

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Umumnya peran sebagai ibu rumah tangga tidak dapat dilepaskandari tugas-tugas kerumahtanggaan, misalnya mendidik, merawat, dan membesarkan anak. Selain itu ibu rumah tangga juga berperan penting dalam pengaturan kebutuhan rumah tangga baik dalam mengatur pengeluaran dan pendapatan sehari-harinya. Ada beberapa ibu yang lebih banyak menghabiskan waktunya di rumah untuk mendedikasikan dirinya dalam rangka mengurus suami dan anak-anaknya dengan penuh perhatian, kasih sayang, dan bertanggung jawab terhadap tuntutan tugas yang telah dipilihnya.

Di sela-sela kesibukan dan tugas rutinitas ibu rumah tangga yang padat, beberapa ibu rumah tangga juga mengurus pajak rumah, mengurus biaya rekening telepon, rekening listrik, rekening PAM dan juga mengurus iuran sekolah anak, yang terkadang terasa melelahkan. Keadaan ini dapat terjadi pada ibu rumah tangga yang tidak memiliki pramuwisma, karena semua pekerjaan di rumah dilakukan oleh ibu rumah tangga tersebut. Kelelahan fisik akibat rutinitas urusan rumah tangga sehari-hari dapat berakibat pada kelelahan psikologis emosional ibu rumah tangga. Beban kelelahan fisik, psikologis dan emosional ibu rumah tangga cenderung akan mempengaruhi perilaku sehari-harinya yang kurang menguntungkan anggota keluarganya termasuk anak-anaknya seperti memarahi,

memukul, mencubit, berbicara dengan kasar dan menyakitkan perasaan. Dengan kata lain stressor akibat kelelahan karena rutinitas urusan rumah tangga dapat mempengaruhi munculnya perilaku agresif pada ibu rumah tangga.

Agresif adalah tingkah laku kekerasan fisik maupun verbal terhadap individu-individu lain atau objek lain. Menurut Krahe, menunjukkan bahwa perempuan lebih banyak sering terlibat dalam penganiayaan anak dibandingkan laki-laki. Hal ini antara lain karena mereka adalah yang lebih banyak bertanggung jawab mengasuh anak terutama anak-anak yang masih kecil. Dengan demikian, mereka pulalah yang lebih berkemungkinan menghadapi masalah-masalah dalam interaksinya dengan anak, yang pada akhirnya mengarah pada kekerasan (<http://www.scribd.com/doc/45884551/null>). Salah satu pemicu tingkah laku agresif ibu rumah tangga adalah beban (stressor) yang berasal dari beban tugas-tugas rumah yang harus diselesaikan. Hal itu juga dialami oleh ibu rumah tangga yang bertempat tinggal di kompleks X Rw 03, seperti yang diungkapkan dibawah ini:

“Saya *capek* dengan tugas-tugas saya di rumah, saya merasa terbebani dengan semuanya. Saya membereskan rumah tiap hari, mengurus keperluan rumah tangga. Saya bosan dengan kegiatan-kegiatan seperti itu kalau di rumah. Selain itu jika anak saya nangis, *rewel*, minta ini minta itu semuanya harus dituruti sama anak saya. Saya pusing dengan tangisan dan regekan anak saya. Saya jadi kesal dan saya cubit anak saya biar berhenti nangisnya” (T, ibu rumah tangga, 45 tahun).

Selain itu ada juga yang menyatakan kelelahannya seperti:

“Dengan beban tugas-tugas ibu rumah tangga dengan membersihkan rumah, mengurus anak dan suami saya. Saya lelah dengan semuanya. Apalagi kalau ada suami saya di rumah, rumah saya sangat

berantakan sekali, abu rokok kemana-mana, menaruh barang tidak rapi seperti: sepatu, sendal dan baju tidak taruh pada tempat yang seharusnya. Saya jadi marah dan berbicara kepada suami saya dengan suara yang keras biar suami saya menjaga kebersihan di rumah dan menaruh barang pada tempatnya dengan rapi” (S, ibu rumah tangga, 47 tahun).

Terakhir adalah ibu A, 42 tahun yang mengaku bahwa:

“Saya sangat *capek* sekali dengan kegiatan saya tiap hari di rumah, membersihkan rumah, memasak, menyetrika dan mengurus keperluan anak dan suami saya. Semua tugas di rumah saya merasa terbebani. Jika anak saya tidak pulang tepat waktu ke rumah dan tidak mengangkat telepon dari saya, saya kesal sekali jika telepon saya tidak di angkat-angkat oleh anak saya. Ketika anak saya sudah sampai di rumah, saya langsung memaki anak saya dengan sebutan (setan, monyet). Saya kesal dengan anak saya itu sudah di bilangin kalau telepon dari mama di angkat, tapi anak saya tidak mendengarkan saya”(A, ibu rumah tangga, 42 tahun).

Berdasarkan wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa ibu rumah tangga T, S dan A yang mempunyai banyak pekerjaan di rumah tangga dan merasa terbebani dengan rutinitas kerumahtanggaan tersebut dapat mempengaruhi munculnya perilaku mencubit, membentak anak, memarahi anak dengan kata-kata kasar bahkan ada yang memukul. Artinya beban (stressor) dari tugas rumah tangga memunculkan reaksi negatif yang kurang menguntungkan dalam bentuk agresifitas verbal maupun non verbal.

Berbeda dengan fenomena yang diungkapkan ibu rumah tangga yang bertempat tinggal di komplek “X” Rw 03 Jakarta Barat seperti dibawah ini:

Yang pertama adalah ibu Z, 36 tahun, yang menyatakan bahwa:

“Walaupun tugas-tugas saya dari pagi sampai malam di rumah hanya mengurus kebutuhan rumah tangga dengan sangat banyak. Saya tidak merasa beban dalam kerjaan saya di rumah. Apalagi kalau saya lagi lelah karena saya *capek* mengurus kebutuhan rumah tangga, saya tidak pernah

memukul anak saya, tidak pernah memarahi anak-anak saya”(Z, ibu rumah tangga 36 tahun).

Yang kedua adalah ibu S, 41 tahun, yang menyatakan bahwa:

“Memang kegiatan-kegiatan saya di dalam rumah sangat banyak, dengan membersihkan rumah, memasak, belanja keperluan kebutuhan rumah tangga. Saya tidak merasa beban dalam melaksanakan tugas saya di rumah. Walaupun terkadang suami saya menaruh barangnya tidak pada tempatnya, saya tidak memarahi suami saya, tetapi saya menegur suami saya dengan baik-baik”(S, ibu rumah tangga 41 tahun).

Dan yang ketiga adalah ibu D, 38 tahun) yang mengaku bahwa:

“Saya mengurus keperluan kebutuhan rumah tangga saya tidak ada beban sedikitpun dalam menyelesaikan pekerjaan rumah tangga saya. Saya tidak pernah memarahi anak saya kalau saya sedang kelelahan”(D, ibu rumah tangga 39 tahun).

Berdasarkan wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa ibu rumah tangga Z, S, dan D ketika ibu rumah tangga mempunyai banyak pekerjaan di rumah, tidak merasa terbebani oleh pekerjaannya meskipun lelah ia cukup mampu mengendalikan dan mengelola emosi tanpa memunculkan perilaku agresif yang bisa merugikan anggota keluarganya.

Pada umumnya, pelaksanaan tugas selalu mengandung permasalahan dan tantangan. Masalah dan tantangan ini seringkali menimbulkan stres yang bisa mengganggu pencapaian tujuan. Hans Selye mengatakan bahwa stres adalah reaksi seseorang mengenai segala hal yang mengganggu keseimbangan hidupnya. Ia mendefinisikan stres menjadi dua jenis yaitu stres positif (*eustress*) dan stres negatif (*distress*). Stres positif adalah stres yang mendorong manusia untuk beradaptasi dengan lingkungan dan mempercepat proses

pemecahan masalah. Stres yang positif dapat dirasakan menjelang saat-saat penting kehidupan seseorang. Sedangkan stres yang negatif atau *distress* adalah stres yang tidak dapat diatasi, membuat tubuh kelelahan dan dapat menghasilkan gangguan secara fisik maupun psikis. Orang-orang yang mengalami stres negatif ditandai dengan perasaan cemas, takut atau khawatir. Stres semacam ini biasanya muncul karena seseorang dihadapkan pada hal-hal yang tidak disukainya. Suatu kondisi tegangan baik secara fisiologi maupun psikologis yang diakibatkan oleh tuntutan dari lingkungan yang dipersepsi sebagai ancaman. Stres merupakan bagian dari kondisi manusiawi. Dalam batas tertentu, stres membantu seseorang agar tetap termotivasi (<http://www.harmonihidup.com/jus-face-it/>).

Ibu rumah tangga mengalami stres karena beban rumah tangga yang rutin *Overload*. *Overload* adalah sebuah kondisi dimana ibu rumah tangga merasa terlalu banyak hal yang harus dihadapi dan diselesaikan. Seorang ibu rumah tangga akan memiliki masalah dengan anak dan pekerjaan rumah tangganya yang sangat mungkin menyebabkan seorang ibu rumah tangga mengalami *overload*. Fokus kehidupan berumah tangga yang rutin hanya pada persoalan pengasuhan dan perawatan anak dan suami, maka pencetus stres tentunya bersumber dari hubungannya dengan anak dan suami. Anak yang nakal dan suami yang tidak membantu urusan rumah tangga bisa membuat stres yang pada akhirnya menimbulkan perilaku agresif. Kompas, 30 Maret 2011 mengatakan jumlah Ibu Rumah Tangga (IRT) mengalami gangguan (stres) cukup tinggi di Indonesia. Angkanya pun dilaporkan sudah mendekati gawat demikian ungkap, Prof Dr

Meutia Hatta, pada acara pertemuan dengan perempuan korban konflik dan ibu-ibu Darma Wanita di Pendopo Bupati Aceh Utara."Jumlahnya secara keseluruhan cukup banyak.Namun, saya tidak ingat secara persis berapa totalnya.Yang pasti, gawat bila angka IRT mencapai 4 persen,"katanya. Artinya tugas-tugas kerumahtanggaanpun dapat menjadi sumber stres.

Stres merupakan reaksi psikis yang timbul akibat adanya tekanan, baik internal maupun eksternal. Stres yang tidak segera ditangani akan berdampak buruk bagi kesehatan. Pada tingkat stres yang berat, orang bisa menjadi depresi,kehilangan rasa percaya diri dan harga diri. Akibatnya, ia lebih banyak menarik diri dari lingkungan, jarang berkumpul dengan sesamanya, lebih suka menyendiri, mudah tersinggung, mudah marah dan mudah emosional. Bisa merugikan anggota keluarga seperti memukul, menyakitkan, suami maupun anggota yang lain.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, ibu rumah tangga hanya menghabiskan waktunya di rumah dengan kegiatan di rumah seperti mengasuh, mendidik anak, memasak, menyiapkan makanan, merapikan rumah, dan mengatur keuangan keluarga. Kegiatan ibu rumah tangga di rumah menjadi terasa lebih berat, sehingga dapat memunculkan tingkah laku agresif kepada anak dan suami. Perilaku agresif yang muncul pada ibu rumah tangga bisa dalam bentuk mencubit, memarahi, memaki anak maupun suami. Namun ada

beberapa ibu rumah tangga yang melakukan rutinitas kerumahtanggaan tetap mampu mengelola emosi karena kelelahannya dengan cara lebih terarah dalam bentuk perilaku yang tetap menyayangi, memperhatikan, merawat, dan mendidik.

Berdasarkan fenomena yang di atas, ibu rumah tangga yang mengalami stres dan cenderung memunculkan agresifitasnya membuat peneliti tertarik untuk meneliti adakah hubungan antara stres dan agresifitas pada ibu rumah tangga.

C. Maksud dan Tujuan Penelitian

Maksud dari penelitian ini untuk meneliti adakah tingkat stres dan agresifitas pada ibu rumah tangga.

Adapun tujuan penelitian ini adalah :

1. Mengetahui hubungan tingkat stres dan agresifitas pada ibu rumah tangga di kompleks X Rw 03 Jakarta Barat.
2. Mengetahui tinggi rendahnya stres dan agresifitas secara umum pada ibu rumah tangga di kompleks X Rw 03 Jakarta Barat.
3. Mengetahui tinggi rendahnya stres dan agresifitas berdasarkan data penunjang pada ibu rumah tangga di kompleks X Rw 03 Jakarta Barat.

D. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat dan masukan bagi perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi sosial dan

psikologi kesehatan mental serta dapat menjadi masukan yang berguna bagi penelitian lebih lanjut mengenai stres, agresi dan ibu rumah tangga.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Mahasiswa

Agar tulisan ini dapat menambah pengetahuan para mahasiswa khususnya mengenai hubungan stres dan agresifitas pada ibu rumah tangga.

b. Bagi Peneliti

Diharapkan agar penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan bagi peneliti lain yang hendak melakukan penelitian yang serupa.

c. Bagi ibu rumah tangga

Diharapkan dapat memberikan masukan dan saran mengenai tingkat stres dan agresifitas.

E. Kerangka Berfikir

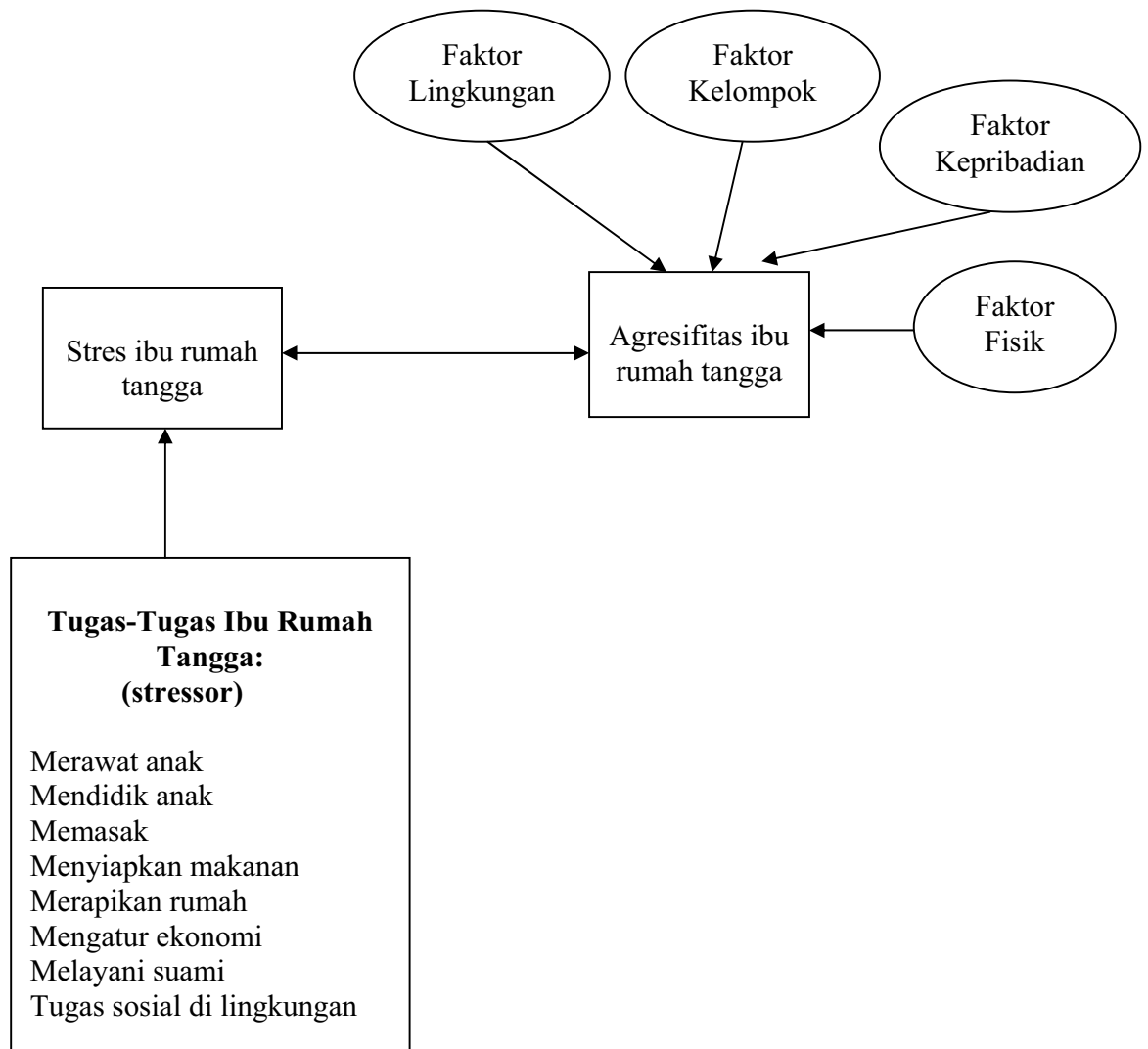
Kerangka pemikiran berikut menjelaskan sistematika penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Kerangka berikut terdiri dari dua buah variabel yang akan digunakan, yaitu stres dan agresifitas. Variabel yang akan diteliti adalah stres yang kemudian akan dihubungkan dengan agresifitas pada ibu rumah tangga.

Pada dasarnya sebagai ibu rumah tangga bertugas merawat anak, mendidik anak, memasak, menyiapkan makanan, merapikan rumah, dan mengatur ekonomi. Ibu rumah tangga menjadi lebih berat terhadap tugas-tugas yang di rumahnya dan membuat ibu rumah tangga merasa dirinya terbebani karena

melampaui batas kemampuan dirinya yang pada akhirnya memicu munculnya stres. Hans Selye mengatakan bahwa stres adalah reaksi seseorang mengenai segala hal yang mengganggu keseimbangan hidupnya (<http://www.harmonihidup.com/jus-face-it>). Dalam keadaan stres menurut Myers (dalam Sarwono, 2002), ibu rumah tangga cenderung untuk menampilkan perilaku agresif yaitu perilaku fisik atau lisan yang disengaja dengan maksud untuk menyakiti atau merugikan orang lain seperti memukul, marah, mengucapkan kata-kata kasar, kesal, dan curiga sebagai perwujudan stres yang dialaminya. Banyak faktor yang mempengaruhi munculnya perilaku agresif yaitu faktor lingkungan, kelompok, kepribadian, dan fisik. Yang pertama faktor lingkungan sebagai contoh seorang ibu rumah tangga menghadapi rumah yang sempit dan panas dapat memicu perilaku agresif (dalam Sarwono, 2002). Yang kedua faktor kelompok sebagai contoh seorang ibu rumah tangga yang menghadapi tetangga yang mencampuri urusan rumah tangga subjek, dalam kondisi seperti itu subjek bisa saja menguras tenaga sehingga dapat memicu perilaku agresif ini senada dengan yang diungkapkan oleh Staub (dalam Sarwono, 2002) yang menyatakan bahwa kelompok berpengaruh terhadap agresifitas. Yang ketiga faktor kepribadian sebagai contoh seorang ibu rumah tangga yang menghadapi tetangga yang jauh lebih mapan cenderung memunculkan sifat untuk bersaing sehingga dari kondisi seperti itu dapat menyebabkan ibu rumah tangga berperilaku agresif hal ini senada dengan yang diungkapkan oleh Glass (dalam Sarwono, 2002) yang menyatakan bahwa

kepribadian berpengaruh terhadap agresifitas. Yang keempat kondisi fisik sebagai contoh seorang ibu rumah tangga saat kondisi fisik yang kurang sehat sementara tuntutan ibu rumah tangga yang tidak bisa ditunda cenderung memicu perilaku agresif hal ini senada dengan yang diungkapkan oleh Glass (dalam Sarwono, 2002) yang menyatakan bahwa kondisi fisik berpengaruh terhadap agresifitas.

Dari pernyataan diatas, jelas ada hubungan stres dan agresifitas pada ibu rumah tangga. Sehingga, dapat dikatakan bahwa semakin tinggi tingkat stres maka semakin tinggi tingkat agresifitasnya. Hubungan kedua variabel tersebut dapat dilihat dalam gambar 1.1. berikut ini:



Gambar 1.1 Kerangka Berfikir