

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Kelompok sosial terkecil dalam tatanan kehidupan masyarakat adalah keluarga. Olson, DeFrain dan Skogrand (2011) menyatakan keluarga sebagai kelompok yang memiliki komitmen satu sama lain dan saling berbagi keintiman, sumber daya, pengambilan keputusan, tanggung jawab serta nilai-nilai tertentu. Anggota dalam sebuah keluarga inti terdiri dari ayah, ibu dan anak. Setiap anggota keluarga memiliki fungsi dan peranannya masing-masing. Dalam konsep tradisional, pada umumnya pembagian peran anggota keluarga yaitu ayah bekerja dan ibu di rumah bersama anak-anaknya (Olson dkk, 2011; Brescoll & Uhlman, 2005). Berdasarkan Undang-Undang Perkawinan No. 1 tahun 1974 pasal 31 ayat (3) secara tegas menyatakan bahwa dalam kehidupan berkeluarga, suami berperan sebagai kepala keluarga, sementara istri sebagai ibu rumah tangga. Secara umum dapat diartikan bahwa peran ayah dalam keluarga adalah pencari nafkah utama.

Pembagian peran antara ayah dan ibu dalam keluarga saat ini mengalami perubahan. Muncul peran baru yaitu ibu bekerja dan ayah tinggal di rumah untuk mengasuh anak, pembagian peran ini termasuk bagian dari konsep non-tradisional (Brescoll & Uhlman, 2005). Fenomena ini dikenal dengan istilah *stay at-home-dad* atau bapak rumah tangga. *United States Census Bureau* (2008) mendefinisikan bapak rumah tangga adalah ayah yang memiliki anak dengan usia di bawah 15 tahun dan telah berhenti bekerja minimal selama satu tahun, sedangkan istrinya bekerja. Sebagian dari bapak rumah tangga bekerja paruh waktu atau bekerja di rumah, tetapi tanggung jawab utamanya tetap mengasuh

anak (Elizabeth, 2010). Bapak rumah tangga digambarkan sebagai orang tua yang menjadi pengasuh utama bagi anak-anaknya.

Beberapa alasan ayah memutuskan untuk menjadi bapak rumah tangga yaitu keterpaksaan atau kondisi tertentu, pekerjaan, jadwal kerja fleksibel, pengasuhan anak dan pilihan pribadi (Fischer & Anderson, 2012). Pertama, kondisi keterpaksaan yang mana ayah memiliki kecacatan fisik dan kehilangan pekerjaan atau pengangguran (Merla, 2008). Alasan kedua, istri memiliki karir atau pekerjaan yang lebih baik daripada suami dan penghasilan istri jauh lebih besar (Lee & Lee, 2016; Doucet & Merla 2007; Rochlen, 2008, 2010; Zimmerman, 2000). Ketiga, ayah memiliki jadwal kerja yang fleksibel seperti bekerja paruh waktu atau bekerja di rumah, sehingga memiliki waktu luang untuk mengasuh anak (Fischer & Anderson, 2012). Keempat, adanya keyakinan bahwa salah satu orang tua harus terlibat dalam pengasuhan anak dan ayah merasa memiliki kepribadian yang lebih cocok untuk menjalankan peran merawat anak serta mengelola rumah tangga (Rochlen, 2008, 2010, Zimmerman, 2000). Alasan lain yaitu mahalnya biaya penitipan anak, memiliki anak yang berkebutuhan khusus, tidak percaya anak diasuh oleh orang lain dan keinginan pribadi untuk terlibat dalam pengasuhan anak (Fischer & Anderson, 2012).

Dalam dekade terakhir, ayah yang menjadi pengasuh utama bagi anak semakin mengalami peningkatan di negara-negara Barat seperti Amerika Serikat. Berdasarkan data statistik dari Biro Sensus Amerika Serikat jumlah bapak rumah tangga meningkat dari tahun 2000 hingga 2016. Meskipun dalam beberapa tahun terjadi penurunan, namun pada umumnya jumlah bapak rumah tangga cenderung

meningkat. Jumlah bapak rumah tangga meningkat pada tahun 2000 dari 93.000 menjadi 209.000 pada tahun 2016. Dapat disimpulkan bahwa jumlah bapak rumah tangga meningkat menjadi dua kali lipat dari periode sebelumnya (*Pew Research Center*).

**Tabel 1.1**  
**Data Statistik Bapak Rumah Tangga dilansir oleh Biro Sensus AS dari tahun 2000 hingga 2016**

		Jumlah Bapak Rumah Tangga								
Tahun	2000	2002	2004	2006	2008	2010	2012	2014	2016	
Ribuan	9,3	10,6	14,7	15,9	14,0	15,4	18,9	21,1	20,9	

(source: *athomedad.org*)

Di negara-negara Timur seperti Australia jumlah bapak rumah tangga terus mengalami peningkatan. Data dari Biro Statistik Australia menunjukkan jumlah bapak rumah tangga meningkat dari tahun 1981 hingga tahun 2016. Dalam 10 tahun terakhir jumlah bapak rumah tangga meningkat dari 59.500 pada tahun 2006 menjadi 68.500 pada tahun 2011, kemudian meningkat dari tahun 2011 ke 2016 menjadi 80.000 (Baxter, 2018). Sementara itu, di Indonesia bapak rumah tangga juga semakin terlihat, dari data *Detiknews.com* pada November 2018 melansir bahwa semakin banyak pria yang menjalani tugas sebagai bapak rumah tangga. Meskipun jumlah bapak rumah tangga di Indonesia belum ada data secara statistik, namun telah banyak data berupa berita-berita yang membahas fenomena bapak rumah tangga. Hal ini menunjukkan bahwa bapak rumah tangga sudah mulai bermunculan di Indonesia, termasuk salah satunya di Sumatera Barat.

Masyarakat di Sumatera Barat merupakan etnis Minangkabau. Masyarakat dalam etnis Minangkabau masih menggunakan peran keluarga tradisional. Peran

laki-laki dalam budaya Minangkabau digambarkan sebagai *mamak* dan *sumando*. *Sumando* merupakan sebutan bagi laki-laki yang telah menikah yang memiliki peran sebagai suami dan sekaligus ayah (Hasan, 2008). Sebagai ayah, laki-laki di Minangkabau bertanggung jawab untuk mencari nafkah dan memberikan dukungan ekonomi (Natin, 2008; Fatimah, 2008). Dalam perannya, seorang *sumando* tidak dibebankan dalam tanggung jawab pengasuhan anak, karena mengasuh merupakan tanggung jawab istri sebagai ibu rumah tangga. Oleh karena itu, sebagian ayah di Minangkabau akan sulit untuk berada di rumah dan menerima peran pengasuhan anak sepenuhnya. Hal ini karena laki-laki di Minangkabau tidak terbiasa untuk mengasuh anak dan mengurus pekerjaan rumah tangga.

Laki-laki sebagai *urang sumando* memiliki keistimewaan. Arti kata *sumando* adalah tamu, sehingga laki-laki dianggap sebagai tamu di rumah kerabat istrinya, yang mana ia pergi pagi untuk bekerja dan pulang di malam hari (Ernatip & Devi, 2014). Posisi *sumando* ini sangat tinggi, hal ini seperti pepatah “*bagai manatiang minyak panuah*” (bagai mengangkat minyak penuh, harus berhati-hati agar tidak tumpah). Maknanya, harus menjaga perasaan *sumando* agar ia tidak tersinggung (Ernatip & Devi, 2014). Keistimewaan inilah yang menjadikan sebagian suami di Minangkabau sulit untuk menjalani peran sebagai bapak rumah tangga. Hal ini karena mereka akan di pandang sebagai *sumando* yang buruk dalam keluarga istrinya, yang lebih dikenal dengan istilah *sumando lapiak buruak*, yaitu laki-laki yang hanya di rumah saja dan tidak bekerja (Prokabar.com, 2018).



Meskipun peran ini sulit untuk diterima oleh ayah pada umumnya, akan tetapi ada ayah dalam etnik Minangkabau yang memutuskan untuk menjadi bapak rumah tangga. Ketika bapak rumah tangga di Minangkabau menjalankan perannya, ia menjalankan peran yang sama dengan bapak rumah tangga lainnya.

Hal ini terlihat dalam kutipan wawancara:

*“Semuanya berat, pekerjaan rumah tangga sangat sulit. Saya mengerjakan semua tugas rumah mulai dari mencuci, menyetrika, menyapu, memasak, mengasuh anak, mengantar dan menjemput anak ke sekolah” (Komunikasi personal, 12 Oktober 2018).*

Dari pernyataan narasumber di atas, dapat diketahui bahwa ada laki-laki di Minangkabau yang berperan sebagai bapak rumah tangga yang mana ia mengerjakan semua pekerjaan istrinya seperti mengasuh anak, mengantar atau menjemput anak ke sekolah, mencuci pakaian, menyetrika baju dan memasak. Akan tetapi, selama menjalani perannya bapak rumah tangga merasa kesulitan dalam mengurus pekerjaan rumah tangga.

Lebih lanjut, muncul kesulitan berupa konflik antara bapak rumah tangga dengan ibu mertuanya, hal ini dapat menyebabkan terjadinya hubungan yang tidak harmonis dengan mertuanya. Ibu mertua tidak suka dengan menantunya karena tidak mempunyai pekerjaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan yang tegang, kaku atau tidak harmonis dikaitkan dengan tingkat distres psikologis yang tinggi (Umberson, Chen, House, Hopkins & Slaten, 2015). Efek dari hubungan tersebut adalah bapak rumah tangga dapat merasa canggung, tidak nyaman bahkan sakit hati dengan perlakuan mertuanya. Oleh karena itu, individu cenderung tidak mampu menjalin komunikasi yang baik dan sulit untuk membentuk suatu hubungan.

Kesulitan lain yang dialami bapak rumah tangga yaitu adanya cemoohan, stigma dari masyarakat, dan keterasingan. Menurut Elizabeth (2010), bapak rumah tangga rentan mendapatkan cemoohan dari orang sekitarnya, baik tetangga maupun orang lain. Selain cemoohan, bapak rumah tangga juga dianggap sebagai orang yang pemalas. Roulea (2010) menyatakan bahwa bapak rumah tangga kurang dihargai karena tidak berkontribusi secara finansial, sehingga dianggap orang yang gagal dan pemalas. Munculnya stigma dan cemoohan dari masyarakat disebabkan oleh rendahnya dukungan sosial (Rochlen, McKelley & Whittaker, 2010). Kurangnya dukungan sosial tersebut menyebabkan bapak rumah tangga cenderung mengalami keterasingan, penolakan bahkan diskriminasi (Kramer, Kelly & McCulloch, 2013). Kesulitan-kesulitan tersebut muncul karena bapak rumah tangga tidak bekerja untuk memberikan dukungan secara finansial terhadap keluarga.

Bapak rumah tangga identik dengan orang yang tidak bekerja. Menurut Taris (2002), ketika ayah tidak bekerja akan berpengaruh pada kesehatan mental. Dampak buruk dari tidak bekerja terhadap kesehatan mental misalnya depresi, keluhan psikosomatik, dan rendahnya *self efficacy* (Taris, 2002). Ryan, Song, Wanberg dan Kinicki (2005) menyatakan bahwa pengangguran mengarah pada dampak psikologis yang rendah terhadap kepuasan hidup, kepuasan pernikahan dan kepuasan keluarga. Menurut Taris (2002) ini dikarenakan pengangguran tidak memiliki akses sumber daya, jabatan, finansial atau rendahnya pendapatan. Hal ini menunjukkan bahwa orang yang tidak bekerja memiliki tingkat kesejahteraan (*well-being*) yang rendah (Diener, 2009; Ryan dkk, 2005). Dengan demikian,

kondisi bapak rumah tangga yang tidak bekerja dapat berpengaruh pada *psychological well-being*.

*Psychological well-being* merupakan gambaran kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan fungsi psikologis positif yang dimaknai dengan individu mengevaluasi dirinya (Ryff, 1989). Menurut Ryan dan Deci (2001), *psychological well-being* merupakan sebuah konstruk psikologis yang menangkap aspek-aspek dari fungsi manusia dan mengarahkannya kepada fungsi adaptasi dan pengalaman positif. Menurut Ryff (1989), individu dapat dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, bukan sekedar terbebas dari indikator kesehatan mental negatif seperti kecemasan dan tercapainya kebahagiaan, namun berkaitan dengan enam dimensi *psychological well-being*. Ryff (1989) mengemukakan enam dimensi *psychological well-being* yang mencakup *self acceptance*, *positive relation with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*.

*Psychological well-being* sangat penting bagi kesehatan pengasuh, tidak hanya dalam menghadapi peran pengasuhan, tetapi juga dalam mengatasi banyak permasalahan yang berkaitan maupun tidak berkaitan dengan hidup mereka. Pengasuh yang memiliki *psychological well-being* yang baik berkorelasi positif secara signifikan terhadap kesehatan fisik pengasuh (Yeh, Wierenga & Yuan, 2009). Sebagai pengasuh, bapak rumah tangga yang memiliki *psychological well-being* yang baik dapat membantu mengurangi tingkat depresi dan dampak buruk pada kesehatan fisik ketika mengasuh anak. Begitupun sebaliknya, apabila bapak rumah tangga memiliki *psychological well-being* yang kurang baik maka bapak

rumah tangga akan rentan terhadap penyakit yang menyerang kesehatan fisik. Apabila kondisi kesehatan bapak rumah tangga menurun, hal ini tentu akan berpengaruh terhadap kualitas pengasuhan terhadap anak, sehingga bapak rumah tangga tidak dapat maksimal dalam menjaga dan mendidik anak-anaknya.

Tidak hanya berpengaruh terhadap ayah itu sendiri, ternyata ayah yang memiliki *psychological well-being* yang baik juga akan memberikan dampak positif terhadap anak. Behson dan Robbins (2016) menjelaskan bahwa ayah dalam mengasuh akan memberikan pengaruh pada sosial, tingkah laku, psikologis dan kognitif anak. Secara sosial, ketika pengasuh memiliki sikap yang ramah dan aktif dalam interaksi sosial, maka anak akan mampu berhubungan baik dengan anak lain dan berperilaku prososial pada orang lain. Secara psikologis, ayah yang terlibat dalam mengasuh dapat mengurangi ketidakmampuan anak dalam menyesuaikan diri. Secara kognitif anak yang diasuh oleh ayahnya akan memiliki tingkat IQ yang tinggi di atas rata-rata (Behson & Robbins, 2016).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rochlen, Suizzo, McKelley dan Scaringi (2008a), menemukan bahwa bapak rumah tangga yang didukung oleh teman-temannya akan merasa lebih percaya diri, terampil, mandiri dalam mengasuh anak dan memiliki *psychological well-being* yang baik. Meskipun ada stigma masyarakat dalam perannya yang disebabkan oleh rendahnya dukungan sosial, akan tetapi tidak ada pengaruh negatif yang dirasakan terhadap pribadi (Rochlen, 2010). Adanya dukungan sosial dapat menurunkan tekanan psikologis dan dapat meningkatkan kepuasan dalam keluarga. Robertson dan Verschelden (dalam Matthew, 2015) menyatakan bahwa menjadi bapak rumah tangga



merupakan sumber *well-being*. Dengan dukungan tersebut, bapak rumah tangga merasa bahagia, mampu menyesuaikan diri dan menerima dirinya apa adanya.

King, Hicks, Krull dan Gaiso (2006) menemukan bahwa suasana hati yang positif dapat memengaruhi individu dalam merasakan bahwa hidup itu bermakna. Suasana hati, sifat emosional positif, dan penilaian tujuan secara signifikan terkait dengan makna dalam kehidupan (King, dkk 2006). Bapak rumah tangga yang memiliki tujuan hidup dan mampu membuat perencanaan yang jelas akan merasa bahwa hidupnya lebih bermakna dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki tujuan hidup. Memiliki tujuan dalam hidup dapat memiliki umur yang lebih panjang dan rendahnya masalah kesehatan mental (McKnight & Kashdan, 2009). Bapak rumah tangga akan cenderung berfokus pada tujuan hidupnya dalam pengasuhan anak. Bronk (2014) menyatakan bahwa tujuan hidup dapat berpengaruh terhadap stres. Ketika bapak rumah tangga tidak memiliki tujuan, arahan, dan tidak paham dengan tujuan keterlibatannya dalam pengasuhan, maka hal ini akan menyebabkan individu merasa stres.

Penguasaan lingkungan menjadi sumber daya psikologis yang sangat penting (Knight, Davison, McCabe & David, 2011). Hasil penelitian Septiningsih dan Cahyanti (2014) menunjukkan bahwa ayah yang mengasuh anaknya sendiri memiliki penguasaan lingkungan yang baik. Memiliki strategi untuk meningkatkan penguasaan lingkungan dalam mengasuh anak bagi bapak rumah tangga penting untuk kesejahteraan psikologisnya. Penguasaan lingkungan yang dilakukan individu yaitu dengan memanfaatkan peluang yang datang pada diri individu terutama dalam hal pekerjaan dan peluang untuk dapat melihat

pertumbuhan anak (Septiningsih & Cahyanti, 2014). Dapat diasumsikan bapak rumah tangga akan memiliki penguasaan lingkungan yang baik ketika mampu membagi waktu antara mengasuh anak dengan memanfaatkan waktu luang yang dimiliki dengan maksimal.

Sejauh kajian peneliti, terdapat beberapa penelitian yang mengkaji tentang bapak rumah tangga. Salah satu di antaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Rochlen, dkk (2010) mengenai alasan yang memengaruhi keputusan dalam pemilihan peran dan meningkatnya pengalaman stigma. Dalam penelitian tersebut, dijelaskan alasan-alasan dalam memutuskan peran menjadi bapak rumah tangga. Alasan-alasan tersebut di antaranya alasan ekonomi, pragmatis dan nilai-nilai pengasuhan. Kemudian, juga dijelaskan mengenai alasan meningkatnya stigma yaitu peran yang kurang familiar di kalangan masyarakat, keyakinan agama, adanya sikap yang menentang peran gender, dan ketidakpedulian terhadap peran baru.

Penelitian lain berfokus mengkaji *psychological well-being* yang telah dilakukan oleh Rochlen, McKelley, Suizzo, dan Scaringi (2008b), dalam penelitian tersebut pendekatan yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 213 orang bapak rumah tangga. Hasil dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa bapak rumah tangga memiliki kepuasan hubungan, kepuasan hidup dan *psychological well-being* yang tinggi. Dengan demikian, perlu dilakukan penelitian dengan tema yang sama, namun dengan menggunakan jenis penelitian yang berbeda yaitu kualitatif. Pentingnya dilakukan

secara kualitatif untuk mengetahui bagaimana gambaran bapak rumah tangga secara mendalam dalam memaknai perannya.

Selain itu, penelitian mengenai bapak rumah tangga juga dilakukan oleh Widhiastuti dan Nugraha (2013), penelitian tersebut menggunakan metode pengumpulan data secara *literature* dari artikel maupun jurnal yang diperoleh melalui media cetak maupun online. Analisis data dalam penelitian tersebut dengan menggunakan *theoretical literature descriptive analysis*. Sementara itu, peneliti ingin melakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan metode pengumpulan data yang berbeda dengan menggunakan metode wawancara dan menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)* untuk analisis data. Selanjutnya, Anandika (2016) telah melakukan penelitian deskriptif kualitatif dengan metode analisis *Framing Pan-Kosicki*, namun informan dalam penelitian tersebut yaitu berupa berita-berita dari Majalah Intisari edisi September 2015. Peneliti merasa perlu dilakukan penelitian dengan menggunakan informan bapak rumah tangga secara langsung.

Berdasarkan paparan fenomena di atas, terlihat bahwa kondisi yang dialami oleh bapak rumah tangga dapat memengaruhi psikologisnya. Adanya pengalaman negatif seperti stigma dari masyarakat, cemoohan dan diskriminasi dapat menurunkan kondisi *psychological well-being* pada bapak rumah tangga. Sebaliknya, dukungan sosial yang diterima bapak rumah tangga dapat memengaruhi kondisi *psychological well-being* yang lebih baik dibanding yang tidak menerima dukungan. *Psychological well-being* juga di pengaruhi oleh faktor budaya (Ryff, 1989). Dalam budaya Minangkabau, sebagian ayah akan sulit

menerima kondisi tersebut karena ayah bertanggung jawab untuk menafkahi keluarga. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih mendalam mengenai “**Gambaran *Psychological Well-Being* pada Bapak Rumah Tangga (*Stay-at-Home Dad*)**”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka perumusan masalah pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana Gambaran *Psychological Well-Being* pada Bapak Rumah Tangga?
2. Apa saja faktor-faktor yang memengaruhi *Psychological Well-Being* pada Bapak Rumah Tangga?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan memberikan gambaran *Psychological Well-Being* pada bapak rumah tangga. Mengungkapkan faktor-faktor apa saja yang dapat memengaruhi *Psychological Well-Being* pada Bapak Rumah Tangga.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang dapat digunakan sebagai bahan kajian dan memperkaya penelitian di bidang kesehatan mental, psikologi keluarga dan psikologi sosial.



### 1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi subjek penelitian, penelitian ini diharapkan dapat membantu dalam memberikan gambaran *psychological well-being* pada bapak rumah tangga.
- b. Bagi keluarga dan masyarakat, diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai gambaran *psychological well-being* pada bapak rumah tangga. Diharapkan dengan mengetahui informasi tersebut, baik keluarga maupun masyarakat dapat semakin menerima dan memberi dukungan positif serta memahami peran dari bapak rumah tangga.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan acuan dalam meneliti hal yang berkaitan dengan *psychological well-being* dan bapak rumah tangga.

### 1.5 Sistematika Penelitian

#### Bab I : Pendahuluan

Pendahuluan berisikan uraian singkat mengenai latar belakang, permasalahan, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

#### Bab II : Tinjauan Pustaka

Bab ini menguraikan tentang tinjauan teoritis dan penelitian-penelitian terdahulu yang berhubungan dengan fokus penelitian, diakhiri dengan pembuatan paradigma penelitian (kerangka pemikiran). Teori-teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah definisi *psychological well-*

*being*, faktor-faktor yang memengaruhi *psychological well-being*, dan definisi bapak rumah tangga.

### Bab III: Metode Penelitian

Pada bab ini akan dijelaskan alasan digunakannya pendekatan kualitatif, informan penelitian, metode pengumpulan data, alat pengumpulan data, kredibilitas, prosedur penelitian, prosedur analisis dan interpretasi data.

Bab IV: Pada bab ini peneliti menjelaskan hasil dari analisis data ke dalam bentuk penjelasan yang lebih terperinci dan runtut disertai dengan data pendukungnya.

Bab V: Bab ini menjelaskan kesimpulan dari hasil penelitian dan saran terkait penelitian.

