

HUBUNGAN ANTARA KONFLIK PERAN PEKERJAAN-KELUARGA DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA ANGGOTA KOWAD DI KODAM IV/DIPONEGORO

Bening Pangastuti¹, Dian Ratna Sawitri²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

E-mail: bening.pangastuti@gmail.com

Abstrak

Anggota KOWAD merupakan profesi yang menuntut individu memiliki sikap disiplin, tegas dan patuh. Tugas anggota KOWAD sebagai TNI-AD yaitu mempertahankan NKRI tetap utuh, memiliki tugas dan tanggung jawab sebagai seorang prajurit. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara konflik peran pekerjaan-keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada KOWAD di KODAM IV/Diponegoro. Konflik peran pekerjaan-keluarga merupakan konflik peran yang muncul akibat tanggung jawab yang berhubungan dengan pekerjaan mengganggu waktu, ketegangan dan perilaku dalam peran di ranah keluarga. Kesejahteraan psikologis merupakan pencapaian individu dalam menerima kekurangan dan kelebihan dirinya. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan negative antara konflik peran pekerjaan-keluarga dan kesejahteraan psikologis. Subjek diberikan Skala Konflik Peran Pekerjaan-Keluarga (21 aitem, $\alpha = .94$) dan Skala Kesejahteraan Psikologis (26 aitem, $\alpha = .93$). Analisis regresi sederhana menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara konflik peran pekerjaan-keluarga dan kesejahteraan psikologis pada KOWAD di KODAM IV/Diponegoro. ($r = -.68$; $p < .001$). Semakin tinggi konflik peran pekerjaan-keluarga maka kesejahteraan psikologis semakin rendah, begitu juga sebaliknya. Konflik peran pekerjaan-keluarga memberikan sumbangan efektif 46% terhadap kesejahteraan psikologis. Ketika ingin meningkatkan kesejahteraan psikologis, individu harus meminimalkan konflik peran pekerjaan-keluarga.

Kata kunci: konflik peran pekerjaan-keluarga, kesejahteraan psikologis, anggota KOWAD

Abstract

KOWAD is the members of a profession that requires individuals to have discipline, firm and obedient. The duty of members KOWAD is as army to maintaining the homeland remains intact, has duties and responsibilities as a soldier. This study aims to know the relationship between the work-family conflict with psychological well being in KOWAD in KODAM IV/Diponegoro. The role of work-family conflict is an conflict of roles arising from the responsibilities associated with the job interfere with time, strain and behavior in the role in the real of the family. Psychological well-being is an individual achievement in receiving the advantages and disadvantages of himself. The hypothesis of this research is that there is a negative relationship between work-family conflict and psychological well-being. Subjects will be given the scale of work-family conflict (21 aitem, $\alpha = .94$) and scale psychological well-being (26 aitem, $\alpha = .93$). The results of simple regression analysis showed a significant negative correlation between work-family conflict and psychological well-being in KOWAD at KODAM IV / Diponegoro. ($r = -.68$; $p < .001$). The higher of work-family conflict, the psychological well-being of the lower, and so does the reverse. Work-family conflict contributed to effective participation 46% of psychological well-being and want to improve psychological well-being, individuals to minimizing the work-family conflict.

Key words: work-family conflict, psychological well-being, member of KOWAD.

PENDAHULUAN

Keluarga pada umumnya terdiri dari ayah, ibu dan anak-anak (Soerjono, 2004). Setiap anggota keluarga memiliki perannya masing-masing, seperti seorang ayah yaitu sebagai kepala keluarga yang bertugas mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan materiil keluarga dan juga pengayom istri dan anaknya, peran anak untuk menimba ilmu (Gunarsa, 2009). Sedangkan peran wanita sebagai seorang istri atau ibu yang bertugas mendampingi suami dan

anak dalam situasi apapun dengan kasih sayang, cinta, loyalitas dan kesetiaan (Kartono, 2012).

Seorang wanita yang sudah menikah dan menjadi ibu terkadang memiliki dua pilihan yaitu sebagai ibu yang sepenuhnya mengurus rumah tangga, melayani suami dan melindungi anaknya atau membantu perekonomian keluarga dengan bekerja. Wanita bekerja sudah banyak ditemui. Ada beragam pilihan wanita untuk bekerja, salah satunya pilihan bekerja sebagai wanita TNI angkatan darat yang selanjutnya akan disingkat dengan KOWAD (Korps Wanita Angkatan Darat).

Wanita yang memiliki dua peran yaitu menjadi anggota KOWAD yang bekerja sebagai prajurit TNI dan juga sebagai seorang isteri dan ibu yang mengurus pekerjaan rumah tangga, diperlukan kemampuan dalam menyeimbangkan peran. Kemampuan dalam menyeimbangkan peran menyebabkan perasaan bermakna dalam hidup karena dapat menyeimbangkan perannya dalam keluarga dan pekerjaan sehingga berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis. Menurut Ryff (1989), kesejahteraan psikologis merupakan pencapaian penuh dari fungsi individu dalam menerima segala kekurangan dan kelebihan dirinya, dapat bersikap mandiri, mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain, mampu menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup dan dapat mengembangkan pribadinya.

Kesejahteraan psikologis penting pada individu agar dapat meningkatkan efektivitas dalam berbagai bidang kehidupan. Salah satu keberhasilan individu dalam mencapai kesejahteraan psikologis ditentukan oleh kepuasan kerja. Keberhasilan dalam memperoleh kesejahteraan psikologis bagi seorang wanita yang memiliki dua peran yaitu sebagai seorang ibu rumah tangga dan sebagai wanita yang bekerja dapat dilihat dari kebermaknaan terhadap kehidupannya terutama dengan berbagi peran didalam keluarga maupun di lingkungan pekerjaan.

Wanita bekerja berada di masa perkembangan dewasa awal yaitu sekitar 18-40 tahun, pada priode ini terjadi penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru (Hurlock, 1990). Anggota KOWAD yang berada pada fase dewasa awal dituntut untuk menjalankan peran baru, seperti menjadi seorang istri, orangtua, pencari nafkah dan mengembangkan sikap-sikap baru sesuai dengan peranan yang dimiliki dan juga siap menerima tanggung jawabnya sebagai orang dewasa dengan peran-peran baru yang dijalankan. Ciri-ciri individu pada masa dewasa beberapa diantaranya yaitu, mengalami banyak masalah-masalah akibat peranan baru, mengalami ketegangan emosional karena banyaknya masalah yang harus diselesaikan, serta penyesuaian diri dengan cara hidup baru dan menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapi akibat menjalankan peran-peran baru (Hurlock, 1990). Hal tersebut mengarah pada kesimpulan bahwa pada masa ini individu paling banyak berpeluang untuk mengalami konflik peran pekerjaan-keluarga.

Ketidakmampuan menyeimbangkan antara keluarga dengan pekerjaannya akan menimbulkan konflik peran. Artinya konflik peran pekerjaan-keluarga terjadi ketika tekanan dari peran di ranah pekerjaan saling bertentangan dengan pemenuhan peran di ranah keluarga, dan partisipasi dalam pemenuhan peran di ranah keluarga menjadi lebih sedikit karena pemenuhan peran di ranah pekerjaan Kahn dkk (dalam Noor, 2004).

Pada penelitian ini akan diteliti salah satu bentuk konflik peran, yaitu konflik peran pekerjaan-keluarga (*work-family conflict*). Anggota KOWAD yang memiliki dua peran yaitu sebagai ibu rumah tangga dan prajurit TNI memiliki keterbatasan dalam ruang, waktu dan energi yang menjadi dasar utama terjadinya potensi konflik antar peran. Dari uraian diatas dapat

disimpulkan bahwa konflik peran pekerjaan-keluarga muncul akibat tanggungjawab yang berhubungan dengan pekerjaan mengganggu permintaan waktu, ketegangan dan perilaku dalam keluarga yang diasumsikan akan berhubungan dengan kesejahteraan psikologis, yang merupakan penilaian subyektif individu terhadap penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, mengembangkan potensi diri, menguasai lingkungan, dan memiliki tujuan hidup. Dengan demikian penelitian ini ingin mengkorelasikan konflik peran pekerjaan-keluarga dengan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini akan dilakukan di KODAM IV/Diponegoro Semarang.

Menurut Ryff (1989), kesejahteraan psikologis merupakan pencapaian penuh dari fungsi individu dalam menerima segala kekurangan dan kelebihan dirinya, dapat bersikap mandiri, mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain, mampu menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup dan dapat mengembangkan pribadinya. Kesejahteraan psikologis berkaitan dengan bagaimana individu membangun fungsinya secara optimal dan positif (Ryan & Deci, 2001).

Kesejahteraan psikologis merupakan sifat pengalaman subjektif seseorang yang terkait dengan berbagai aspek yang berbeda, baik fungsi fisik, mental dan sosial, kesejahteraan psikologis sebagai hasil dari keseimbangan antara harapan seseorang dan pretasi dalam berbagai bidang dari tindakan manusia, seperti pekerjaan, keluarga, kesehatan, kehidupan, hubungan interpersonal dan afektif Garcia dkk (dalam Wells, 2010).

Kesejahteraan psikologis merupakan evaluasi positif individu terhadap dirinya sendiri yang ditandai dengan kemampuan bahwa individu dapat menerima kekuatan dan kelemahan diri sebagaimana adanya, memiliki hubungan positif dengan orang lain, mampu mengerahkan perilakunya sendiri, mengembangkan potensi dalam diri secara berkelanjutan, menguasai lingkungan, dan memiliki tujuan.

Konflik peran pekerjaan-keluarga merupakan jenis konflik antar peran yang terjadi ketika usaha individu untuk memenuhi tuntutan peran di ranah pekerjaan mengganggu pemenuhan peran dan kewajibannya dalam ranah keluarga Byron (dalam Baltes & Kotabra, 2010). Sedangkan Kahn dkk (dalam Noor, 2004) menjelaskan bahwa konflik peran pekerjaan-keluarga merupakan bentuk konflik antar peran dimana tekanan dari peran di ranah pekerjaan saling bertentangan dengan pemenuhan peran di ranah keluarga, dan partisipasi dalam pemenuhan peran di ranah keluarga menjadi lebih sedikit karena pemenuhan peran di ranah pekerjaan.

Greenhaus dan Beutell (1985) mengemukakan bahwa konflik peran pekerjaan-keluarga difokuskan pada daerah konflik dimana tuntutan peran dari setiap wilayah peran dianggap saling bertentangan atau tidak kompatibel. Tuntutan yang tidak kompatibel, tanggung jawab, tugas dan komitmen merupakan penyebab di kedua wilayah peran yang sering membatasi kemampuan seseorang untuk bekerja secara tidak efektif

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konflik peran pekerjaan-keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada anggota KOWAD di KODAM IV/Diponegoro.

METODE

Populasi dalam penelitian ialah seluruh anggota KOWAD di KODAM IV/Diponegoro dengan karakteristik yaitu berusia 20-40 tahun, sudah menikah dan memiliki anak yaitu berjumlah 76

anggota, karena beberapa hal anggota KOWAD yang menjadi subjek penelitian berjumlah 69 orang. Secara lebih spesifik, teknik pengambilan sampel yang peneliti gunakan adalah sampling jenuh, yaitu semua anggota populasi menjadi subjek penelitian. Peneliti menggunakan modifikasi skala Likert sebagai instrumen pengumpulan data sehingga terdapat dua buah skala, yakni Skala Kesejahteraan Psikologis dan Skala Konflik Peran Pekerjaan-Keluarga.

Skala Kesejahteraan Psikologis (36 aitem) disusun berdasarkan aspek-aspek dimensi-dimensi dari Ryff (dalam Papalia, 2009). Terdapat enam dimensi, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan oranglain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Skala Konflik Peran Pekerjaan-Keluarga (36 aitem) disusun oleh peneliti berdasarkan dimensi-dimensi konflik peran pekerjaan-keluarga yang telah dikemukakan Greenhaus dan Beutell (1985), di antaranya *Time based conflict*, *Strain based conflict* dan *Behaviour based conflict*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan uji normalitas dengan cara residual diperoleh Kolmogorov-Smirnov sebesar 1.11 dengan signifikansi $p = .17$ ($p > .05$) artinya residual memiliki distribusi normal. Uji linearitas hubungan antara variabel kesejahteraan psikologis dengan variabel konflik peran pekerjaan-keluarga menghasilkan nilai koefisien $F = 56.51$ dengan nilai signifikansi sebesar $p = .000$. Hasil tersebut menunjukkan hubungan antara kedua variabel penelitian adalah linear.

Koefisien korelasi antara konformitas dengan intensi perilaku seksual adalah sebesar $-.68$ dengan $p = .000$ ($p < .001$). Koefisien korelasi yang bernilai negatif menunjukkan bahwa arah hubungan kedua variabel adalah negatif, artinya semakin tinggi konflik peran pekerjaan-keluarga, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis yang dimiliki anggota KOWAD, begitu pula sebaliknya semakin rendah konflik peran-pekerjaan-keluarga maka kesejahteraan psikologis yang dimiliki anggota KOWAD tinggi. Tingkat signifikansi korelasi $p = .000$ ($p < .001$) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan konflik peran pekerjaan-keluarga.

Hasil penelitian membuktikan hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara konflik peran pekerjaan-keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada anggota KOWAD di KODAM IV/ Diponegoro **dapat diterima**. Konflik peran pekerjaan-keluarga memberikan sumbangan efektif sebesar 46% pada kesejahteraan psikologis, sedangkan sisanya 54% ditentukan oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis pada anggota KOWAD di KODAM IV/Diponegoro berada pada kategori tinggi, yaitu sebesar 71% (49 subyek). Hasil tersebut dapat dimaknai bahwa anggota KOWAD cenderung memaknai hidupnya secara positif atas dua peran yang dijalankan yaitu menjadi seorang ibu rumah tangga dan juga sebagai anggota KOWAD.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti juga memperoleh fakta lain bahwa konflik peran pekerjaan-keluarga pada anggota KOWAD di KODAM IV/Diponegoro berada pada kategori rendah yaitu sebesar 56,52% (39 subyek) dan sisanya yaitu berada dikategori sangat rendah. Hal tersebut menggambarkan bahwa anggota KOWAD mampu menyeimbangkan peran diranah pekerjaan dengan diranah keluarga dalam dimensi waktu, ketegangan dan perilaku secara baik, sehingga berdampak pada rendahnya konflik peran pekerjaan-keluarga.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan negatif dan signifikan antara konflik peran pekerjaan-keluarga dengan kesejahteraan psikologis pada anggota KOWAD di KODAM IV/Diponegoro, sebagaimana ditunjukkan oleh koefisien korelasi r_{xy} sebesar $-.68$ ($p < .001$). Pernyataan tersebut mengandung arti bahwa semakin tinggi konflik peran pekerjaan-keluarga, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis yang dimiliki anggota KOWAD, begitu pula sebaliknya semakin rendah konflik peran-pekerjaan-keluarga maka kesejahteraan psikologis yang dimiliki anggota KOWAD tinggi. Konflik peran pekerjaan-keluarga memberikan sumbangan efektif sebesar 46% pada terbentuknya kesejahteraan psikologis anggota KOWAD di KODAM IV/Diponegoro.

DAFTAR PUSTAKA

- Baltes, M., & Kotrba J. (2010). Antecedents of work-family conflict: A metaanalytic review. *Journal of Organizational Behavior*, 32, 689-725. doi: 10.1002/job.695
- Gunarsa.(2009). *Asas-asas psikologi keluarga idaman*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Gunarsa.(2009). *Bunga rampai psikologi perkembangan dari anak sampai usia lanjut*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985).Sources of conflict between work and family roles.*Academy of Management Review*, 10, 76-88. doi: 174.57.76.202
- Hurlock, B.E.(1990). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan*. Edisi ke-5. Jakarta: Erlangga.

Kartono, K. (2012). *Psikologi wanita*. Bandung: CV Mandar maju.

Noor, N. M. (2004). Work-family conflict, work-and family-role salience, and women's well-being. *Journal of Social Psychology, 144*, 389-405.

Papalia, D. E., Olds, S.W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development*. Jakarta: Salemba Humanika.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Departement of Clinical and Sciences in Psychology*. University of Rochester, 52, 141-166

Ryff, Carol D. (1989). Happiness is everything or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*, 1069-1081. doi:0022-3514/89/500.75

Soerjono, S.(2004). *Sosiologi keluarga tentang ikhwal keluarga, remaja dan anak*. Cetakan Ketiga. Jakarta: Rineka Cipta

Wells, I.E. (2010). *Psychological well-being psychology of emotions, motivations and actions*. New York, NY: Nova Science Publisher Inc.