

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Salah satu kebutuhan pokok manusia ialah bekerja, bekerja adalah usaha untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, baik fisik maupun sosial. Seseorang bekerja karena ada sesuatu yang hendak dicapainya, salah satu alasannya adalah untuk memenuhi kebutuhan atau keuangan mereka<sup>1</sup>. Bekerja dilakukan oleh pria maupun wanita. Wanita dalam dunia modern saat ini memiliki peran sosial dimana dapat berkarir dalam bidang kesehatan, ekonomi, sosial maupun politik dengan didukung pendidikan yang memadai. Wanita sekarang juga dituntut untuk berpendidikan tinggi, berperan aktif dan kritis. Partisipasi wanita dalam dunia kerja saat ini bukan sekedar menuntut persamaan hak tetapi juga menyatakan fungsinya mempunyai arti bagi pembangunan dalam masyarakat Indonesia.

Dahulu perempuan dianggap superior dalam aktivitas rumah tangga, sementara laki-laki dianggap bertanggung jawab dalam kegiatan publik. Perempuan dianggap lemah karena produktivitasnya tidak semaksimal laki-laki, kelemahan ini disebabkan adanya budaya patriarki di mana perempuan dianggap lebih cocok menduduki posisi administratif. Wanita memang tidak bertanggung jawab untuk mencari nafkah keluarga, bukan berarti wanita tidak boleh bekerja, menuntut ilmu atau melakukan aktivitas lainnya<sup>2</sup>. Wanita tetap memiliki peranan terhadap apa yang sudah ditentukan dan menjadi kodratnya. Wanita memilih

---

<sup>1</sup> Yusrin Ahmad Tosepu, "Bekerja (Tujuan, Makna, Dan Hakikat)," last modified 2023, <https://yusrintosepu.wixsite.com/yoer/post/bekerja-tujuan-makna-dan-hakikat>.

<sup>2</sup> Khusniati Rofiah, *Produktivitas Ekonomi Perempuan Dalam Kajian Islam Dan Gender*, ed. M. Ilham Tanzilulloh, cetakan I. (Bantul, Yogyakarta: Q-Media, 2021).

untuk bekerja di luar rumah disebabkan karena berbagai alasan. Wanita bekerja untuk memberikan kontribusi finansial pada keluarga mereka. Pendapatan yang diperoleh dari pekerjaan mereka dapat membantu dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, membayar tagihan, menyediakan pendidikan bagi anak-anak, dan membangun keamanan finansial. Wanita yang bekerja merasa lebih mandiri secara finansial. Mereka dapat mengatur keuangan mereka sendiri, membuat keputusan finansial, dan memiliki kontrol atas kehidupan ekonomi mereka. Banyak wanita ingin menciptakan keseimbangan antara karir dan keluarga. Mereka dapat menjalani peran sebagai profesional dan juga sebagai ibu atau istri.

Tugas mencari nafkah adalah tugas seorang ayah, suami atau laki-laki, tidak dilakukan oleh perempuan. Namun zaman sekarang biaya kehidupan sangat tinggi, maka banyak juga istri yang memutuskan bekerja untuk membantu perekonomian keluarga. Seringnya Istri yang bekerja sekaligus berperan sebagai ibu rumah tangga menimbulkan konflik internal maupun eksternal<sup>3</sup>. Salah satunya ialah Konflik peran ganda yang merupakan perilaku tidak sesuai yang disebabkan karena peranan dalam dua bentuk yang bersifat bertentangan. Perilaku ini menimbulkan tekanan akibat dari pekerjaan dan keluarga yang saling tidak cocok.

Konflik sering diartikan sebagai pertentangan, perselisihan, dan perdebatan. Hampir semua konflik disebabkan oleh ketidakpahaman, kurangnya pemahaman, kesalahpahaman atau kegagalan untuk memahami satu sama lain. Pengertian konflik menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia<sup>4</sup>, konflik berarti

---

<sup>3</sup> Yeni Kartikaningsih and Marsidi Marsidi, "Tinjauan Hukum Islam Terhadap Istri Pencari Nafkah Keluarga Sebagai Buruh Pabrik (Studi Kasus Di Desa Wonoagung Kec. Kasembon Kabupaten Malang)," *Mitsaqan Ghalizian* 4, no. 1 (2024): 1–21.

<sup>4</sup> <https://kbbi.kemdikbud.go.id>, "Hasil Pencarian - KBBI Daring," *Badan Pengembangan Dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia*, 2016.

pencekcokan, pertentangan, atau perselisihan. Konflik juga berarti adanya oposisi atau pertentangan pendapat antara orang-orang atau kelompok. Konflik peran ganda, hal ini dapat terjadi ketika tuntutan dari peran pekerjaan dan peran keluarga atau rumah tangga saling bersaing<sup>5</sup>. Konflik peran ganda dapat dirasakan oleh siapa pun, baik laki-laki maupun perempuan, ketika mereka mengalami tekanan atau kesulitan dalam memenuhi tuntutan dari dua peran yang berbeda secara bersamaan. Misalnya, seseorang mungkin merasa tertekan ketika harus mengimbangi tuntutan peran sebagai pekerja dan sebagai anggota keluarga yang harus memperhatikan anak-anak atau orang tua yang membutuhkan perawatan.

Menurut Greenhaus dan Beutell konflik peran ganda memiliki sifat *bidirectional* yaitu konflik pekerjaan-keluarga (*Work-family conflict*) dan konflik keluarga-pekerjaan (*Family-work conflict*)<sup>6</sup>. *Work-family conflict* yaitu konflik yang muncul karena tanggung jawab pekerjaan yang mengganggu tanggung jawab keluarga. Sebaliknya, *Family-work conflict*, yaitu konflik yang muncul karena tanggung jawab keluarga yang mengganggu tanggung jawab pekerjaan.

Greenhouse dan Beutell mendefinisikan konflik peran ganda keluarga dan pekerjaan sebagai suatu bentuk konflik antar peran dari ranah pekerjaan dan ranah keluarga yang mengalami ketidakselarasan sehingga pemenuhan dalam satu peran menyebabkan berkurangnya pemenuhan pada peran lain<sup>7</sup>. Bukti empiris juga mengatakan bahwa konflik peran ganda sering kali merupakan faktor stress berat

---

<sup>5</sup> Suci Fadhlha Hasanah, Ni'matuzahroh Ni'matuzahroh, "Work Family Conflict Pada Single Parent," *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* 1, no. 2 (2018): 381.

<sup>6</sup> T. Elfira Rahmayati, "Konflik Peran Ganda Pada Wanita Karier," *Juripol (Jurnal Institusi Politeknik Ganesha Medan)* 3, no. 1 (2020): 152–165.

<sup>7</sup> Danang Pramudito Anwar, Nailul Fauziah, "Hubungan Antara Kesejahteraan Psikologis Dengan Konflik Peran Ganda Pada Wanita Yang Bekerja Sebagai Polisi Di Polrestabes Semarang," *Jurnal Empati* 8, no. 1 (2019): 105–110.

di tempat kerja yang menyebabkan berbagai hasil negative termasuk gangguan kesejahteraan<sup>8</sup>. Konflik peran ganda jika berkepanjangan dapat menyebabkan stress dan masalah kesehatan mental, keseimbangan yang sulit dicapai antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Jawa Timur mengenai Penempatan/Pemenuhan Tenaga Kerja menurut Kabupaten/Kota dan Jenis Kelamin di Provinsi Jawa Timur tahun 2022, tercatat jumlah pekerja sebanyak 270.092 orang, dengan pekerja laki-laki sebanyak 146.923, dengan persentase 54,40% dan pekerja perempuan sebanyak 123.169, dengan persentase 45,60%. Khususnya di Kabupaten Mojokerto pekerja laki-laki 815, dengan persentase 49,06% dan pekerja perempuan sebanyak 846, dengan persentase 50,94%<sup>9</sup>. Data ini menunjukkan bahwa di Kabupaten Mojokerto, jumlah pekerja perempuan melebihi pekerja laki-laki. Kondisi ini menandakan bahwa perempuan kini semakin aktif berperan di dunia publik dan tidak lagi terbatas sebagai ibu rumah tangga.

Salah satu bidang pekerjaan yang banyak diminati oleh perempuan adalah bidang pendidikan<sup>10</sup>. Berdasarkan databoks profesi guru didominasi oleh perempuan dengan persentase 70,84% dan laki-laki hanya 29,16%. Menjadi seorang guru dianggap sebagai pekerjaan yang sesuai bagi perempuan, hal ini

---

<sup>8</sup> Ekawarna, *Manajemen Konflik Dan Stres*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2021).

<sup>9</sup> BPS Provinsi JATIM, "Penempatan/Pemenuhan Tenaga Kerja Menurut Kabupaten/Kota Dan Jenis Kelamin Di Provinsi Jawa Timur, 2022," 10 April, last modified 2023, <https://jatim.bps.go.id/statictable/2023/04/10/2670/penempatan-pemenuhan-tenaga-kerja-menurut-kabupaten-kota-dan-jenis-kelamin-di-provinsi-jawa-timur-2022.html>.

<sup>10</sup> Azam Arifin, "63% Guru Adalah Perempuan. Benarkah Profesi Ini Lebih Cocok Bagi Kaum Hawa?," *Panduanmengajar.Com*, last modified 2020, <https://www.panduanmengajar.com/2016/10/guru-perempuan.html>.

dikarenakan perempuan umumnya memiliki hati yang lembut, lebih telaten, penyayang, dan terbiasa berinteraksi dengan anak-anak<sup>11</sup>.

Peneliti memilih Kecamatan Kutorejo sebagai lokasi penelitian dibandingkan kecamatan lainnya di Kabupaten Mojokerto karena beberapa alasan. Adanya inovasi DONFILA MASREJO, ini diciptakan untuk mempermudah masyarakat dalam mengakses informasi dari mana saja melalui website, sehingga mereka tidak perlu lagi datang ke kantor kecamatan<sup>12</sup>. Kutorejo memiliki keunikan sebagai sentra industri batu bata kedua di Kabupaten Mojokerto, sehingga potensi ekonomi dan industri di wilayah ini cukup tinggi<sup>13</sup>. Selain itu, Kecamatan Kutorejo menyelenggarakan Kutorejo Carnival yang telah berhasil menarik perhatian masyarakat, menunjukkan antusiasme dan keterlibatan publik yang kuat<sup>14</sup>. Kecamatan ini juga memiliki buku publikasi tahunan yang berisi data komprehensif dari berbagai sektor, seperti geografi, energi, pendidikan, kesehatan, sosial, perdagangan, dan potensi desa, yang menjadi sumber informasi penting bagi penelitian dan pengembangan inovasi<sup>15</sup>.

---

<sup>11</sup> Cindy Mutia Annur, "Mayoritas Guru Di Indonesia Adalah Perempuan," Databoks.Katadata, last modified 2022, <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/11/24/mayoritas-guru-di-indonesia-adalah-perempuan>.

<sup>12</sup> Khudori Aliandu, "Kantor Kecamatan Ini Terapkan DONFILA MASREJO. Berikut Keuntungan Yang Bisa Diperoleh Warganya," Jawa Pos Radar Mojokerto (Mojokerto, April 25, 2024), <https://radarmojokerto.jawapos.com/politik-pemerintahan/824574584/kantor-kecamatan-ini-terapkan-donfila-masrejo-berikut-keuntungan-yang-bisa-diperoleh-warganya>.

<sup>13</sup> Devita Ariyanti, "Eksistensi Industri Batu Bata Di Kecamatan Kutorejo Kabupaten Mojokerto," *Swara Bhumi*, no. Vol. 4 No. 02 (2016): 86–92, <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/swara-bhumi/article/view/18286/16669>.

<sup>14</sup> DISKOMINFO, "Karnaval Budaya Di Kecamatan Kutorejo Berlangsung Meriah," Dinas Komunikasi Dan Informatika, last modified 2023, <https://mojokertokab.go.id/detail-berita/karnaval-budaya-di-kecamatan-kutorejo-berlangsung-meriah-1692457187>.

<sup>15</sup> Badan Pusat Statistik, *Kecamatan Kutorejo Dalam Angka 2024* (Mojokerto: BPS Kabupaten Mojokerto, 2024), <https://mojokertokab.bps.go.id/id/publication/2024/09/26/c2b5b6317286ec63752a99bc/kecamatan-kutorejo-dalam-angka-2024.html>.

Peneliti memilih SMA Negeri 1 Kutorejo yang terletak di Kecamatan Kutorejo Kabupaten Mojokerto sebagai lokasi penelitian karena SMA Negeri 1 Kutorejo merupakan satu-satunya SMA Negeri yang ada di Kecamatan Kutorejo dan memiliki jumlah guru yang lebih banyak dibandingkan dengan SMA lainnya, sehingga cocok untuk penelitian kuantitatif yang membutuhkan 30 subjek atau lebih<sup>16</sup>. Selain itu, sebagian besar guru di SMA Negeri 1 Kutorejo berjenis kelamin perempuan dan banyak yang sudah menikah, hal ini sesuai dengan karakteristik sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini. Berikut adalah tabel jumlah guru SMA/Sederajat di Kecamatan Kutorejo<sup>17</sup>:

*Tabel 1. 1 SMA/Sederajat Kecamatan Kutorejo*

No	Nama SMA/Sederajat Kecamatan Kutorejo	Jumlah Guru
1	SMAN 1 Kutorejo	79
2	SMAS Unggulan Al Hidayah	11
3	SMKS Muhammadiyah 2 Kutorejo	11
4	SMKS Pemuda Kutorejo	6

Dalam upaya memahami apakah guru di SMA Negeri 1 Kutorejo mengalami konflik peran ganda, peneliti melakukan wawancara langsung dengan beberapa guru perempuan yang bekerja di sekolah tersebut. Subjek RK, menjelaskan bahwa.”<sup>18</sup> Adanya tekanan dan kelelahan karena tanggung jawab ganda. “Tekanan karena pekerjaan ada mbak, ya capek juga apalagi kalau pulang kerja rumah berantakan, terus kalau ada tugas laporan atau tugas diluar mengajar. Mempengaruhi banget mbak.”

<sup>16</sup> Sugiyono, *Buku Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi R&D Dan Penelitian Pendidikan*, Penerbit Alfabeta Bandung, 2021.

<sup>17</sup> Dapodik, “*Data Pokok Pendidikan*,” Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2020).

<sup>18</sup> Subjek RK, Wawancara Secara Langsung, 30 Oktober 2024.

Subjek juga menjelaskan bahwa waktunya dengan anak-anak sangat terbatas. “Saya ya malamnya harus ngerjain tugas juga di rumah” Beliau juga merasakan perbedaan dengan guru yang belum menikah. “Capek mbak, enggak punya waktu untuk diri sendiri untuk keluarga juga sulit, karena kan pasti beda ya dengan guru lain yang belum menikah dan belum punya anak, kalau saya kan kerjanya double pulang kerja ya harus kerja lagi di rumah.”<sup>19</sup>

Subjek JN, beliau mengatakan, Subjek mengungkapkan keterbatasan waktu untuk keluarga, terutama karena anak-anak masih kecil dan membutuhkan perhatian, “Anak-anak masih kecil-kecil, paling kecil usianya baru 10 bulan, kakak-kakaknya juga masih paud dan TK. Saya enggak bisa jemput mereka, perkembangannya anak-anak juga banyak hal yang terlewat mbak karena saya bekerja.”. “Di rumah juga saya masih harus mengerjakan tugas dari sekolah mbak, buat materi mengajar sama memeriksa tugas murid-murid”<sup>20</sup>.

Tekanan dari tuntutan pekerjaan dan kebutuhan ekonomi, “Saya memang harus bekerja mbak, karena tuntutan ekonomi mbak dan masa depan anak-anak.” Dibarengi dengan adanya masalah pribadi dengan suami yang memperburuk stres emosional, “Suami enggak menyetujui dan ya akhirnya ada permasalahan sama suami dan pisah rumah.”<sup>21</sup>.

Subjek ED, menjelaskan<sup>22</sup>, “pekerjaan banyak mbak, apalagi kalau lembur ngerjain ndadak mepet deadline juga”. Lembur membuat subjek tidak memiliki cukup waktu untuk beristirahat dan berinteraksi dengan keluarga. Pekerjaan yang banyak membuat subjek cepat emosi “pulang pengen istirahat tapi sampai rumah

---

<sup>19</sup> Ibid.

<sup>20</sup> Subjek JN, Wawancara Secara Langsung, 30 Oktober 2024.

<sup>21</sup> Ibid.

<sup>22</sup> Subjek ED, Wawancara Secara Langsung, 30 Oktober 2024.

harus ngerjain pekerjaan rumah, kalau udah capek jadi cepet emosi mbk di rumah”. Selain itu stres dan kelelahan yang dialami di rumah berdampak pada perilakunya sebagai guru di kelas. “di kelas juga mempengaruhi mbk, murid-murid Cuma saya kasih tugas aja kalau gk saya suruh nulis dari buku”

Secara keseluruhan, ketiga subjek menunjukkan pengalaman konflik peran ganda yang beragam namun saling berkaitan, mereka semua merasakan tekanan dan kesulitan dalam menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dengan tanggung jawab sebagai anggota keluarga. Stres dan kelelahan dari pekerjaan yang mempengaruhi interaksi di rumah, keterbatasan waktu untuk keluarga dan diri sendiri dan dampak dari stres pekerjaan pada perilaku di rumah dan di kelas.

Setiap perempuan memiliki kebebasan menentukan pilihannya, apakah melanjutkan pekerjaannya di luar rumah atau memulai pekerjaan baru di rumah. Bagi mereka yang memutuskan untuk tetap bekerja, mereka harus memiliki alasan yang kuat untuk mengambil keputusan tersebut<sup>23</sup>. Seperti keyakinan bahwa mereka mampu membagi waktu dengan baik antara pekerjaan dengan kehidupan rumah tangga, tidak banyak mengeluhkan beban pekerjaan, serta kebutuhan hidup yang semakin besar.

Konflik peran ganda sendiri terjadi ketika individu memiliki beberapa peran yang menuntut perhatian, waktu dan energi secara bersamaan, dalam hal ini jika kesejahteraan psikologis yang baik akan membantu individu mengelola tuntutan tersebut dengan lebih efektif, sedangkan jika kesejahteraan psikologis buruk atau rendah dapat meningkatkan risiko terjadinya konflik peran ganda. Tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi memungkinkan individu mencapai

---

<sup>23</sup> Irni Fatma Satyawati, Asri Rakhmawati, *Keseimbangan Hidup Perempuan* (Yogyakarta: Stiletto Book, 2012).

keseimbangan antara kehidupan dan pekerjaan, sehingga mengurangi terjadinya konflik peran ganda.

Berdasarkan hasil wawancara dengan ketiga subjek, subjek RK tidak punya waktu untuk diri sendiri hal ini menunjukkan rasa frustrasi, subjek JN merasa bersalah dan stres karena tidak bisa memenuhi kebutuhan emosional anak-anaknya, serta subjek ED yang merasa cepat emosi dan dampaknya terhadap interaksi di rumah maupun kinerja di kelas. Subjek merasa tidak mampu menjalankan perannya dengan baik sering kali kehilangan kepuasan hidup. Kondisi ini berdampak pada perilaku sehari-hari, seperti emosi yang tidak stabil atau produktivitas yang menurun.

Dari data wawancara ada keterkaitan yang jelas antaranya turunnya kesejahteraan psikologis dengan munculnya atau meningkatnya konflik peran ganda. Para subjek mengungkapkan adanya tekanan, kelelahan, keterbatasan waktu untuk diri sendiri dan keluarga, serta gangguan dalam hubungan interpersonal, seperti konflik dengan pasangan. Kondisi ini mencerminkan menurunnya aspek-aspek kesejahteraan psikologis seperti penguasaan lingkungan, hubungan positif dengan orang lain, dan keseimbangan emosional. Ketidakmampuan dalam mengelola tuntutan peran di rumah dan di tempat kerja menyebabkan mereka kesulitan menjalankan kedua peran secara optimal, sehingga konflik peran ganda pun meningkat. Hal ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis yang rendah dapat memperparah beban peran ganda pada guru.

Selain itu, beberapa penelitian juga menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis salah satu faktor yang mempengaruhi. Salah satunya adalah penelitian

yang dilakukan oleh Defi Indriani<sup>24</sup>, yang menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis salah satu faktor yang mempengaruhi konflik peran ganda. Perempuan yang bekerja akan meningkatkan kemandirian, kepercayaan diri, dan kepuasan hidup yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dirinya. Hal tersebut terjadi ketika ada konflik dalam bekerja, jika terjadi konflik dalam pekerjaan maka tidak ada kemandirian, kepercayaan diri bahkan kepuasan yang menunjang kesejahteraan seseorang. Jadi kesejahteraan psikologis adalah salah satu faktor yang mempengaruhi konflik peran ganda.

Penelitian oleh Indria Hapsari menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis dapat diartikan sebagai rasa bahagia, Bradburn menyatakan bahwa *happiness* merupakan hasil dari kesejahteraan psikologis dan merupakan tujuan tertinggi yang ingin dicapai oleh setiap individu<sup>25</sup>. Penelitian Hapsari menyimpulkan terdapat hubungan negatif antara konflik peran ganda dan kesejahteraan psikologis. Penelitian oleh Defi dan Inhasuti juga menyimpulkan terdapat hubungan negatif antara konflik peran ganda dengan kesejahteraan psikologis<sup>26</sup>.

Penelitian oleh Danang menjelaskan bahwa individu yang memiliki dua peran jika tidak dapat diseimbangkan dengan baik maka akan menimbulkan tekanan psikologis<sup>27</sup>. Kesejahteraan psikologis yang dirasakan oleh individu dapat mengurangi konflik peran ganda yang dirasakan, karena kesejahteraan psikologis

---

<sup>24</sup> Defi Indriani, Inhasuti Sugiasih, "Dukungan Sosial Dan Konflik Peran Ganda Terhadap Kesejahteraan Psikologis Karyawan PT. SC Enterprises Semarang," *Jurnal Psikologi Proyeksi* 11, no. 1 (2016): 46–54.

<sup>25</sup> Indria Hapsari, "Konflik Peran Ganda Dan Kesejahteraan Psikologis Pekerja Yang Menjalani Work From Home Pasca Pandemi Covid-19," *Jurnal Psikologi* 13, no. 1 (2020): 37–45.

<sup>26</sup> Indriani and Sugiasih, "Dukungan Sosial Dan Konflik Peran Ganda Terhadap Kesejahteraan Psikologis Karyawan PT. SC Enterprises Semarang."

<sup>27</sup> Anwar, Fauziah, "Hubungan Antara Kesejahteraan Psikologis Dengan Konflik Peran Ganda Pada Wanita Yang Bekerja Sebagai Polisi Di Polrestabes Semarang."

memainkan peranan penting pada proses konflik peran yang dirasakan dalam pekerjaan baik di luar rumah sebagai perempuan karir maupun dalam rumah sebagai istri atau ibu. Stres yang dialami oleh pekerja lama kelamaan akan mempengaruhi kondisi psikologis pekerja. Kesejahteraan psikologis merupakan sesuatu yang penting dan harus dimiliki oleh setiap individu. Demikian pula dengan Ibu pekerja diharapkan bisa mencapai kondisi sejahtera secara psikologis. Namun demikian, kenyataannya kesejahteraan psikologis bukan sesuatu yang bisa dicapai dengan mudah. Berdasarkan hasil wawancara serta beberapa penelitian tersebut menjadikan alasan peneliti mengambil kesejahteraan psikologis sebagai variabel bebas yang mempengaruhi variabel terikat yaitu konflik peran ganda.

Kesejahteraan psikologis mengacu pada kondisi psikologis dan emosional yang menguntungkan bagi seseorang. Ini juga merupakan aspek internal dari kemampuan individu untuk menjalani kehidupan yang memuaskan, termasuk kemampuan untuk membentuk dan menjaga hubungan yang baik, belajar, bekerja/mengejar minat, menikmati waktu luang dengan kegiatan menyenangkan dan membuat keputusan sehari-hari tentang pendidikan, pekerjaan, atau hal penting lainnya. Ini melibatkan perasaan kebahagiaan, kepuasan hidup, emosi positif, serta pemahaman diri yang sehat. Kebahagiaan adalah optimum *well-being* atau kesejahteraan psikologis yang paling tinggi. Kesejahteraan psikologis merupakan konsep yang kompleks dan mencakup beberapa komponen. Menurut Carol Ryff dan Corey Keyes<sup>28</sup> mengembangkan Model Kesejahteraan Psikologis yang mencakup enam dimensi kesejahteraan psikologis: *autonomy* (kemandirian),

---

<sup>28</sup> Carol D. Ryff and Corey Lee M. Keyes, "The Structure of Psychological Well-Being Revisited," *Journal of Personality and Social Psychology* (1995).

lingkungan positif, pertumbuhan pribadi, tujuan hidup, penguasaan, dan hubungan positif dengan orang lain.

Sejalan dengan definisi sebelumnya, kesejahteraan psikologis guru merupakan aspek penting yang memengaruhi kualitas pengajaran dan kepuasan kerja mereka. Namun, perempuan yang berprofesi sebagai guru sering kali menghadapi konflik peran ganda karena harus membagi waktu dan energi antara pekerjaan dan keluarga. Menjadi seorang ibu sekaligus tenaga didik adalah tanggung jawab yang melelahkan, terutama saat guru dituntut menyelesaikan tugas tambahan seperti rapat, pelatihan, atau akreditasi yang menyita waktu dan tenaga.

Berdasarkan uraian sebelumnya, jelas bahwa perempuan khususnya guru, sering kali mengalami konflik peran ganda karena harus membagi waktu dan energi antara pekerjaan dan keluarga. Konflik ini, jika tidak dikelola dengan baik, dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Sebaliknya, kesejahteraan psikologis yang baik memungkinkan individu untuk lebih efektif menyeimbangkan berbagai tuntutan peran. Beban kerja yang berat, tanggung jawab rumah tangga, serta tekanan pribadi menjadi faktor utama yang dapat memperburuk konflik peran ganda. Mengingat pentingnya kesejahteraan psikologis bagi kehidupan pribadi dan profesional seorang guru, serta dampaknya pada kinerja mereka di sekolah, memahami pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap konflik peran ganda menjadi hal yang penting untuk diteliti. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap konflik peran ganda pada guru perempuan SMA Negeri 1 Kutorejo, Kabupaten

Mojokerto, guna mengetahui adakah pengaruh yang signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda pada guru.

#### **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana tingkat Kesejahteraan Psikologis guru perempuan SMA Negeri 1 Kutorejo, Kabupaten Mojokerto?
2. Bagaimana tingkat Konflik Peran Ganda guru perempuan SMA Negeri 1 Kutorejo, Kabupaten Mojokerto?
3. Bagaimana pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap konflik peran ganda pada guru perempuan SMA Negeri 1 Kutorejo, Kabupaten Mojokerto?

#### **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui tingkat Kesejahteraan Psikologis guru perempuan SMA Negeri 1 Kutorejo, Kabupaten Mojokerto
2. Untuk mengetahui tingkat Konflik Peran Ganda guru perempuan SMA Negeri 1 Kutorejo, Kabupaten Mojokerto
3. Untuk mengetahui pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap konflik peran ganda pada guru perempuan SMA Negeri 1 Kutorejo, Kabupaten Mojokerto

#### **D. Manfaat penelitian**

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan menambah khasanah keilmuan khususnya pada bidang Psikologi Pendidikan, dan memberi informasi empiris tentang kesejahteraan psikologis dalam menghadapi konflik peran ganda pada profesi guru

2. Manfaat secara praktis

- a. Bagi Guru

Meningkatkan kesadaran guru mengenai pentingnya kesejahteraan psikologis dan dampak konflik peran ganda. Dan memberikan rekomendasi strategi untuk mengelola konflik peran ganda dan meningkatkan psikologis mereka.

b. Bagi Masyarakat

Meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai tantangan yang dihadapi oleh guru dalam menyeimbangkan peran professional dan keluarga, serta mendorong masyarakat untuk memberikan dukungan sosial yang lebih baik kepada para guru

c. Bagi Keluarga

Meningkatkan pemahaman keluarga mengenai tekanan yang dihadapi sehingga dapat memberikan dukungan emosional yang lebih baik, dan membantu keluarga dalam menciptakan lingkungan yang mendukung keseimbangan antara peran kerja dan peran keluarga.

d. Bagi Peneliti selanjutnya

Menyediakan data dan temuan yang dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya, dan penelitian ini dapat digunakan sebagai perbandingan bagi penelitian selanjutnya.

## **E. Penelitian Terdahulu**

Telah pustaka yang digunakan terdiri dari beberapa penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya, yang mana memiliki korelasi dengan topik pembahasan dalam penelitian ini

1. Penelitian yang dilakukan oleh Danang Pramudito Anwar dan Nailul Fauziah pada tahun 2019 yang berjudul “Hubungan Antara Kesejahteraan Psikologis

Dengan Konflik Peran Ganda Pada Wanita Yang Bekerja Sebagai Polisi Di Polrestabes Semarang”. Pada penelitian tersebut mempunyai fokus untuk mengetahui hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda pada wanita yang bekerja sebagai polisi di Polrestabes Semarang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Hasil penelitian ini adalah diketahui hasil analisis regresi sederhana menunjukkan adanya hubungan negative signifikan antara kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda ( $r_{xy} = -0,67$ ;  $p = 0,000$ ). Hasil analisis menunjukkan bahwa semakin tinggi kesejahteraan psikologis maka konflik peran ganda yang dialami rendah. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah kesejahteraan psikologis maka konflik peran ganda yang dialami tinggi<sup>29</sup>. Persamaan penelitian ini adalah menggunakan variabel yang sama variabel x kesejahteraan psikologis dan variabel y konflik peran ganda, menyebutkan atau mencantumkan lokasi penelitian pada judul. Sedangkan perbedaannya yaitu subjek yang digunakan adalah pada wanita yang bekerja sebagai polisi, serta lokasi yang berbeda penelitian ini berlokasi di polrestabes Semarang. Metode Sampling berbeda penelitian ini menggunakan teknik cluster sampling.

2. Penelitian ini dilakukan oleh Nisrina Sausan, Diana Imawati, dan Silvia Eka Mariskha pada tahun 2023 yang berjudul “Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Konflik Peran Ganda (Work Family Conflict) Pada Perawat Wanita Di Rsud Aji Muhamad Parikesit Tenggarong”. Pada penelitian tersebut mempunyai fokus untuk mengetahui pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap konflik

---

<sup>29</sup> Danang Pramudito Anwar, Nailul Fauziah, “Hubungan Antara Kesejahteraan Psikologis Dengan Konflik Peran Ganda Pada Wanita Yang Bekerja Sebagai Polisi Di Polrestabes Semarang,” *Jurnal Empati* 8, no. 1 (2019): 105–110.”

peran ganda pada perawat wanita di RSUD Aji Muhammad Parikesit Tenggarong. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua variabel, yaitu konflik peran ganda dan kesejahteraan psikologis, memiliki kontribusi normal berdasarkan uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov Test dengan nilai signifikansi  $p = 0,306$ . Selain itu, uji linearitas menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan linear dengan nilai signifikansi  $p = 0,256$ . Analisa regresi sederhana menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara Kesejahteraan Psikologis dan Konflik Peran Ganda, dengan koefisien korelasi  $R = 0,355$  dan koefisien determinasi  $R^2 = 0,126$ , yang menyiratkan bahwa 12,6% variasi dalam konflik peran ganda dapat dijelaskan oleh variasi dalam kesejahteraan psikologis. Nilai signifikansi untuk pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap konflik peran ganda adalah  $p = 0,003$ , yang lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$ , dengan koefisien regresi sebesar  $-0,357$ . Hal ini mengindikasikan bahwa setiap peningkatan 1% dalam tingkat kesejahteraan psikologis akan menyebabkan penurunan konflik peran ganda sebesar  $-0,357$ . Oleh karena itu, hipotesis diterima bahwa terdapat pengaruh negatif dari kesejahteraan psikologis terhadap konflik peran ganda pada perawat di RSUD Aji Muhammad Parikesit Tenggarong<sup>30</sup>. Persamaan penelitian ini adalah keduanya sama-sama menggunakan variabel kesejahteraan psikologis dan konflik peran ganda serta keduanya menyantumkan subjek serta lokasi penelitian dalam judul. Perbedaan dari kedua penelitian ini adalah penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kedua variabel sedangkan penelitian penulis bertujuan

---

<sup>30</sup> N Sausan, D Imawati, dan S E Mariskha, "Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Konflik Peran Ganda (Work Family Conflict) Pada Perawat Wanita Di Rsud Aji ...," *Motivasi* (2023): 47–52, <http://ejurnal.untag-smd.ac.id/index.php/MTV/article/view/7259>.

untuk mengetahui hubungan kedua variabel, perbedaan kedua adalah subjek yang diteliti berbeda penelitian ini meneliti pada perawat wanita sedangkan penelitian penulis meneliti pada guru SMA, perbedaan lainnya adalah lokasi atau tempat penelitian. Teknik sampling yang digunakan berbeda penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Nuriya Ayu Safitri dan Bowo Santoso pada tahun 2022 yang berjudul “Pengaruh Kesejahteraan Psikologis, Lingkungan Kerja Fisik, dan Disiplin Kerja terhadap Kepuasan Kerja Guru Tidak Tetap di SMK Negeri 1 Nganjuk”. Pada penelitian tersebut mempunyai fokus untuk menganalisis pengaruh kesejahteraan psikologis, lingkungan kerja fisik dan disiplin kerja terhadap kepuasan kerja guru tidak tetap (GTT) di SMK Negeri 1 Nganjuk. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Atas dasar hasil analisis, memperjelas bahwa kesejahteraan psikologis berpengaruh terhadap kepuasan kerja GTT di SMK Negeri 1 Nganjuk secara positif dan signifikan, lingkungan kerja fisik berpengaruh terhadap kepuasan kerja GTT di SMK Negeri 1 Nganjuk secara positif dan signifikan, serta disiplin kerja berpengaruh terhadap kepuasan kerja GTT di SMK Negeri 1 Nganjuk secara positif dan signifikan<sup>31</sup>. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan kesejahteraan psikologis sebagai variabel X, metode penelitian sama yaitu kuantitatif dan subjek sama yaitu guru. Sedangkan perbedaannya adalah variabel y nya menggunakan kepuasan kerja serta ada variabel X2 dan X3, kriteria subjek berbeda penelitian ini menggunakan kriteria guru tidak tetap. Memakai jenis penelitian asosiatif untuk mencari tahu

---

<sup>31</sup> Nuriya Ayu Safitri and Bowo Santoso, “Pengaruh Kesejahteraan Psikologis, Lingkungan Kerja Fisik, Dan Disiplin Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Guru Tidak Tetap Di SMK Negeri 1 Nganjuk,” *Jurnal E-Bis* 6, no. 2 (2022): 595–605.

ada atau tidaknya hubungan antar dua konstruk atau lebih. Metode sampling jenuh. Serta teknik analisis yang berbeda penelitian ini menggunakan teknik analisis Partial Least Square (PLS).

4. Penelitian yang dilakukan oleh Dewani Yustika Dakholatul Jannah, Arni Nur Rahmawati, Noor Rochmah Ida Ayu Trisno Putri, dan Fetri Kumala Dewi pada tahun 2021 yang berjudul “Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir selama masa Pandemi Covid”. Pada penelitian tersebut mempunyai fokus untuk mengidentifikasi korelasi kesejahteraan psikologis dengan stres pada mahasiswa tingkat akhir. Metode penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif yang menggunakan *desain cross sectional*. Hasil penelitian dapat diketahui adanya hubungan rendah pada kesejahteraan psikologis dengan stres mahasiswa tingkat akhir dengan arah hubungan negatif (nilai  $r=-0.25$ ;  $p=0,047$ ). Hal ini sesuai dengan penelitian Smith & Yang (2017) terhadap 1.538 mahasiswa keperawatan. Hasil yang didapatkan memiliki skor rata-rata untuk stres ( $p<0,01$ ). Hasil penelitian didapati hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan stres pada mahasiswa tingkat akhir selama masa pandemi covid yang arah hubungannya negatif<sup>32</sup>. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan variabel kesejahteraan psikologis sebagai variabel y, menggunakan metode penelitian yang sama dan skala kesejahteraan psikologis yang sama yaitu Ryff. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian ini menggunakan pendekatan cross-sectional, lokasi dan subjek yang berbeda, dan penelitian ini menggunakan teknik simple random sampling.

---

<sup>32</sup> Dewani Yustika et al., “Hubungan Kesejahteraan Psikologis Dengan Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Selama Masa Pandemi Covid,” *Health Information : Jurnal Penelitian* 13, no. 2 (2021): 105–113.

5. Penelitian ini dilakukan oleh Rima Mudhiah Putri Aiman dan Debora Basaria pada tahun 2024 yang berjudul “Studi Fenomologi: Kesejahteraan Psikologis pada Wanita Bekerja yang Mempunyai Anak Usia 0-6 tahun.” Penelitian ini bertujuan agar menjabarkan model *psychological well-being* pada wanita bekerja yang mengalami konflik peran ganda. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Hasil penelitian ini adalah diketahui bahwa pada dimensi *Psychological well-based*, 3 dimensi telah dipenuhi oleh keempat partisipan adalah *Purpose in Life*, *Environmental Mastery*, dan *Positive Relations with Others*. Akan tetapi, selain ketiga dimensi tersebut terdapat beberapa partisipan yang belum menggambarkan dimensi seperti pada *Self Acceptance*, dan *Personal Growth*. Selain itu, pada dimensi *Autonomy*, Partisipan belum memenuhi gambaran tersebut. Kemudian pada dimensi *Work family Conflict*, dimensi yang ada telah dipenuhi dengan baik.<sup>33</sup> Persamaan pada kedua penelitian ini adalah sama-sama menggunakan variabel kesejahteraan psikologis dan menggunakan subjek yang bekerja dan berkeluarga. Perbedaan dari kedua penelitian ini adalah penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan analisis data fenomenologi sedangkan penelitian penulis menggunakan metode kuantitatif, subjek lebih rinci atau jelas yaitu pada wanita bekerja dan yang mempunyai anak usia 0-6 tahun.

---

<sup>33</sup> Rima Mudhiah Putri Aiman and Debora Basaria, “Studi Fenomologi: Kesejahteraan Psikologis Pada Wanita Bekerja Yang Mempunyai Anak Usia 0-6 Tahun.,” *Jurnal Islamika Granada* 4, no. 2 (2024): 36–43.