

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Di era Revolusi Sosial 5.0 kemajuan teknologi banyak memberikan perubahan yang sangat signifikan khususnya dalam teknologi informasi dan komunikasi. Di era revolusi sosial 5.0 ini semakin banyak orang yang memanfaatkan internet secara terus-menerus dan telah menjadi aspek rutin pada kegiatan dan kehidupan dalam kesehariannya. Interaksi manusia dengan manusia perlahan mulai tergantikan oleh teknologi digital dan banyak orang belum menyadari bahwa hal tersebut tentu dapat mengurangi interaksi seseorang secara langsung khususnya dengan orang terdekat seperti orang tua, anak, dan suami di rumah yang sibuk dengan gadgetnya masing-masing (Fitriana et al., 2020).

Perubahan-perubahan yang timbul dari adanya revolusi sosial 5.0 ini juga mempengaruhi dinamika sosial dan emosional dalam kehidupan berkeluarga. Saat ini, banyak anggota keluarga yang memilih berinteraksi dengan cara daring atau melalui media sosial dibandingkan harus berinteraksi secara langsung. Hal ini tentunya akan berdampak pada kemampuan individu untuk membangun hubungan yang sehat. Namun demikian, percepatan perkembangan teknologi dan informasi juga memiliki dampak positif dalam memperkuat ikatan keluarga yang terpisah oleh jarak. Fitur komunikasi digital seperti video call, dan pesan instan terbukti menjadi sarana yang efektif untuk menjaga komunikasi antar anggota keluarga. Namun, keseimbangan antara penggunaan teknologi dan interaksi tatap muka juga sangat dibutuhkan agar hubungan keluarga tetap sehat dan harmonis (Satia Rahmawati, 2024)

Perkembangan era ini tidak hanya terbatas pada kemajuan teknologi saja, melainkan juga mencakup upaya pembangunan kualitas hidup manusia melalui inovasi yang berorientasi pada manusia. Perubahan sosial yang terjadi akibat revolusi ini membawa dampak yang signifikan terhadap dinamika kerja dan keluarga. Istri yang memiliki pekerjaan kerap kali berhadapan dengan hambatan dalam mewujudkan keseimbangan antara tuntutan yang ada di pekerjaan

maupun tuntutan dan tanggung jawab keluarga. Tuntutan ini semakin meningkat ditambah dengan adanya ekspektasi untuk memenuhi peran sebagai istri dan ibu yang juga akan menyebabkan stres dan tekanan yang begitu tinggi. Rahmayati (2020) mengungkapkan bahwa konflik yang sering terjadi pada wanita bekerja adalah diantaranya karena adanya konflik peran antara tanggung jawab atau peran pekerjaan dan tanggung jawab domestik. Istri yang memiliki pekerjaan sering kali berhadapan dengan tantangan dalam mengupayakan keseimbangan yaitu, saat menjalankan peran domestik menuntut alokasi waktu untuk keluarga, pengasuhan anak, dan pemenuhan kebutuhan suami. Sementara itu, tuntutan dalam pekerjaan umumnya bersumber dari tekanan dan beban kerja yang tinggi sehingga menimbulkan stress dan berdampak pada kondisi psikologisnya (Bian, 2024)

Era revolusi sosial ini memberikan banyak manfaat salah satunya yaitu memberikan peluang bagi perempuan untuk ikut andil dan berkontribusi secara finansial terhadap keluarganya. Dengan adanya kemajuan teknologi ini, dapat membuka pikiran khususnya pada wanita yang ingin meningkatkan kualitas hidupnya dengan cara ingin menjadi wanita karir. Hal ini tentunya juga dapat meningkatkan kemandirian secara finansial. Dalam hal tersebut penting untuk mengembangkan strategi dan memperkuat dukungan agar istri dapat beradaptasi dengan baik sehingga dapat mencapai keseimbangan yang sehat antara kehidupan di dunia kerja dan kehidupan berkeluarga. Anjassari (2023) mengemukakan bahwa tidak semua perempuan bekerja karena ingin membentuk atau ingin menjadi wanita karir, melainkan terdapat juga yang bekerja karena untuk mendapatkan tambahan penghasilan karena tuntutan ekonomi. Pernyataan mengenai meningkatnya partisipasi perempuan dalam dunia kerja serta tantangan dalam mencapai keseimbangan kerja dan keluarga didukung oleh teori dan penelitian dari Greenhaus (2003) yang menjelaskan adanya konflik peran akibat tuntutan ganda, serta menekankan pentingnya keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga.

Fenomena ini semakin nyata dengan meningkatnya jumlah perempuan yang ikut berpartisipasi dalam dunia bekerja, dimana para perempuan sering kali

harus berjuang untuk memenuhi ekspektasi dari kedua bidang tersebut. Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) 2025 menunjukkan bahwa keterlibatan perempuan dalam dunia kerja terus meningkat, namun banyak yang mengalami stres dan kelelahan akibat ketidakmampuan untuk mencapai keseimbangan yang diharapkan. Jumlah Angkatan kerja berdasarkan Survei Angkatan Kerja Nasional (Aakernas) pada Februari 2025 mencapai 153,05 juta jiwa. Naik 3,67 juta jiwa dibandingkan dengan Februari 2024. Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja (TPAK) naik sebesar 0,80 % dibandingkan dengan data Februari 2024. Sedangkan penduduk usia kerja dan angkatan kerja di Bangkalan pada tahun 2023 yaitu mencapai 571.161 jiwa. BPS Kabupaten Bangkalan (2023):

Status Keadaan Ketenagakerjaan	Agustus 2023
Penduduk Usia Kerja	851.534
Angkatan Kerja	608.798
a) Bekerja	571.161
b) Pengangguran	37.637
Bukan Angkatan Kerja	242.736

Dengan banyaknya tuntutan yang ada, baik dari dunia kerja maupun dalam keluarga, banyak Perempuan khususnya sebagai seorang istri yang bekerja mengalami stress akan tuntutan tersebut. Berdasarkan hal tersebut, memiliki urgensi tinggi untuk mempertahankan harmoni peran antara pekerjaan profesional dan peran domestik yang dalam literatur dikenal dengan istilah *work-family balance*. Clark (2020) menyatakan bahwa keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga mencerminkan tingkat kepuasan individu dalam menjalankan perannya baik di lingkungan keluarga maupun di tempat kerja, dengan adanya konflik yang dapat diminimalkan. Perempuan yang berhasil dalam menyeimbangkan peran ganda yang memberikan dampak positif bagi individu serta organisasi atau instansi tempat mereka bekerja. Salah satu hasil utama dari tercapainya keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga pada pekerja wanita yang sudah menikah adalah terciptanya kesejahteraan dalam keluarga. Sejalan dengan penelitian Anwar dan Fauziah (2019) mengungkapkan bahwa kesejahteraan psikologis berbanding terbalik dengan

konflik peran ganda. Semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis, maka konflik peran ganda yang dialami cenderung semakin rendah. Sebaliknya, rendahnya kesejahteraan psikologis akan berimplikasi pada tingginya konflik peran ganda.

Menjadi seorang wanita karier tentu membawa berbagai tuntutan, salah satunya adalah kewajiban untuk terus mempertahankan peran mereka dalam keluarga. Bagi perempuan yang telah berstatus menikah, keberadaan peran ganda menjadi sesuatu yang tak terhindarkan yang menekankan bahwa terlepas dari profesi yang mereka jalani, kedudukan fundamental sebagai istri dan ibu merupakan suatu hal yang tidak dapat diabaikan. Selain itu, wanita juga berfungsi sebagai rumah yang nyaman bagi suami dan anak-anak mereka. Selain itu, mereka juga sepenuhnya bertanggung jawab untuk memenuhi berbagai kebutuhan fungsional semua anggota keluarga, termasuk mengatur kebutuhan belanja sehari-hari. Berdasarkan hal tersebut, sejalan dengan penelitian Fajriyati et al. (2022) menyatakan fenomena ibu berkerja yang mempunyai anak balita akan cenderung mengalami kesulitan dalam menjalankan peran dan tanggung jawabnya sehingga muncul konflik peran dalam keluarga.

Perempuan yang sukses dalam menyeimbangkan peran ganda dapat menimbulkan efek yang signifikan bagi diri mereka sendiri serta organisasi atau instansi tempat mereka bekerja. Salah satu hasil paling penting dari tercapainya keseimbangan antara pekerjaan profesional dan tugas domestik pada ibu yang bekerja adalah tercapainya kesejahteraan keluarga. Menurut Moore (2007) Karyawan yang berhasil mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga cenderung memiliki komitmen yang tinggi terhadap organisasi serta menunjukkan perilaku positif dalam bekerja, seperti berkurangnya niat untuk meninggalkan pekerjaan dan tingkat ketidakhadiran, serta meningkatnya produktivitas.

Ketika perusahaan atau organisasi berkomitmen untuk mendukung karyawan dalam menyeimbangkan kehidupan pribadi dan pekerjaan, akan terjadi peningkatan yang signifikan dalam kinerja, serta menciptakan komitmen

yang lebih besar dari karyawan terhadap organisasi. Sejalan dengan temuan studi oleh Hanifia at., al (2020) mengonfirmasi bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara persepsi dukungan organisasi dan keseimbangan kerja-keluarga. Semakin positif persepsi terhadap dukungan organisasi, maka semakin baik pula keseimbangan kerja-keluarga yang dimiliki. Pola hubungan ini bersifat timbal balik, di mana rendahnya dukungan organisasi yang dirasakan akan berimplikasi pada menurunnya keseimbangan kerja-keluarga

Greenhauss, Collins, dan Shaw (2003) mengemukakan bahwa keseimbangan antara dunia pekerjaan dan berkeluarga terdiri dari tiga komponen utama yaitu keseimbangan keterlibatan, keseimbangan kepuasan, dan keseimbangan waktu. Seorang pekerja wanita yang telah menikah sangat membutuhkan kemampuan manajemen waktu yang baik untuk mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga. *Work-family balance* merupakan salah satu aspek fundamental yang harus dimiliki oleh seorang istri yang bekerja. Sehingga tanggung jawab dan tuntutan di dunia kerja dan keluarga ini dapat seimbang dan dapat berjalan dengan baik serta dapat meminimalisir terjadinya konflik dalam rumah tangga.

Resiliensi atau kemampuan untuk pulih dan bangkit dari kesulitan dan beradaptasi dengan perubahan yang ada, dapat menjadi kunci bagi istri yang bekerja untuk menghadapi tantangan ini. Dalam era revolusi sosial 5.0, istri dituntut untuk tidak hanya beradaptasi dengan perubahan teknologi, tetapi juga untuk mengelola peran ganda mereka dengan efektif. Dukungan dari lingkungan sosial, termasuk pasangan dan keluarga, serta penggunaan teknologi yang tepat dapat berkontribusi pada peningkatan resiliensi mereka. Ngangi at., al (2023) mengemukakan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga yang didapat, maka akan diikuti oleh keseimbangan kehidupan kerja, sebaliknya, apabila tingkat keseimbangan dalam kehidupan kerja semakin tinggi, maka akan diikuti dengan dukungan keluarga.

Resiliensi bagi istri yang bekerja menjadi salah satu faktor penting dalam menghadapi berbagai tantangan di era revolusi sosial ini. Istri yang bekerja tentunya memiliki tantangan unik untuk menyeimbangkan antara tanggung

jawab dalam pekerjaan dan domestik sebagai istri. Oleh karena itu, kemampuan dalam mengatasi stres dan tetap fokus pada tujuan sangat dibutuhkan di era yang semakin maju. Dengan kemajuan teknologi ini, dapat memberikan banyak manfaat, tetapi juga akan dihadapkan dengan berbagai tantangan untuk memenuhi ekspektasi di kedua bidang tersebut. Sedjati et al. (2023) mengemukakan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari stres kerja terhadap keseimbangan kerja-keluarga. Selain itu, secara parsial, stres kerja juga berdampak pada keseimbangan tersebut melalui mekanisme konflik kerja-keluarga.

Sejalan dengan uraian diatas, penelitian ini perlu dilakukan untuk memahami fenomena serta mengetahui apakah *work-family balance* berhubungan dengan resiliensi pada istri yang bekerja. Resiliensi disini adalah sebagai kemampuan untuk bangkit dari kesulitan yang akan menjadi kunci bagi Perempuan khususnya istri yang bekerja untuk menghadapi tantangan di era revolusi sosial 5.0 ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana keseimbangan antara pekerjaan di kantor dan kehidupan di rumah atau dalam berkeluarga dapat mempengaruhi tingkat resiliensi mereka.

Meskipun banyak penelitian sebelumnya yang telah dilakukan mengenai *work-family balance* dan resiliensi, Sebagian besar penelitian tersebut tidak secara khusus meneliti seorang istri yang bekerja yang merujuk pada konteks revolusi sosial 5.0. Penelitian sebelumnya kurang mengeksplorasi bagaimana teknologi ini dapat mempengaruhi keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga, serta dampaknya terhadap resiliensi istri yang bekerja. Penelitian ini akan mengisi kekosongan tersebut dengan mempertimbangkan faktor-faktor yang relevan. Menurut keterangan data BPS dengan semakin banyaknya wanita yang ikut berpartisipasi dalam ketenaga kerjaan, maka penting untuk memahami tantangan unik yang akan mereka hadapi dalam menyeimbangkan tuntutan di pekerjaan dan tanggung jawab keluarga. penelitian ini tidak hanya memberikan wawasan baru mengenai bagaimana teknologi dapat berfungsi sebagai alat untuk mendukung dalam *work-family balance*, tetapi juga akan

membantu dalam mengidentifikasi strategi yang dapat meningkatkan resiliensi pada istri yang bekerja.

Penelitian ini akan mengintegrasikan aspek teknologi dalam *work-family balance* dan resiliensi. Dengan mempertimbangkan bagaimana teknologi dapat mempengaruhi cara istri yang bekerja dapat mengatur waktu dan tanggung jawab mereka antara tugas atau pekerjaan yang ada di kantor dan di rumah sebagai istri dan juga ibu. Tentunya, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru mengenai dinamika yang terjadi di era revolusi sosial ini. Selain itu, juga bertujuan untuk menganalisis hubungan *work-family balance* terhadap resiliensi pada istri yang bekerja di era revolusi sosial 5.0. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kebijakan dan program yang lebih baik lagi dalam mendukung kesejahteraan mental dan emosional pekerjanya. Dengan memahami faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keseimbangan kerja dan kehidupan keluarga, serta bagaimana teknologi dapat menjadi acuan bagi organisasi dalam menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi Wanita yang berkarir, khususnya bagi yang sudah berkeluarga.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini berdasarkan latar belakangnya adalah bagaimana Hubungan *Work-Family Balance* Dengan Resiliensi Pada Istri Yang Bekerja di Era Revolusi Sosial 5.0?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah untuk mengetahui Hubungan *Work - Family Balance* Dengan Resiliensi Pada Istri Yang Bekerja di Era Revolusi Sosial 5.0

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis. Berikut adalah beberapa manfaat teoritis:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada bidang psikologi, dengan penekanan pada psikologi keluarga dan psikologi

sosial. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengembangkan dasar teori dan memperkaya literatur terkait mengenai dinamika *Work-Family Balance* dan Resiliensi pada istri yang bekerja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Istri Yang Bekerja

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kesadaran baru pada masyarakat khususnya kepada istri mengenai *Work-Family Balance*. Dengan meningkatnya pemahaman mengenai *Work-Family Balance*, individu diharapkan dapat lebih mampu memahami dan mengelola tanggung jawab secara efektif. Hal ini penting untuk membangun hubungan interpersonal yang sehat, menghadapi tekanan hidup, serta mengambil keputusan yang bijaksana. Kesadaran akan pentingnya *Work-Family Balance* juga dapat mendukung perkembangan pribadi serta dapat menciptakan keluarga yang harmonis bagi setiap keluarga.

b. Bagi Keluarga

Penelitian ini dapat membantu keluarga memahami pentingnya keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kebutuhan keluarga, sehingga dapat menciptakan lingkungan yang harmonis dan mengurangi konflik antar anggota. Selain itu, keluarga juga dapat belajar mengenai pengelolaan waktu yang lebih baik untuk mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan keluarga, sehingga mampu menghadapi dinamika tantangan di Era Revolusi Sosial 5.0.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan bahwa penelitian ini akan berfungsi sebagai landasan referensi dan dasar pengambilan keputusan untuk penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan *Work-Family Balance* dan Resiliensi dengan penekanan khusus pada istri yang bekerja.