

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring dengan kemajuan zaman sekarang, terdapat beberapa wanita yang memiliki peran dalam segala aspek kehidupan. Tidak hanya menjalankan fungsi sebagai istri atau ibu yang menanganikan tanggung jawab ikatan suami istri, tetapi para istri sudah menjadi bagian dari setiap aspek dinamika kehidupan sosial, termasuk menjadi kepala badan usaha pemerintahan. Dengan demikian, penting bagi wanita untuk memperkuat tugas dan tanggung jawabnya. Menurut Data BPS (2024) sejak tahun 2018, persentase perempuan yang memiliki ijazah perguruan tinggi (termasuk S1, S2, dan S3) telah melampaui laki-laki. Pada tahun 2024, di perkotaan, 14,08% perempuan memiliki ijazah perguruan tinggi dibandingkan dengan 12,69% laki-laki. Di perdesaan, angkanya adalah 6,3% untuk perempuan dan 4,86% untuk laki-laki. Menurut Fitrianti dan Herdiyanto (2016), stres akademik diartikan sebagai tekanan yang dialami individu akibat tuntutan akademik yang melebihi kemampuan adaptasinya, mencakup reaksi fisik, emosional, kognitif, dan perilaku.

Dari data tersebut menunjukkan bahwa banyak wanita yang memilih untuk mengejar karirnya melalui studi lanjut. Pernyataan tersebut juga didukung oleh hasil prasurvei dengan hasil 40% kriteria sudah menikah menyatakan bahwa mereka terindikasi mengalami stress akademik dikarenakan mengungkapkan bahwa tanggung jawab keluarga, dukungan pasangan, serta manajemen waktu yang efektif menjadi faktor kunci dalam keberhasilan akademik mereka.

Meskipun pengalaman yang menyenangkan sangat diharapkan dalam kehidupan perkuliahan, kenyataannya tidak semua hal tersebut dapat dinikmati, khususnya oleh mahasiswi yang telah menikah. Mahasiswi dalam kondisi ini lebih rentan mengalami stres berat, yang ditandai dengan gejala seperti mudah merasa lelah, kurang percaya diri dalam menyelesaikan tugas meskipun sederhana, sering mengalami gangguan pada sistem pencernaan, serta munculnya rasa cemas atau panik (Hawari dalam Luthfy, 2018). Kondisi ini bukan hanya berdampak dalam ranah kognitif dan emosional, namun sekaligus menimbulkan perilaku dan fisik. Hal ini menjadi kompleks pada mahasiswa yang telah menikah dan menjalani studi lanjut, karena mereka harus menghadapi peran ganda sebagai pelajar dan sebagai istri yang menuntut keseimbangan antara dunia akademik dan tanggung jawab rumah tangga (Fitiranti dan Herdiyanto, 2016). Dalam studi oleh Lestari et al. (2021) pustakawan perempuan di Yogyakarta melanjutkan studi magister untuk meningkatkan keahlian akademis dan kompetensi profesional mereka. Faktor pendorong utama adalah motivasi intrinsik, seperti keinginan untuk memenuhi kebutuhan pribadi, mandiri, dan berharap pada masa depan. Studi Zainal (2020) menemukan bahwa perempuan usia dewasa awal lebih cenderung belajar dibandingkan laki-laki. Ini disebabkan oleh hal-hal seperti keinginan mereka sendiri dan harapan mereka sendiri.

Menurut Wistarini dan Warheni (2018) pentingnya dukungan sosial keluarga untuk stres akademik tidak terlalu fokus pada dukungan suami sebagai salah satu elemen kunci wanita yang sudah menikah. Sementara dalam konteks istri yang terus belajar, suami adalah sumber utama dukungan sosial dan dampak yang dialami oleh seorang istri dapat berupa kesulitan membagi waktu dan energi

antara studi dan tanggung jawab keluarga.

Adanya tekanan tugas, penelitian, ujian, dan target akademik juga dapat berdampak besar terhadap stress akademik yang dialami seorang istri. Dari hal itu, seorang istri merasa terancam pola pikirnya dan kesulitan menghadapi lingkungan (Mosanya, 2021). Menurut Septiana (2021), Ada empat indikator penyebab stres akademik, seperti tekanan dalam belajar, beban belajar, ekspektasi diri terhadap prestasi akademik, dan patah semangat

Breznis (dalam Astuti, 2020) menyatakan bahwa dukungan suami adalah jenis bantuan yang diperoleh dari suami menawarkan dukungan psikologis melalui dorongan, kepedulian, dan pengakuan. Bantuan dari suami menjadi sebuah ikatan yang membantu dan memiliki nilai keistimewaan bagi istri karena merupakan bukti adanya keterikatan yang baik. Menurut Nugraha & Kustanti (2020) dukungan suami dikategorikan dalam empat indikator, Yaitu dukungan emosional yang ditunjukkan melalui perasaan kasih sayang, cinta, atau empati. Dukungan instrumental berupa penyediaan barang atau jasa oleh pasangan saat menghadapi masa-masa stres. Pemberian informasi yang diperoleh dari pasangan atau pihak lain mengenai situasi yang sedang terjadi, dan dukungan penghargaan, yakni apresiasi yang diberikan terhadap gagasan dan perilaku seseorang.

Kondisi stres secara akademik yang dialami istri, seorang istri membutuhkan dukungan dari suami, baik secara lahir maupun batin. Studi Ristianaa & Bantam (2024) juga menemukan bahwa dukungan suami berkontribusi terhadap keseimbangan kerja dan keluarga pada seorang istri. Dukungan suami merupakan suatu kondisi yang dibutuhkan istri saat menjalani studi lanjut. Menurut Esmiati & Kusumadewi (2017) menunjukkan bahwa

dukungan dari suami berperan penting dalam membantu istri mengelola stres dalam menjalankan studi lanjut. Tak hanya itu, Wistarin dan Marheni (2019), menemukan bahwa dukungan suami secara umum berperan dalam mengurangi stres akademik istri yang menjalankan studi lanjut. Zuhara et al. (2015) menunjukkan bahwa dukungan dari suami berperan signifikan dalam mengurangi stres mahasiswa yang menjalani studi lanjut. Penelitian ini memiliki perbedaan dibandingkan studi-studi terdahulu, khususnya yang menjadi fokus penelitiannya sebelumnya dilakukan secara umum tanpa menyebut institusi spesifik, namun penelitian ini dilakukan pada mahasiswa pascasarjana di Universitas Merdeka Malang, sehingga memberikan fokus kontekstual yang lebih spesifik dan aktual. Kemudian, beberapa penelitian terdahulu membahas peran dukungan suami secara umum dalam keseimbangan kerja dan keluarga, serta dalam mengurangi stress. Akan tetapi, penelitian ini lebih terfokus untuk mengukur secara spesifik pengaruh dukungan suami terhadap stres akademik, bukan stres secara umum.

Berdasarkan temuan empiris yang telah dijelaskan di atas, belum banyak penelitian yang secara spesifik mengkaji fenomena peran ganda mahasiswa istri dan stres akademik di lingkungan UNMER Malang. Hal ini memberikan peluang bagi peneliti untuk mengisi celah penelitian dan berkontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi pendidikan maupun kajian gender. dan berkontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi pendidikan maupun kajian gender. Didukung dengan adanya data lapangan melalui wawancara dengan para mahasiswa di program studi pascasarjana di Universitas Merdeka Malang, menyatakan bahwa dampak dari variabel yang diajukan belum banyak diteliti lebih lanjut. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana peran dukungan suami pada stress akademik istri yang menjalani studi

lanjut.

Penelitian ini difokuskan pada mahasiswi yang menjalani studi lanjut dan berperan sebagai seorang istri di pascasarjana Universitas Merdeka (UNMER) Malang. Hal ini meningkatkan peluang untuk mendapatkan yang memenuhi syarat penelitian. UNMER Malang juga menawarkan berbagai program magister lintas bidang seperti Magister Manajemen, Hukum, dan Ilmu Sosial, yang memungkinkan studi ini mencakup pengalaman mahasiswi dari latar belakang akademik yang beragam, sehingga hasil penelitian lebih representatif. Berdasarkan landasan awal penelitian masalah yang telah dijelaskan, penulis ingin mengadakan penelitian dengan judul (“Peran dukungan suami terhadap stres akademik pada istri yang menjalani studi lanjut”).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian ini adalah adakah dukungan suami terhadap stres akademik pada istri yang menjalani studi lanjut?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana peran dukungan suami terhadap stres akademik pada istri yang menjalani studi lanjut.

D. Manfaat Penelitian

Secara umum, manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian meliputi manfaat secara teoritis dan praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat Secara Teoritis

Penelitian ini menambah literatur psikologi keluarga, khususnya

mengenai peran dukungan pasangan dalam pendidikan dan tanggung jawab akademik. Penelitian ini dapat menguatkan atau memperluas teori dukungan sosial (teori dukungan sosial), terutama yang berkaitan dengan pernikahan dan pendidikan tinggi. Temuan ini dapat menjadi dasar untuk riset selanjutnya, seperti hubungan antara stres akademik dengan kinerja akademik atau peran dukungan emosional.

2. Manfaat Secara Praktis

Penelitian ini dapat digunakan oleh psikolog keluarga atau konselor pendidikan untuk membuat program dukungan yang tepat untuk mahasiswi yang sudah menikah. Selain itu, suami harus lebih aktif dalam memahami dan mendukung istri dalam proses pendidikannya. Sementara itu, Universitas atau lembaga pendidikan dapat mempertimbangkan kebijakan atau layanan yang mendukung mahasiswa perempuan berstatus menikah, seperti konseling keluarga atau fleksibilitas studi