

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

*Life satisfaction* adalah suatu kondisi kehidupan yang menjadi keinginan semua orang dan menjadi sebuah gambaran untuk kesejahteraan hidup. Teori psikologi positif mengatakan bahwa *life satisfaction* adalah pusat dari psikologi positif tersebut (Diener, 1999). *Life satisfaction* merupakan suatu keadaan dimana emosi yang meliputi kepuasan individu dengan kehidupan saat ini dan berkontribusi penting bagi kesejahteraan subjektif (Seligman, & Csikszentmihalyi, 2000). Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa seseorang yang puas dalam hidupnya adalah yang mempunyai tingkat *life satisfaction* yang tinggi.

Setiap manusia pada dasarnya menginginkan kepuasan dalam menjalani hidup. Harapan akan kepuasan hidup tidak terlepas pada perempuan yang bekerja. Gambaran kepuasan dalam hidup adalah ketika individu telah merasakan kehidupan yang sejahtera secara psikologis, dan kepuasan hati akan tercapainya keinginan dalam hidupnya. Namun, standarisasi akan kepuasan hidup tiap individu berbeda – beda. Bekerja adalah salah satu faktor penting yang dapat menentukan *life satisfaction* suatu individu. Perempuan dengan pekerjaan yang bagus dan memiliki pendapatan tinggi memiliki kondisi psikologis serta kesehatan fisik yang baik. Sehingga, dari sini dapat diketahui bahwa beberapa orang menjadikan pekerjaan sebagai harapan/keinginan dalam dirinya, yang apabila tercapai dapat mempengaruhi tingkat kepuasan hidup individu dan memberikan

dampak positif bagi individu tersebut (Permatasari, & Mulyana, 2023). Dimensi dalam *life satisfaction* terdiri dari 5 dimensi yaitu *Desire to change life*, *Satisfaction with current life*, *Satisfaction with past*, *Satisfaction with future*, dan *Satisfaction other's view of one's life* (Diener, 2009).

Kualitas hidup dan kepuasan hidup (*life satisfaction*) merupakan aspek penting dalam meningkatkan kesejahteraan individu dan masyarakat. *Life satisfaction* adalah evaluasi kognitif individu terhadap kualitas hidupnya secara keseluruhan. Kepuasan hidup dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kesehatan fisik dan mental, hubungan sosial, pekerjaan, dan lingkungan hidup. (Diener, 1999).

Kepuasan hidup dan kebahagiaan individu sangat ditentukan oleh suatu pengalaman atau perubahan emosi yang dialami. Ketika individu lebih banyak mengalami dan terjebak ke dalam emosi negative seperti kecewa, sedih, dan perasaan negative lainnya maka individu cenderung merasa psikologis yang tidak nyaman dan tidak menyenangkan (Gohm, & Clore, 2002). Hal tersebut membuat individu sulit merasakan kepuasan hidup. Sebaliknya, individu yang telah mencapai kepuasan hidup cenderung bangga dengan apa yang telah dicapai, produktif, dapat berperan maksimal dalam kehidupan sosialnya dan memiliki emosi yang positif. Hal tersebut membuat individu dapat mengelola emosi dirinya sendiri, dimana kemampuan mengelola emosi diri merupakan salah satu dimensi dari kecerdasan emosional.

Pekerjaan merupakan faktor penting yang dapat berpengaruh terhadap kepuasan hidup, pekerjaan menjadi sebuah tujuan dari proses kehidupan yang dijalani oleh individu (Larckay & Bakalim, 2017). Baharuddin (2019) mengatakan bahwa, pekerjaan merupakan hal sangat penting, karena dengan bekerja setiap kebutuhan individu dapat terpenuhi dan tujuan individu dapat tercapai. Di era ini, pekerjaan tidak terbatas hanya dilakukan oleh pria, tetapi wanita memiliki hak yang sama dalam bekerja dan berkarir. Wanita dapat berkontribusi dalam dunia kerja sejalan dengan tingkat pendidikan serta kualitas sumber daya manusia yang ada di lingkungan individu tersebut, dimana wanita dengan latar belakang pendidikan tinggi akan mengejar karir profesionalitas dan pekerjaan.

Darmawati (2015) mengatakan, beban yang di rasakan pada wanita bekerja lebih tinggi dan kompleks ketimbang laki – laki. Oleh karena itu, wanita memiliki tingkat stressor yang tinggi, dari sisi pekerjaan dan keluarga. Wanita mempunyai tuntutan untuk dapat berperan adil dan seimbang dalam menjalankan kedua peran tersebut. Terjadinya ketidakseimbangan peran pada wanita dapat menjadi efek negative yang dapat mempengaruhi salah satu peran, yaitu peran sebagai pekerja dan wanita berkeluarga.

Selain itu Furr dan Funder, (1998) mengatakan seorang dengan tingkat *life satisfaction* yang rendah akan banyak mengalami hambatan dalam hal aktualisasi diri serta cenderung lebih banyak mengalami masalah psikologis dalam hidupnya, seperti stres dan depresi. Hal ini dapat berujung pada rasa tidak puas pada diri

sendiri dan rasa tidak bahagia, yang selanjutnya dapat mengakibatkan masalah dalam penyesuaian diri dan sosial (Hurlock, 1997). Begitu besar dampak ketidakpuasan hidup dapat memmanifestasikan perilaku-perilaku yang menyimpang bahkan mengarah pada tindak kriminalitas, sehingga sangat penting bagi para peneliti khususnya dibidang psikologi untuk membantu memecahkan permasalahan terkait *life satisfaction*.

Data dari Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa presentasi pekerja perempuan sangatlah tinggi. Pada dua tahun terakhir yakni tahun 2022 – 2024, presentase pekerja perempuan mencapai 50,13% pada tahun 2024 (Badan Pusat Statistik, 2025). Hal ini menunjukkan bahwa pada aspek pekerjaan, wanita memiliki kesetaraan, hanya dibedakan melalui kemampuan. Ada beberapa yang menjadikan pada beberapa dekade terakhir banyak perempuan yang memutuskan untuk mengambil peran sebagai pekerja. Pertama, adanya tuntutan ekonomi dan pemenuhan kebutuhan hidup, dan yang kedua adanya kesempatan yang ada berkaitan dengan skill dan kemampuan.

Dengan banyaknya wanita dengan peran ganda, nilai – nilai kepuasan hidup menjadi suatu aspek yang penting, karena dalam menjalani salah satu peran tersebut individu dituntut tanggung jawab, profesionalitas serta tingkat konsistensi yang tinggi. Sebagai individu yang dituntut untuk dapat memenuhi dan melaksanakan tugas dalam hal pekerjaan dan tanpa mengesampingkan tugas dan kewajiban dalam keluarga, membuat wanita harus melaksanakan tugas tersebut dengan adil dan bijak. Wanita bekerja harus rela mengesampingkan kepentingan

dan kegiatan keluarga yang ada pada saat bekerja, hal ini karena tuntutan sebagai pekerja harus patuh terhadap kebijakan dan peraturan perusahaan.

## B. Rumusan Permasalahan

Ulfah dan Mulyana (2014) mengatakan bahwa pekerjaan adalah suatu hal yang dapat menjadi faktor penting dalam menentukan *life satisfaction*. Wanita yang memiliki pekerjaan bagus dan memperoleh pendapatan yang tinggi, memiliki kondisi psikologis yang baik serta kesehatan fisik yang baik (Megawati, 2019). Ada banyak hal yang dapat mempengaruhi *life satisfaction* pada wanita bekerja diantaranya adalah *work family conflict*.

Wanita yang bekerja dan telah berkeluarga memiliki dua peran yang sama penting, dimana menjalankan peran sebagai pekerja dituntut untuk profesional sesuai dengan tujuan perusahaan, sedangkan ketika berperan dalam keluarga wanita mempunyai tanggung jawab dan kewajiban dalam mengurus rumah tangga.

*Work family conflict* seringkali menjadi pemicu menurunnya tingkat kepuasan hidup pada wanita bekerja. Hal ini dikarenakan tidak adanya keseimbangan dalam menjalankan dua peran secara bersamaan. Tidak adanya keseimbangan dalam menjalankan dua peran, dapat berakibat adanya penurunan kualitas pada salah satu peran.

Konflik peran dapat menyebabkan stres dan kesulitan dalam mengelola emosi pada perempuan yang menjalankan dua peran sebagai ibu rumah tangga dan pekerja. Seseorang biasanya berusaha menghilangkan emosi negatifnya dengan melakukan berbagai cara untuk mengendalikannya. Ada yang melakukan

hal positif seperti mendekati diri kepada Tuhan, sementara ada juga yang melakukan hal negatif seperti marah berlebihan, menyakiti diri sendiri, atau bahkan menyakiti orang lain (Nursanti et al., 2022)

Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang merumuskan masalah sebagai berikut Apakah terdapat hubungan antara *work family conflict* dengan *life satisfaction* pada perempuan bekerja di RS. X ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan, “Hubungan antara *Work Family Conflict* dengan *Life satisfaction* pada perempuan bekerja di Rs. X”.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan Psikologi, seperti Psikologi Industri Dan Organisasi dan Psikologi Sosial.

#### **2. Manfaat Praktis**

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan tambahan informasi mengenai hubungan *work family conflict* terhadap *life satisfaction* pada perempuan bekerja sehingga dapat mengetahui cara meningkatkan kepuasan hidup pada.