

DUKUNGAN SOSIAL DAN KONFLIK PERAN GANDA TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS KARYAWATI PT. SC ENTERPRISES SEMARANG

Defi Indriani, Inhastuti Sugiasih

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email : inhastuti@unissula.ac.id

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empirik korelasi antara dukungan sosial dan konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis karyawati PT. SC Enterprises Semarang. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif. Subjek penelitian berjumlah 163 karyawati dengan metode *simple random sampling*. Pengambilan data untuk penelitian dilakukan dengan memberikan 3 skala, yaitu skala kesejahteraan psikologis, dukungan sosial, dan konflik peran ganda.

Uji hipotesis pertama menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis karyawati PT. SC Enterprises Semarang dengan korelasi ($R_{y(1,2)}$) sebesar 0,285, F_{hitung} sebesar 7,077 dengan taraf signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Uji hipotesis kedua menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis ($r_{1y} = 0,241$ dengan taraf signifikansi $p = 0,002$ ($p < 0,05$)). Uji hipotesis ketiga menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara konflik peran ganda terhadap kesejahteraan psikologis dengan hasil korelasi ($r_{1y} = -0,195$ dengan taraf signifikansi $p = 0,012$ ($p < 0,05$)). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama, hipotesis kedua, dan hipotesis ketiga dalam penelitian ini diterima.

Kata Kunci : Kesejahteraan psikologis, dukungan sosial, dan konflik peran ganda.

PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AND WORK FAMILY CONFLICT WITH PSYCHOLOGICAL WELL-BEING EMPLOYEE PT. SC ENTERPRISES SEMARANG CITY

Abstract

This study was to investigate the correlation between perceived social support and work family conflict with psychological well-being employee PT. SC Enterprises Semarang. The method applied by the writer was a quantitative study. The samples of this study consisted of 163 employee that were taken by using simple random sampling method. The data were collected by applying 3 scales which were psychological well-being scale, perceived social support scale, and work family conflict scale.

The first hypothesis test showed that there was a significant the correlation between perceived social support and work family conflict with psychological well-being employee PT. SC Enterprises Semarang ($R_{y(1,2)}$ was 0.285, F_{value} was 7,077 and the sig value was 0.001, $p < 0.05$). The second hypothesis indicated that there was a positive the correlation between perceived social support and psychological well-being ($r_{1y} = 0.241$ and the sig value was $p = 0.002$, $p < 0.05$). The third hypothesis indicated that there was a negative significant the correlation between work family conflict and psychological well-being ($r_{1y} = -0,195$ and the sig value was $p = 0.012$, $p < 0.05$). It can be concluded that the first hypothesis, the hypothesis second and third hypothesis in this study received.

Keywords: psychological well-being, perceived social support, and work family conflict

PENDAHULUAN

Saat ini tenaga kerja di Indonesia di dominasi oleh perempuan. Diperkuat dari data Biro Pusat Statistik tahun 2010 bahwa laju pertumbuhan tenaga kerja perempuan lebih tinggi dibanding laki-laki. Tahun 2009 jumlah tenaga kerja perempuan 43.424.193 orang dan meningkat menjadi 45.154.196 di tahun 2010. Saat ini perempuan sudah banyak yang berkarya pada sektor publik dari pada sebagai ibu rumah tangga. Peran publik mencakup pengertian perempuan sebagai tenaga kerja serta berperan aktif dalam organisasi kemasyarakatan. Perempuan yang memiliki peran di ranah publik berdampak pada berkurangnya waktu dan kualitas perempuan dalam perannya sebagai istri, ibu dan pengelola rumah tangga. Bagi perempuan yang telah berkeluarga dan memiliki peran di ranah publik dalam arti bekerja di luar rumah maka otomatis akan memiliki peran ganda. Jadi peran ganda adalah dua peran yang sekaligus melekat dalam diri seorang perempuan, yaitu sebagai tenaga kerja dan juga sebagai ibu rumah tangga.

Keuntungan bagi perempuan bekerja adalah mampu meningkatkan kemandirian dan kepercayaan dirinya (Diana, 1991). Barnett & Hyde (Betz, 2004) menambahkan keuntungan yang bisa didapatkan oleh seorang ibu bekerja dari peranannya yang beragam adalah mampu meningkatkan kesejahteraan keluarganya, meningkatkan kemandirian dan kepercayaan dirinya, meningkatkan *self-esteem*, kepuasan hidup yang pada akhirnya dapat meningkatkan kesejahteraan dirinya. Pada intinya, Baruch, Barnett, dan Rivers (Lemme, 1995) mengatakan bahwa keberagaman peran memberikan keuntungan pada seseorang dalam berbagai cara sehingga kesejahteraan psikologis dirinya meningkat.

Meningkatnya kesejahteraan psikologis menjadi indikator kebahagiaan seseorang. Menurut Ryff (1996) individu yang memiliki kesejahteraan psikologis adalah individu yang memiliki suatu kondisi psikologis individu yang sehat dan hal ini ditandai dengan berfungsinya aspek-aspek psikologis positif untuk mencapai aktualisasi diri. Selain itu Ryff (1996) juga menyatakan bahwa individu yang memiliki jiwa sejahtera digambarkan sebagai individu yang mampu menghayati dan menjalani fungsi-fungsi psikologisnya. Individu yang jiwanya sejahtera adalah yang memiliki penilaian positif terhadap dirinya sendiri, bebas dari tekanan atau masalah-masalah psikologis. Selain itu juga mampu bertindak secara mandiri serta tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan.

Diener (2009) menjabarkan kesejahteraan psikologis merupakan kondisi individu mengevaluasi kognitif dan afektif di dalam hidupnya. Bentuk evaluasi kognitifnya adalah kepuasan terhadap hidupnya, sedangkan evaluasi afektif adalah lebih sering muncul emosi positif seperti senang dan bahagia, serta lebih jarang mengalami emosi negatif seperti sedih dan marah. Kesejahteraan psikologis adalah proses evaluasi yang dilakukan individu dalam mempersepsikan dirinya terhadap perasaan menyenangkan atau tidak menyenangkan, dan kepuasan yang terjadi di dalam hidupnya, sehingga dalam hal ini melibatkan pengalaman dan peristiwa yang positif serta membangun fungsi yang positif pula pada dirinya (Diener, Suh, Lucas, Smith, dalam Imelda, 2013).

Huppert (2009) berpendapat bahwa kesejahteraan psikologis sebagai kehidupan yang dapat berlangsung dengan baik. Hal tersebut terdiri dari kombinasi antara perasaan yang nyaman dan dapat berfungsi secara efektif.

Menurut Lopez, S., & Synder (2007) kesejahteraan psikologis merupakan kondisi seseorang yang menggambarkan hubungan seseorang pada objek ataupun oranglain dimana didalamnya terdapat keterikatan aktif, memahami arti dan tujuan hidup. Dagun (2002) mengemukakan

pendapatnya bahwa kesejahteraan psikologis memiliki beberapa domain didalamnya yang fokus pada realisasi diri (*self-realization*), pernyataan diri (*personal expressiveness*), dan aktualisasi diri (*self-actualization*). Menurut Huppert (2009) kesejahteraan psikologis adalah sebuah kehidupan yang berjalan dengan baik dimana didalamnya terdapat kombinasi antara perasaan baik dan buruk individu.

Ibu bekerja yang memiliki kesejahteraan psikologis adalah yang mampu mengatur dirinya sendiri dan mampu mengatasi berbagai macam masalah terkait dengan kehidupan (Papalia, 2009). Individu yang sehat secara psikologis adalah individu yang bebas dari pikiran negatif sehingga mampu menilai dirinya sendiri dan menilai orang lain secara positif. Individu dapat hidup mandiri, sigap dalam mengambil keputusan pribadi dan individu mengatur tingkah lakunya, dan mampu memilih atau mengubah lingkungan agar dapat sesuai dengan dirinya. Individu yang sehat secara psikologis akan memiliki tujuan, sehingga hidupnya terasa lebih berguna dan individu akan terdorong untuk mencari dan mengembangkan potensi dirinya.

Kesejahteraan psikologis merupakan sesuatu yang penting dan harus dimiliki oleh setiap individu. Demikian pula dengan Ibu bekerja diharapkan bisa mencapai kondisi sejahtera secara psikologis. Namun demikian, kenyataannya kesejahteraan psikologis bukan sesuatu yang bisa dicapai dengan mudah, terutama oleh ibu bekerja. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan beberapa subyek ibu bekerja menunjukkan bahwa rata-rata subyek memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah. Subyek kurang memiliki hubungan yang hangat dengan keluarga karena kesibukannya bekerja di luar rumah. Selain itu subyek juga sering mengalami konflik dengan keluarga.

Salah satu faktor yang mempengaruhi rendahnya kesejahteraan psikologis pada ibu bekerja adalah konflik peran ganda yang dialami. Konflik peran yang dialami seorang ibu bekerja terjadi karena adanya ketidakcocokan antara harapan, tuntutan, serta tekanan dirumah dan di tempat bekerja (Sawhney, Asnani, & Pandey, 2004). Selain itu, Asnani dkk (2004) juga menyatakan bahwa konflik peran ganda terjadi karena ada tuntutan yang bersamaan waktunya dari peran yang berbeda.

Gutek dkk (Jimad, 2010) menjelaskan bahwa konflik peran ganda terjadi jika ada dua komponen, yaitu urusan keluarga yang mengganggu saat jam kerja (misalnya banyaknya waktu yang digunakan untuk menjalankan pekerjaan mengganggu atau mengurangi waktu seseorang untuk menjalankan kewajibannya di rumah), dan urusan pekerjaan mengganggu keluarga (misal, merawat anggota keluarga yang sakit akan menghalangi seseorang untuk masuk kerja). Menurut Gregson dan Auno (Handayani, 2008), konflik peran merupakan ketidaksesuaian harapan yang berkaitan dengan peran.

Menurut Suryadi dkk (2004) konflik peran ganda adalah konflik yang muncul ketika melakukan lebih dari satu peran sekaligus secara bersamaan dan secara tidak langsung memberikan akibat yang negatif baik bagi wanita itu sendiri maupun bagi lingkungan keluarganya. Wanita dengan peran ganda dituntut untuk sukses dalam menjalankan masing-masing peran yang bertentangan. Dirumah wanita bekerja dituntut untuk berperan subordinat (memiliki kedudukan dibawah suami) dalam menunjang kebutuhan keluarga dengan mengurus suami dan anak. Di tempat kerja wanita yang berperan ganda tersebut dituntut untuk mampu bersikap mandiri dan dominan.

Penelitian yang dilakukan oleh Sianturi & Zulkarnain (2013) bahwa ada korelasi negatif antara konflik peran ganda dengan kesejahteraan psikologis. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat konflik peran ganda seseorang maka akan diikuti oleh rendahnya tingkat kesejahteraan

psikologis. Ketidakseimbangan antara pekerjaan dan keluarga disebut sebagai konflik peran ganda. Adapun definisi konflik peran ganda, yaitu konflik yang muncul karena terdapat permasalahan yang disebabkan karena terganggunya area pekerjaan dengan keluarga.

Menurut Huppert (Sianturi & Zulkarnain, 2013) hal lain yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis adalah dukungan sosial. Smet (1994) menyatakan bahwa dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan non verbal, bantuan nyata atau tindakan yang diberikan untuk menjalin ikatan-ikatan sosial. Ikatan-ikatan sosial menggambarkan tingkat dan kualitas umum dari hubungan interpersonal.

(Santrock, 2006) menerangkan bahwa dukungan sosial merupakan suatu tanggapan atau informasi dari pihak lainnya yang di cintai, disayangi, menghormati, menghargai serta mencakup adanya hubungan yang saling bergantung. (E. P. Sarafino, 2002) mengemukakan bahwa dukungan sosial merupakan suatu bentuk kenyamanan, harga diri, kepedulian serta segala bentuk adanya suatu bantuan yang diterima baik dari individu maupun kelompok .

Gottlieb (Smet, 1994) mengungkapkan bahwa dukungan sosial merupakan sebuah komponen dari suatu informasi dan nasehat baik secara verbal ataupun non verbal juga berupa bentuk bantuan secara nyata atau suatu tindakan yang didapat dari orang lain yang mempunyai efek emosional bagi penerima. (R. A. Baron & Byrne, 2005) mendefinisikan dukungan sosial merupakan suatu bentuk kenyamanan baik fisik maupun psikologis yang diberikan anggota keluarga ataupun sahabat dekat. Dukungan sosial dapat ditinjau dari seberapa banyak adanya interaksi sosial yang dilakukan dalam menjalani suatu hubungan yang berkaitan dengan lingkungan sekitar.

Menurut Carstensen (2003) mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah salah satu proses psikologis yang dapat menjaga perilaku sehat seseorang yang berbentuk sebagai sebuah kekuatan atau bentuk dukungan yang berasal dari relasi terdekat didalam kehidupannya. Cohen & Syme (dalam Apollo & Cahyadi, 2012) menyatakan dukungan sosial adalah sumber-sumber yang disediakan orang lain terhadap individu yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu bersangkutan. Dukungan sosial adalah perasaan nyaman, diperhatikan, dihargai, atau menerima pertolongan dari orang atau kelompok lain.

Penelitian Kaufmann & Beehr (Fitri, 2000) menyatakan bahwa dukungan sosial dari keluarga dan teman-teman mempunyai hubungan yang sangat signifikan dengan kesejahteraan psikologis. Berdasarkan uraian diatas maka hipotesis penelitian yang diajukan peneliti ini meliputi :

1. Ada hubungan antara kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda dan dukungan social pada ibu bekerja
2. Ada hubungan negatif antara konflik peran ganda dengan kesejahteraan psikologis pada ibu bekerja
3. Ada hubungan positif antara dukungan social dengan kesejahteraan psikologis pada ibu bekerja

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian dengan menggunakan angka, datanya berbentuk bilangan, dianalisis dengan menggunakan statistik untuk memprediksi suatu variabel tertentu dapat mempengaruhi variabel lainnya (Alsa, 2003).

Penelitian ini mengambil populasi pada karyawati PT. SC Enterprises yang berjumlah 600 subyek. Karakteristik populasi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Pekerja wanita
- b. Telah menikah
- c. Telah memiliki anak

Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*. *Simple Random Sampling* adalah teknik penentuan sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi (Sugiyono, 2009). Cara untuk menentukan ukuran sample dari suatu populasi dapat menggunakan tabel yang dikembangkan dari *Isaac* dan *Michael* dengan tingkat kesalahan 1%, 5%, dan 10%. Peneliti menggunakan rumus tingkat kesalahan 10% untuk menentukan *sample* penelitiannya. Dari tabel tersebut mendapatkan hasil bahwa dari 600 populasi dapat diambil untuk sampel penelitian berjumlah 163 responden.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode skala dalam proses pengumpulan data. Skala yang digunakan terdiri dari 3 yaitu : skala kesejahteraan psikologis, skala konflik peran ganda dan skala dukungan social. Skala kesejahteraan psikologis dibuat berdasarkan aspek-aspek Kesejahteraan Psikologis menurut Ryff (1989) yakni : Penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose of life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Skala kesejahteraan psikologis terdiri dari 25 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.85. Skala konflik peran ganda dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek konflik peran ganda menurut Kopelman (Apollo & Cahyadi, 2012) yaitu meliputi: Aspek masalah pengasuhan anak, bantuan pekerjaan rumah tangga, komunikasi dan interaksi dengan anak dan suami, waktu untuk keluarga, menentukan prioritas, tekanan karir dan tekanan keluarga, serta pandangan suami tentang wanita karir. Skala konflik peran ganda terdiri dari 14 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.774. Skala dukungan sosial disusun berdasarkan bentuk-bentuk dukungan sosial menurut House & Khan (Apollo & Cahyadi, 2012) yaitu ;dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif. Skala dukungan social terdiri dari 22 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.933

Metode analisis data yang digunakan adalah metode dalam bentuk kuantitatif dengan menggunakan pertimbangan statistik melalui teknik korelasi analisis regresi dua prediktor. Melalui analisis regresi dengan dua prediktor dapat dikembangkan persamaan estimasi untuk mendeskripsikan pola atau fungsi hubungan antara variabel-variabel yang masing-masing data dari variabel-variabel tersebut bewujud skor dengan menggunakan alat bantu komputer dalam program SPSS (*Statistical Packages or Service Solution*)for Windows Release versi 16.0, sedangkan untuk menguji hipotesis kedua dan hipotesis ketiga dengan menggunakan metode teknik korelasi parsial.

HASIL

Sebelum menguji hipotesis penulis melakukan uji asumsi. Uji normalitas dilakukan dengan tujuan untuk melihat normal dan tidaknya distribusi data variabel-variabel penelitian. Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui pada variabel kesejahteraan psikologis nilai KS-Z = 0,951, $p = 0,326$ ($P > 0,05$), variabel konflik peran ganda nilai KS-Z = 1,139, $p = 0,061$ ($P > 0,05$), variabel dukungan sosial nilai KS-Z = 1,194, $p = 0,115$, ($P > 0,05$). Hal ini berarti ketiga variabel dalam penelitian ini datanya berdistribusi normal.

Berdasarkan hasil uji linearitas antara variabel kesejahteraan psikologis dengan dukungan sosial diperoleh $F = 0,920$, $p = 0,002$ ($P < 0,01$) dan variabel kesejahteraan psikologis dengan konflik peran ganda diperoleh nilai $F = 6,391$, $P = 0,012$ ($P < 0,01$). Artinya kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang linier. Selanjutnya dilakukan uji multikolinieritas bertujuan untuk menguji adanya korelasi antar variabel bebas dalam model regresi. Berdasarkan hasil analisis diketahui nilai VIF variabel konflik peran ganda = 1,784 dengan nilai tolerance = 0,560 ($> 0,10$) dan nilai VIF variabel dukungan sosial = 1,037 dengan nilai tolerance = 0,964 ($> 0,10$). Artinya antar dua variabel bebas dalam penelitian ini tidak saling berhubungan.

Berdasarkan hasil uji linearitas antara variabel penyesuaian diri dengan kematangan emosi diperoleh $F = 65,118$, $p = 0,000$ ($P < 0,01$) dan variabel penyesuaian diri dengan keterampilan sosial diperoleh nilai $F = 38,186$, $P = 0,000$ ($P < 0,01$). Artinya kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang linier. Selanjutnya dilakukan uji multikolinieritas bertujuan untuk menguji adanya korelasi antar variabel bebas dalam model regresi. Berdasarkan hasil analisis diketahui nilai VIF variabel kematangan emosi = 1,784 dengan nilai tolerance = 0,560 ($> 0,10$) dan nilai VIF variabel keterampilan sosial = 1,784 dengan nilai tolerance = 0,560 ($> 0,10$). Artinya antar dua variabel bebas dalam penelitian ini tidak saling berhubungan.

Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan teknik analisis regresi dua prediktor dihasilkan korelasi $R_{y(1,2)}$ sebesar 0,285, F_{hitung} sebesar 7,077 dengan taraf kepercayaan = 0,001 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat dukungan sosial dan konflik peran ganda dengan kesejahteraan psikologis terhadap karyawan PT. SC Enterprises Semarang. Dukungan sosial dan konflik peran ganda pada penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 8,1% yang dapat dilihat dari koefisien determinasi (r^2) = 0,081.

Hipotesis kedua dan ketiga dalam penelitian ini diuji dengan menggunakan teknik korelasi parsial. Hipotesis kedua untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis terhadap karyawan PT. SC Enterprises Semarang. Hasil perhitungan menunjukkan nilai korelasi $r_{1y} = 0,241$ dengan taraf kepercayaan = 0,002 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis kedua yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis terhadap karyawan PT. SC Enterprises Semarang.

Uji hipotesis ketiga untuk mengetahui hubungan antara tingkat konflik peran ganda dengan kesejahteraan psikologis terhadap karyawan PT. SC Enterprises Semarang. Hasil perhitungan menunjukkan nilai korelasi $r_{1y} = -0,195$ dengan taraf kepercayaan = 0,012 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis ketiga yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara konflik peran ganda dengan kesejahteraan psikologis terhadap karyawan PT. SC Enterprises Semarang.

PEMBAHASAN

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menguji secara empiric apakah terdapat korelasi antara kesejahteraan psikologis dengan dukungan social dan konflik peran ganda. Hasil uji hipotesis pertama menunjukkan nilai korelasi $R_{Y(1,2)}$ sebesar 0,285, F_{hitung} sebesar 7,077 dengan taraf kepercayaan = 0,001 ($p < 0,05$). Hal ini memiliki makna bahwa terdapat korelasi antara kesejahteraan psikologis dengan variabel tingkat dukungan sosial dan variabel konflik peran ganda pada karyawati PT. SC Enterprises Semarang.

Huppert (2009) berpendapat bahwa kesejahteraan psikologis akan terganggu apabila muncul emosi negatif yang mengganggu keberfungsian dalam aktivitas individu sehari-hari dalam kehidupan sehari-hari karena kesejahteraan psikologis merupakan sebuah kombinasi antara perasaan baik dan buruk individu.

Cohen & Syme (Apollo & Cahyadi, 2012) menyatakan dukungan sosial adalah sumber-sumber yang disediakan orang lain terhadap individu yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu bersangkutan. Sumber-sumber dukungan yang dimaksud meliputi dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informatif. Penelitian yang peneliti lakukan mendapatkan hasil bahwa dukungan sosial mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Adapun penelitian sebelumnya yang menunjang penelitian yang peneliti lakukan adalah penelitian yang dilakukan oleh Indah (2012) yang memberikan simpulan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara Dukungan Sosial dengan kesejahteraan psikologis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dhinari & Pratiwi (2000) menemukan hasil bahwa terdapat korelasi signifikan antara konflik peran ganda dengan kesejahteraan psikologis. Konflik peran ganda merupakan salah satu hambatan bagi wanita yang telah menikah, memiliki anak, dan bekerja dalam mengaktualisasikan kemampuannya, sehingga wanita berpotensi mengalami kesejahteraan psikologis yang rendah. Wanita akan diselimuti perasaan bersalah apabila saat keberhasilan dalam karir menghampiri sementara keluarganya dalam keadaan tidak harmonis.

Peran ganda membuat wanita mengalami dilema antara kepentingan keluarga dan kebutuhan untuk bekerja, wanita merasa sangat lelah karena dituntut untuk menjalankan perannya secara seimbang sebagai wanita karir juga sebagai ibu rumah tangga, dari masalah anak yang ditinggalkan, tidak bisa mengurus pekerjaan rumah secara total, kurangnya waktu kebersamaan dengan suami dan anak, hingga sering terjadi perselingkuhan yang dilakukan seorang suami karena suami merasa dinomorer duakan dengan pekerjaan, padahal tidak sedikit wanita bekerja juga untuk membantu perekonomian keluarga. Kondisi demikian terjadi pada wanita disebabkan konflik peran ganda sehingga kesejahteraan psikologisnya tergolong rendah.

Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan menunjukkan terdapat korelasi antara konflik peran ganda dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis terhadap karyawati PT. SC Enterprises Semarang.
2. Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan dapat diperoleh hasil bahwa hipotesis kedua dalam penelitian ini terbukti, yang artinya terdapat korelasi yang positif antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis terhadap karyawati PT. SC Enterprises Semarang.

3. Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan dapat diperoleh hasil bahwa hipotesis ketiga dalam penelitian ini terbukti, artinya terdapat hubungan negatif antara konflik peran ganda dengan kesejahteraan psikologis terhadap karyawan PT. SC Enterprises Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Alsa, A. (2003). *Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif serta Kombinasi dalam Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Apollo, & Cahyadi, A. (2012). Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah yang Bekerja Ditinjau dari Dukungan Sosial Keluarga dan Penyesuaian Diri. *Widya Warta No. 02 Tahun XXXV I/ Juli 2012 ISSN 0854-1981*, 261-262.
- Betz, N. (2004). Basic Confidence Predictors of Career Decision Making Self Efficacy. *The Career Development Quarterly*, 52 (4), 354-362.
- Carstensen, L. (2003). *Growing Old or Logevity*. California: Stanford University.
- Chaplin, J. (2004). *Kamus Lengkap Psikologi (Penerjemah Kartini Kartono)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Dagun, S. (2002). *Psikologi Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Diana, M. J. (1991). *Stres Peran Tradisional pada Ibu Bekerja dan Tidak Bekerja*. Universitas Indonesia. Depok: Tidak diterbitkan.
- Fitri, W. (2000). Intensitas Konflik Peran Ganda Ditinjau Dari Tingkat Religiusitas Dan Dukungan Sosial Keluarga. Tesis Tidak diterbitkan. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Handayani, W. (2008, September). Dampak Komitmen Organisasi, Self Efficacy terhadap Konflik Peran dan Kinerja Karyawan PT. HM Sampoerna Tbk Di Surabaya. *Jurnal Riset Ekonomi dan Bisnis Vol.8 No.2*, 70.
- Huppert, F. (2009). Psychological Well-Being : Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Journal Complication International Association of Applied Psychology : Health and Well-Being*, 1 Nomer 2, 137-164.
- Jimad, H. (2010). Pengaruh Konflik Peran Ganda dan Komitmen Organisasi Terhadap Kinerja Karyawan Bank. *Jurnal Bisnis dan Manajemen*, VI.
- Keyes, C., & Ryff, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Resivited. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Letme, B. (1995). *Development in Adulthood*. USA: Allyn & Bacon.
- Lopez, S., & Synder, C. (2007). *Positive Psychology : The Scientific and Practical Explorations of Human Stregth*.
- Papalia, D. O. (2009). *Human Development : Perkembangan Manusia*. (10. Buku 2. Alih Bahasa: Brian Marwnsdy ed.). Jakarta: Salemba Humanika.
- Pierce, G., Sarason, I., & Sarason, B. (1990). *Social Support : An Interactional View*. Canada: A Wiley Interscience Publication.
- Ryff, C. (1989). Happiness is Everything, or is it ? Exploration on the meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. DOI: 0022-3514/89/SOO. 75
- Safitri, Putri, P. S., & Respati, W. S. (2009). Makna Hidup pada Perempuan Dewasa yang Berperan Ganda. *Jurnal Psikologi*, 7 No 2, 43-56.

- Sawhney, M., Asnani, V., & Pandey, U. (2004). Social Support and Occupational Health of Working Women. *Journal of Health Management*, 6, 129.
- Sianturi, M. M., & Zulkarnain. (2013). *Jurnal Sains Dan Praktik Psikologi*, 1, 209.
- Sianturi, M. M., & Zulkarnain. (2013). Analisis Work Family Conflict terhadap Kesejahteraan Psikologis Pekerja. *Jurnal Sains dan Praktik Psikologi*, 1, 205-217.
- Singer, B., & Ryff, C. (1996). Psychological Well-Being : Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research. *Psychotherapy Psychosomatics*, 65, 14-23.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryadi, D. S. (2004). Gambaran Konflik Emosional Perempuan Dalam Menentukan Prioritas Peran Ganda. *Jurnal Ilmiah Psikologi "ARKHB"*, 1, 11.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Gramedia Widiasarana.
- Wulaningsih, T. (2000). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Prestasi Belajar pada Siswa yang Mengalami Kecemasan di SMUN 9 Yogyakarta. (*Skripsi*). Jakarta : Universitas Indonesia