelamaan akan berkurang, dengan harapan akan mengurangi tingkat *strain-based conflict* (FIW) dan meningkatkan kondisi *psychological well-beingnya* khususnya dimensi-dimensi yang masih rendah (misalnya *self-acceptance*). Kejelasan peran di pekerjaan dan pembagian tugas yang jelas di rumah antara istri, suami, anak (jika memiliki anak yang sudah besar), pengasuh dan pembantu rumah tangga, berperan penting untuk mengurangi tingkat *behavior-based conflict* yang dialami Ibu bekerja.