

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Dunia digemparkan dengan adanya kasus pada penghujung tahun 2019 yaitu munculnya virus yang menyerang organ pernapasan yang dapat menularkan secara cepat dan dapat mematikan. Kasus ini tersebar dengan sangat cepat dan terjadi pertama kali di Wuhan, Provinsi Hubei China (WHO, 2020). Pada 11 Februari 2020 penyakit menular ini dinamakan *Corona Virus Disease* (COVID19) yang diumumkan secara resmi oleh WHO (*World Health Organization*). Kasus virus Covid-19 juga menyebar di Indonesia, dilansir dalam detik.com (2020) kasus virus Covid-19 pertama kali di Indonesia terjadi di Depok, Jawa Barat pada 28 Maret 2020 silang.

Pandemi Covid-19 sangat berdampak besar dalam berbagai aspek yang ada dalam masyarakat. Seperti halnya dampak pada bidang ekonomi, sosial, pariwisata, maupun bidang pendidikan (Amboro, 2020). Pandemi ini telah memengaruhi ratusan ribu bahkan jutaan orang, baik yang sakit maupun yang meninggal akibat penyebaran virus ini. Maka demikian, hal ini mengakibatkan pemerintah Indonesia mengambil keputusan yang bertujuan dalam rangka mengurangi serta mengantisipasi penyebaran virus Covid-19 dengan cara membatasi aktivitas di ruang publik (Amboro, 2020).

Dalam situasi pandemi seperti ini masyarakat juga perlu adanya penyesuaian dalam berbagai sektor kehidupan dan salah satunya adalah dalam lingkup pekerjaan. Mustajab (dalam Fitria, 2020) mengemukakan bahwa pemerintah menerapkan adanya kebijakan pada aparatur pemerintah untuk tetap melakukan pelayanan publik di masa pandemi dengan cara *Work From Home* (WFH) atau bekerja dari dalam rumah dan bekerja di luar rumah/kantor yang disebut WFO (*Work From Office*).

Bekerja adalah hal yang sengaja dilakukan untuk memperoleh penghasilan untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Sejalan dengan yang dikemukakan Pandji

Anoraga (2014) bahwa dalam diri masing-masing individu memiliki tujuan-tujuan yang hendak dicapai dari kebutuhan yang mendasarinya, sebagai hasil dari tujuan yang ingin dicapai, seseorang terdorong untuk terlibat dalam kegiatan yang disebut dengan kerja. Dijelaskan lebih lanjut dalam Undang-Undang Dasar 1945 terdapat Pasal 1 Undang-Undang Nomor 13 Tahun 2003 Tentang Ketenagakerjaan yang menyatakan bahwa “Tenaga kerja adalah setiap orang yang mampu melakukan pekerjaan guna menghasilkan barang atau jasa baik untuk memenuhi kebutuhan sendiri maupun masyarakat”.

Faktor yang memengaruhi seseorang untuk bekerja menurut Sudirman (2016) di antaranya yaitu faktor kemampuan, dan faktor motivasi. Komponen kemampuan psikologis adalah kapasitas seorang pegawai yang terdiri dari dua bagian yaitu kemampuan potensi (IQ) dan kemampuan realita. Bekerja bisa dilakukan siapa saja baik itu laki-laki maupun perempuan. Pada hakikatnya, para pekerja wanita sedari dulu sudah tidak asing lagi didengar, namun hal ini terbatas hanya sebagai wanita pekerja dalam rumah (Handayani, 2020). Namun, seiring berjalannya waktu, semakin banyak wanita yang bekerja di luar rumah.

Wanita yang bekerja di Indonesia sendiri tercatat dalam badan pusat statistik pada tahun 2021 sebanyak 36,20%. Diketahui sebanyak 1.754.750 pekerja perempuan yang bekerja di daerah di DKI Jakarta pada tahun 2020, kemudian tercatat pada tahun 2018 pekerja wanita di Bogor sebanyak 107.776 yang bekerja pada berbagai sektor diantaranya bidang pertanian, industri, perdagangan, jasa kemasyarakatan, dan sebagainya. Selanjutnya tercatat pada badan pusat statistik daerah Depok pada bulan Desember 2021 tercatat sebanyak 47,92 % tingkat partisipasi angkatan kerja dengan jenis kelamin perempuan. Pada daerah Tangerang tercatat penduduk perempuan yang bekerja pada tahun 2020 sebanyak 369.933 dengan status pekerjaan diantaranya adalah wiraswasta, buruh tetap, karyawan, dan pekerja bebas. Kemudian, pada daerah Bekasi sendiri tercatat pekerja perempuan sebanyak 1.231.276 dengan status pekerjaan diantaranya adalah pertanian, industri, perdagangan, usaha persewaan bangunan atau tanah, jasa kemasyarakatan dan sebagainya.

Wanita pekerja memiliki banyak kesempatan secara luas untuk bekerja di luar rumah dan di berbagai sektor (Handayani, 2020). Pada saat sekarang ini, banyak wanita pekerja yang bahkan sudah menikah dan mempunyai anak masih terus melanjutkan pekerjaannya sebagai wanita karir. Berdasarkan penelitian yang ditemukan menurut Apperson, Schmidt, Moore, & Grunberg (2002) bahwa pekerja pria maupun wanita yang sudah menikah dan menjadi suami atau istri, keduanya memiliki tanggung jawab lebih, baik di tempat kerja maupun di rumah sebagai orang tua.

Beberapa alasan yang mendasari mengapa seorang wanita atau ibu bekerja menurut Munandar (dalam Suryadi & Damayanti, 2003) di antaranya adalah peningkatan ekonomi, sosial dan tingkat pendidikan. Sejalan dengan Reggie (dalam Rahmawati, 2016) menyebutkan beberapa kemungkinan alasan wanita bekerja di antaranya adalah peningkatan kebutuhan ekonomi sosial seperti dalam bidang keuangan, merawat rumah, kesehatan maupun pendidikan. Menurut Handayani (2020) terdapat dua faktor yang menjadi alasan wanita bekerja yaitu karena keinginan dan tuntutan, terlebih dalam masa pandemi seperti ini yang mana keuangan keluarga cukup terkuras seperti untuk memenuhi kebutuhan membeli paket internet untuk belajar *daring* maupun bekerja secara *online*. Semakin berkembangnya zaman banyak wanita yang bekerja di bidang seperti manajer, penerbang, direktur eksekutif, berbagai sektor industri, sektor usaha maupun pengemudi angkutan umum yang sebelumnya jarang atau bahkan belum pernah ada sama sekali dilakukan oleh para pekerja wanita yang bekerja di berbagai sektor tersebut (Wildani, 2014).

Setiap manusia memiliki tantangannya masing-masing, dan tantangan ini terkadang terjadi pada saat yang tidak tepat dan sulit untuk diprediksikan. Salah satu kesulitan yang kerap dialami, terjadi pada para pekerja wanita yang sudah menikah yang mengharuskan dirinya mengerjakan kedua hal sekaligus baik itu dalam pekerjaannya sebagai pekerja wanita maupun pekerjaannya sebagai ibu rumah tangga dalam rumah. Terlebih dalam masa pandemi seperti ini pekerja wanita banyak yang masih bekerja demi membantu perekonomian dalam keluarganya

maupun karena adanya tuntutan yang mengharuskan dirinya bekerja. Tak jarang ditemui bahwa pekerja wanita apalagi yang sudah menikah dan menjadi seorang ibu umumnya lebih tertekan jika ia tidak mampu mengatur kehidupan keluarga dan pekerjaannya, dan tentu tantangannya akan lebih besar (Indah Antika Putri, Y., Lestari, R., & Psi, S, 2017).

Pada saat masa pandemi Covid-19 seperti ini para pekerja wanita dituntut menjadi multitalenta dengan bertambahnya tugas baru dalam mengurus rumah tangga, seperti menjadi guru bagi anak-anaknya di rumah dikarenakan saat ini sistem pembelajaran dilakukan secara *daring* maupun *online*, dan ia juga memiliki tuntutan untuk terus bekerja (Handayani, 2020). Mereka harus mampu membagi waktunya sebaik mungkin dalam mengerjakan kedua hal tersebut. Pekerja wanita juga memiliki kewajiban menjadi seorang istri, dimana tugas yang dilakukan diantaranya ialah mengurus suami. Bagi para wanita dewasa awal yang bekerja dan sudah menikah biasanya rentan menjadi stress karena tekanan yang diberikan, dan dituntut untuk tetap produktif di tempat kerja maupun di rumah (Yunita, 2019).

Berdasarkan hasil wawancara pada studi pendahuluan yang dilakukan pada tiga pekerja wanita yang sudah menikah menyatakan bahwa tantangan yang dihadapi pada masa pandemi covid-19 ini bermacam-macam. Dengan adanya kebijakan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) hingga PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) hal ini menyebabkan pekerja wanita ada yang tidak bekerja atau diliburkan, hal ini memberikan pengaruh terhadap penurunan pendapatan yang dihasilkan. Adanya penurunan tingkat ekonomi yang mereka hadapi juga berpengaruh terhadap tingkat stress, mereka menyatakan bahwa dengan berkurangnya penghasilan membuat mereka tertekan karena mereka memiliki banyak tanggungan seperti biaya hidup sehari-hari, biaya makan bahkan biaya untuk sekolah anak.

Kemudian, dengan adanya kebijakan baru pada bidang pendidikan di masa pandemi covid-19 ini yang mengharuskan para siswa untuk melakukan PJJ (Pembelajaran Jarak Jauh) ataupun sekolah *daring*, hal ini juga berdampak pada orangtua siswa. Pekerja wanita yang menikah dan memiliki anak yang melakukan

sekolah *daring* cenderung merasa kesulitan karena mereka dituntut untuk bisa mendampingi anak-anak sekolah di rumah apalagi jika anak-anak tersebut masih perlu bimbingan orangtua seperti anak SD ataupun TK. Dengan ini, mereka juga turut membantu mengerjakan tugas-tugas, mengajari anak-anaknya belajar sehingga mereka saat ini memiliki dua pekerjaan yaitu harus profesional dalam bekerja dan juga mengajari anak-anaknya belajar *online*. Pada masa pandemi seperti ini dengan adanya berbagai kebijakan baru dalam berbagai sektor juga memberikan dampak pada tingkat stress pekerja wanita, terlebih pada pekerja yang juga mengalami dan terinfeksi virus Covid-19, hal ini lebih membuat mereka merasa mempunyai beban lebih banyak lagi dan cenderung merasa tertekan.

Adanya berbagai situasi dan tantangan yang dihadapi para pekerja wanita, hal ini memerlukan resiliensi pada para pekerja wanita agar dapat menyesuaikan diri dan tetap terus melaksanakan pekerjaannya dengan baik pada kedua hal tersebut. Dalam menghadapi sebuah perubahan dan ketidakpastian hidup resiliensi merupakan sebuah metode untuk bertahan, beradaptasi dan tumbuh (Fiksel, 2006). Wagnild & Young (1993) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi dalam menghadapi kesulitan hidup. Dijelaskan lebih lanjut menurut Reivich & Shatte (dalam Widuri, 2012) bahwa resiliensi adalah kemampuan untuk bangkit, bertahan dan beradaptasi dengan kesulitan, seperti kemampuan individu dalam menanggapi trauma (*adversity*) dengan cara yang sehat dan produktif.

Keberadaan resiliensi dapat mengubah suatu kegagalan menjadi keberhasilan, dan kelemahan seseorang menjadi kekuatan (Anggriany, 2016). Individu dengan tingkat resiliensi yang tinggi akan cenderung percaya terhadap sesuatu yang positif, bahwa segala sesuatunya dapat berubah menjadi lebih baik, bahwa dirinya dapat mengatur hidupnya serta dapat memiliki harapan untuk masa depannya (Anggriany, 2016).

Berdasarkan berbagai fakta yang diungkapkan diketahui bahwa resiliensi adalah suatu penting yang perlu dimiliki oleh para pekerja wanita yang sudah menikah. Resiliensi dipengaruhi oleh berbagai faktor di antaranya adalah regulasi

diri. Berdasarkan faktor yang dapat memengaruhi resiliensi menurut Grotberg (1995) di antaranya adalah *I have* atau dukungan eksternal yang diberikan kepada individu seperti dukungan dari keluarga, kerabat maupun orang-orang terdekat. Kemudian faktor dalam diri sendiri (*I am*) hal ini memiliki kaitan dengan kekuatan individu saat menghadapi masalah, dan ada juga faktor keterampilan sosial dan interpersonal individu atau yang disebut dengan (*I can*) hal ini merupakan faktor yang berkaitan dengan pemecahan masalah, berkaitan dengan memahami berbagai jenis emosi yang ditunjukkan saat permasalahan sedang terjadi, yang termasuk di dalamnya adalah kemampuan regulasi diri.

Dengan banyaknya tantangan dan tuntutan yang lebih besar yang kerap dialami para pekerja wanita yang menikah. Maka dari itu, dibutuhkan kemampuan untuk mengatur dan mengelola dirinya sendiri dalam menghadapi masa-masa sulit dari tuntutannya sebagai seorang wanita pekerja dan sebagai ibu dalam rumah tangganya. Hal ini yang disebut dengan kemampuan regulasi diri. Regulasi diri adalah suatu kemampuan merencanakan, memandu, serta memantau suatu perilaku saat menghadapi kondisi yang berubah-ubah (Miller & Brown, 1991). Lebih lanjut regulasi diri didefinisikan sebagai suatu kapasitas seseorang untuk merencanakan dan mengelola atau mengatur perilaku secara fleksibel dalam dirinya agar sesuai dengan hasil atau tujuan yang diinginkan (Pichardo dkk, 2014).

Regulasi diri juga dapat diartikan sebagai suatu kemampuan seseorang dalam mengatur perilaku dan emosinya supaya tetap dapat fokus dalam tugas yang dikerjakannya (Schwarzer, Diehl & Schmitz, 1999). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Garde (dalam Mutia Rahman, 2019) mengemukakan bahwa individu dengan kemampuan regulasi diri yang baik dapat membuat individu menjadi seseorang yang resilien. Dengan kata lain, individu dengan kemampuan mengelola perilaku dan mampu merencanakan tujuannya serta memiliki keinginan untuk menghadapi suatu tantangan, dengan ini individu akan mampu memiliki kemampuan untuk bangkit dari keadaan maupun permasalahan yang sulit.

Kemudian dalam penelitian yang dilakukan oleh Digdyani dan Kaloeti (2020) mengenai hubungan regulasi diri dengan resiliensi pada perawat rumah sakit

swasta x di kota Semarang mendapatkan hasil hubungan yang positif, peneliti mengemukakan bahwa menjadi perawat rumah sakit tidak hanya membutuhkan kemampuan dalam mengontrol dirinya agar mencapai tujuan yang diinginkan, namun dibutuhkan pula kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi terhadap tekanan yang dialaminya sebagai seorang perawat. Selain itu terdapat juga penelitian Fatmawati (2018) yang mengkaji tentang hubungan regulasi diri dengan resiliensi pada remaja di keluarga bercerai, penelitian ini mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara regulasi diri dan resiliensi pada remaja di keluarga bercerai. Adapula penelitian mengenai pengaruh regulasi diri dan coronavirus anxiety terhadap mental well-being pada wanita karir yang menikah yang dilakukan oleh Sukma, L. F. (2020) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara regulasi diri dan coronavirus anxiety terhadap mental well-being pada wanita karir yang menikah.

Penelitian lain yang dilakukan Mutia Rahman (2019) mendapatkan hasil terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial, dan regulasi diri terhadap resiliensi pada muallaf. Selanjutnya terdapat hasil penelitian yang dilakukan oleh Gardner, dkk (2008) mengenai regulasi diri remaja dan resiliensi yang menyatakan bahwa regulasi diri berfungsi sebagai faktor dari resiliensi yang dapat mengatur perilaku remaja dari pengaruh ataupun penyimpangan negatif teman sebayanya. Ditemukan juga penelitian mengenai regulasi diri dalam belajar sebagai prediktor resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi juga mendapatkan hasil analisis berkorelasi positif dengan resiliensi (Perdana, K. I., & Wijaya, H. E, 2021). Dari berbagai hasil penelitian yang ditemukan mengatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan maupun terdapat korelasi antara regulasi diri dengan resiliensi. Namun, ditemukan juga penelitian yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh antara regulasi diri dengan resiliensi.

Kemudian temuan Makila, Marecia & Wasanga (2017) menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara regulasi diri terhadap resiliensi. Pengaturan diri adalah kapasitas penting yang ada pada manusia dalam menghadapi situasi sulit dan stres yang dijelaskan menurut penelitiannya, tetapi juga dapat

dipengaruhi oleh pengalaman atau latar belakang individu dalam menghadapi tekanan. Maka dari itu, penelitian Makila Marecia & Wasanga (2017) berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

Berdasarkan penjelasan latar belakang diatas, maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu bagaimana pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi pada pekerja wanita yang sudah menikah di masa pandemi Covid-19 Jabodetabek. Sebelumnya telah ditemukan beberapa penelitian yang melihat pengaruh dari variabel regulasi diri dan juga resiliensi dari berbagai subjek yang digunakan dalam penelitian. Terdapat penelitian yang memiliki hasil positif dan terdapat pengaruh yang signifikan, namun ada pula yang berbeda dengan hasil penelitian sebelumnya. Dalam hal ini pula subjek yang membahas mengenai pekerja wanita yang sudah menikah khususnya di masa pandemi Covid-19 Jabodetabek belum ditemukan. Maka dari itu, inilah yang mendorong peneliti untuk melakukan penelitian ini, dan ini akan menjadi penelitian terbaru yang mengkaji mengenai pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi pada pekerja wanita. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai bagaimana pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi pada pekerja wanita yang sudah menikah di masa pandemi Covid-19 Jabodetabek.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan penjabaran latar belakang, teori serta penelitian sebelumnya, maka berikut ini terdapat beberapa permasalahan yang teridentifikasi meliputi:

1. Bagaimana gambaran Regulasi Diri pada Pekerja Wanita yang Sudah Menikah di Masa Pandemi Covid-19 Jabodetabek?
2. Bagaimana gambaran Resiliensi pada Pekerja Wanita yang Sudah Menikah di Masa Pandemi Covid-19 Jabodetabek?
3. Apakah terdapat pengaruh antara Regulasi Diri terhadap Resiliensi pada Pekerja Wanita yang Sudah Menikah di Masa Pandemi Covid-19 Jabodetabek?

1.3. Pembatasan Masalah

Agar penelitian tidak melebar terlalu jauh, maka dari itu peneliti membatasi pembahasan pada penelitian ini yang hanya terkait pada bagaimana pengaruh dari Regulasi Diri terhadap Resiliensi pada Pekerja Wanita yang Sudah Menikah di Masa Pandemi Covid-19 Jabodetabek.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan beberapa hal yang sudah dijelaskan sebelumnya mengenai latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat diketahui rumusan masalah yang didapat pada penelitian ini ialah apakah terdapat pengaruh antara Regulasi Diri terhadap Resiliensi pada Pekerja Wanita yang Sudah Menikah di Masa Pandemi Covid-19 Jabodetabek?

1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh antara Regulasi Diri terhadap Resiliensi pada Pekerja Wanita yang Sudah Menikah di Masa Pandemi Covid-19 Jabodetabek.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian ini secara teoritis diharapkan agar dapat memberikan wawasan dan sumbangan ilmu pengetahuan ilmiah dalam teori mengenai Regulasi Diri terhadap Resiliensi khususnya pada pekerja wanita yang sudah menikah.

1.6.2. Manfaat Praktis

1.6.2.1. Bagi Pekerja Wanita yang Sudah Menikah

Penelitian ini dapat diharapkan memiliki manfaat bagi para pekerja wanita yang sudah menikah. Dimana dengan mengetahui keterkaitan antara regulasi diri dengan resiliensi para pekerja wanita diharapkan mampu memahami dan dapat mengembangkan regulasi diri serta resiliensi sehingga

nantinya individu tidak mengarah pada perilaku yang *negative* saat menghadapi permasalahan yang sulit dalam hidup.

1.6.2.2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Dari penelitian ini, dengan data yang sudah didapatkan diharapkan hal ini dapat bermanfaat dalam memberikan informasi dan dapat dijadikan literatur bagi penelitian-penelitian selanjutnya dengan variabel Regulasi Diri dan Resiliensi.

