

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mencapai kehidupan yang sejahtera merupakan harapan setiap orang, terutama bagi perempuan yang sudah menikah, namun tidak semua perempuan yang sudah menikah dapat merasakan kesejahteraan. Pernikahan yang sering dipandang sebagai puncak kebahagiaan, ternyata tidak selalu memberikan kontribusi pada kesejahteraan perempuan (Lianawati, 2011). Subiantoro menyatakan bahwa hal ini terjadi karena pernikahan seringkali melibatkan identitas perempuan dengan laki-laki. Selain itu, pernikahan dapat membatasi kebebasan perempuan, karena mereka lebih banyak menghabiskan waktu untuk merawat anak dan suami, sehingga menghambat kesempatan mereka untuk berkembang sebagai individu (Lianawati, 2011). Menurut Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2021, laki-laki memiliki indeks kebahagiaan yang lebih tinggi yaitu 71,96% dibandingkan dengan perempuan yang hanya mencapai 71,04%.

Wade (dalam Taslim et al., 2021) mengemukakan bahwa perempuan umumnya mengalami tingkat kebahagiaan yang lebih rendah dalam pernikahan dibandingkan pria. Ketidakhahagiaan ini disebabkan oleh fakta bahwa perempuan seringkali menanggung beban pekerjaan rumah yang tidak mendapatkan pengakuan dan mengorbankan waktu luang, mimpi serta karir mereka demi sebuah pernikahan. Hal serupa juga diungkapkan oleh Fuller et.al (dalam Damariyanti et al., 2020) yang menyatakan bahwa istri mengalami tekanan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan suami, akibatnya, mereka cenderung lebih mudah marah, lebih sering mengalami penarikan diri secara psikologis,

merasa lebih kesepian dan melaporkan lebih banyak gejala psikofisiologis. Ini menunjukkan bahwa suami mempunyai tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih baik dibandingkan istri.

Peran perempuan yang sudah menikah sebagai ibu rumah tangga mungkin muncul karena pilihan pribadi, sesuai dengan nilai tradisional yang umum dianut dalam keluarga di Indonesia (Taslim et al., 2021). Namun dalam praktiknya, pengambilan peran tersebut tidak selalu merupakan keputusan yang diambil secara bebas oleh perempuan, bisa jadi hal ini disebabkan oleh kurangnya pilihan alternatif dan adanya tekanan sosial yang mendorong perempuan untuk tidak bekerja diluar rumah (Olson et al, dalam Taslim et al., 2021). Ketika seorang istri menuntut kesetaraan sementara suami menganggap itu sebagai pembangkangan terhadap otoritasnya sebagai kepala keluarga, hal ini dapat menghambat istri untuk mengoptimalkan potensinya. Kedua pasangan akan merasakan ketidakpuasan, yang pada akhirnya berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis mereka, terutama bagi istri (Lianawati, 2011).

Berdasarkan survei online yang dikutip dari kompas.id. Pada tanggal 24 Oktober 2024, seorang ibu ditemukan meninggal bersama anaknya akibat gantung diri, yang diduga disebabkan oleh ketidakharmonisan dalam hubungan rumah tangga mereka yang telah berlangsung lama serta sering terjadi pertengkaran. Survey lainnya dari kalaharinews.com. Melaporkan bahwa pada 19 Februari 2024, seorang ibu rumah tangga juga melakukan gantung diri yang diduga disebabkan oleh kurangnya keharmonisan dalam hubungannya dengan suami.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Luh et al., (2017) menunjukkan bahwa ibu bekerja memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang

lebih tinggi (93,66) dibandingkan ibu rumah tangga (89,61). Ini mengindikasikan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis ibu yang bekerja lebih baik dibandingkan ibu rumah tangga. Senada dengan temuan tersebut, studi oleh Taslim et al., (2021) pada 66 orang perempuan yang sudah menikah, menemukan bahwa ibu rumah tangga sebagian besarnya memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang sedang.

Wati, (2015), menemukan bahwa mayoritas wanita lajang termasuk dalam kategori sangat sejahtera secara psikologis jika dibandingkan dengan wanita yang sudah menikah. Temuan serupa yang diungkapkan oleh Putri dan Sudhana (2013), yang meneliti 180 ibu rumah tangga di ASEAN, menyoroti bahwa seluruh pekerjaan rumah tangga diemban oleh istri, sementara suami berperan sebagai pencari nafkah utama. Hal ini berpotensi menimbulkan ketidakpuasan pada istri, terutama jika aspirasi karir atau harapan pembagian tugas rumah tangga tidak terpenuhi setelah menikah.

Data di atas mengindikasikan adanya potensi kerentanan kesejahteraan psikologis pada perempuan yang sudah menikah. Mengingat kesejahteraan psikologis dapat memicu masalah seperti kecemasan, depresi, dan gangguan psikologis lainnya (Ryff dan Keyes 1995), maka penelitian ini perlu dilakukan. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak positif pada peningkatan kesejahteraan psikologis perempuan yang sudah menikah.

Ryff dan Keyes (dalam Erlina, 2021) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai dorongan untuk memaksimalkan potensi diri. dorongan ini dapat memicu individu untuk pasrah pada keadaan yang menurunkan kesejahteraan psikologisnya atau berupaya memperbaiki hidupnya agar kesejahteraan psikologisnya meningkat. Ryff juga mengemukakan bahwa individu

dengan jiwa yang sejahtera mampu merasakan dan menjalankan fungsi-fungsi psikologisnya dengan baik. Individu yang sejahtera secara mental mempunyai pandangan positif terhadap diri sendiri dan tidak terbebani oleh masalah-masalah psikologis (Indriani, 2016).

Ryff (dalam Eva et al., 2021) menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti latar belakang budaya, kelas ekonomi, tingkat pendidikan, dan pemenuhan aspek kepribadian. Faktor demografi seperti usia, gender, status sosial ekonomi, pendidikan dan budaya juga memainkan peran penting memengaruhi kesejahteraan psikologis (Damariyanti et al., 2020).

Di antara berbagai faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis perempuan yang sudah menikah, penelitian ini berfokus pada peran gender egalitarian sebagai variabel bebas. Gender egalitarian didefinisikan sebagai kesetaraan hak, tanggungjawab, dan kesempatan yang sama, baik laki-laki maupun perempuan dalam berbagai aspek kehidupan termasuk dalam pekerjaan, pendidikan dan keluarga (Anwar, 2015). Realitasnya, dominasi laki-laki dan nilai patriarki dalam keluarga masih lazim di Indonesia, sehingga menciptakan kesenjangan antara teori dan praktik (Halizah et al., 2023).

Studi oleh Lianawati (2011) terhadap 245 pasangan suami istri muslim, menemukan bahwa mayoritas suami (33%) memiliki pandangan peran gender egaliter, berbeda dengan istri yang hampir separuhnya (48%) bersikap egaliter. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis pasangan cenderung lebih baik jika keduanya memiliki pandangan egaliter, dan sebaliknya, pasangan yang memiliki pandangan tradisional mengalami kesejahteraan

psikologis yang lebih rendah. Meskipun terdapat perbedaan pandangan, tingkat kesejahteraan psikologis secara keseluruhan pada suami dan istri tergolong tinggi.

Taslim et al., (2021) meneliti *psychological well-being* ibu rumah tangga dengan metode campuran (*mixed method*) pada 66 partisipan. Hasilnya menunjukkan bahwa mayoritas ibu rumah tangga memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang sedang. Sementara itu, penelitian kuantitatif komparatif oleh Wati, (2015) pada 60 wanita bekerja yang membandingkan kesejahteraan psikologis wanita yang berstatus lajang dan menikah. Hasil klasifikasinya menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis wanita lajang berada pada tingkat yang lebih tinggi dibandingkan dengan wanita yang sudah menikah.

Penelitian-penelitian sebelumnya telah berkontribusi pada pemahaman tentang kesejahteraan psikologis, meskipun terdapat beberapa keterbatasan yaitu, masih terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yang tidak diteliti dan perlu dieksplorasi lebih dalam. Penelitian terdahulu umumnya membahas gambaran kesejahteraan psikologis istri, perbedaan kesejahteraan psikologis antara wanita lajang dan menikah, serta kesejahteraan psikologis istri ditinjau dari peran gender. Pada penelitian ini akan lebih berfokus pada dampak langsung peran gender egalitarian terhadap kesejahteraan psikologis perempuan yang sudah menikah.

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dipaparkan, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Peran Gender Egalitarian dengan Kesejahteraan Psikologis Perempuan yang Sudah Menikah”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di paparkan, masalah utama yang ingin dikaji pada penelitian ini adalah “apakah ada hubungan antara peran gender egalitarian dengan kesejahteraan psikologis perempuan yang sudah menikah?”

C. Tujuan Penelitian

Sebagaimana rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara peran gender egalitarian dengan kesejahteraan psikologis perempuan yang sudah menikah.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memperkaya wawasan, terkait kesejahteraan psikologis dalam ranah psikologi positif, serta memberikan kontribusi pada pengembangan teori yang sudah ada
- b. Penelitian ini dapat dijadikan rujukan bagi para peneliti yang hendak melakukan kajian lebih lanjut mengenai kesejahteraan psikologis.

2. Manfaat Praktis

Harapan dari temuan ini ialah dapat memberikan gagasan, pengetahuan serta memberikan manfaat bagi semua pembaca yang tertarik mengenai kesejahteraan psikologis, khususnya bagi perempuan yang sudah menikah.