

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada era modern, peran wanita telah meluas ke dunia kerja demi mencapai kemajuan diri dan karier (Hilman, 2017). Peningkatan ini sangat didorong oleh gerakan pemberdayaan perempuan (*Women's Empowerment*) yang berkembang secara global sejak 1970-an, ditandai dengan Konferensi Wanita PBB (1975) dan pengesahan CEDAW (1979). Kini, gerakan tersebut semakin terintegrasi melalui *Sustainable Development Goals* (SDG 5) yang menargetkan kesetaraan gender, penghapusan diskriminasi, dan partisipasi penuh perempuan di berbagai sektor. Terbukanya akses pendidikan dan pekerjaan memberikan wanita keleluasaan untuk menentukan pilihan hidupnya secara bebas dan sadar baik sebagai ibu rumah tangga, wanita karir, maupun keduanya.

Angka wanita yang tetap bekerja meskipun sudah menjadi istri dan ibu, yang biasa disebut dengan ibu bekerja meningkat. Hal ini ditunjukkan dari hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional pada tahun 2022 yang mengungkapkan sepertiga dari wanita yang telah menikah memilih untuk bekerja (Fajri dkk, 2025). Dengan demikian, wanita memiliki keleluasaan untuk bekerja, terutama pada sektor publik, salah satu profesi yang banyak diisi oleh wanita adalah bidang profesional pendidikan yaitu sebagai guru. Peningkatan peran ini tercermin dari data Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi per Semester I TA 2024/2025, sekitar 72% dari total guru di Indonesia adalah wanita. Tingginya minat wanita pada profesi guru sejalan dengan penelitian Watt dan Richardson (2007),

yang menemukan bahwa pemilihan profesi ini sangat didorong oleh *Social Utility Value*. Artinya, banyak wanita memilih menjadi guru karena adanya motivasi kuat dari dalam diri untuk ikut membentuk masa depan anak-anak dan memberikan kontribusi positif bagi masyarakat. Bagi wanita memilih menjadi guru, profesi guru bukan sekadar pekerjaan biasa, melainkan sebuah panggilan jiwa (*vocation*) yang sesuai dengan naluri alami wanita untuk mendidik dan mengayomi (*nurturing*) (Watt & Richardson, 2007). Alasan tersebut sejalan dengan hasil wawancara oleh ibu bekerja sebagai guru, di mana ibu yang berprofesi sebagai guru memaknai pekerjaannya sebagai wadah untuk aktualisasi diri serta sarana untuk mengamalkan ilmu yang telah dipelajari.

Peran sebagai guru menghadirkan dinamika dan tantangan yang kompleks, khususnya bagi ibu bekerja. Berdasarkan hasil wawancara, terungkap bahwa realitas tugas seorang guru bukan hanya sekadar kegiatan mengajar di dalam kelas. Ibu bekerja yang berprofesi sebagai guru juga diwajibkan untuk menghadapi bermacam-macam kasus permasalahan anak didik. Situasi ini menuntut ibu bekerja untuk terus beradaptasi dan mengasah keterampilan baru, terutama dalam merumuskan penyelesaian masalah yang efektif bersama pihak sekolah, serta cara berkomunikasi dengan siswa maupun wali murid yang memiliki kepribadian yang beragam. Idealnya, upaya ini membutuhkan kolaborasi dengan orang tua. Namun pada praktiknya, guru sering kali berhadapan dengan orang tua yang tidak kooperatif. Niat baik untuk mendidik dan mendisiplinkan siswa tak jarang terhambat oleh sikap orang tua yang memandang sebelah mata teguran dari sekolah.

Penolakan semacam ini pada akhirnya menempatkan ibu bekerja sebagai guru pada posisi yang serba salah dan sangat menekan secara psikologis.

Kondisi di lapangan yang didapatkan dari hasil wawancara tersebut sejalan dengan temuan Putra dan Utami (2021), yang menegaskan bahwa profesi guru menuntut interaksi interpersonal dan keterlibatan emosi yang sangat tinggi (*emotional labor*). Tuntutan untuk terus meregulasi emosi menjadi pemicu utama kelelahan emosi (*emotional exhaustion*). Lebih jauh lagi, bagi ibu bekerja, kelelahan ini membawa dampak yang berlapis. Energi psikologis yang sudah terkuras habis untuk mengelola *emotional labor* di sekolah sering kali memicu benturan ketika mereka harus pulang dan kembali menjalankan peran domestiknya. Sebagaimana dijelaskan oleh Wahyuma dan Kusuma (2023), kondisi pengurasan energi ini memicu tingginya *Work-Family Conflict* (konflik pekerjaan-keluarga) dan stres kerja pada guru perempuan. Rentetan isu dan masalah inilah yang pada akhirnya memengaruhi secara fundamental bagaimana persepsi guru memaknai pekerjaannya. Profesi ini tidak lagi murni dihayati sebagai ruang edukasi dan aktualisasi diri, melainkan berubah menjadi realitas beban ganda yang menguras ketahanan mental, di mana mereka harus berjuang keras menyeimbangkan tuntutan energi antara menjadi "ibu di sekolah" dan "ibu di rumah".

Berbagai tantangan yang dialami pada akhirnya menjadi hambatan utama bagi ibu bekerja sebagai guru dalam merealisasikan harapan hidupnya. Kesenjangan yang terjadi antara harapan ideal untuk menjadi pendidik yang mengayomi dengan realita di lapangan yang penuh tekanan, bisa berdampak terhadap kondisi *Subjective Well-Being* (SWB) ibu bekerja sebagai guru. Hal ini sejalan dengan Day dan

Kington (2008) yang menegaskan bahwa benturan antara nilai idealisme guru untuk mengayomi dengan realitas tuntutan sekolah yang menekan akan memicu konflik emosional, yang pada akhirnya dapat berpengaruh terhadap *subjective well-being*.

Subjective well-being adalah penilaian individu terhadap kehidupannya yang meliputi aspek afektif dan kognitif, termasuk di dalamnya berupa reaksi emosional terhadap peristiwa, penilaian kepuasan hidup secara keseluruhan, hingga kepuasan dalam domain spesifik seperti pernikahan dan pekerjaan (Diener dkk., 2003). Untuk penggunaan istilah *Subjective Well Being* setelah ini akan disingkat menjadi SWB. Penilaian yang positif pada aspek kognitif dan afektif tersebut diprediksi dapat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan fisik yang lebih baik, peningkatan kinerja dalam pekerjaan, serta kualitas hubungan sosial yang lebih positif (Diener, 2009). Penelitian oleh Chaylaurent dkk (2024) juga menjelaskan bahwa apabila ibu bekerja memiliki taraf SWB yang rendah, ibu bekerja akan cenderung merasa kelelahan secara fisik dan mental. Oleh sebab itu, SWB pada ibu bekerja menjadi penting untuk ditingkatkan, karena dengan begitu dapat membantu ibu bekerja dalam menghadapi tantangan-tantangan yang dihadapi (Sintha & Adnans, 2024).

Proses pembentukan SWB pada individu dapat dipahami melalui dua pendekatan utama, yakni *top-down* (faktor internal) dan *bottom-up* (faktor eksternal) (Diener, 1984). Pendekatan *top-down* menjelaskan bahwa evaluasi SWB dipengaruhi oleh kecenderungan kepribadian individu dalam merespons suatu peristiwa (Diener dkk., 2003). Sebaliknya, pada pendekatan *bottom-up*, tingkat SWB merupakan hasil akumulasi dari berbagai pengalaman dan peristiwa nyata yang dialami individu sehari-hari, termasuk ketersediaan dukungan sosial dari

lingkungan terdekatnya (Diener, 1984). Kedua faktor tersebut kemudian masuk ke dalam tahap evaluasi, yang terdiri atas evaluasi afektif dan kognitif terhadap domain spesifik seperti pernikahan dan pekerjaan (Diener dkk., 2003; Diener dkk., 2009). Posisi dukungan pasangan menjadi sangat krusial dalam dinamika ini. Ketika ibu bekerja mengalami kelelahan emosional akibat menghadapi berbagai tuntutan orang tua murid dan kasus anak didik di sekolah, dukungan pasangan hadir sebagai input *bottom-up* positif. Input positif ini memengaruhi proses evaluasi kognitif ibu bekerja, yang pada akhirnya dapat meredam afek negatif dan memicu munculnya afek positif guna membentuk capaian nilai SWB yang tinggi (Diener dkk., 2009).

Salah satu faktor yang penting dalam SWB menurut Diener (1984) adalah kasih sayang atau cinta. Kehadiran hubungan yang penuh dengan penerimaan dan dukungan merupakan prediktor signifikan dari kepuasan hidup sekaligus sumber kebahagiaan yang utama bagi individu (Forrester & Gordon dalam Diener, 1984). Penelitian ini secara khusus memfokuskan pada dukungan sosial yang bersumber dari pasangan. Pemilihan fokus ini didasari oleh temuan dari penelitian terdahulu yang menegaskan bahwa dukungan dari pasangan suami-istri (*marital partner*) merupakan sumber dukungan sosial primer dan paling dapat diandalkan bagi orang dewasa (Beach dkk., 1993; Dorio, 2009). Alasan lainnya adalah karena dukungan sosial, terutama dukungan dari pasangan terbukti mempengaruhi SWB ibu bekerja (Novenia & Ratnaningsih, 2017; Chaylaurent dkk 2024).

Data wawancara di lapangan menunjukkan bahwa ibu bekerja mempertahankan pekerjaan sebagai guru karena adanya dukungan dari keluarga,

terutama suami. Dukungan tersebut berupa kesediaan suami untuk mengerti dan memahami pekerjaan ibu bekerja yang terkadang terasa melelahkan, serta menjadi tempat cerita bagi ibu bekerja untuk mengeluh tentang pekerjaannya. Ibu bekerja sebagai guru memahami bahwa bertahan di dalam karir yang sekarang dijalani tidaklah mudah, banyak yang harus dikorbankan saat mengampu pendidikan maupun saat bekerja, oleh karena itu ibu bekerja terus berusaha untuk mempertahankan bahkan meningkatkan karir sebagai guru.

Dukungan sosial merupakan wujud kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang tersedia bagi seseorang dari orang lain atau kelompok (Uchino, 2004; Sarafino & Smith, 2011). Individu yang memperoleh dukungan sosial akan merasa terikat dalam jaringan keluarga atau komunitas yang menghargai serta siap memberikan bantuan di saat dibutuhkan. Bentuk dukungan sosial ini terbagi menjadi empat jenis. Pertama, *emotional support*, yakni dukungan dalam bentuk empati, perhatian, dan kasih sayang. Kedua, *instrumental support*, yakni bantuan langsung secara fisik atau materi. Ketiga, *informational support*, yakni pemberian saran, arahan, atau masukan. Terakhir, *appraisal support*, yakni penilaian positif atau apresiasi dari orang lain. Berbagai bentuk dukungan ini dapat berasal dari beberapa sumber, mulai dari pasangan, keluarga, teman, hingga organisasi.

Perbedaan mendasar sekaligus keaslian dalam penelitian ini dibandingkan dengan penelitian terdahulu terletak pada spesifikasi subjek yang dipilih. Penelitian sebelumnya oleh Prasiska dkk. (2024) menggabungkan subjek ibu bekerja dari berbagai sektor pekerjaan secara umum, sedangkan Chaylaurent dkk. (2024) berfokus pada ibu bekerja di profesi medis. Penelitian ini secara khusus menguji

peran dukungan sosial pasangan terhadap SWB pada ibu yang berprofesi sebagai guru. Pemilihan subjek ini didasari oleh fenomena semakin banyaknya keterlibatan wanita dalam dunia pendidikan, serta adanya karakteristik pekerjaan spesifik yang menuntut keterlibatan emosi yang sangat tinggi (*emotional labor*), seperti menghadapi konflik dengan orang tua murid dan menangani beragam kasus anak didik (Putra & Utami, 2021). Melalui spesifikasi ini, diharapkan penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih murni dan mendalam mengenai dinamika SWB ibu bekerja pada profesi guru.

Kajian mengenai SWB pada ibu bekerja sangat esensial untuk dilakukan karena tingginya SWB berkontribusi langsung pada kondisi kesehatan fisik yang lebih baik, peningkatan kinerja, serta kualitas hubungan sosial yang lebih positif (Diener, 2009). Sebaliknya, taraf SWB yang rendah pada ibu bekerja dapat berdampak buruk pada penurunan kondisi kesehatan, kelesuan dalam mengajar, serta kecenderungan munculnya masalah dalam hubungan sosial akibat minimnya energi positif untuk menjalin relasi yang suportif (Chaylaurent dkk., 2024).

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi teoritis dan praktis yang berarti. Secara teoritis, hasil penelitian ini akan memperkaya literatur dengan pemahaman komprehensif mengenai dinamika pembentukan SWB pada ibu bekerja sebagai guru. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi landasan bagi instansi pendidikan dalam merumuskan kebijakan yang lebih peduli terhadap kondisi psikologis tenaga pendidik, khususnya pada tenaga kerja perempuan. Instansi perlu menyadari bahwa guru perempuan memikul beban psikologis ganda akibat ekspektasi masyarakat dan budaya gender tradisional yang masih

membebankan urusan domestik sepenuhnya kepada mereka. Oleh karena itu, temuan ini dapat dijadikan masukan bagi instansi sekolah untuk merancang program kesejahteraan yang menyadari peran vital keluarga, sehingga beban emosional ibu bekerja dapat direduksi dan taraf SWB mereka tetap terjaga secara optimal.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut guna menguji secara empiris dan mendalam mengenai pengaruh dukungan sosial pasangan terhadap *Subjective Well-Being* pada ibu bekerja yang berprofesi sebagai guru.

B. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh dukungan pasangan terhadap *subjective well-being* ibu yang bekerja sebagai guru.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini akan memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai dinamika *subjective well-being* pada ibu bekerja dengan profesi sebagai guru.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini memberikan masukan bagi instansi sekolah dalam membuat kebijakan yang lebih ramah bagi ibu bekerja. Instansi perlu menyadari bahwa ibu bekerja memiliki tuntutan yang berbeda dengan karyawan laki-laki karena ekspektasi masyarakat dan budaya gender tradisional yang tetap menuntut ibu bekerja untuk memprioritaskan tugas

rumah tangga. Oleh karena itu, dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi instansi untuk membuat program kesejahteraan yang melibatkan keluarga atau pasangan dalam mendukung ibu bekerja. Dengan adanya program yang melibatkan dukungan dari keluarga atau pasangan, beban ganda yang dipikul ibu bekerja dapat berkurang, sehingga kesejahteraan (*well being*) ibu bekerja terjaga.

D. Keaslian Penelitian

Berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya, penelitian ini secara spesifik meneliti mengenai peran dukungan sosial pasangan terhadap *subjective well-being* pada ibu bekerja yang berprofesi sebagai guru. Adapun beberapa penelitian sebelumnya yang relevan dengan penelitian ini diantaranya adalah:

1. Chaylaurent, dkk. (2024) melakukan penelitian berjudul *Medical Love Support: Peran Dukungan Pasangan Terhadap Subjective Well Being Ibu Tenaga Kesehatan*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peran dukungan pasangan terhadap *Subjective Well-Being* (SWB) pada ibu yang bekerja sebagai tenaga kesehatan (nakes). Penelitian tersebut berfokus pada profesi medis (nakes) di daerah Batam yang karakteristik kehabisan energinya dipicu oleh beban kerja fisik klinis dan sistem *shift* malam yang ekstrem. Teori yang mendasari adalah teori *subjective well being* (Ed Diener) dan teori dukungan sosial (Dorio). Hasil penelitian Menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan pasangan dengan SWB ibu nakes ($r = 0.583, p < 0.05$). Dukungan instrumental suami menjadi hal yang paling krusial untuk membantu tugas domestik saat istri bekerja.

2. Prasiska dkk. (2024) melakukan penelitian berjudul *the role of husband support on the subjective well-being of working mothers*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dukungan suami terhadap *Subjective Well-Being* (SWB) pada 140 ibu bekerja secara umum yang memiliki anak usia 0-6 tahun). Teori yang mendasari adalah teori *subjective well-being* (Ed Diener) dan teori dukungan sosial (Dorio). Hasil penelitian ini menunjukkan dukungan suami terbukti berkontribusi signifikan memprediksi tingkat SWB ibu bekerja, dengan sumbangan pengaruh sebesar 31.7% terhadap aspek kognitif (kepuasan hidup) dan 27.6% terhadap afek positif.
3. Sintha & Adnans (2024) melakukan penelitian berjudul *The Influence of Work Life Balance to Subjective Wellbeing on Women Working in PTPN II*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *Work-Life Balance* (WLB) terhadap SWB pada 79 karyawan perempuan yang bekerja di PT Perkebunan Nusantara II (PTPN II) Medan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Work-Life Balance* berpengaruh positif dan signifikan terhadap SWB karyawan perempuan dengan nilai koefisien determinasi sebesar 0.068, yang berarti WLB berkontribusi sebesar 6.8% dalam memengaruhi SWB ibu bekerja.
4. Nazwirman dkk. (2018) melakukan penelitian berjudul *Pengaruh Dukungan Sosial dan Work Family Conflict Terhadap Subjective Well-Being (Studi pada Ibu Rumah Tangga Bekerja dan Membuka UMKM di Kampung Wisata Bisnis Bogor)*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak dukungan sosial dan konflik peran (*work-family conflict*) terhadap SWB pada 73 ibu

rumah tangga yang memiliki usaha mandiri/UMKM di Bogor. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif signifikan terhadap SWB, sedangkan *work-family conflict* berpengaruh negatif signifikan terhadap SWB. Secara simultan, kedua variabel tersebut bersama-sama memengaruhi SWB secara signifikan.

5. Kadir dkk. (2023) melakukan penelitian berjudul *Working Mothers in Indonesian Public Organizations: Investigating the Effect of Work-Family Conflict on Positive Discipline Parenting Via Well-being*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana konflik kerja-keluarga memengaruhi pola pengasuhan disiplin positif (*positive discipline parenting*) melalui mediasi *well-being* pada 218 ibu yang bekerja di organisasi publik (sekolah dan rumah sakit). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa WFC terbukti secara langsung mengurangi kemampuan ibu dalam menerapkan pola pengasuhan disiplin positif, serta secara tidak langsung menurunkan tingkat *well-being* mereka akibat ketidakseimbangan alokasi sumber daya energi karena beban ganda di organisasi publik dan rumah tangga.

Berdasarkan tinjauan penelitian terdahulu, bisa dibuat kesimpulan bahwa dukungan pasangan memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap SWB ibu bekerja. Namun, terdapat kesenjangan penelitian yang penting untuk diatasi. Penelitian-penelitian yang dilakukan sebelumnya menggabungkan subjek ibu bekerja dari berbagai sektor pekerjaan formal dan informal (Prasiska dkk., 2024) atau berfokus pada profesi medis (Chaylaurent dkk., 2024), sehingga belum ada penelitian yang spesifik berfokus pada populasi ibu bekerja sebagai guru. Padahal

berdasarkan uraian sebelumnya, angka tenaga kerja perempuan di bidang profesional pendidikan meningkat setiap tahun. Subjek penelitian ini dipilih karena dari hasil temuan sebelumnya ditemukan profesi guru sering kali memicu lembur di luar jam kerja dan menguras sumber daya energi total ibu bekerja sebelum kembali ke peran domestik rumah tangga. Dengan demikian, penelitian ini memiliki urgensi untuk mengisi kekosongan tersebut dengan mengkaji pengaruh dukungan sosial pasangan terhadap SWB ibu bekerja sebagai guru. Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih murni dan spesifik tentang dinamika *subjective well being* ibu bekerja sebagai tenaga profesi guru.

