

## **PENGARUH *WORK FAMILY CONFLICT* TERHADAP *PARENTING STRESS* IBU YANG BEKERJA**

**Gumi Langerya Rizal, Zulian Fikry**  
Universitas Negeri Padang  
*e-mail:* [gumi.langerya@fip.unp.ac.id](mailto:gumi.langerya@fip.unp.ac.id)

Submitted: 2021-11-18

Published: 2023-01-30

DOI: 10.24036/rapun.v13i2.115244

Accepted: 2023-01-30

### **Abstract: The Effect of *Work Family Conflict* to *Parenting Stress* of Working Mothers.**

Women today mostly embraced more than a housewife role but also as a mother and a career individual. Economics demands in highly competitive work place requires working mother an enormous portion of commitment to their work. But on the other hand, challenges on children and adolescents developments that are happening today also required parents dedication towards their families, especially to provide positive care for children in daily basis. Balancing these demands of parenting and work become time and energy consuming tasks for working mother. The existence of this dual role conflict (*Work Family Conflict*) is thought to cause psychological pressure in parenting or so called the parenting stress. This study aims to examine the effect of WFC towards parenting stress among working mother. The study was conducted on 209 working mothers. The research method used is a quantitative method to the data collected using the WFC scale (*Skala Konflik Kerja-Keluarga*) and *Parenting-Stress* scale. The data shows  $F=87.826$  indicating that there is a significant effect of WFC on parenting-stress in working mothers.

*Keywords: Work family conflict, Parenting stress, Working mothers, Parenting*

### **Abstrak: Pengaruh *Work Family Conflict* terhadap *Parenting Stress* Ibu yang Bekerja.**

Zaman sekarang kebanyakan wanita tidak lagi hanya menjadi ibu rumah tangga tetapi juga ikut bekerja. Tuntutan perekonomian dan tingginya kompetitif di dunia kerja, mengharuskan ibu bekerja untuk memiliki komitmen besar dalam bekerja, namun dilain pihak banyaknya permasalahan anak dan remaja yang terjadi saat ini juga menuntut orangtua untuk mendedikasikan banyak waktu untuk keluarga terutama memberikan pengasuhan positif bagi anak setiap hari. Menyeimbangkan tuntutan mengasuh anak dan tuntutan pekerjaan merupakan tantangan besar bagi ibu bekerja pada zaman ini. Adanya konflik peran ganda ini (*Work Family Conflict*)

diduga dapat menimbulkan tekanan psikologi dalam mengasuh anak (*parenting stress*). Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *work family conflict* terhadap *parenting stress* pada ibu yang bekerja. Penelitian dilakukan kepada 209 ibu bekerja di kota padang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif terhadap data yang dikumpulkan menggunakan skala konflik kerja-keluarga (*work-family conflict scale*) dan *Parenting stress scale*. Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi sederhana menunjukkan  $F=87.826$  yang berarti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan *work family conflict* terhadap *parenting stress* pada ibu yang bekerja.

Kata kunci : *Work family conflict*, *Parenting stress*, Ibu bekerja, Pengasuhan

## PENDAHULUAN

Pengasuhan adalah salah satu peran penting orang tua dalam mendidik anak. Sebelumnya peran pengasuhan dibedakan berdasarkan fungsi gender, perempuan identik dengan peran sebagai pengasuh anak dan laki-laki sebagai pencari nafkah. Saat ini tuntutan zaman dan perekonomian menuntut setiap individu untuk giat bekerja, termasuk mengharuskan wanita untuk ikut membantu perekonomian keluarga. Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat bahwa pada Februari 2017 hingga Agustus 2018 angka tingkat partisipasi angkatan kerja (TPAK) pada wanita meningkat hingga 0,99 % (BPS, 2019). Kondisi ini menyebabkan peran pengasuhan anak dalam kesehariannya tidak sepenuhnya lagi dilakukan oleh ibu, melainkan membutuhkan bantuan pada pengasuh lain seperti nenek/kakek, anggota

keluarga lainnya, atau tenaga pengasuh. Sebagai ibu yang bekerja, waktu yang diberikan dalam pengasuhan anak cenderung terbatas. Kurangnya waktu yang diberikan ibu terhadap anak mempengaruhi pengasuhannya (Chi & Xu, 2018).

Pengasuhan yang tidak optimal akibat kurangnya waktu yang diberikan dapat menimbulkan dampak bagi masalah perilaku pada anak (Yeo & Teo, 2013) serta dapat mempengaruhi penyesuaian sosial, emosional, dan akademik anak (Hidangmayun & Khadi, 2012). Dalam pandangan sosial, permasalahan pada anak menjadi tanggung jawab orang tua sehingga memberikan tuntutan bagi orangtua untuk berperan dalam pengasuhan yang positif. Bagi orang tua, kesulitan untuk memenuhi tuntutan pengasuhan mampu menimbulkan stress pengasuhan (*parenting stress*)

(Abidin, 1992; Deater-Deckard, 2004; Pearlin, 1999). *Parenting stress* merupakan perasaan cemas dan ketegangan yang dirasakan orangtua terkait perannya dan interaksinya terhadap anak (Abidin, 1992). Beberapa penelitian menemukan bahwa ibu yang bekerja banyak mengalami *parenting stress* (Chi & Xu, 2018). Reaksi stres orang dewasa terhadap tuntutan pengasuhan adalah faktor utama penyebab *parenting stress*. Ketika *parenting stress* meningkat, kualitas pengasuhan anak akan memburuk dan masalah emosi serta masalah perilaku anak meningkat. Ketika stres orang tua berkurang, maka pengasuhan anak akan membaik dan kesejahteraan sosial anak juga akan meningkat (Deater-Deckard, 2004).

Beberapa faktor yang mempengaruhi *parenting stress* yaitu karakteristik kepribadian orang tua, karakteristik anak-anak mereka, karakteristik lingkungan dimana mereka tinggal dan bekerja, dukungan sosial, hubungan perkawinan orang tua, status ekonomi keluarga, pengalaman orangtua, dan aktivitas orang tua sehari-hari (Abidin dalam Ahern, 2004; Shin, 2006). Pada ibu yang bekerja salah satu aktivitas keseharian adalah bekerja di tempat kerjanya, yang selanjutnya mampu menjadi sumber stress. Stres ibu merupakan salah satu faktor yang

mempengaruhi perilaku pengasuhan yang selanjutnya juga berdampak bagi anak (Hidangmayun & Khadi, 2012).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tekanan yang dirasakan ibu yang bekerja seperti tuntutan komitmen dan dedikasi yang tinggi dari tempat kerja, serta kondisi kerja tertentu (seperti, jadwal kerja yang tidak fleksibel dan beban kerja yang berlebihan) dapat menciptakan konflik antara pekerjaan dan keluarga atau yang diistilahkan *work-family conflict* (Moreira, Fonseca, Caiado, Canavarro, 2019). *Work-family conflict* (WFC) merupakan suatu konflik *interrole* atau konflik antar peran, antara tuntutan umum, waktu yang dicurahkan, dan tekanan dalam pekerjaan mengganggu pelaksanaan tanggung jawab terhadap keluarga (Netemeyer, Boles, McMurrian, 1996).

WFC terjadi disebabkan oleh kesulitan dalam mengatasi kelelahan fisik dan mental akibat pekerjaan sehingga menyebabkan ketidakharmonisan dalam rumah tangga (Booth, 2011). Pendapat tersebut menjelaskan bahwa WFC tidak hanya akibat kelelahan fisik karena peran ganda antara tugas pekerjaan dan keluarga. WFC juga merupakan kelelahan pikiran dan emosional dalam menghadapi konflik yang ada antara tugas pekerjaan dan tuntutan tanggung jawab pada keluarga.

Hal ini menjadikan WFC berdampak kuat pada kesejahteraan dan perilaku ibu yang bekerja (Costigan, Cox, & Cauce, 2003).

Kondisi stress yang ditimbulkan akibat WFC diduga mampu menimbulkan stress dalam peran pengasuhan ibu di rumah (*parenting stress*) serta menimbulkan perilaku pengasuhan yang tidak positif bagi anak. Oleh sebab itu penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah terdapat pengaruh *work-family conflict* terhadap *parenting stress* pada ibu yang bekerja.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang melihat pengaruh *work family conflict* terhadap *parenting stress* pada ibu bekerja dengan menggunakan analisis regresi. Subjek penelitian memiliki kriteria inklusi yaitu: ibu bekerja yang anaknya berusia di bawah 21 tahun, memiliki anak yang tinggal satu rumah bersama-sama orang tuanya, dan memiliki anak yang belum memiliki penghasilan sendiri.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala konflik kerja-keluarga untuk mengukur *work family conflict* dan skala *parenting stress* untuk mengukur *parenting stress*. Hasil uji validitas menggunakan uji korelasi bivariate pearson didapat bahwa seluruh

aitem pada skala konflik kerja-keluarga dinyatakan valid dengan rentang koefisien korelasi aitem berada pada 0.511 hingga 1 (nilai  $r$  table 0.138, taraf sig. 5 %). Begitu pula pada skala *parenting stress*, berdasarkan hasil uji korelasi bivariate pearson didapat bahwa seluruh aitem dinyatakan valid dengan rentang koefisien korelasi aitem berada pada 0.237 hingga 1 (nilai  $r$  table 0.138, taraf sig. 5 %). Reliabilitas skala pada penelitian ini dinilai memiliki kualitas yang baik dengan skor *Alpha Cronbach's* sebesar 0.913 untuk skala konflik kerja-keluarga dan 0.865 untuk skala *parenting stress*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### Deskripsi Umum Subjek Penelitian

Subjek penelitian berjumlah 209 orang dengan rentang usia 21-58 tahun. Secara rinci gambaran umum subjek penelitian berdasarkan status pekerjaan dan tingkat Pendidikan terlihat pada tabel berikut:

**Tabel 1. Deskripsi Umum Subjek Penelitian**

Deskripsi	Frekuensi	Persentase
<b>Status Pekerjaan</b>		
PNS	92	44,02 %
Swasta	92	44,02 %
Honorar	25	11,96 %
<b>Tingkat Pendidikan</b>		
SMA	32	15,31 %
D3	9	4,3 %
S1	84	40,19 %
S2	78	37,3 %
S3	6	2,9 %

Tabel 1. di atas menunjukkan bahwa rata-rata status pekerjaan subjek penelitian ini adalah sebagai PNS dan

pekerja swasta. Sedangkan subjek memiliki tingkat pendidikan yang beragam, namun sebagian besar berpendidikan S1 dan S2.

## Uji Hipotesis

**Tabel 2. Uji Hipotesis**

Uji Hipotesis	F	Sig.
<i>WFC – Parenting stress</i>	87.826	0.000

Uji hipotesis penelitian bertujuan untuk menguji apakah terdapat pengaruh *work family conflict* terhadap *parenting stress* pada ibu yang bekerja. Hasil uji dengan analisis regresi sederhana menemukan bahwa  $H_a$  diterima artinya *work family conflict* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *parenting stress* ibu yang bekerja. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sumbangan efektif WFC terhadap *parenting stress* sebesar 29.8%.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *work family conflict* terhadap *parenting stress* pada ibu yang bekerja. Hal ini menunjukkan bahwa apabila ibu yang bekerja mengalami *work family conflict* maka akan menimbulkan *parenting stress*. Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya bahwa *work family conflict* berkaitan dengan kesehatan mental orang tua yang lebih

buruk dan dengan pola asuh yang kurang perhatian atau mengalami *parenting stress* (Moreira, et al., 2019). Ketika mengalami WFC, orangtua merasakan tingkat kesusahan yang tinggi (misalnya, kecemasan, depresi, dan stres), yang pada akhirnya dapat berdampak negatif pada perilaku dan praktik pengasuhan anak, termasuk kemampuan orangtua untuk menerapkan pendekatan pengasuhan yang optimal (*parenting mindfulness*) (Moreira, et al., 2019). Kondisi stress yang ditimbulkan akibat WFC diduga mampu menimbulkan stress dalam peran pengasuhan orangtua di rumah (*parenting stress*) serta menimbulkan perilaku pengasuhan yang tidak positif bagi anak.

WFC digambarkan sebagai tuntutan peran di pekerjaan dan peran di rumah yang tidak dapat disejajarkan (Frone, Russell, & Cooper, 1992), dimana individu harus memenuhi berbagai peran yang dimilikinya dalam pekerjaan dan keluarga secara bersamaan. Lebih spesifik lagi WFC merupakan suatu bentuk konflik *interrole* di mana tuntutan umum, waktu yang dicurahkan, dan tekanan yang diciptakan oleh pekerjaan mengganggu pelaksanaan tanggung jawab terkait keluarga (Netemeyer, Boles, McMurrian, 1996). Salah satu tanggung jawab yang harus dilaksanakan oleh ibu yang bekerja

adalah memberikan pengasuhan kepada anak.

Beberapa penelitian menemukan WFC memberikan dampak terhadap kehidupan pekerja seperti ketidakpuasan pernikahan (Malone, 2011; Meliani, Sunarti, & Krisnatuti, 2014), *psychological distress* (Kafetsios, 2007; Ahuja, Chudoba, Kacmar, McKnight & George, 2007), kelelahan dan stress kerja (Netemeyer, Boles, & McMurrian, 1996; Pluut, Ilies, Curseu, & Liu, 2018; Bachrach, Bamberger, & Conley, 1991), menjadi salah satu penyebab munculnya stress (Meliani, Sunarti, & Krisnatuti, 2014), serta memunculkan perilaku pengasuhan yang mudah marah, kurang hangat, dan tidak konsisten (Cooklin et al., 2015b, 2016). Berdasarkan penelitian tersebut dan berkaitan dengan hasil penelitian ini bahwa WFC memberikan pengaruh bagi stress dalam pengasuhan pada ibu yang bekerja, adanya konflik peran antara pekerjaan dan tanggung jawab di rumah menimbulkan berbagai masalah psikologis, meningkatkan stressor pada orang tua, menurunkan kepuasan sebagai orangtua, serta memberikan pengaruh pada perilaku pengasuhan yang tidak efektif seperti mudah marah, kurang hangat, tidak dapat memberikan perhatian, dan lain sebagainya.

WFC yang memberikan dampak pada pengasuhan yang diberikan ibu, pada akhirnya juga berdampak bagi anak mereka secara tidak langsung melalui perilaku pengasuhan seperti kesehatan anak (Ohu, Spitzmueller, Zhang, Thomas, Osezua, & Yu, 2019), tekanan emosi anak-anak dan kesehatan mental anak (Vahedi, Krug, & Westrupp, 2019), *well-being* pada anak dan penggunaan internet yang bermasalah pada anak (Zhang, 2016).

Penelitian Hwang dan Jung (2020) menemukan bahwa parenting stress pada ibu yang bekerja dan yang mengalami WFC dapat diminimalisir dengan adanya bantuan pengasuhan dari pihak lain. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian, bahwa tingkat parenting stress orangtua yang tinggal dengan keluarga besar atau yang memiliki asisten rumah tangga dan pengasuh cenderung lebih rendah dibandingkan dengan yang tidak memilikinya.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan *work family conflict* terhadap *parenting stress* pada ibu yang bekerja di Kota

Padang. Sumbangan *work family conflict* terhadap *parenting stress* adalah sebesar 29.8 %.

### Saran

Saran bagi ibu yang bekerja adalah agar tidak mengalami stress dalam pengasuhan maka perlu untuk menjaga *work family balance* dengan meningkatkan rasa syukur dan manajemen diri dengan baik. Kemudian, saran bagi peneliti selanjutnya adalah dapat melihat apakah terdapat pengaruh tingkat Pendidikan terhadap *work family conflict* dan *parenting stress*. Selain itu peneliti selanjutnya juga disarankan agar dapat memperluas cakupan penelitian serta melihat apakah terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi WFC dan *Parenting stress*.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan penghargaan yang tinggi dan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Negeri Padang yang telah membiayai penelitian ini dengan nomor kontrak penelitian: 652/UN35.13/LT/2021.



**DAFTAR RUJUKAN**

- Abidin, R. R. (1992). The determinants of parenting behavior. *Journal of Clinical Child Psychology, 21*(4).
- Ahern, S. L. (2004). *Psychometric properties of the parenting stress index-short form. (Thesis)*. North Carolina State University: Departement of Psychology.
- Ahuja, M., Chudoba, K., Kacmar, C., McKnight, D., & George, J. (2007). It Road Warriors: Balancing Work–Family Conflict, Job Autonomy, And Work Overload To Mitigate Turnover Intentions. *MIS Quarterly, 31*(1).
- Bachrach, S. B., Bamberger, P., & Conley, S. (1991). Workhome conflict among nurses and engineers: Mediating the impact of role stress on burnout and satisfaction at work. *Journal of Organizational Behavior, 12* (39-53).
- Booth, S. (2011). *Family supportive organization perceptions, work role overload, and burnout, crossover effects of burnout on recovery. Thesis*. Lousiana State University in Department of Psychology.
- BPS. (2019). *Berita resmi statistik badan pusat statistik: Keadaan ketenagakerjaan*.
- Chi, L. C., & Xu, H. X. (2018). Parenting Stress and its Associated Factors among Parents Working in Hospitality and Services Industries of Macau. *Journal Tourism Hospit, 7*(362).
- Cooklin, A. R., Giallo, R., Strazdins, L., Martin, A., Leach, L. S., & Nicholson, J. M. (2015a). What matters for working fathers? Job characteristics, work-family conflict and enrichment, and fathers' postpartum mental health in an Australian cohort. *Soc. Sci. Med, 146*(214-222).
- Cooklin, A. R., Westrupp, E., Strazdins, L., Giallo, R., Martin, A., & Nicholson, J. (2015b). Mothers' work–family conflict and enrichment: associations with parenting quality and couple relationship. *Child Care Health Dev, 41*(266-277).
- Costigan, C. L., Cox, M. J., & Cauce, A. M. (2003). Work-parenting linkages among dual-earner couples at the transition to parenthood. *J. Fam. Psycho, 17*(397-408).
- Deater-deckard, K. (2004). *Parenting stres: Current perspective in psychology*. New Haven and London: Yale University Press.
- Frone, M. R., Russel, M., & Cooper, M. L. (1992). Antecedents and Outcomes of Work Family Conflict : Testing a Model of the Work Family Interface. *Journal Of Applied Psychology, 77* (65-78).
- Hidangmayun, N. & Khadi, P. B. (2012). Parenting stress of normal and



- mentally challenged children. *Karnataka Journal of Agricultural Sciences*, 25(2).
- Hwang, W., Jung, E. (2020). Unpartnered mothers' work-family conflict and parenting stress: the moderating effects of nonstandard work schedules. *J Fam Econ Iss.* 41(158–171).
- Kafetsios, K. (2007). Work-family Conflict and Its Relationship with Job Satisfaction and Psychological Distress: The Role of Affect at Work And Gender. *Hellenic Journal of Psychology*, 4(15-35).
- Malone, K. (2011). *Mother's perceptions of work-family conflict and the relationship to positive parenting, and parental satisfaction (Dissertation)*. Graduate Theses and Disertation.
- Meliani, F., Sunarti, E., & Krisnatuti, D. (2014). Faktor demografi, konflik kerja-keluarga, kepuasan perkawinan istri bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 7(3).
- Moreira, H., Fonseca, A., Caiado, B., & Canavarro, M. (2019). Work-Family Conflict and Mindful Parenting: The Mediating Role of Parental Psychopathology Symptoms and Parenting Stress in a Sample of Portuguese Employed Parents, *Front Psychol*, 10(635).
- Netemeyer, R. G., Boles, J. S., & McMurrian, R. (1996). Development and Validation Of Work-Family Conflicts And Work-Family Conflict Scales, *Journal of Applied Psychology*, 81(400-410).
- Ohu, E. A., Spitzmueller, C., Zhang, J., Thomas, C. L., Osezua, A., & Yu, J. (2019). When work–family conflict hits home: Parental work–family conflict and child health. *Journal of Occupational Health Psychology*, 24(5)(590–601).
- Pearlin, L. (1999). Stress and mental health: A conceptual overview. In: Horwitz, AV. In TL. (ed.) Scheid. *A Handbook for the Study of Mental Health: Social Contexts, Theories and Systems*. New York, NY: Cambridge University Press.
- Pluut, H., Ilies, R., Curseu, P. L., & Liu, Y. (2018). Social support at work and at home: Dual-buffering effects in the workfamily. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 146, 1-13.
- Shin, J. N. (2006). Parenting stress of mothers and fathers of young children with cognitive delays in Vietnam. *Journal of Intellectual Disability Research*. 50(10), (748-760).
- Vahedi, A., Krug, I., & Westrupp, E. M. (2019). Crossover of parents' work-family conflict to family functioning and child mental health. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 62(38–49).
- Yeo, K. J. & Teo, S. L. (2013). Child behavior and parenting stress between employed mothers and at home mothers of preschool

children. *Social and Behavioral Sciences*, 90(895-903).

Zhang, J. (2016). *Work-family conflict and child well-being: When work-family conflict really hits home (Dissertation)*. University of Houston.