

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar belakang

Secara umum, di dalam rumah tangga tanggung jawab seorang suami adalah mencari nafkah, mengayomi atau membimbing istri, menjadi rekan yang baik untuk istri serta membantu meringankan tugas istri seperti mengajak anak-anak bermain disela-sela waktu luangnya (Dewi, dalam Putri dan Lestari 2015). Sementara istri bertanggungjawab dalam lingkungan domestik (rumah tangga) seperti, mengurus anak, suami dan mengerjakan pekerjaan rumah tangga. Seiring berjalannya waktu, saat ini istri tidak hanya memiliki tanggung jawab sebagai pemelihara rumah tangga, namun juga turut serta berperan di sektor publik atau bekerja. Tingginya tingkat pendidikan istri serta tuntutan kebutuhan ekonomi rumah tangga menjadi salah satu alasan bagi istri untuk berperan dalam sektor publik. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah angkatan kerja pada Februari 2019 adalah sebesar 136,18 juta orang. Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin (gender), TPAK perempuan adalah sebesar 55,5%. Sementara itu secara tahunan, TPAK perempuan diketahui naik sebesar 0,06% dari tahun sebelumnya. Kenaikan ini juga terjadi pada tahun 2017 ke 2018 dimana jumlah angkatan kerja per agustus 2017 adalah sebesar 50,89% dan naik menjadi 55,4% pada februari 2018. Berdasarkan data tersebut terlihat bahwa saat ini peran wanita di sektor publik kian meningkat walaupun bukan peningkatan yang sangat tinggi. Karena pada aspek sosial dan domestik pekerjaan seorang perempuan mempunyai tanggung jawab besar, dalam silampun menyarankan perempuan untuk fokus pada urusan rumah tangga (Buang dkk, 2011).

Kondisi istri yang bekerja dapat memberikan beberapa manfaat bagi pernikahan, menurut Saravi, et al. (2012) istri yang memiliki pekerjaan selain ibu rumah tangga dapat menghindari istri dari stress dan juga frustrasi. Mereka akan lebih sehat secara jasmani karena dinilai lebih baik fungsi emosionalitas, vitalitas dan kesehatan mentalnya dari pada istri yang hanya mengurus rumah tangga. Azeez (2013) mengatakan bahwa peran istri yang berpartisipasi dalam dunia kerja adalah hal yang positif dalam kesetaraan, namun juga berpengaruh pada kehidupan keluarga, karena dapat menimbulkan tuntutan peran yang bertentangan. Tuntutan untuk membagi waktu dan juga perannya dalam berkarir dan menjadi ibu rumah tangga tentu bukan hal yang mudah untuk dijalani dan terkadang dapat menimbulkan berbagai masalah baik dalam pekerjaan maupun rumah tangga. Masalah – masalah yang dihadapi oleh ibu bekerja diataranya adalah kesulitan dalam mengurus rumah tangga, kurangnya waktu bersama suami dan anak, perasaan lelah karena harus bekerja dirumah dan di kantor, tuntutan-tuntutan suami terhadap tanggung jawab rumah tangga serta diliputi perasaan bersalah karena terpaksa meninggalkan kewajibannya sebagai ibu bagi anak-anaknya. Apabila permasalahan tersebut dibiarkan berlarut-larut maka dapat membuat istri yang bekerja menjadi tidak bahagia bahkan dapat memicu terjadinya perceraian Selain itu menurut penelitian Rachmayani dan Kumala (2016), menemukan

bahwa terdapat pengaruh perilaku dominan dan komitmen perkawinan terhadap kebahagiaan perkawinan pada istri bekerja yang memiliki penghasilan lebih tinggi dari suami. Istri yang memiliki penghasilan lebih tinggi akan memiliki perilaku dominan yang tinggi. Perilaku dominan pada istri menimbulkan ketidakbahagiaan pada perkawinan..

Namun demikian masih banyak istri yang memilih untuk tetap bekerja dan berkarir dengan berbagai alasan. Bekerja menurut Seligman (2002) merupakan salah satu kekuatan dalam diri yang dapat menciptakan kebahagiaan dan kepuasan yang berlimpah ruah. Artinya pekerjaan dapat menjadi sumber kebahagiaan seseorang. Kebahagiaan sendiri menurut Seligman (2002) merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan oleh individu, serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh individu yang ditandai oleh terjalinnya hubungan positif dengan orang lain, pelibatan diri secara penuh baik pada aktivitas fisik maupun dalam hati dan pikiran, konsep untuk menemukan makna dalam kehidupannya, perasaan optimis serta kemampuan untuk bangkit dari peristiwa yang tidak menyenangkan. Terdapat beberapa istri bekerja yang dapat merasakan kebahagiaan dan ada pula yang tidak bahagia. Peneliti berkesempatan untuk melakukan wawancara dengan Ibu T (43), yaitu seorang istri yang juga bekerja, berikut adalah kutipan wawancara bersama Ibu T (43)

“Saya memilih tetap bekerja karena emang sejak sebelum menikah juga sudah bekerja, jadi sayang kalau mau pensiun. Suami dan anak saya juga mendukung saya bekerja. Selama ini saya juga ngga merasa ngalamin kesulitan dalam membagi waktu, karena saya pulang kerja sore jadi masih bisa menjalankan tugas sebagai ibu dan mengerjakan pekerjaan rumah tangga di sore hari dan sabtu minggu. Relasi saya baik dikerjakan maupun sama keluarga setelah menikah alhamdulillah baik-baik aja.. ngga ada masalah.” (T, Bekerja, 43 th).

Berdasarkan wawancara diatas, diduga Ibu T (43) adalah istri yang bahagia, hal ini dapat dilihat dari pernyataan beliau yang mencerminkan beberapa aspek yang menandakan bahwa beliau adalah istri yang bahagia, diantaranya adalah beliau bisa menjalankan kedua perannya dengan baik, terlibat secara penuh serta memiliki relasi yang baik dengan orang disekitarnya.

Begitu pula dengan Ibu AN (25) yang merasa bahwa dirinya menjalankan kedua perannya dengan sepenuh hati karena itu semua bersumber dari dalam dirinya.

“Saya senang ngejalainnya, karena itu kemauan saya sendiri. Jadi apapun yang dirasa sulit bisa diselesaikan karena semua dimulai dari keinginan saya. Saya lebih suka jadi ibu rumah tangga yang bekerja, karena saya suka menyibukkan diri dengan bekerja. Walaupun ngga gampang buat ngejalaninnya, tapi saya tetap bisa ngejalanin kedua-duanya karena ada dukungan dari suami. Menurut saya yang paling penting itu kita terbuka

dan cerita apa-apa sama suami, biar bisa dapet solusi sama-sama.” (AN, Bekerja, 25 th)

Namun lain halnya dengan Ibu U (34) yang mengatakan bahwa beliau merasa kurang optimal dalam menjalankan perannya sebagai *care giver* bagi anaknya. Dan beliau juga bekerja lebih karena tuntutan ekonomi, bukan karena keinginannya sendiri.

“Saya kerja karna ingin punya penghasilan pribadi untuk nabung dan beli kebutuhan kaya kosmetik. Karna kalo mengandalkan gaji suami hanya cukup buat makan sehari-hari, boro-boro buat beli baju. Saya sendiri pengenya berhenti kerja dan mengurus anak aja, karna kalau bekerja benar-benar menguras tenaga, pikiran dan waktu. Anak saya juga pernah minta saya berhenti kerja ya jadi gitu deh saya jadi semacam ngerasa bersalah karna jarang ada waktu buat anak.” (U, Bekerja, 43th).

Dari hasil wawancara diatas diduga Ibu U (34) adalah istri yang tidak bahagia, Hal ini dapat terlihat dari cerita beliau yang mengatakan bahwa ia sering merasa sedih karena tidak dapat menjalankan perannya sebagai ibu dengan optimal dan juga merasa pekerjaannya terlalu banyak menyita waktu, pikiran dan juga tenaga sehingga terkadang membuatnya terpaksa menjalankan pekerjaannya. Sedangkan menurut Seligman (2002) salah satu ciri orang yang bahagia adalah memiliki keterlibatan penuh dalam kesehariannya.

Berdasarkan uraian di atas diketahui bahwa istri yang bekerja ada yang merasakan kebahagiaan dan ada juga yang tidak bahagia. Dalam menciptakan kebahagiaan pasangan suami istri, komunikasi menjadi aspek yang sangat penting. Keterampilan dalam berkomunikasi dapat terwujud dalam kecermatan memilih kata dan intinasi saat mengungkapkan informasi kepada pasangan. Hal ini berkaitan dengan kemampuan untuk mengungkapkan diri (Lestari,2012). Salah satu faktor yang diduga berkaitan dengan kebahagiaan istri yang bekerja adalah *Self Disclosure*. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wardhani (2002) yang berjudul *Self Disclosure* dan kepuasan perkawinan pada istri di usia awal perkawinan yang mengatakan bahwa subjek yang memiliki *Self Disclosure* tinggi cenderung akan merasakan kepuasan perkawinan yang tinggi pula. Begitu pula dengan penelitian John K. Antill & Sandra Cotton (1987) yang berjudul *Self disclosure between husbands and wives: Its relationship to sex roles and marital happiness*, yang menemukan bahwa kebahagiaan perkawinan berkorelasi positif dengan semua aspek dari pengungkapan diri sendiri. Begitu juga penelitian yang dilakukan oleh Ju Yeon Kim et all (2014) yang meneliti mengenai pengungkapan diri melalui jejaring sosial korea (SNS), hasilnya juga menunjukkan bahwa pengungkapan diri menyebabkan kesejahteraan subjektif. Walaupun penelitian ini bukan spesifik membahas kebahagiaan, namun *well being* sendiri juga mengacu pada kebahagiaan, bahkan istilah *happiness* seringkali digunakan bergantian dengan *well being* (Diener, 2008). Menurut DeVito (2011) *Self Disclosure* didefinisikan sebagai jenis komunikasi dimana seseorang

mengungkapkan informasi tentang diri sendiri yang biasanya disembunyikan, atau informasi yang biasanya tidak diketahui oleh orang lain. Informasi tersebut dapat berupa gagasan dan pemikiran, impian dan harapan, maupun perasaan positif dan negatif. (Lestari, 2012). Dengan kemampuan membuka diri, seseorang akan mendapatkan perspektif baru tentang dirinya, meningkatkan peluang untuk menjalin hubungan yang lebih bermakna dan dapat meningkatkan kemampuan menanggulangi situasi yang sulit dan perasaan bersalah.

Dengan demikian, istri bekerja yang memiliki *Self Disclosure* tinggi diduga akan mampu menceritakan secara terbuka mengenai gagasan dan pemikiran, impian dan harapan terhadap pekerjaan dan keluarganya, maupun perasaan positif dan negatif yang sedang ia rasakan, sehingga membuatnya mampu menghilangkan perasaan bersalah dan juga lebih mampu menghadapi kesulitan sehingga membuat istri menjadi lebih bahagia. Sebaliknya istri bekerja yang memiliki *Self Disclosure* rendah akan sulit untuk menceritakan secara terbuka mengenai pikiran, perasaan dan perilakunya kepada orang lain, sehingga membuatnya kesulitan menanggulangi situasi yang sulit dan juga perasaan bersalah sehingga mengurangi kebahagiaan dalam dirinya. Hal inilah yang melatarbelakangi peneliti untuk meneliti mengenai Hubungan antara *Self Disclosure* dengan kebahagiaan pada istri yang bekerja. Tujuan dari penelitian ini adalah hubungan antara *Self Disclosure* dengan kebahagiaan pada istri yang bekerja.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu,

Apakah terdapat hubungan antara *Self Disclosure* dengan kebahagiaan pada istri yang bekerja?

## **1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Penelitian**

1. Mengetahui hubungan antara *Self Disclosure* dengan kebahagiaan pada istri yang bekerja.
2. Mengetahui gambaran tinggi rendah *self disclosure* pada istri yang bekerja
3. Mengetahui gambaran bahagia tidak bahagia pada istri yang bekerja

### **1.3.2 Manfaat Penelitian**

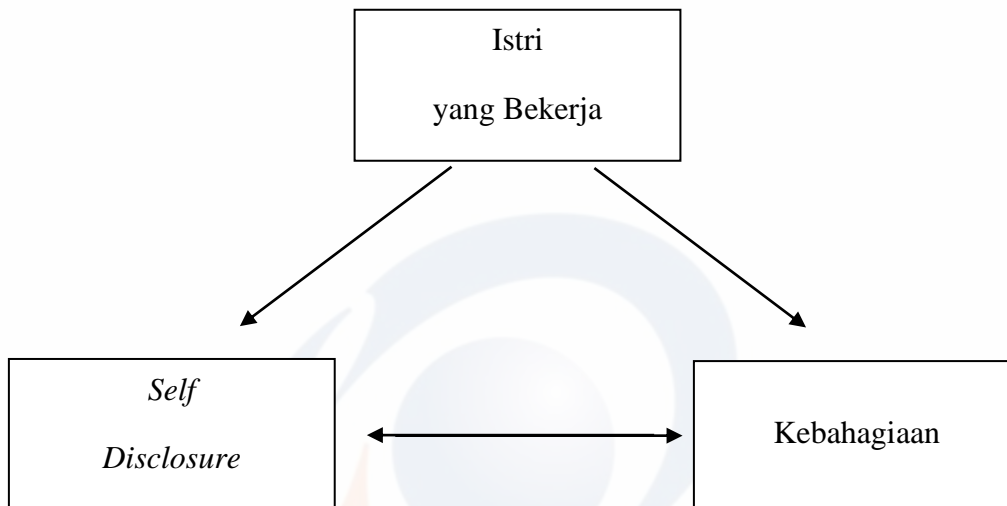
#### **Manfaat Praktis**

Sebagai referensi ilmiah untuk penelitian dalam bidang psikologi positif dan psikologi keluarga yang berhubungan dengan *Self Disclosure* dan Kebahagiaan pada istri yang bekerja.

### Manfaat Teoritis

Memberikan informasi kepada istri mengenai pentingnya menerapkan *Self Disclosure* dalam menjalankan peran sebagai istri yang bekerja untuk menciptakan kebahagiaan dalam menjalankan peran gandanya.

### 1.4 Kerangka Berpikir



Dalam menjalankan perannya, istri yang bekerja dituntut untuk dapat melaksanakan tugas-tugasnya secara optimal, baik dalam pekerjaannya maupun dirumahnya. Namun kedua peran ini tidak jarang menimbulkan konflik baik dalam pekerjaan maupun dalam menjalankan perannya dirumah seperti mengasuh, mengurus rumah tangga dan mengurus suami. Kelelahan saat bekerja dapat menimbulkan rasa mudah marah pada istri saat mengasuh anaknya-anaknya, tidak adanya energi untuk mendidik anak serta melayani suami. Apabila istri mampu mengatasi konflik-konflik yang terjadi diantara kedua peran yang dijalannya dan dapat menjalani kedua perannya secara optimal diduga istri akan menjadi lebih bahagia. Kebahagiaan sendiri adalah sebuah konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan oleh individu, serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh individu yang ditandai oleh terjalinnya hubungan positif dengan orang lain, pelibatan diri secara penuh serta penemuan makna dalam kehidupannya.

Menurut Seligman (2002), salah satu ciri individu yang bahagia adalah ketika ia mampu menghadapi situasi yang sulit yang dialaminya. Salah satu faktor yang diduga mempengaruhi kebahagiaan adalah *Self Disclosure*. *Self Disclosure* merupakan satu bentuk komunikasi dimana istri dapat menceritakan informasi mengenai diri sendiri kepada orang lain, mengenai apa yang dirasakan, dipikirkan maupun perilakunya kepada orang lain. Salah satu manfaat yang didapatkan dari membuka diri ialah dapat meningkatkan kemampuan diri untuk menanggulangi

situasi yang sulit dan perasaan bersalah. Istri yang memiliki *Self Disclosure* tinggi diduga akan mampu menceritakan mengenai apa yang ia rasakan, pikirkan dan juga perilakunya kepada orang lain dan mendapatkan manfaat berupa kemampuan untuk meningkatkan kemampuannya untuk menanggulangi situasi yang sulit serta mengurangi perasaan bersalah dalam dirinya dan membuatnya menjadi lebih bahagia. Sebaliknya, individu yang kurang mampu melakukan pengungkapan diri akan sulit untuk menceritakan apa yang dirasakan, pikirkan dan juga perilakunya kepada orang lain sehingga membuatnya kesulitan untuk menanggulangi situasi sulit yang dialaminya dan juga perasaan bersalah dalam diri sehingga membuatnya menjadi tidak bahagia.

### **1.5 Hipotesis**

Terdapat hubungan positif antara *Self Disclosure* dengan kebahagiaan pada istri yang bekerja.