

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Novel Coronavirus atau disebut COVID-19 telah menjadi virus mematikan yang menyerang hampir seluruh belahan dunia saat ini. Kasus COVID-19 pertama kali terdata di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020. Virus ini juga menyebar dengan cepat hampir keseluruhan penjuru di Indonesia salah satunya yaitu Provinsi Sumatera Barat. Sumatera Barat menjadi salah satu provinsi dengan kasus terbanyak di Pulau Sumatera dimana Kota Padang menjadi penyumbang terbesar dengan 12.933 kasus positif dan meninggal sebanyak 264 orang (<https://corona.padang.go.id/> 14/01/2021).

Demi mencegah rantai penularan virus Covid-19 ini, berbagai negara termasuk Indonesia gencar menerapkan Protokol Kesehatan Pencegahan Covid-19 sesuai dengan anjuran *World Health Organization* (WHO). Aturan seperti mencuci tangan, menjaga jarak, tidak berkumpul/melakukan pertemuan, membatasi keluar rumah bahkan isolasi mulai dari isolasi mandiri perorangan, komunitas, bahkan seluruh kota (mulai dari Pembatasan Sosial Berskala Besar/PSBB sampai *lock down*) (Mungkasa, 2020).

Kondisi pandemi tersebut merupakan suatu krisis yang dihadapkan pada hampir semua lapisan masyarakat termasuk keluarga. Dalam keluarga, ibu mempunyai peran penting baik sebagai istri, ibu rumah tangga yang mengatur segala kebutuhan rumah tangga dan sekaligus sebagai pendidik bagi anak-anak mereka (Hemas dalam Pudjiwati, 1997). Tidak hanya bertanggung jawab

mengurus rumah tangga, tapi juga membantu perekonomian keluarga dengan ikut bekerja di luar rumah.

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (2018) menyatakan bahwa hampir 51% jumlah penduduk Indonesia yang bekerja adalah seorang wanita. Jika dibandingkan dengan pria, persentase wanita yang sudah menikah dan bekerja yaitu sebesar 71% tidak jauh berbeda dengan pria yang mencapai 76% (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, 2018). Hal ini membuktikan bahwa peran wanita juga cukup signifikan dalam menghasilkan pendapatan tambahan untuk memenuhi kebutuhan keluarga yaitu dengan juga bekerja atau memiliki karir di luar rumah.

Sebagai *working mother*, wanita akan mengalami berbagai kondisi yang tidak menguntungkan bagi fisik dan psikologisnya. Ditambah dengan kondisi sekarang yang diakibatkan oleh adanya pandemi global virus COVID-19 yang mengharuskan setiap pekerja untuk aktif bekerja di rumah (*work from home*). Pada salah satu studi yang menyatakan bahwa gender berpengaruh terhadap tingkat stres, dimana wanita memiliki tingkat stres harian dan kronis lebih tinggi daripada pria (Hogan, Carlson, & Dua, 2002; Ptacek, Smith, & Zanas, 1992; Tamres, Janicki & Helgeson, 2002). Survei yang dilakukan *National University Health System's (NUHS) Mind Science Centre* dengan 3.256 responden menemukan bahwa kebijakan *working from home* menimbulkan stres dikalangan wanita dengan jumlah persentase 61,3% (Teo, 2020).

Selain penerapan aturan *work from home* (WFH) yang diberlakukan, adanya aturan aktivitas Belajar Dari Rumah (BDR) yang tidak hanya berkaitan

antara guru dan murid, orang tua membutuhkan peran penting dalam mendampingi anak selama pandemi. Kurniati, Alfaeni, dan Andriani (2020) menyatakan bahwa peran orang tua selama pandemi Covid-19 ini sebagai pembimbing, pendidik, penjaga, pengembang dan pengawas. Orang tua terutama ibu merupakan orang pertama dan terbaik dalam mendidik anak (Ceka & Murati, 2016). Oleh karena itu, ibu memiliki lebih banyak peran dalam membimbing anak selama pandemi ini. Berbagai hal seperti adaptasi terhadap penggunaan media pekerjaan secara virtual, kebutuhan dan *caring* terhadap anak-anak mereka dan suami di rumah yang bertambah, dan hal-hal lainnya yang setiap Ibu mungkin rasakan berbeda ketika pekerjaan kantornya tersebut harus dilakukan di rumah. Kondisi tersebut bisa menambah banyak stresor negatif yang mungkin dirasakan oleh seorang ibu yang bekerja dari rumah (WFH) akibat menumpuknya pekerjaan yang harus dilakukan oleh ibu. Hal tersebut membuat mereka menjadi stres karena dihadapkan pada kegiatan yang beragam dan *multitasking* (Beth, Reczek, & Umberson, 2015; Hong et al., 2018), termasuk membimbing anaknya belajar.

Berbeda dengan anak-anak yang berada di tingkat SMP dan SMA, anak-anak yang berada di bangku SD cenderung kesulitan untuk menggunakan teknologi dalam proses belajar *online* mereka. Hal ini berdasarkan wawancara yang dilakukan bersama S yang merupakan seorang ibu memiliki anak kelas 4 SD, menurut penuturan S dia merasa agak kesulitan karena harus mendampingi anak dalam menyelesaikan tugas yang dilakukan secara online dimana anak tersebut belum mampu menggunakan teknologi untuk pengerjaan tugasnya. Tidak hanya itu, anak dengan usia sekolah dasar lebih membutuhkan bimbingan dan

pengajaran lebih intensif dibanding anak dengan usia SMP atau SMA. Hal ini dilihat dari proses perkembangan anak dimana menurut Piaget (1966), pada usia 7-11 tahun anak memasuki perkembangan kognitif pada fase operasional konkrit. Anak mampu melakukan penalaran logis terhadap segala sesuatu yang bersifat konkret, tetapi anak belum mampu melakukan penalaran pada hal yang bersifat abstrak (Trianingsih, 2016). Sekolah dasar sendiri menyediakan kesempatan bagi anak untuk menguasai keterampilan dasar seperti membaca, menulis, dan berhitung (Eps, 1984), sehingga dibutuhkan pendampingan yang intensif selama proses pembelajaran. Berlakunya program BDR menyebabkan terjadinya peralihan peran sekolah kepada keluarga si anak terutama ibu yang menjadi lebih ekstra karena ibu berperan menggantikan fungsi guru di sekolah ketika pembelajaran dilaksanakan rumah.

Fenomena yang saat ini terjadi terlihat dari banyaknya keluhan ibu-ibu yang bekerja sekaligus mendampingi anak mereka belajar di rumah (*home learning*) karena wabah corona (Covid-19) ini. Terbukti dari kicauan ibu-ibu melalui aplikasi twitter pada bulan April 2020 yang mengungkapkan kesulitannya dalam menangani tugas sekolah anak dan beban kerja, sehingga kebanyakan dari ibu-ibu tersebut mengaku stress (Britto, 2020). Berdasarkan survei yang dilakukan di US kepada ibu yang bekerja didapatkan hasil sebanyak 74% mengalami penurunan kesehatan mental, dimana 30% menyatakan stress dan penyebab utama dari stress tersebut adalah mengurus anak (Coonley, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Hadjicharalambous, Charchanti dan Dimitriou (2020) terhadap 208 ibu-ibu bekerja menunjukkan bahwa Covid-19 ini memberikan dampak

negatif terhadap resiliensi dan kualitas hidup ibu-ibu tersebut. Hal ini dikarenakan aturan isolasi mandiri yang diberlakukan selama pandemi tersebut meningkatkan tingkat stres ibu-ibu bekerja.

Salah satu penelitian yang dilakukan selama pandemic Covid-19 oleh Ferreira Buttell dan Cannon (2020) mengatakan bahwa semakin seseorang tetap dirumah dan terisolasi maka semakin tinggi tingkat stress sehingga semakin rendah resiliensi seseorang. Menurut Hadjicharalambous, Charchanti dan Dimitriou (2020) pandemi telah menyebabkan depresi, ketakutan, terror, kecemasan, sementara itu juga membawa perubahan yang signifikan dalam kualitas hidup orang diseluruh dunia terutama pada ibu yang bekerja. Bahkan lebih parahnya dampak dari pandemi ini menyebabkan masalah yang cukup serius seperti kekerasan pada anak. Dilihat dari data yang disampaikan I Gusti Ayu Bintang Darmawati (2020) selaku Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) menyebutkan terdapat laporan via sistem informasi online kekerasan terhadap anak sebanyak 368 kasus dengan jumlah korban 407 anak per tanggal 2 Maret 2020 sampai 25 April 2020 diakibatkan bertambahnya beban ibu selama pandemi.

Di tengah banyaknya kasus mengenai masalah kesehatan mental pada ibu yang bekerja di rumah, masih ditemukan ibu-ibu yang tetap mampu bertahan, menjalin hubungan baik dan menjaga kesehatan mental mereka dari banyaknya tekanan dan tuntutan yang dialami selama pandemi ini. Kemampuan diri untuk mampu beradaptasi dari keadaan sulit dan kemalangan yang menimpa individu disebut dengan resiliensi (Wagnild & Young, 1993).

Resiliensi diartikan sebagai kemampuan dalam menghadapi tekanan atau kesulitan secara positif untuk dapat kembali ke kondisi normal (Masten & Gewirtz, 2006). Sedangkan menurut Davidson, dkk (2005) resiliensi merupakan kemampuan untuk pulih atau bangkit kembali yang ditandai dengan lima faktor yaitu, (1) *personel competence, high standards and tenacity*, kemampuan diri yang dimiliki individu, seperti kepercayaan diri, kebebasan, serta adanya ketekunan; (2) *trust in one's instincts, tolerance of negative affect and strengthening effects of stress*, berfokus pada ketenangan, keputusan dan ketepatan seseorang mengatasi stres atau masalah; (3) *positive acceptance of change and secure relationship*, terkait dengan bagaimana kemampuan individu dalam beradaptasi dengan perubahan yang terjadi dalam hidupnya; (4) *related to control*, berhubungan dengan bagaimana kontrol diri individu untuk dapat mencapai tujuannya dan mendapatkan bantuan orang lain; (5) *spiritual influence*, berkaitan dengan bagaimana keimanan seseorang terhadap Tuhan.

Resiliensi membuat seorang ibu mampu bertahan dari tekanan dan keadaan sulit yang dialami selama pandemi ini. Menurut McCubbin (2001), resiliensi membuat seseorang bangun dan bangkit lagi dari kesulitan yang dialaminya. Menurut Tugade dan Frederickson (2004), resiliensi dibutuhkan oleh setiap orang, karena dengan begitu seseorang bisa bertahan dari setiap rintangan, tekanan, kemalangan, dan cobaan yang dialaminya, terutama bagi ibu bekerja yang tidak hanya menjadi istri, ibu bagi anak-anak mereka tetapi juga sebagai pekerja.

Resiliensi juga sangat dibutuhkan untuk menjaga kesehatan mental

individu dalam menghadapi keadaan krisis dan tekanan seperti yang dialami selama pandemi ini. Bellizi (2020) seorang professor di Universitas *Connecticut* menyatakan bahwa resiliensi merupakan suatu hal yang penting bagi individu untuk mengatasi situasi pandemi, dimana dengan kemampuan resiliensi kita akan tetap tenang, dan konsisten sehingga kita akan lebih siap dalam menghadapi berbagai situasi krisis yang akan terjadi nantinya. Oleh karena itu dengan adanya resiliensi, ibu yang bekerja dari rumah (WFH) dan memiliki anak usia sekolah dasar akan lebih siap dan tetap tenang dalam menghadapi tuntutan pekerjaan sekaligus tuntutan peran seorang ibu serta guru bagi anak-anak mereka.

Salah satu Survei dari *platform parenting* yang melibatkan responden dari anggota *Orami Community* yang tersebar diseluruh Indonesia menunjukkan hasil bahwa sebanyak 48% ibu yang bekerja merasa adanya penambahan *quality time* dengan anak, dan sebanyak 35% lainnya jadi punya waktu lebih banyak untuk melakukan hal lain seperti masak, atau melakukan hobi lainnya (Kompas, 2020). Survei tersebut menunjukkan bahwa si ibu mampu memanfaatkan *quality time* bersama anak-anak mereka sehingga terciptanya kualitas hubungan yang baik. Si ibu juga mampu tetap tenang dalam situasi menekan dengan melakukan aktivitas-aktivitas bermanfaat seperti memasak atau menyalurkan hobi. Hasil survei tersebut dapat mengindikasikan ibu yang resilien dimana menurut Reivich & Shatte (2002), individu yang resilien ditandai dengan kualitas hubungan yang baik dan memiliki kemampuan untuk tetap tenang dibawah kondisi yang menekan.

Berdasarkan pemaparan fenomena, uraian penelitian terdahulu serta teori

di atas, dapat dikatakan bahwa ibu bekerja dari rumah (WFH) memiliki berbagai macam permasalahan seperti bertambahnya tuntutan peran ibu baik sebagai ibu rumah tangga, mengurus anak serta beban-beban pekerjaan yang di alihkan kerumah. Permasalahan tersebut menyebabkan ibu menghadapi situasi krisis seperti stres, depresi, gelisah dan lain sebagainya. Hal tersebut diungkapkan dari sebuah penelitian dari University of Alberta yang dirangkum oleh Carrington (2020) menemukan selama pandemi terdapat peningkatan depresi sebesar 25% dan kecemasan 43% yang dialami oleh ibu. Resiliensi dibutuhkan oleh ibu agar tidak terpuruk dalam situasi sulit yang dialaminya, dan mampu bangkit serta tetap produktif dan sehat. Namun sejauh ini, peneliti belum menemukan penelitian resiliensi pada ibu yang WFH dan memiliki anak usia sekolah. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk melihat “gambaran resiliensi ibu *work from home* yang memiliki anak usia sekolah dasar selama pandemi Covid-19”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran resiliensi pada ibu *work from home* yang memiliki anak usia sekolah dasar selama pandemi COVID-19?”

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini dilakukan, berdasarkan latar belakang dan juga rumusan masalah adalah untuk mengetahui gambaran resiliensi pada ibu *work from home* yang memiliki anak usia sekolah dasar selama pandemi Covid-19.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat ataupun masukan dalam bidang psikologi, terutama pada bidang psikologi perkembangan dan psikologi klinis terkait resiliensi serta menambah pengetahuan tentang resiliensi pada ibu yang *work from home* yang memiliki anak usia sekolah dasar.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan beberapa manfaat praktis, diantaranya:

1. Sebagai saran untuk edukasi terkait resiliensi yang dibutuhkan sebagai ibu yang *work from home* yang memiliki anak usia sekolah dasar ditengah-tengah banyaknya tekanan selama pandemi Covid-19.
2. Sebagai gambaran dan panduan bagi praktisi di bidang psikologi seperti psikolog ataupun konselor untuk konseling atau memberikan intervensi terkait resiliensi ibu yang *work from home* yang memiliki anak usia sekolah dasar.

1.5 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam proposal penelitian ini terdiri atas tiga bab, dengan uraian sebagai berikut:

Bab I: Pendahuluan, berisikan uraian singkat mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika penulisan.

Bab II: Tinjauan pustaka, pada bab ini berisi teori-teori yang menjadi acuan dalam pembahasan permasalahan penelitian. Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah resiliensi. Bab ini diakhiri dengan pembuatan paradigma penelitian (kerangka pemikiran).

Bab III: Pada bab ini berisi pendekatan penelitian yang digunakan, partisipan penelitian, metode pengumpulan data, alat pengumpulan data, reabilitas dan validitas penelitian, dan prosedur penelitian.

Bab IV: Hasil penelitian, berisi penjabaran gambaran subjek penelitian, hasil-hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian.

Bab V: Penutup, terdiri dari kesimpulan penelitian secara umum dan saran-saran yang berkaitan dengan penelitian lanjutan dan aplikasinya pada kehidupan.



