

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Di dalam dunia pekerjaan saat ini tidak hanya didominasi oleh kalangan laki-laki saja. Wanita pun memiliki kesempatan yang sama untuk mereka berkarir di sektor publik ini. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) telah mencatat bahwa persentase tenaga kerja formal untuk wanita mengalami peningkatan tiap tahunnya yaitu pada tahun 2022 tercatat sebanyak 35,57% dan pada tahun 2023 tercatat sebanyak 35,75% pekerja wanita di Indonesia (BPS, 2024). Pergeseran peran ini bukan berarti sosok wanita dapat lepas tanggung jawabnya sebagai seorang ibu bagi anak-anaknya, akan tetapi bertujuan untuk membantu finansial di keluarganya. Ibu yang bekerja juga merasa dapat lebih mudah dalam pemenuhan kebutuhan anaknya baik secara nutrisi, pendidikan, dan juga terapi (McIntosh & Bauer, 2006).

Fitriyani dkk. (2016) menyatakan bahwa seorang ibu yang bekerja mengalami kesulitan dalam membagi waktu untuk terlibat secara penuh dalam pengasuhan. Hal ini disebabkan, karena waktu yang diberikan ibu dalam pengasuhan kepada anaknya cenderung terbatas. Akibat keterbatasan waktu yang dimiliki oleh ibu tentunya akan mempengaruhi kualitas dari pengasuhan itu sendiri (Chi & Xiao Xu, 2018). Wardiyah dkk. (2023) juga menyatakan bahwa ibu yang bekerja di luar rumah akan berpeluang lebih kecil untuk memiliki waktu berkualitas dengan anaknya. Situasi ini terjadi karena ibu

banyak menghabiskan waktu di luar rumah dan melanjutkan pekerjaan rumah setelah pulang bekerja. Akibatnya, kelelahan yang dialami oleh ibu bekerja dapat mengurangi energi dan waktu bermain atau berinteraksi dengan anak-anaknya (Wardiyah dkk., 2023). Jika kondisi ini terus berlanjut, hal ini akan berdampak negatif pada perkembangan anak, terutama pada aspek kognitif, emosional (Apsaryanthi & Lestari, 2017), serta meningkatkan risiko munculnya permasalahan perilaku pada anak (Dejong, 2010).

Selain keterbatasan waktu, ibu bekerja juga mengalami tekanan yang berasal dari pekerjaan sehingga seringkali ibu merasakan tingkat stres yang tinggi (Moreira dkk., 2019). Costigan dkk. (2003) juga menyatakan bahwa ibu yang mengalami tekanan pada pekerjaannya telah dikaitkan dengan interaksi negatif pada orang tua dengan anak. Ibu akan menunjukkan perilaku yang kurang sensitif (Costigan dkk., 2003), kasar, kurang hangat, minim responsif (Greenberger dkk., 1994), keterlibatan emosional yang lebih rendah (Repetti & Wood, 1997), kelelahan, dan konsentrasi menurun yang mampu berdampak pada sulitnya memberikan perhatian penuh pada anak-anak mereka dan mampu mengganggu ibu untuk bertanggung jawab pada pengasuhan anak (Nurinayah & Rinaldi, 2023). Terlebih lagi pada ibu bekerja yang memiliki anak dengan *neurodevelopmental disorders*.

Neurodevelopmental disorders merupakan suatu kondisi yang muncul pada periode perkembangan dengan ditandai adanya defisit pada otak sehingga menyebabkan berbagai gangguan seperti fungsi pribadi, sosial, akademis, dan

juga pekerjaan (DSM-V-TR, 2022). Mullin dkk. (2013) juga menyatakan bahwa *neurodevelopmental disorders* (NDD) merupakan suatu kondisi yang ditandai adanya gangguan pada kognisi, komunikasi, perilaku dan/atau keterampilan motorik yang disebabkan karena perkembangan otak yang tidak normal. *Neurodevelopmental disorders* juga disebabkan oleh genetik, faktor orang tua (seperti, usia dan kesehatan ibu), infeksi, peradangan, toksin, trauma, dan berbagai penyebab lainnya (Bardoloi, 2021).

Adapun klasifikasi anak-anak dengan *neurodevelopmental disorders* yaitu *intellectual disability*, *global developmental delay*, *communication disorders*, *autism spectrum disorder*, ADHD, *specific learning disorder*, dan *motor disorders* (DSM-V-TR, 2022) Akibat perkembangan otak yang tidak normal, anak *neurodevelopmental disorders* seringkali mengalami hambatan dalam memahami dan mengikuti suatu instruksi sederhana (Pabrualinan dkk., 2024). Mereka juga sering dilaporkan mengalami keterlambatan dalam komunikasi baik secara verbal atau non verbal (Jansen dkk., 2020; McGregor, 2020). Ditambah lagi, anak-anak dengan *neurodevelopmental disorders* akan mengalami kesulitan dalam memahami aturan sosial dan membentuk hubungan interpersonal (Scandurra dkk., 2019). Mereka akan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial, berinteraksi, atau kesulitan dalam memahami ekspresi emosi orang lain (Blanco-Martínez dkk., 2020). Oleh karena itu, ibu memerlukan usaha yang lebih ekstra untuk membangun keterampilan sosial pada anak-anak dengan *neurodevelopmental disorders*.

Dengan berbagai kondisi yang ada pada anak *neurodevelopmental disorders*, hal ini menimbulkan adanya tuntutan secara konstan baik waktu, energi, dan sumber daya secara signifikan yang dialami oleh ibu untuk mengasuh anak *neurodevelopmental disorders* (Hassan & Mady, 2024). Pada kalangan ibu bekerja yang memiliki anak *neurodevelopmental disorders*, mereka mengalami kelelahan secara emosional, sinisme, dan berkurangnya pencapaian pribadi (Pakenham dkk., 2012). Hal ini disebabkan karena banyaknya peran yang mereka mainkan (Greaves dkk., 2017). Belum lagi, ibu dengan anak *neurodevelopmental disorders* biasanya mengalami kewalahan dalam memahami atau menangani perilaku pada anak (Tönis dkk., 2024). Kondisi ini mampu menurunkan kesadaran ibu dan atensinya ketika proses pengasuhan pada anak dengan *neurodevelopmental disorders* (Rojas-Torres dkk., 2023). Akibatnya, ketika anak dengan *neurodevelopmental disorders* melakukan suatu kesalahan, ibu cenderung menjadi tidak terkendali dan akan memberikan respon negatif tanpa adanya proses pemahaman atas penyebab di balik perilaku pada anak (Ridderinkhof dkk., 2018).

Selain itu, ibu kerap mengalami kecemasan mengenai masa depan anak-anak mereka, kualitas hidup, dan kemampuan anak dalam kehidupan sehari-harinya (Alsaad dkk., 2023). Ibu akan cenderung merasa bersalah akibat kondisi yang dialami oleh anak mereka (Dewi & Widiasavitri, 2019), mendapatkan penolakan dari anggota keluarga, dan adanya stigma negatif dari masyarakat yang mampu berpotensi menghambat untuk ibu mencari bantuan

profesional (Neff & Faso, 2015). Hal ini membuat ibu merasa kesulitan untuk fokus terhadap keberadaan anak, kondisi anak saat ini, dan menjalankan proses pengasuhan tanpa adanya penilaian negatif. Proses pengasuhan ini akan menghambat perkembangan pada anak *neurodevelopmental disorders*, dimana orang tua tidak dapat memberikan perhatian terhadap kebutuhan dan perasaan anak secara penuh akibat terjebaknya pada pikiran atau kecemasan yang dirasakan oleh orang tua (Ni'matuzahroh & Ummah, 2023). Apabila pengasuhan ini terjadi, hal ini menandakan bahwa orang tua khususnya ibu belum dapat mengimplementasikan *mindfulness parenting*.

Mindfulness parenting merupakan pengasuhan dimana orang tua memberikan secara penuh perhatiannya pada anak, memperhatikan apa saja yang dialami oleh anak, dan tetap menjaga intensitas terhadap hubungan antar orang tua dengan anak tanpa adanya penghakiman ketika proses pengasuhan berlangsung (McCaffrey dkk., 2017). Duncan dkk. (2009) juga menyatakan bahwa dengan pengasuhan ini akan melibatkan fokus terhadap eksistensi anak, intensitas hubungan antar orang tua dan anak, kesadaran penuh atas kondisi anak, serta menjalankan proses pengasuhan tanpa adanya penghakiman pada anak. Adapun dua dimensi yang ada pada *mindfulness parenting* yaitu *mindful discipline* dan *being in the moment with child* (McCaffrey, 2015). *Mindful discipline*, orang tua akan berusaha untuk melakukan jenis pengasuhan yang tidak reaktif. Selanjutnya, dimensi *being in the moment with child*, dimana pada

dimensi ini membahas terkait orang tua yang mampu memberikan perhatiannya secara penuh ketika terjadinya interaksi pada anak.

Dengan adanya pengasuhan ini akan sangat membantu proses pengasuhan pada ibu bekerja, ibu akan dapat mengelola emosinya secara efektif dan merespon berbagai keadaan dengan tenang (Bögels dkk, 2010). Hal ini juga didukung pada penelitian yang dilakukan oleh Bögels dan Restifo (2014) dimana ibu akan menjadi lebih tenang saat menghadapi berbagai kondisi anak khususnya pada anak *neurodevelopmental disorders* (Bögels & Restifo, 2014). Pengasuhan ini juga mampu mengembangkan berbagai perilaku positif pada anak dengan *neurodevelopmental disorders* (Hidayati dkk., 2019). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Cowling dan Van Gordon (2022) dimana didapatkan bahwa melalui *mindfulness parenting* mampu meningkatkan kepatuhan pada anak *neurodevelopmental disorders*. Sebaliknya, apabila ibu tidak mampu memberikan perhatian penuh dan cenderung negatif terhadap gejala-gejala pada anak *neurodevelopmental disorders*, ibu akan cenderung bereaksi secara impulsif dan terciptanya interaksi negatif antar ibu dan anak (Behbahani dkk., 2018).

Selain itu, pengasuhan ini juga menuntut ibu untuk menerima secara sepenuhnya dan merespon berbagai kejadian secara sadar tanpa adanya penghakiman ataupun evaluasi perasaan atas situasi yang ibu hadapi atau kondisi yang terjadi pada anak (Nurinayah & Rinaldi, 2023). Pengasuhan ini juga akan mengajarkan pada ibu untuk menerima berbagai ketidaksempurnaan

dan mengurangi tekanan untuk mencapai kesempurnaan (Bögels & Restifo, 2014). Sehingga, hal ini dapat mengurangi kecemasan ibu yang berasal dari harapan yang tinggi dan tidak realistis (Nurinayah & Rinaldi, 2023).

Namun pada pelaksanaannya, ibu dengan anak *neurodevelopmental disorders* harus secara rutin mendampingi anak mereka untuk terapi, bahkan sebagian besar waktu mereka dihabiskan untuk merawat dan mengasuh anak-anak mereka yang memiliki riwayat anak berkebutuhan khusus (Anggreni & Valentina, 2015). Di samping itu, ibu yang bekerja juga harus memenuhi tuntutan mereka berupa komitmen dan dedikasi tinggi yang harus diberikan seperti waktu yang tidak cukup fleksibel kepada pekerjaan mereka. Akibatnya, kondisi ini menjadi tantangan tersendiri bagi ibu pekerja dengan anak *neurodevelopmental disorders* karena mereka harus mendedikasikan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk bekerja, mengurus anak, dan kehidupan keluarga (Zahra & Hendriani, 2023). Apabila kedua tuntutan ini saling bertentangan, hal ini mampu berpeluang dalam menyebabkan terjadinya konflik antara pekerjaan dengan keluarga atau disebut dengan *work-family conflict* (Moreira dkk., 2019).

Work-family conflict menurut Greenhaus dan Beutell (1985) adalah suatu konflik antar peran dimana individu akan mengalami tekanan akibat peran pekerjaan dan keluarga yang tidak selaras antar satu sama lainnya, hal ini akibat partisipasi pada salah satu peran cukup sulit yang disebabkan adanya tuntutan untuk berkontribusi di peran lainnya. *Work-family conflict* ini

mengkonseptualisasikan tanggung jawab yang saling bersaing antara tuntutan pekerjaan dan keluarga (Greenhaus & Parasuraman, 2002). Konflik ini dapat terjadi akibat adanya tekanan yang dirasakan oleh orang tua terhadap pekerjaan mereka (misalnya, komitmen dan dedikasi yang lebih besar, jadwal kerja yang tidak fleksibel, dan beban kerja yang berlebihan) sehingga terciptanya konflik antara pekerjaan dan keluarga yang berdampak pada kesejahteraan orang tua dan perilaku mereka sebagai orang tua (Costigan dkk., 2003).

Menurut Greenhaus dan Beutell (1985) *work-family conflict* dibagi menjadi 3 bentuk, yaitu *time based conflict*, konflik ini terjadi akibat waktu yang diperlukan seseorang dalam menjalankan salah satu peran akan mengurangi waktu dalam pelaksanaan peran lainnya. Bentuk pada konflik ini berupa jumlah jam kerja, lembur, jadwal *shift* yang tidak beraturan, dan lainnya; *strain based conflict*, konflik ini terjadi akibat salah satu peran mampu mempengaruhi kinerja di peran lainnya. Gejala pada konflik ini berupa ketegangan, kelelahan, perasaan cemas, dan lainnya; *behavior based conflict*, konflik ini terjadi akibat adanya pola perilaku yang berkemungkinan terjadinya ketidakcocokan terhadap pengharapan pada peran lainnya. Apabila individu tidak dapat beradaptasi terhadap pengharapan dari peran yang berbeda, hal ini akan memicu terjadinya konflik antar peran.

Menurut Adhikari (2012), seorang ibu yang bekerja cenderung tidak adil dalam menjalankan peran ganda (pekerjaan dan keluarga) dalam waktu secara bersamaan. Hal ini telah dikonfirmasi pada penelitian yang dilakukan oleh

Daovisan dkk. (2022) yang membuktikan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara *work-family conflict* dengan kinerja kerja. Penelitian Dharmanegara dkk. (2018) juga membuktikan bahwa ibu yang bekerja cenderung memiliki *work-family conflict* yang lebih tinggi dibandingkan pekerja perempuan tanpa status orang tua. Terlebih lagi pada ibu yang bekerja dengan anak *neurodevelopmental disorders*.

Menurut Sitimin dkk. (2016) akibat terjadinya *work-family conflict* pada orang tua pekerja dengan anak *neurodevelopmental disorders*, mampu menimbulkan perasaan bersalah akibat tidak mampu dalam memenuhi tanggung jawab mereka sebagai orang tua. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Crouter dan Bumpus (2001) di mana didapatkan bahwa pengalaman kerja orang tua memiliki dampak yang cukup besar pada perilaku pengasuhan. Apabila orang tua mengalami tekanan yang besar pada pekerjaannya, hal ini mampu menyebabkan terjadinya interaksi negatif pada orang tua dengan anak (Costigan dkk., 2003), yang dicirikan dengan perilaku pengasuhan yang mudah tersinggung, kurang hangat, dan tidak konsisten (Cooklin dkk., 2016). Studi yang dilakukan oleh Diniz dkk. (2023) menyatakan bahwa tekanan yang dialami oleh orang tua terkait pekerjaan dan keluarga akan mempengaruhi gaya pengasuhannya sehingga berdampak negatif pada partisipasi orang tua di dalam pengasuhan. Pada akhirnya, konflik ini akan mengganggu perkembangan dan kemajuan pada anak (Bennett, 2012), bahkan

menghambat anak *neurodevelopmental disorders* dalam mencapai kemandiriannya (Prayogo dkk., 2023).

Sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Moreira dkk. (2019), ibu yang mengalami tingkat konflik antara pekerjaan dan keluarga yang tinggi akan dapat menguras sumber daya perhatian dan konsentrasi mereka ketika berinteraksi dengan anak-anak. Misalnya, jika ibu memiliki tenggat waktu atau tugas pekerjaan yang belum selesai, ibu akan memiliki kekhawatiran terkait beban pekerjaan tersebut sehingga mereka tidak sepenuhnya hadir dan tidak dapat memusatkan perhatian sepenuhnya pada apa yang terjadi ketika berinteraksi dengan anak-anak mereka. Oleh karena itu, bagi orang tua yang mampu meminimalisir pertentangan antara pekerjaan dan keluarga, akan berdampak pada pengaturan diri yang lebih tinggi pada pengasuhan dan lebih menerima peran orang tua tanpa adanya penghakiman (Moreira dkk., 2019). Minimnya pertentangan pada peran akan membuat orang tua lebih mudah dalam mengatur emosi dan perilaku mereka ketika berinteraksi dengan anak-anak. Sebaliknya, apabila orang tua mengalami pertentangan antar kedua peran tersebut, hal ini akan meningkatkan iritabilitas di rumah dan minimnya waktu berkualitas bersama keluarga. Situasi ini juga mampu menurunkan kemampuan untuk memberikan perhatian penuh dan terlibat aktivitas bersama dengan anak-anak mereka (Moreira dkk., 2019).

Dari berbagai penelitian yang telah dilakukan, sejauh ini yang telah diketahui oleh peneliti, baru adanya penemuan terkait hubungan *work-family*

conflict dengan *mindfulness parenting* yang dimediasi oleh *parenting stress* pada anak tipikal (Moreira dkk., 2019) dan belum adanya penelitian yang mengkaji terkait hubungan *work-family conflict* dengan *mindfulness parenting* secara langsung pada ibu yang bekerja dengan anak *neurodevelopmental disorders*. Oleh karena itu, berdasarkan pemaparan permasalahan yang telah dipaparkan sebelumnya, dimana perlunya mengetahui hubungan *work-family conflict* dengan *mindfulness parenting* kepada ibu yang bekerja dengan anak *neurodevelopmental disorders*.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah peneliti paparkan, maka rumusan masalah pada penelitian ini membahas terkait “Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *work-family conflict* dengan *mindfulness parenting* pada ibu bekerja yang memiliki anak dengan *neurodevelopmental disorders*?”

1.3. Tujuan Penelitian

Pada penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *work-family conflict* dengan *mindfulness parenting* pada ibu bekerja yang memiliki anak dengan *neurodevelopmental disorders*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan terhadap ilmu pengetahuan mengenai hubungan antara *work-family conflict* dengan

mindfulness parenting pada ibu bekerja yang memiliki anak dengan *neurodevelopmental disorders*.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil dalam penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh :

1. Terapis tumbuh kembang anak dapat memberikan edukasi kepada orang tua terkait pentingnya *mindfulness parenting* dan meminimalisir terjadinya *work family conflict*.
2. Orang tua sebagai eksekutor dan diharapkan mampu terlibat penuh dalam pengasuhan pada anak *neurodevelopmental disorders*.
3. Ilmuwan dan praktisi di bidang psikologi sebagai bahan acuan untuk penelitian selanjutnya sehingga diharapkan dapat menggali lebih lanjut mengenai hubungan antara *work-family conflict* dengan *mindfulness parenting* pada ibu bekerja yang memiliki anak dengan *neurodevelopmental disorders*, serta mampu memberikan intervensi pada orang tua yang mengalami hambatan dalam proses pengasuhan.

