

## **KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DITINJAU DARI STATUS PEKERJAAN IBU BEKERJA DAN IBU TIDAK BEKERJA PADA SISWA DI SMA ISLAM HIDAYATULLAH SEMARANG**

**Dwi Astuti, Endang Sri Indrawati**

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Sudarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

dwiastuti@gmail.com

### **Abstrak**

Kesejahteraan psikologis adalah kemampuan individu untuk menerima dirinya dilihat dari norma yang berlaku di masyarakat, sehingga individu mampu merumuskan tujuan hidup dan memiliki keinginan untuk mengembangkan dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kesejahteraan psikologis ditinjau dari status pekerjaan ibu bekerja dan ibu tidak bekerja pada siswa di SMA Islam Hidayatullah Semarang. Sampel penelitian berjumlah 109 siswa-siswi kelas X dan XI SMA Islam Hidayatullah Semarang yang diambil dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan Skala Kesejahteraan Psikologis (30 aitem valid,  $\alpha = 0,897$ ). Hasil analisis data menggunakan uji ANOVA menunjukkan ada perbedaan kesejahteraan psikologis ditinjau dari status pekerjaan ibu bekerja dan ibu tidak bekerja pada siswa di SMA Islam Hidayatullah Semarang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ibu yang bekerja lebih berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis siswa dibandingkan ibu tidak bekerja ( $M_{\text{ibubekerja}} = 91,13$ ;  $M_{\text{ibutidakbekerja}} = 75,49$ ). Status pekerjaan ibu membantu siswa dalam menentukan tujuan dalam hidup siswa.

**Kata kunci:** kesejahteraan psikologis; status pekerjaan ibu; siswa SMA

### **Abstract**

Psychological well-being is the ability of individuals to accept her views from the norms prevailing in society so that the individual be able to formulate a purpose in life and have the desire to develop themselves. This study aims to determine the psychological well-being in terms of the employment status of working mothers and mothers do not work in students at Hidayatullah Islamic high school Semarang. These samples included 109 students of class X and XI Hidayatullah islamic high school Semarang taken using cluster random sampling technique. The data collection is done by using a scale of psychological well-being (30 item valid,  $\alpha = 0.897$ ). The results of data analysis using ANOVA test showed no differences in psychological well-being in terms of the employment status of working mothers and mothers do not work of students in Hidayatullah islamic high school Semarang. The results of this study showed that mothers who work more influence on students' psychological well-being than the mother does not work (Mean mother works = 91.13; Mean mother does not work = 75.49). Maternal employment status assists students in setting goals in the student life.

**Keywords:** psychological well-being; maternal employment status; high school students

## **PENDAHULUAN**

Kesejahteraan psikologis merupakan konsep yang terdapat di dalam *positif psychology* dan telah terbukti di dalam dua dekade belakangan ini bahwa keadaan psikologis seseorang yang positif bukan hanya penting bagi kesehatan seseorang, melainkan juga dapat mempengaruhi proses penyembuhan maupun gejala dari suatu penyakit atau permasalahan fisik (Vazquez, 2009). Kesejahteraan psikologis yang tinggi berkaitan dengan sedikitnya gejala ketidaksehatan mental, fungsi sosial yang lebih positif, relasi interpersonal yang lebih tinggi, kesehatan yang lebih baik, karakteristik dan kemampuan beradaptasi yang lebih baik, dan kemampuan kognitif yang lebih baik (Diener, 2009).

Kesejahteraan psikologis yang baik mampu membimbing remaja menjadi kreatif dan memahami apa yang sedang dilakukannya, sedangkan kesejahteraan psikologis yang buruk akan membuat remaja mudah menyerah dan tidak dapat mengembangkan potensi dirinya (Bartram & Boniwell, 2007). Masa remaja memiliki karakteristik yang unik, hal-hal yang terjadi selama masa remaja berkaitan dengan perkembangan dan pengalaman di masa kanak-kanak maupun masa dewasa (Santrock, 2007). Banyak para ahli perkembangan yang menggolongkan masa remaja menjadi masa remaja awal dan akhir. Masa remaja awal (*early adolescence*) kira-kira sama dengan masa sekolah menengah pertama dan mencakup kebanyakan perubahan pubertas. Masa remaja akhir (*late adolescence*) menunjukkan pada kira-kira setelah usia 15 tahun. Minat pada karir, pacaran, dan eksplorasi identitas seringkali lebih nyata dalam masa remaja akhir ketimbang dalam masa remaja awal (Santrock, 2003).

Penelitian kesejahteraan psikologis di kalangan remaja diyakini sangat berguna sebagai prevensi dan pertimbangan munculnya perilaku remaja yang cukup berbahaya seperti penyalahgunaan obat-obatan terlarang, seperti narkoba dan zat adiktif minuman keras, kecanduan internet, dan kenakalan remaja (Maretha & Legih, 2007). Kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya dukungan sosial, hasil penelitian menemukan bahwa dukungan sosial dari lingkungan sosial individu akan sangat mempengaruhi kesejahteraan psikologis yang dirasakan oleh individu tersebut. Menurut Waller (dalam Taylor, Peplau dan Sear, 2006), dukungan sosial adalah suatu hal yang dibutuhkan oleh seseorang, ada tidaknya dukungan sosial telah terbukti memiliki dampak yang kuat pada kesejahteraan psikologis seseorang. Menurut Jasfar (2005), sebenarnya remaja memiliki kebutuhan akan kebebasan yang besar terkait pemenuhan kebutuhan secara materi, tetapi remaja di Indonesia umumnya masih bergantung secara ekonomi pada orang tua dalam pemenuhan kebutuhan materialnya.

Tidak hanya perhatian dari orang tua yang mampu memberikan efek negative dan positif pada remaja, namun juga pekerjaan orang tua. Kondisi ini biasa terjadi karena orang tua seringkali membawa pengalaman di tempat kerja ke dalam rumah (Santrock, 2007). Disimpulkan bahwa orang tua yang memiliki kinerja buruk, kerja lembur, stress bekerja, dan kurangnya otonomi di tempat kerja, kemungkinan besar akan lebih mudah marah dan kurang terlibat secara efektif pada pengasuhan. Selain itu, hasil penelitian di Amerika (Dagun, 2002), memperlihatkan bahwa ibu yang bekerja menjadi lebih dekat dengan anaknya dibandingkan dengan kelompok ibu yang tidak bekerja. Tetapi meski demikian dari hasil penelitian itu juga diungkapkan dampak lain, bahwa anak-anak yang ibunya bekerja di luar rumah, perkembangan pola peran jenisnya sedikit terganggu. Pada penelitian Barnett dan Gareis (2006), menunjukkan bahwa orang tua yang cenderung mengalami stress sepulang kerja akan berpengaruh negatif pada kesejahteraan psikologis anak.

Terlihat bahwa kesejahteraan psikologis yang rendah akibat kondisi pekerjaan orang tua mempengaruhi emosi remaja, membentuk rasa sedih dan bersalah, hal ini tentu akan berdampak pada perkembangan remaja. Pengalaman emosional yang dialami remaja akan berkontribusi pada perkembangan identitas remaja karena emosi dilibatkan dalam berbagai aspek kehidupan remaja (Santrock, 2007).

Berbeda dengan hasil penelitian di atas, menurut Steinberg (dalam Suryadi dan Damayanti, 2003), menyebutkan bahwa ibu yang bekerja akan memberikan pengaruh yang lebih positif terhadap anak perempuan dibandingkan dengan anak laki-laki. Pengaruh positif tersebut terlihat dalam hal prestasi akademik dimana umumnya anak perempuan memiliki prestasi dibanding dengan anak laki-laki. Hoffman dan Smith (dalam Suryadi dan Damayanti, 2003), memaparkan lebih lanjut bahwa remaja putri yang ibunya bekerja memiliki aspirasi karir lebih tinggi dibandingkan remaja putri yang ibunya tidak bekerja hal ini diakibatkan karena mereka

umumnya mengidentifikasi diri dengan figur ibu. Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang penelitian tertarik melakukan penelitian tentang kesejahteraan psikologis ditinjau dari status pekerjaan ibu pada siswa meliputi ayah harus bekerja, ibu bekerja atau ibu tidak bekerja.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI SMA Islam Hidayatullah Semarang yang keseluruhannya berjumlah 214 siswa. Sampel merupakan bagian dari populasi, tentulah harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasinya. Seberapa baik suatu sampel merepresentasikan populasinya tergantung pada sejauh mana karakteristik sampel itu sama dengan karakteristik populasi (Azwar, 2015).

Metode pengambilan data menggunakan Skala Kesejahteraan Psikologis (30 aitem valid,  $\alpha = 0,897$ ) yang disusun berdasarkan dimensi kesejahteraan psikologis menurut Ryff (dalam Wells, 2010). Analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis anova dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 20.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil analisis data kategori subjek pada penelitian ini diperoleh informasi bahwa kesejahteraan psikologis siswa yang berada pada kategori rendah hanya 1% dari keseluruhan subjek penelitian pada siswa SMA Islam Hidayatullah Semarang ditinjau dari ibu bekerja, ditunjukkan dengan perilaku adanya sebagian kecil memiliki masalah dalam motivasi belajar. Pernyataan ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sitinjak (2015), bahwa kesejahteraan psikologis siswa akan mempengaruhi sikap siswa dan memotivasi siswa dalam proses belajar. Kemudian 76,66% siswa berada pada kategori kesejahteraan psikologis tinggi, hal ini ditunjukkan melalui perilaku seperti mampu untuk mengembangkan potensinya melalui ekstrakurikuler yang ada di sekolah. Pernyataan ini sesuai dengan hasil penelitian (Bartram & Boniwell, 2007), yang menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis mampu membantu siswa untuk mengembangkan bakatnya. Salah satu indikasi pencapaian bakat tersebut terlihat dari prestasi yang ditorehkan pada berbagai kejuaraan ekstrakurikuler. Terakhir 21,66% siswa berada pada kategori penilaian kesejahteraan psikologis sangat tinggi dilihat dengan adanya kemampuan siswa dalam menjalin hubungan dengan teman, keluarga dan guru. Kesejahteraan Psikologis siswa ditinjau dari ibu tidak bekerja 57,14% siswa berada pada kategori tinggi dan 42,85 % berada pada kategori rendah. Secara keseluruhan dapat dilihat bahwa mayoritas siswa di SMA Hidayatullah berada pada kategori kesejahteraan psikologis tinggi.

Peneliti juga menemukan bahwa dari analisis tambahan dengan melihat *mean* empirik pada setiap dimensi diketahui bahwa kesejahteraan psikologis siswa ditinjau dari ibu bekerja memiliki tujuan dalam hidup dan penerimaan diri yang lebih tinggi artinya kesejahteraan psikologis siswa dengan ibu bekerja mempunyai pengaruh yang positif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada siswa-siswi SMA Islam Hidayatullah Semarang.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis penelitian, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat ada perbedaan kesejahteraan psikologis ditinjau dari status pekerjaan ibu bekerja dan ibu tidak bekerja pada siswa SMA Islam Hidayatullah Semarang ( $t(109) = p = 0,000$ ). Pada penelitian ini, ibu bekerja lebih berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis siswa dibandingkan dengan ibu tidak

bekerja ( $M_{\text{ibubekerja}} = 91,13$ ;  $M_{\text{ibutidakbekerja}} = 75,49$ ). Dilihat dari mean empirik setiap aspek menunjukkan bahwa aspek yang tertinggi adalah aspek tujuan dalam hidup dan penerimaan diri.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Azwar, S. (2015). *Penyusunan skala psikologi edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barnett, R. G. (2006). Parental after- school stress and psychological well-being. *Journal of Marriage and Family*, 101-108.
- Bartram, D., & Boniwell, L. (2007). The science of happiness: Achieving sustained psychological well-being. *Positive Psychology in Practice*, 29, 478-482.
- Dagun. (2002). *Psikologi keluarga edisi 2*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Diener, Ed. (2009). *Assesing well-being: The collected works of ed diener*. NewYork: Springer.
- Jasfar, Farida. (2005). *Manajemen jasa*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Maretha, V., & Leigh, A.R. (2007). Substance abuse and psychological well-being of South African adolescents. *South African Journal of Psychology*, 37(12), 595-615.
- Santrock, J.W. (2007). *Psikologi perkembangan (edisi 11)*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolecent, perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Suryadi, D., & Damayanti, C. (2003). Perbedaan tingkat kemandirian remaja puteriyang ibunya bekerja dan yang tidak bekerja. *Jurnal Psikologi*, 1(1).
- Taylor, S. E., Peplau, L.A., & Sears, D.O. (2009). *Psikologi sosial*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Vazquez, C., Hervas, G., Rahona, J.R., & Gomez, D. (2009). Psychological well-being and health: Contributions of positive psychology. *Journal of Clinical and Health Psychology*, 5(2), 15-27.
- Wells, I. E. (2010). *Psychological well-being*. New York: Nova Science Publishers.