

## **PENGALAMAN SUAMI MENJADI *STAY-AT-HOME DAD* PADA USIA DEWASA AWAL**

**(Sebuah Studi Kualitatif Fenomenologis dengan *Interpretative Phenomenological Analysis*)**

**Nazhra Aulia Pramanada, Adi Dinardinata**

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

nazhra.pramanada@gmail.com

### **ABSTRAK**

Fenomena *Stay-At-Home Dad* mulai diperkenalkan dunia sebagai suatu paradigma baru terhadap keputusan menentukan peran gender dalam berumah tangga. Pertukaran peran ini ternyata masih tabu dalam pandangan masyarakat di Indonesia. Hal tersebut mengakibatkan para *Stay-At-Home Dad* harus berjuang menghadapi stigma masyarakat untuk mempertahankan keharmonisan rumah tangga. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman psikologis individu sebagai bapak rumah tangga (*Stay-At-Home Dad*). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode penelitian fenomenologi. Teknik analisis yang digunakan adalah *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Pendekatan IPA dipilih karena prosedur analisis data yang terperinci dan berfokus pada eksplorasi pengalaman yang diperoleh subjek melalui kehidupan pribadi dan sosialnya. Subjek merupakan empat orang pria yang berperan sebagai *stay-at-home dad* dengan usia produktif, serta memiliki istri yang bekerja *fulltime* di kantor. Pemilihan subjek dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive*. Dari hasil penelitian, peneliti menemukan beragam dinamika peran sebagai bapak rumah tangga, upaya *coping* dengan teknik *problem-focused* dan *emotion-focused*, serta penghayatan peran yang berdampak pada pengasuhan anak. Penelitian ini diharapkan berguna bagi perkembangan keilmuan psikologi dalam bidang sosial terutama psikologi keluarga.

**Kata kunci** : *Stay At Home Dad*; peran ayah; bapak rumah tangga

**EXPERIENCE OF HUSBAND BECOMES STAY-AT-HOME DAD AT THE  
AGE OF YOUNG ADULT  
(A Qualitative Research with Interpretative Phenomenological Analysis  
Approach)**

**Nazhra Aulia Pramanada, Adi Dinardinata**

Faculty of Psychology, Diponegoro University,  
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

nazhra.pramanada@gmail.com

**ABSTRACT**

The phenomenon of Stay-At-Home Dad introduced the world as a new paradigm of gender roles in determining preclude. The exchange of this role was still taboo in the eyes of society in Indonesia. This resulted in the Stay-At-Home Dad must fight facing the stigma of the society to maintain the harmony of the household. This research aims to understand the psychological experience of the individual as the father of the household (Stay-At-Home Dad). This research uses qualitative research methods approach of Phenomenology. Analytical techniques used are Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). IPA approach was chosen because of its detailed data analysis procedures and focusing on the experiences, exploration of the subject gained through their personal and social life. The subjects are four men as stay-at-home dad with productive age, and has a wife who works fulltime at office. Selection of subjects in this study is using purposive technique. From the results of the study, the researchers found the diverse dynamics of the role as stay-at-home dad, efforts at reducing stress with the technique of problem-focused and emotion-focused, and the definition of the role which impact on parenting. This research is expected to be useful for the development of scientific psychology in the field of social psychology especially psychology family.

**Keywords:** Stay-At-Home Dad; fatherhood; househusband

## PENDAHULUAN

Pada suatu rumah tangga, lazimnya suami diidentikkan dengan sosok pencari nafkah di luar rumah dan menjadi tulang punggung keluarga, sedangkan istri membersihkan rumah, memasak, mengurus anak, dan mengerjakan pekerjaan rumah lainnya. Stereotip ini masih berlaku sampai saat ini. Di Indonesia, bahkan diatur dalam Undang-Undang No.1 Tahun 1974 tentang Perkawinan (pasal 31 ayat 3), yang menyebutkan bahwa suami adalah kepala keluarga dan istri adalah ibu rumah tangga (DPR RI, 2014b).

Namun, dalam tiga dekade terakhir, ditemukan adanya pergeseran nilai yang dipegang oleh suami dan istri setelah menikah. Seiring dengan maraknya isu kesetaraan gender, saat ini wanita sudah mulai terjun ke ranah publik di berbagai instansi sebagai wanita karir. Semangat pemberdayaan perempuan yang mendorong para wanita berpartisipasi dalam dunia profesional, membuat pria mengubah cara pandang konservatifnya. Para suami kini mulai berpikir untuk terjun ke ranah domestik dan meninggalkan kantornya (Cotter & Pepin, 2017).

Fenomena bapak rumah tangga, atau yang sering diistilahkan sebagai *stay-at-home dad (SAHD)*, mulai diperkenalkan dunia sebagai suatu paradigma baru terhadap keputusan menentukan peran gender dalam berumah tangga. Ketika seorang istri memiliki potensi karir dan penghasilan yang lebih baik, suami pun memutuskan untuk menjadi bapak rumah tangga dan mengurus anak di rumah. Definisi *stay-at-homedad* menurut Smith (2009), adalah seorang ayah yang memutuskan untuk menjadi pengurus rumah tangga serta pengasuh anak yang utama, sementara istrinya bekerja di luar rumah sebagai pencari nafkah. Sedangkan menurut Elfina (2015), definisi *stay-at-home dad* adalah seorang ayah yang lebih banyak di rumah, merawat anak, sedangkan istrinya berperan sebagai pencari nafkah utama atau satu-satunya.

*Stay-at-home dad* merepresentasikan suatu rangkaian kesatuan para ayah yang secara setara membagi peran mencari nafkah dan mengasuh anak dengan istrinya; ayah yang duda atau kustodian; keluarga dengan dua ayah (pada pasangan gay); serta pada ayah yang bekerja namun merestrukturisasi pekerjaannya dan memilih untuk lebih banyak waktu dengan anak (Smith, 2009). Sebagian besar para *stay-at-home dad* tetap memberikan pendapatan dalam rumah tangga, dengan bekerja *part-time* di dalam atau di luar rumah, bekerja *shift* malam atau bekerja di akhir pekan (Harrington, Van Deusen, & Humberd, 2011).

Di Amerika Serikat, fenomena *Stay-At-Home Dad* sudah sangat lazim terjadi. Dalam penelitian Pew Research Center, pria yang memutuskan menjadi bapak rumah tangga di AS, tercatat oleh Biro Sensus Amerika sebanyak 2 juta orang pada tahun 2012 (Livingston, 2014). Di Australia, jumlah SAHD sekitar 1% dari jumlah suami di sana. Sementara di Korea Selatan pada 2007 terdapat sekitar 5.000 suami menjadi SAHD. Inggris pada 1993 memiliki 200.000 ayah yang menjadi SAHD (Leija, 2015).

Namun yang terjadi di Indonesia, kondisi bapak rumah tangga atau *stay-at-home dad* masih dianggap tabu dan tidak lazim. Bagi masyarakat Indonesia, khususnya yang mengusung budaya ketimuran, kondisi para suami yang bekerja di rumah akan dinilai sebagai seorang yang kurang berdaya dan dianggap seperti pengangguran (Widhiastuti & Nugraha, 2013). Menurut Ibrahim (Maharani, 2016), SAHD belum lazim di Indonesia karena masih sangat kentalnya budaya patriarki yang dianut oleh masyarakat sekitar. Budaya patriarki diartikan sebagai masyarakat, sistem, atau negara yang diperintah dan dikuasai oleh pria, sedangkan para wanita ditempatkan sebagai manusia kelas dua. De Beauvoir juga menyebutkan dalam bukunya *The Second Sex*, bahwa patriarki telah melekatkan definisi 'pengasuhan anak' sebagai 'pekerjaan perempuan'

(Maharani, 2016). Hal ini tidak hanya mendiskriminasi perempuan, tetapi juga laki-laki. Potensi laki-laki dalam hal mengasuh anak dipandang remeh, sedangkan potensi perempuan diglorifikasi, seolah wanita tidak boleh cacat dalam pengasuhan. Cara pandang tradisional masyarakat seperti inilah yang membuat *stay-at-home dad* di Indonesia belum banyak berkembang.

Rochlen dkk(dalam Rochlen, McKelley, & Whittaker, 2010)mengatakan bahwa terdapat beberapa alasan seorang ayah memutuskan menjadi *stay-at-home dad*, di antaranya yaitu adanya rasa tidak percaya terhadap *nanny* atau *babysitter*, partner yang berpenghasilan lebih banyak, pandangan bahwa seorang pria sama baiknya dengan wanita dalam pengasuhan, ingin menghabiskan waktu bersama anak di usia formatifnya, dan masih banyak lagi. Alasan serupa juga ditemukan dalam penelitian Fischer & Anderson (2012), dalam *GenderRole Attitudes and Characteristics of Stay-At-Home Dad and Employed Fathers*, yang menyebutkan ada beberapa alasan menjadi *stay-at-home dad* termasuk alasan terkait keputusan bersama pasangan, ketidakmampuan personal karena sakit atau pengangguran, alasan terkait pengasuhan oleh orang lain, dan alasan yang berasal dari pilihan pribadi.

Jika seorang suami dengan peran *stay-at-home dad* sudah melakukan beberapa persiapan dan pertimbangan yang matang, seperti misalnya memiliki cara pandang yang modern dan egaliter, maka kemungkinan akan terhindar dari kegagalan sebagai suami akan semakin besar. Menurut Widhiastuti, terjalannya komunikasi dan pembagian peran yang baik akan menciptakan keluarga sehat dan harmonis (Widhiastuti & Nugraha, 2013).

Melihat realitas sosial yang terjadi saat ini mengenai kehidupan rumah tangga, menjadikan konsep keluarga yang ideal semakin sulit untuk diraih. Baik yang muncul dari pribadi, ataupun yang muncul dari pandangan negatif dari lingkungan sosial. Adanya stigma yang tidak ideal dalam peran *stay-at-home dad* ini yang kemudian akan peneliti angkat menjadi masalah utama dalam penelitian. Penelitian ini juga dirasa penting karena masih sedikitnya penelitian tentang fenomena *stay-at-home dad* di Indonesia. Menurut Rochlen dkk, perbedaan budaya suatu negara akan mempengaruhi norma sosial yang berlaku pada suatu masyarakat (Rochlen, Suizzo, McKelley, & Scaringi, 2008).

Penelitian fenomenologis ini bertujuan untuk memahami pengalaman psikologis individu sebagai bapak rumah tangga. Peneliti ingin memahami pada bagaimana dampak pengalaman ini terhadap kehidupan pribadi subjek, bagaimana pengaruh pandangan masyarakat dalam pengambilan keputusan subjek, serta bagaimana subjek menarik makna atas pengalaman tersebut.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode penelitian fenomenologi. Teknik analisis yang digunakan adalah *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). IPA merupakan suatu metode sistematis yang menggunakan pendekatan fenomenologi untuk memahami makna dari pengalaman individu dalam sebuah konteks secara lebih mendalam. Fokusnya adalah kepada pengalaman yang dialami subjek, bagaimana subjek memaknai pengalamannya tersebut berkaitan dengan fenomena tertentu yang sangat berpengaruh dan sangat berarti bagi subjek bersangkutan (Herdiansyah, 2014).

Pemilihan subjek dalam penelitian ini menggunakan teknik purposif. Subjek merupakan empat orang pria yang berperan sebagai *stay-at-home dad* dengan usia produktif di masa dewasa awal, memiliki istri yang bekerja *fulltime* di kantor, usia perkawinan minimal tiga tahun, serta memiliki anak yang termasuk dalam *dependent child*. Penggalan data digunakan dengan teknik wawancara semi-terstruktur, yang disertai dengan observasi selama proses wawancara.

TEMA INDUK	TEMA SUPER-ORDINAT
<i>Fokus pada Dinamika Peran SAHD</i>	1. Pengambilan keputusan akan peran <i>Stay-At-Home Dad</i> 2. Problematika peran
<i>Fokus pada Upaya Coping</i>	1. Strategi <i>coping stress</i> 2. Komunikasi yang efektif dengan pasangan 3. Penerimaan dari sekitar
<i>Fokus pada Penghayatan Peran</i>	1. Pengasuhan pada anak 2. Pemaknaan pribadi terhadap peran 3. Dampak positif peran bagi kehidupan
<b>Tema Khusus :</b> Terkekang oleh keadaan	

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, peneliti menemukan tiga tema induk yang menjadi fokus dari pengalaman menjadi *stay-at-home dad* yang dirasakan subjek, serta satu tema khusus yang unik dan tidak dapat disatukan dengan tema lainnya. Berikut adalah tabel yang merangkum hasil keseluruhan tema induk dan tema khusus:

Tabel 1. Tabel Tema Induk dan Tema Khusus

### Fokus pada Dinamika Peran

Fenomena *Stay-At-Home dad*(SAHD) merupakan pergeseran gradual atas peran ayah dari sekedar mencari nafkah menjadi ikut terlibat langsung dalam pengasuhan anak. Satu hal yang membuat menjadi berbeda, para *stay-at-home dad* tidak punya rutinitas harus ke kantor seperti kebanyakan pekerja lainnya. Keputusan sebagai bapak rumah tangga ini merupakan kesepakatan yang dibuat bersama dengan istri. Kesepakatan dibuat berdasarkan beberapa pertimbangan juga alasan tertentu.

Dinamika pengambilan keputusan yang dialami oleh keempat subjek, didasari oleh nilai karir istri yang lebih baik dibanding karir suami. Para SAHD ini memutuskan untuk meninggalkan pekerjaan/menolak tawaran kerja kantor dan memilih untuk menjalankan usaha dari rumah sambil mengurus anak. Kebanyakan dari subjek memiliki keyakinan salah satu orang tua harus ada di rumah untuk mengawasi anak. Para subjek khawatir anak akan merasa ditelantarkan jika kedua orang tuanya bekerja. Berdasarkan dari hal tersebut, para suami ini 'rela' untuk mengorbankan martabat demi kualitas kedekatan dengan anak. Hal ini sesuai dengan pernyataan Lui yang mengatakan, "*Househusband's sacrifice is forsake his dignity, for the benefit of family member*" (Lui, 2013).

Selain hal-hal di atas, peneliti menemukan adanya faktor ketidakmampuan personal karena sakit yang termasuk ke dalam salah satu alasan menjadi *stay-at-home dad*. Salah satu subjek penelitian memiliki pengalaman sebagai pekerja kantoran selama sembilan tahun, sebelum akhirnya

memutuskan menjadi SAHD. Alasannya berhenti bekerja adalah subjek sakit parah dan memerlukan lebih banyak waktu untuk istirahat. Keputusannya semakin kuat karena merasa sudah cukup puas akan pencapaian karirnya selama ini, dan akhirnya subjek memutuskan untuk meneruskan karirnya di rumah dan mengurus anak.

Para subjek mengaku selalu terlibat langsung dalam kepengurusan anak. Subjek mengurus segala hal keperluan anak, mengajarkan berbagai hal pada anak, mencontohkan teladan yang baik, dan memprioritaskan semua kebutuhan anak. Di balik keterlibatan dalam perannya, para *Stay-At-Home Dad* ternyata harus berjuang melawan permasalahan-permasalahan sebagai bentuk konsekuensi dari keputusan mereka. Keempat subjek sepakat bahwa peran sebagai SAHD tidaklah mudah. Smith (2009), menyebutkan dari hasil penelitian yang Smith lakukan pada para SAHD di Amerika, para SAHD berjuang melawan perasaan terisolasi sosial, penolakan dari keluarga, ambiguitas peran, *emotional failure*, kekhawatiran masa depan, tekanan finansial, *work/family conflict* dengan pasangan.

Para SAHD ini mengaku terkadang merasa kesulitan dalam mengatur waktu antara bekerja dan mengurus anak. Selain itu, para subjek juga harus menghadapi berbagai macam konflik peran yang terjadi dalam kehidupan rumah tangganya. Konflik peran tersebut di antaranya, adanya tekanan finansial dan dilematika norma agama dalam diri individu. Salah satu subjek mengaku terkadang muncul perasaan malu dan gengsi ketika harus dengan terpaksa meminjam uang istri untuk keperluan rumah tangga. Permasalahan finansial ini, tidak jarang menjadi pemicu konflik dalam rumah tangga.

Adanya pandangan negatif dari masyarakat tentang fenomena *Stay-At-Home Dad* ini menjadi tantangan berat bagi para subjek. Hal ini disebabkan oleh masih sangat kentalnya budaya patriarki di Indonesia. Keempat subjek mengaku telah mendapatkan tekanan sosial dari sekitar akibat dari perannya yang 'diam' di rumah, dan telah membiarkan istrinya mencari nafkah di luar rumah. Permasalahan stigma akan peran gender ini ternyata bisa berdampak serius. Ancok (dalam Elfina, 2015) menyatakan banyaknya tekanan sosial dari masyarakat ini bisa menyebabkan munculnya perasaan inferior dan rendah diri pada diri suami. Suami akan merasa tertekan, merasa kejantannya terancam, menyebabkan konflik dengan istri, dan tidak jarang bisa memicu terjadinya perselingkuhan. Namun, perihal perselingkuhan ini tidak ditemukan oleh peneliti dalam pengalaman keempat subjek.

### **Fokus pada Upaya Coping**

Pada penelitian ini, upaya *coping* diartikan sebagai upaya seseorang untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi pada hidupnya sejak memutuskan berperan sebagai *Stay-At-Home Dad*, serta upaya untuk mengatasi masalah *stress* yang dirasakan.

Peneliti menggolongkan upaya *coping* subjek dalam dua strategi, yakni *problem-focused* dan *emotion-focused*. *Problem-focused coping* merupakan upaya untuk melakukan sesuatu yang dengan secara aktif mencari penyelesaian masalah guna menghilangkan kondisi/sesuatu yang menimbulkan stres. Sedangkan *emotion-focused coping* merupakan upaya untuk mengatur emosi yang dialami karena pengalaman yang membuat stres (Folkman, Schaefer, & Lazarus, dalam Taylor, 2012).

Upaya *coping* pertama yang dilakukan oleh subjek adalah melakukan strategi *self control* yaitu suatu bentuk dalam penyelesaian masalah dengan cara menahan diri, mengatur perasaan, tidak tergesa-gesa dan hati-hati dalam mengambil tindakan. Subjek berusaha meregulasi diri untuk

tetap sabar dalam menghadapi anak selama pengasuhan. Selain itu, para subjek juga melakukan manajemen waktu serta pembagian tugas dengan asisten rumah tangga maupun istri.

Upaya selanjutnya dilakukan oleh salah satu subjek yang berusaha untuk optimis berkeyakinan dapat menjalani peran *stay-at-home dad* dengan baik. Subjek menanamkan keyakinan pada dirinya bahwa rezeki dari Tuhan sudah diatur, sehingga tidak perlu takut kehilangan harta. Menurut penggolongan strategi *coping* milik Lazarus & Folkman, upaya ini termasuk kategori *positive reappraisal*, yaitu usaha untuk mencari makna positif dari permasalahan dengan pengembangan diri dan melibatkan hal-hal religi (Saptoto, 2010).

Faktor lain yang menjadi upaya penghilang stres dalam menghadapi permasalahan peran adalah adanya dukungan dari sekitar. Baik itu dari istri, keluarga, maupun masyarakat sekitar. Keempat subjek mengaku memiliki dukungan penuh dari istrinya, baik dukungan secara sikap dan perilaku maupun secara emosional. Menurut Liu, dampak dari adanya *social emotional support* yang dilakukan oleh istri ini menyebabkan sang suami merasa bangga akan transformasinya sebagai pengasuh anak di rumah, dan membantu para suami lepas dari norma gender (Lui, 2013).

### **Fokus pada Penghayatan Peran**

Penghayatan peran yang dimaksud dalam penelitian ini merupakan bentuk pengalaman batin yang berdampak positif dan bermakna bagi hidup seseorang. Aktivitas pengasuhan yang dilakukan dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab dengan sepenuh hati, maka secara tidak langsung individu tersebut telah menghayati perannya.

Para subjek menyebutkan dampak positif yang mereka rasakan setelah bertahun-tahun menjalani peran sebagai *Stay-At-Home Dad*. Dampak positif yang dirasakan yaitu: (1) terjadinya perubahan sikap dan perilaku menjadi pribadi yang lebih sabar; (2) lebih terkontrol emosi, lisan, dan perilaku; (3) lebih menghargai dan menyayangi sosok ibu, baik orang tua maupun istri; serta (4) lebih peduli akan lingkungan sekitar.

Pengalaman menjalani peran masing-masing subjek sebagai *Stay-At-Home Dad* tentu berbeda, namun sebagian besar subjek memiliki pemaknaan yang hampir serupa. Tiga di antaranya memaknai perannya dengan perasaan bersyukur, bahagia, dan sangat antusias akan perannya. Salah satu subjek menyatakan rasa syukur karena memiliki kesempatan lebih untuk menjalin kelekatan dengan anak dibandingkan para bapak lainnya yang harus bekerja di kantor. Subjek lain juga menyampaikan perasaan bahagianya selama menjadi *Stay-At-Home Dad*, karena subjek menganggap telah banyak terjadi perubahan positif dalam hidupnya.

Pemaknaan akan peran ini berdampak langsung pada pola pengasuhan anak yang diterapkan. Pola pengasuhan yang digunakan adalah pola asuh *Authoritative* atau biasa dikenal sebagai pola asuh demokrasi. Pola Asuh *Authoritative* adalah pola asuh yang memprioritaskan kepentingan anak, akan tetapi orang tua tidak ragu untuk mengendalikan anak atau menerapkan batas kendali (Santrock, 2011).

Dari hasil penelitian, para subjek memiliki bentuk pengasuhan pada anak dengan ciri-ciri, diantaranya memiliki komunikasi terbuka dengan anak, berusaha selalu mendengarkan anak, terjun langsung dalam kepengurusan anak, melakukan diskusi '*give and take*' dengan anak, konsisten mengajarkan disiplin dengan hukuman yang bijaksana anak dan pemberian contoh

yang benar, memberikan kebebasan dengan batasan yang masuk akal, serta mendorong otonomi dan kemandirian anak.

### **Tema Khusus : Terkekang oleh Keadaan**

Berbeda dengan ketiga subjek lain dalam memaknai peran sebagai *Stay-At-Home Dad*, salah satu subjek merasa terbebani akan perannya. Menurutnya, kesibukan mengurus anak telah mengganggu kehidupannya sosialnya dan membuatnya kehilangan waktu bersama teman-teman. Pemaknaan negatif subjek dalam menjalani perannya ini menunjukkan bahwa subjek tersebut tidak menghayati peran sebagai *Stay-At-Home Dad*.

Subjek mengaku telah terjadi banyak perubahan dalam kehidupannya setelah memiliki anak. Subjek merasa peran mengasuh ini membuatnya terkekang, merasa sulit melakukan aktivitas dengan leluasa, tidak memiliki '*personal time*' yang banyak, dan kehidupan sosialnya terbatas. Subjek mengaku terkadang merasa *stuck* di rumah, bosan, dan merasa mumet.

Hal ini disebabkan oleh kurangnya dukungan dan penerimaan sekitar yang diterima subjek akan perannya. Tekanan sosial yang begitu besar ini bisa menjadi salah satu pemicu subjek memandang negatif perannya. Faktor lain yang juga penting yaitu kesiapan mental dan kesungguhan niat seseorang dalam mengurus anak. Jika tidak ada penerimaan dari sekitar khususnya keluarga, diperparah dengan tidak adanya keinginan yang tulus mengurus anak, maka akan timbul perasaan tidak menyenangkan selama menjalani peran.

Pemaknaan negatif akan peran ini dapat menyebabkan subjek tidak totalitas dalam mengurus anak. Hal di atas didukung oleh Smith (2009), yang menyatakan jika seseorang yang tidak bekerja merasa terampas kemampuannya untuk memenuhi kebutuhan keluarga, ditambah lagi dengan perasaan terbebani menghadapi stigma masyarakat, maka cenderung akan menimbulkan depresi. Ketika depresi, ayah akan lebih sedikit terlibat dalam kepengasuhan anak.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, peneliti menarik kesimpulan bahwa setiap suami yang memutuskan menjadi *Stay-At-Home Dad* memiliki pengalaman dan pemaknaan peran yang berbeda. Pengalaman tersebut dipengaruhi oleh beragam dinamika peran sebagai bapak rumah tangga, beragam strategi penyelesaian masalah, serta penghayatan peran yang berdampak pada pengasuhan anak. Peneliti juga merangkum penemuan menarik yang dapat dijadikan acuan persiapan sebelum seseorang mengambil keputusan sebagai *stay-at-home dad* atau bapak rumah tangga, yaitu: (1) keputusan merupakan kesepakatan bersama dengan istri, (2) harus mempersiapkan mental akan pengorbanan dalam peran yang berasal dari tekanan sosial, konflik peran, dan sulitnya tugas pengasuhan, (3) adanya kesungguhan niat untuk mengasuh anak, (4) harus memiliki pikiran yang terbuka (*open minded*) dan berpikir egaliter terhadap pandangan peran gender. Keempat hal di atas diharapkan dapat menjadi faktor pencegah pemaknaan negatif individu akan perannya sebagai SAHD.

## DAFTAR PUSTAKA

- Cotter, D., & Pepin, J. (2017). Trending towards traditionalism? Changes in youth's gender ideology. *Council on Contemporary Families Department of Sociology*.
- DPR RI. (2014b). UU Nomor 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan. ELSAM Referensi HAM. Diunduh dari <http://referensi.elsam.or.id/2014/11/uu-nomor-1-tahun-1974-tentang-perkawinan/>
- Elfina, M. L. (2015). Studi fenomenologi: penerimaan diri pada stay at home dad. *Skripsi.Fakultas Kedokteran Jurusan Psikologi*.
- Fischer, J., & Anderson, V. N. (2012). Gender role attitudes and characteristics of stay-at-home and employed fathers. *Psychology of Men & Masculinity, 13*(1), 16–31. Doi: 10.1037/a0024359
- Harrington, B., Van Deusen, F., & Humberd, B. (2011). The new dad : Caring, committed and conflicted. *Work, 42*.
- Herdiansyah, H. (2014). *Metodologi penelitian kualitatif untuk ilmu-ilmu sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Leija. (2015, 26 Januari). Stay at home dad; Yay or nay?. Diunduh dari <http://mommiesdaily.com/2015/01/26/sahd/4/>
- Livingston, G. (2014, 5 Juni). Growing number of stay-at-home dads. Diunduh dari <http://www.pewsocialtrends.org/2014/06/05/growing-number-of-dads-home-with-the-kids/>
- Lui, L. (2013). *Re-negotiating gender*. London: Springer. Doi: 10.1007/978-94-007-4848-4
- Maharani, Y. (2016). Stay at home dad: Isu kontemporer feminisme. Diunduh dari [http://yosinta-maharani-here-fisip15.web.unair.ac.id/artikel\\_detail-158944-mpk-StayAtHomeDad:IsuKontemporerFeminisme.html](http://yosinta-maharani-here-fisip15.web.unair.ac.id/artikel_detail-158944-mpk-StayAtHomeDad:IsuKontemporerFeminisme.html)
- Rochlen, A. B., McKelley, R. A., & Whittaker, T. A. (2010). Stay-at-home fathers' reasons for entering the role and stigma experiences: A preliminary report. *Psychology of Men & Masculinity, 11*(4), 279–285. Doi: 10.1037/a0017774
- Rochlen, A. B., Suizzo, M.-A., McKelley, R. A., & Scaringi, V. (2008). I'm just providing for my family: A qualitative study of stay-at-home fathers. *Psychology of Men & Masculinity, 9*(4), 193–206. Doi: 10.1037/a0012510
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development* (ed. ke-3). New York: McGraw Hill.
- Saptoto, R. (2010). Hubungan kecerdasan emosi dengan kemampuan coping adaptif. *Juni, 37*(2010), 13–22.
- Smith, J. A. (2009). *The Daddy Shift : how stay-at-home dads, breadwinning moms, and shared parenting are transforming the American family*. Boston: Beacon Press.

Taylor, S. E. (2012). *Health psychology* (8<sup>th</sup> ed.). New York: McGraw Hill.

Widhiastuti, C., & Nugraha, M. D. Y. H. (2013). Peranan stay at home dad dalam membentuk keluarga sehat dan harmonis. *Psibernetika*, 6(2), 59–73