

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Universitas Esa Unggul adalah salah satu perguruan tinggi swasta yang memiliki kampus di Bekasi, Tangerang, dan berpusat di Jakarta. Universitas Esa Unggul selain membuka kelas untuk mahasiswa reguler, juga membuka kelas untuk mahasiswa yang sudah bekerja atau paralel. Peminat dari kelas paralel ini tidak hanya diisi oleh mahasiswa yang sudah bekerja saja, melainkan perempuan yang sudah menikah sekaligus juga bekerja. Adapun perbedaan dari kelas reguler dan paralel ini adalah kelas reguler diadakan di hari senin sampai sabtu mulai pagi hari hingga siang hari, sedangkan kelas paralel di adakan di hari senin sampai sabtu mulai sore hari sampai malam hari. Mahasiswa kelas paralel mempunyai tugas dan kewajiban yang sama seperti mahasiswa reguler, yaitu menghadiri perkuliahan, mengerjakan tugas yang dosen berikan, mengikuti seminar-seminar, mengikuti ujian tengah semester dan akhir semester, mentaati peraturan kampus, membayar iuran bulan (semester), dan tugas lainnya. Semua itu berlaku juga bagi mahasiswa perempuan yang sudah menikah.

Mahasiswi yang sudah menikah, ia akan memiliki tuntutan tugas sebagai ibu rumah tangga yaitu mengurus suami dan anak-anaknya, memasak dan menyiapkan makanan, membersihkan rumah, memperhatikan kebutuhan suami dan anak-anak, menyiapkan keperluannya, mengajak anak bermain dan belajar, menjaga dan memperhatikan kesehatan suami dan anak, mengurusnya ketika sakit, dan berusaha menciptakan suasana rumah yang nyaman. Tak hanya itu jika mahasiswi tersebut juga bekerja, ia akan memiliki tuntutan sebagai seorang pekerja yaitu mengerjakan tugas pekerjaannya, mengikuti peraturan dimana ia berkerja, datang tepat waktu, mengerjakan tugas *duedate*, keluar kantor untuk bertemu klien, mempersiapkan materi untuk meeting, dan lain sebagainya.

Mahasiswi yang berperan sebagai karyawati, dan juga sudah berkeluarga secara otomatis menanggung beban peran ganda, baik di lingkungan pekerjaan maupun di keluarga. Yang awalnya hanya berperan dalam mengurus rumah tangga, mengandung dan melahirkan serta merawat dan mendidik anak (reproduksi) menjadi wanita yang bisa produktif yang bekerja di ranah publik dan mempunyai nilai ekonomis (Utaminingsih, 2017). Selain itu, bekerja dan menjadi ibu, mahasiswi tersebut juga dituntut agar dapat menjalankan perannya sebagai mahasiswi di kampus, seperti mengikuti aturan administrasi perkuliahan, mengerjakan tugas kelompok, tugas individu, menghadiri perkuliahan tepat waktu, aktif saat perkuliahan, mengikuti ujian, baik itu ujian akhir maupun ujian tengah semester. Tuntutan-tuntutan tersebut terkadang harus dikerjakan dalam satu waktu yang bersamaan, sehingga diduga dapat menimbulkan ketegangan karena kerancuan antar peran dan mengakibatkan ia kesulitan dalam menyesuaikan perilakunya terhadap peran yang lainnya. Tuntutan dan peran yang

berbeda-beda yang harus dijalankan, juga dapat membuat merasa cemas dan kelelahan.

Seperti yang dikutip dari hasil wawancara pada mahasiswi paralel Universitas Esa Unggul yang sudah menikah dan bekerja. Berikut hasil wawancara dengan subjek A (Usia 32 tahun) :

“Tantangan tersendiri sih menjalani IRT, karyawan dan juga mahasiswa. Apalagi sering kali kita harus ngerjain semuanya berbarengan, kerjaan deadline, kampus ada tugas, terus belum lagi kerjaan rumah yang menunggu untuk dikerjain. Itu yang bikin aku bingung mana yang mau dikerjain duluan coba. Mau ngerjain tugas kuliah, eh inget klo rumah masih berantakan. Kadang suka pengen nangis sendiri sih cuman ya mau gimana lagi yaa, semuanya juga kan kemauan sendiri. Kuliah, kerja, nikah yaa itu kemauan sendiri ga dipaksa sama orangtua. Untungnya aja suami sabar banget klo misalkan aku suka marah-marah ga jelas klo pulang ke rumah.”

Dari hasil wawancara di atas dengan mahasiswi A diduga bahwa ia kesulitan untuk membagi waktu untuk perannya sebagai mahasiswi, pekerja dan juga ibu rumah tangga. Ia juga merasa bahwa tuntutan antar satu peran dapat menyebabkan peran yang lain terbengkalai, dan ia juga merasakan emosi yang mudah “meledak” yang dapat berimbas kepada orang lain sebagai sasarannya.

Wawancara berikutnya dengan subjek C (Usia 30 tahun) :

“Kebayang ga sih ketika kita diminta untuk ngerjain suatu hal dalam waktu bersamaan saat itu juga, yaitu dimana posisi saya saat ini menjalani ibu rumah tangga, karyawan swasta, dan juga seorang mahasiswi. Dan saat saya bisa menghadapi itu semua wih kayanya bangga banget deh, hehee... yang namanya ngerjain tiga peran sekaligus itu ga mudah pasti aja ada konflik mau saat ngerjain tugas kuliah, eh anak rewel. Atau mau kerja, anak sakit. Belum lagi bayaran kuliah yang ga sedikit, padahal mesti beli popok dan susu anak juga kan. Bikin pusing juga sih. Cuman yaa itulah tantangannya klo misalkan kita bisa hadapi itu semua, pasti akan merasa bangga sendiri. Ya aku harap sih biar cepet lulus deh tahun ini. Aamiin.”

Dari hasil wawancara di atas dengan mahasiswi C bahwa ia menyadari adanya konflik antar peran yang harus ia hadapi sebagai ibu rumah tangga, pekerja dan juga mahasiswi. Kadang ia merasa bingung harus menghadapi peran mana yang harus ia kerjakan terlebih dahulu. Ia juga merasa pusing dan bingung ketika semua itu menjadi beban pikirannya.

Menurut Simon (dalam Laksmi & Hadi, 2012), *work family conflict* adalah konflik yang muncul karena adanya beberapa faktor, yaitu adanya tuntutan dari pekerjaan dan keluarga, kesulitan membagi waktu antara pekerjaan dan

keluarga, dan adanya tekanan dari pekerjaan yang membuat seseorang sulit untuk memenuhi kebutuhan keluarga dan kewajiban pekerjaan yang sering kali merubah rencana bersama keluarga. Menurut Carlson, Kacmar, dan Williams (dalam Septiani, 2016) mendefinisikan *work family conflict* sebagai kondisi yang dirasakan individu karena salah satu peran mengganggu peran yang lain. Sedangkan menurut Greenhaus & Beutell (1985), *work family conflict* adalah konflik antar peran yang muncul karena terdapat tekanan salah satu peran, baik dari sisi keluarga atau pekerjaan yang dapat saling mempengaruhi satu sama lain. Greenhaus & Beutell (1985) juga menyatakan bahwa *work family conflict* meliputi tiga dimensi, yaitu : Pertama, *time based conflict* yaitu konflik yang disebabkan oleh tekanan waktu. Karena waktu yang dimiliki digunakan untuk memenuhi peran tertentu mengakibatkan kesulitan untuk memenuhi peran yang lainnya. Kedua, *strain based conflict* yaitu konflik yang disebabkan oleh ketegangan atau tekanan dari kerancuan peran yaitu suatu peran yang mengganggu peran yang lain. Seperti tekanan beban kerja dan tekanan keluarga. Yang terakhir, *behaviour based conflict* yaitu kesulitan dalam perubahan perilaku yang diakibatkan dari tuntutan peran yang satu ke peran yang lain (Utaminingsih, 2017).

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dibuat oleh Kukuh Yunar Wahyudi dan Cholichul Hadi tahun 2017 yang berjudul **“Hubungan antara *work-family conflict* dengan stress kerja pada wanita yang bekerja”**, dari hasil penelitiannya menyatakan bahwa *work family conflict* memiliki hubungan yang positif dengan stress kerja. Semakin tinggi tingkat *work family conflict* nya maka semakin tinggi pula tingkat stress kerjanya, dan hal itu juga berbanding terbalik jika *work family conflict*nya semakin kecil maka semakin kecil pula tingkat stress kerja yang dirasakan wanita yang bekerja tersebut.

Mahasiswi yang mengalami *work family conflict* di tuntut untuk mengerjakan peran-perannya tersebut, yang terkadang tuntutan peran tersebut harus dikerjakan diwaktu yang bersamaan, sehingga diduga dapat menimbulkan beban memberatkan, stressfull sehingga menimbulkan perilaku yang pesimis. Hal itu juga dialami oleh beberapa mahasiswi yang sudah menikah dan bekerja yang telah menjalani masa perkuliahan pada tahun sebelum 2017, yang terpaksa drop out. Pada tahun 2017, terdapat 270 mahasiswi drop out. Sedangkan pada tahun 2018, terdapat 312 mahasiswi (BAA Universitas Esa Unggul Jakarta, 2018). Kecenderungan ini menandakan terjadi peningkatan yang cukup signifikan di tahun 2018. Berdasarkan dari hasil wawancara, mereka yang drop out mengakui bahwa merasa lelah dengan adanya aktivitas belajar di kampus, tidak bersemangat lagi dalam menjalani perkuliahan, belum lagi biaya kuliah yang tidak sedikit, merasa kesulitan dalam membagi waktu dengan aktivitas di rumah dan di tempat bekerja serta pesimis untuk bisa menuntaskan kuliah. Mereka juga cenderung kesulitan mengerjakan tugas kantor, kesulitan untuk fokus karena terlanjur lelah disebabkan sebelum bekerja mesti menyiapkan kebutuhan suami dan anak, yang

mengakibatkan pekerjaan menumpuk, belum lagi dikejar deadline kerjaan dan tugas kuliah yang juga datang bersamaan. Tuntutan-tuntutan tersebut juga yang akhirnya mengganggu perannya sebagai ibu di rumah. Ketika ia harus membersihkan rumah, menyiapkan makanan, dan mengurus kebutuhan suami dan anak menjadi terbengkalai karena sudah terlanjur lelah dengan rutinitas di pekerjaan. Belum lagi ketika ada masalah di pekerjaan yang terbawa ke rumah dapat mengakibatkan emosi menjadi tidak terkontrol seperti marah-marah tanpa sebab pada keluarga, menyalahkan orang lain, dan lain sebagainya.

Namun demikian, ada juga beberapa mahasiswi menikah dan bekerja yang bertahan untuk melanjutkan perkuliahan sampai mencapai gelar sarjana. Mereka sukses dengan pekerjaan dan kuliahnya. Mahasiswi yang sudah menikah dan bekerja yang sukses dengan pekerjaan dan kuliahnya sampai mendapatkan gelar sarjana, mereka diduga adalah orang yang memiliki usaha dan tekad yang gigih untuk berhasil, tidak mudah menyerah, memiliki semangat dan daya juang yang besar, dan menjalani semua perannya dengan optimis. Oleh karenanya, peneliti menduga bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya *work family conflict* mahasiswi UEU adalah optimisme.

Optimisme menurut Seligman (2008) adalah suatu pandangan secara menyeluruh, melihat hal yang baik, berpikir positif, dan mudah memberikan makna bagi dirinya. Individu yang optimis mampu menghasilkan sesuatu yang lebih baik dari yang telah lalu, tidak takut pada kegagalan, dan berusaha untuk tetap bangkit mencoba kembali bila gagal. Adanya sikap optimisme mendorong individu untuk selalu berpikir bahwa sesuatu yang terjadi adalah hal yang terbaik bagi dirinya. Hal ini yang membedakan dirinya dengan orang lain (Ghufron & Risnawita, 2012). Selain itu, Seligman (2008) juga menyatakan bahwa adanya sikap optimis juga dapat membantu mereka untuk berpikir lebih positif, membantu melalui masa sulit, dan dapat membantu menjaga kesehatan. Lain halnya ketika individu bersikap pesimis, hal ini dapat mengakibatkan munculnya depresi dengan sangat mudah.

Seligman (2008) mendeskripsikan individu-individu yang optimis akan melihat peristiwa yang buruk sebagai sesuatu hal yang bersifat sementara, melihat kejadian-kejadian yang buruk itu diakibatkan oleh hal-hal yang bersifat spesifik atau khusus dan tidak akan melebar kepada hal-hal yang lain, dan individu yang optimis ketika menghadapi hal yang buruk, ia akan menganggap bahwa itu disebabkan oleh faktor eksternal atau luar dirinya. Sebaliknya individu yang pesimis akan melihat peristiwa yang buruk sebagai sesuatu hal yang bersifat menetap, melihat kejadian-kejadian yang buruk itu diakibatkan oleh hal-hal yang bersifat universal dan akan melebar ke hal-hal yang lain dalam hidupnya, dan ketika menghadapi hal yang buruk, ia akan menganggap bahwa itu disebabkan oleh faktor internal atau dirinya sendiri.

Dengan demikian mahasiswi yang sudah menikah dan bekerja yang memiliki sikap optimisme akan melihat suatu kegagalan di kuliah itu hanya

bersifat sementara dan bisa diperbaiki di lain waktu, dan tidak mempengaruhi pada tugasnya di tempat kerja ataupun di rumah. Berbeda dengan orang yang memiliki sikap pesimis, ia akan melihat kegagalan di perkuliahan itu adalah sesuatu yang tidak bisa diperbaiki dan hal itu juga mempengaruhi tugas-tugasnya di tempat kerja dan di rumah, bahkan bisa muncul berbagai reaksi negatif atas kegagalannya.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Enik Nur Kholidah dan Asmadi Alsa tahun 2012 berjudul **“Berpikir Positif Untuk Menurunkan Stress Psikologis”**, menunjukkan hasil bahwa pelatihan berpikir positif efektif untuk mengurangi kecenderungan stress psikologis pada mahasiswa. Hasil dari pelatihan berpikir positif juga menyebutkan bahwa subjek dapat merasakan manfaat dalam mengatasi berbagai masalah kehidupan. Dengan kata lain, individu yang selalu berpikir positif akan mampu mengatasi kesulitan, sehingga tetap mampu menjaga kesehatan psikologisnya.

Dan juga penelitian dari Aisya Dewi Nashtya dan Akhmad Baidun tahun 2017 berjudul **“Pengaruh *Work Family Conflict*, Modal Psikologis, dan Variabel Demografis Terhadap Kinerja Guru”**, menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara *work family conflict* (*time based conflict, strain based conflict, dan behavior based conflict*), modal psikologis (*self efficacy, optimisme, harapan dan resiliensi*), dan variabel demografis (usia dan lama bekerja terhadap kinerja guru. Seseorang dituntut untuk dapat mengelola keahlian dan kemampuannya dengan baik agar mampu menghadapi tuntutan dalam pekerjaan dan rumah tangganya, namun tidak hanya itu ia juga harus memiliki keyakinan dalam dirinya yang ditunjukkan dengan sikap optimis, resiliensi, penuh harapan, dan keyakinan bahwa ia mampu untuk melakukannya. Hal ini guna menyeimbangkan semua tuntutan yang ada.

Mahasiswi yang memiliki optimisme yang tinggi, akan merasa yakin bisa menghadapi dan menyelesaikan tuntutan-tuntutan perannya, ia mampu melihat bahwa ketidaksempurnaan dalam menjalankan tuntutan perannya sebagai ibu, mahasiswi dan pekerja, bukan hal yang mudah dan bisa diperbaiki lain waktu. Ia percaya bahwa penyebab-penyebab dari banyak kejadian buruk itu hanya bersifat sementara. Ia juga percaya bahwa kejadian-kejadian buruk memiliki penyebab-penyebab yang spesifik, sedangkan kejadian-kejadian baik akan memperbaiki segala sesuatu yang dikerjakannya. Dan mahasiswi yang memiliki optimisme yang tinggi cenderung akan lebih menyukai dirinya sendiri dan menganggap bahwa hal-hal yang baik yang terjadi pada dirinya adalah akibat dari dirinya sendiri. Mahasiswi yang optimis akan tetap bisa tenang ketika ia dihadapkan untuk mengerjakan peran-perannya dalam satu waktu yang bersamaan, ia tidak akan merasa terbebani dengan segala peran yang harus dijalani, ia akan menjalani semua peran dengan baik satu persatu, dapat menyesuaikan perilakunya dan ia juga merasa yakin ketika menghadapi suatu masalah. Sehingga ia bisa menghadapi semua peran dengan seimbang dan harmonis, kemungkinan tekanan

tersebut akan berkurang dan akan lebih optimis dalam menghadapi segala permasalahan yang ada. Berbeda dengan mahasiswa yang memiliki optimisme yang rendah, ia akan merasa kesulitan dalam berperilaku dari satu peran ke peran yang lain, keadaan tersebut membuatnya tidak yakin dapat menyelesaikan tugas-tugasnya karena semuanya menuntut untuk dikerjakan secara bersama-sama, selain itu ia juga merasa kebingungan dalam menyelesaikan tugas-tugasnya, dan ia juga merasa terbebani dengan segala tuntutan-tuntutan peran yang harus ia hadapi. Hal ini dapat menyebabkan munculnya sikap putus asa, depresi, kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar, ingin menyerah, merasa lelah, merasa gagal, tidak yakin dengan kehidupan yang dijalannya, dan mempengaruhi kehidupannya di masa depan.

Dengan berbagai pertimbangan yang telah dijelaskan, peneliti merasa tertarik untuk membuat penelitian mengenai *work family conflict* dengan sikap optimisme. Penelitian ini juga didasari oleh beberapa penelitian sebelumnya yang telah dipaparkan di awal dan juga melihat fenomena yang ada di lingkungan sekitar peneliti yaitu Universitas Esa Unggul Jakarta. Adapun judul yang akan peneliti ajukan sebagai penelitian adalah mengenai **“Pengaruh Optimisme Terhadap *Work Family Conflict* pada Mahasiswa Universitas Esa Unggul Jakarta Yang Sudah Menikah dan Bekerja”**.

1.2 Rumusan Masalah

Dalam penelitian ini, peneliti akan mencoba meneliti mengenai beberapa masalah terkait pengaruh optimisme terhadap *work family conflict* pada mahasiswa Universitas Esa Unggul Jakarta yang sudah menikah dan bekerja. Dan adapun perumusan masalah dari hasil penelitian ini, peneliti ingin mencoba memberikan jawaban dari pertanyaan-pertanyaan:

1. Bagaimana pengaruh optimisme terhadap *work family conflict* pada mahasiswa Universitas Esa Unggul Jakarta yang sudah menikah dan bekerja?
2. Bagaimana gambaran optimisme pada mahasiswa Universitas Esa Unggul Jakarta yang sudah menikah dan bekerja?
3. Bagaimana gambaran *work family conflict* pada mahasiswa Universitas Esa Unggul yang sudah menikah dan bekerja?

1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.3.1 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui pengaruh optimisme terhadap *work family conflict* pada mahasiswa Universitas Esa Unggul Jakarta yang sudah menikah dan bekerja.
2. Untuk mengetahui gambaran optimisme pada mahasiswa Universitas Esa Unggul Jakarta yang sudah menikah dan bekerja.

3. Untuk mengetahui gambaran *work family conflict* pada mahasiswi Universitas Esa Unggul yang sudah menikah dan bekerja.

1.3.2 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan ke dalam penelitian selanjutnya, mengenai optimisme dan *work family conflict*.

2. Manfaat Praktis

Bagi seorang mahasiswi yang sedang menjalani tiga peran sekaligus yaitu sebagai seorang ibu, seorang pekerja, dan sebagai seorang pelajar, dapat mengetahui gambaran konflik peran yang sedang dialaminya. Sehingga ia mampu mengidentifikasi masalah mana yang membuatnya tertekan. Mahasiswi tersebut juga diharapkan dapat bersikap optimis dengan segala masalah yang ada sehingga ia tidak mudah menyerah.

Diharapkan bagi pasangannya (suami) dapat mengetahui dan memahami gambaran *work family conflict* pada istrinya, sehingga dapat memberikan dukungan.