



BRPKM

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

Gambaran *Psychological Well-Being* Remaja dari *Dual Career Family* di Masa Pandemi COVID-19

ADELLA NOVITA PUTRI & ARYANI TRI WRASTARI

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Dual career family memiliki banyak dampak bagi kedua orang tua maupun bagi anak, begitupun ketika di masa pandemi. Menurut Ryff, terdapat enam aspek dari *psychological well-being*, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pengembangan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* remaja dari *dual career family* di masa pandemi COVID-19. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa partisipan di penelitian ini mampu untuk menunjukkan aspek *psychological well-being* yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, dan tujuan hidup. Sedangkan untuk aspek penguasaan lingkungan dan pengembangan diri pada partisipan muncul secara bervariasi. Secara umum, faktor-faktor yang memberikan dampak pada *psychological well-being* remaja dari *dual career family* di masa pandemi COVID-19 adalah perubahan pola kerja orang tua, perubahan pola sekolah, perubahan keadaan mood di rumah, perubahan intensitas relasi orang tua-anak dan perubahan kualitas relasi orang tua-anak.

Kata kunci: *dual career family, remaja, psychological well-being*

ABSTRACT

Dual career families have many impacts for both parents and children, as well as during a pandemic. According to Ryff, there are six aspects of *psychological well-being*, namely self-acceptance, positive relation with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life and self-development. This study aims to determine the *psychological well-being* of adolescents from dual career families during the COVID-19 pandemic. This study uses a qualitative research design. The results of this study show that the participants in this study were able to demonstrate aspects of *psychological well-being* namely self-acceptance, positive relation with others, autonomy, purpose in life. In general, the factors that have an impact on the *psychological well-being* of adolescents from dual career families during the COVID-19 pandemic are changes in parental work patterns, changes in school patterns, changes in mood conditions at home, changes in the intensity of parent-child relationships and changes in the quality of parent-child relationships.

Keywords: *adolescent, dual career family, psychological well-being*

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), 2022, Vol. 2(1), 242-252

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: aryani.wrastari@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Fenomena keluarga dengan kedua orang tua yang bekerja semakin bertambah banyak di era modern sekarang. Fenomena ini biasanya dikaitkan dengan meningkatnya fenomena istri yang ikut bekerja, sehingga tulang punggung keluarga tidak lagi dibebankan pada pihak suami sebagai kepala keluarga, namun, para istri juga turut berbagi untuk menanggung beban perekonomian keluarga (Rapoport, 1969). Badan Pusat Statistik (2019) mencatat adanya peningkatan jumlah istri bekerja di Indonesia yang hidup di perkotaan pada 4 tahun ke belakang yaitu tahun 2017-2020. Pada tahun 2-17, persentase peningkatan jumlah istri bekerja sebesar 55,4%, pada tahun 2018 sebesar 56,1%, pada tahun 2019 sebesar 56,4% dan pada tahun 2020 sebesar 57,8%. Dengan fenomena ini, diketahui bahwa jumlah perempuan pekerja yang besar disebabkan oleh kebutuhan keuangan yang lebih tinggi dan lebih mendesak, serta adanya kebutuhan akan sosialisasi dan aktualisasi diri sosial (Supriadi, 2011 dalam Putri & Kinanti, 2016). *Dual career family* merupakan suatu keluarga dimana suami dan istri dalam rumah tangga tersebut bekerja atau berkarir dan pada saat yang sama juga harus mengurus kehidupan keluarga bersama-sama (Rapoport & Rapoport, 1978). Karir dalam pengertian ini mengindikasikan adanya perkembangan secara kontinu dan membutuhkan komitmen yang tinggi.

Dual-career family memiliki tuntutan serta dampak positif dan negatif yang mempengaruhi keadaan keluarga. Menurut Desmayanti (2009), beberapa dampak positif dari *dual-career family* antara lain untuk kesiapan kemungkinan berhentinya penghasilan pasangan lain secara mendadak dalam hal kematian salah satu pasangan, perceraian, atau PHK, serta rasa pengertian seorang istri terhadap suaminya. Sehingga, *dual-career family* akan menciptakan kestabilan finansial dalam keluarga yang juga menjadi salah satu sumber stres dalam keluarga. Sementara itu, ada pula dampak negatif yang dialami oleh *dual-career family*, yaitu, kurangnya waktu yang tersedia bagi orang tua untuk keluarga dan anak mereka karena jadwal pekerjaan yang menuntut (Kusumowardhani, 2011). Orang tua dari *dual-career family* berusaha untuk memenuhi tuntutan peran dalam pekerjaan dan juga memenuhi kewajiban dalam mengurus keluarganya. Ketika orang tua berusaha menyeimbangkan kepentingan pekerjaan dan keluarga, apalagi disertai dengan rendahnya *social support*, maka sangat memungkinkan terjadinya tekanan atau stres yang tinggi pada orang tua dan dapat memicu munculnya konflik orang tua-anak (Galambos dkk., 1995).

Rustham (2019) menjelaskan kemungkinan dampak *dual career family* pada kecenderungan anak memiliki sikap yang buruk, seperti perilaku mudah marah dan tantrum. Secara khusus, Rustham (2019) menyoroti situasi *mood* yang buruk pada ibu yang bekerja yang cenderung menyalurkan emosinya kepada anak ketika pulang dari kerja, sehingga kondisi tersebut bisa menyebabkan anak meniru cara ibu melampiaskan emosi dan menjadi pemarah. Selain itu, pasangan dalam *dual career family* juga memiliki kemungkinan mengalami beban kerja yang berlebihan (*work overload*) dan juga konflik peran yang dapat mempengaruhi tingkat stres dalam keluarga dan menyebabkan terganggunya kesejahteraan psikologis anak (Rustham, 2019).

Secara khusus pada remaja, *dual career family* juga memberikan dampak negatif yang dapat memunculkan masalah perilaku. Remaja adalah tahap kehidupan dimana individu mulai mencari atau membentuk identitas dewasa dan juga masa remaja disebut sebagai masa yang rentan karena pada saat

itu mereka cenderung beralih ke perilaku berisiko apabila *well-being* mereka terganggu. Pada fase remaja, keluarga memiliki peran penting dalam perkembangan remaja, karena kualitas hubungan antara orang tua dan remaja berhubungan dengan perkembangan positif remaja. Sedangkan, dalam *dual career family*, sang ayah dan ibu biasanya mengalami tingkat stres tertentu yang disebabkan oleh pekerjaan. Apabila limpahan dari stres pekerjaan tersebut dilampiaskan kepada remaja, hal tersebut dapat memprediksi peningkatan masalah internalisasi dan eksternalisasi pada remaja. Masa remaja merupakan masa kritis karena individu menghadapi berbagai ragam perubahan biologis dan psikologis dalam proses mencari identitas baru dan menghadapi tantangan untuk memecahkan persoalan hidup. Pada masa remaja, individu banyak mengalami perubahan, baik dalam hal biologis, sosial, kognitif, dan sosioemosional (Santrock, 2011).

Menurut Ryff (1989) *psychological well-being* adalah penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang dipengaruhi oleh pengalaman hidup dan harapan individu yang bersangkutan dan digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologisnya berdasarkan pemenuhan fungsi psikologis positif. Beberapa penelitian dilakukan untuk melihat keterkaitan antara konteks *dual career family*, khususnya keberadaan orang tua di waktu senggangnya di rumah, dengan *well-being* remaja di masa sebelum pandemi COVID-19. Tisdale & Pitt-Catsuphes (2012) menemukan bahwa banyaknya waktu yang dihabiskan kedua orang tua di rumah ketika sedang tidak bekerja ternyata tidak memengaruhi *well-being* remaja secara langsung. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Rustham (2019) yang menjelaskan bahwa *well-being* remaja pada *dual career family* tidak dipengaruhi oleh kehadiran orang tua di rumah.

Namun, Rustham (2019) menjelaskan bahwa kondisi emosi/*mood* orang tua setelah selesai bekerja, khususnya kondisi emosi/*mood* ibu, lebih memberikan pengaruh terhadap *well-being* remaja. Ibu yang mengalami stres dalam pekerjaan dan melampiaskan reaksi emosinya di rumah akan memengaruhi kenyamanan dan kesejahteraan remaja di rumah. Lebih lanjut, Tisdale & Pitt-Catsuphes (2012) menjelaskan bahwa *well-being* remaja lebih dipengaruhi oleh lingkungan sekolahnya, dimana sekolah merupakan lingkungan bagi remaja untuk mendapatkan berinteraksi dengan teman sebayanya. Temuan Tisdale & Pitt-Catsuphes (2012) tersebut juga didukung oleh Crouter (1999) yang menemukan bahwa remaja menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman sebayanya dan menjadi lebih mengutamakan hubungannya dengan teman sebaya sehingga dampak dari konflik orang tua-remaja di rumah menjadi lebih kecil. Keberadaan teman sebaya bisa menjadi figur lekat yang lain buat remaja, dan mempengaruhi *well-being* remaja, terutama pada *dual career family*. Sehingga bisa disimpulkan bahwa, *well-being* pada remaja dari *dual career family* lebih dipengaruhi oleh figur lekat teman sebaya dibandingkan dengan keberadaan kedua orang tua bekerja (*dual career parents*) ketika meluangkan waktu senggang di rumah.

Pada masa pandemi COVID-19, banyak orang tua dari *dual career family* yang seharusnya bekerja di luar rumah malah berganti bekerja di rumah atau biasa disebut dengan *work from home*, sehingga waktu orang tua berada di rumah bersama remaja lebih banyak. Sebaliknya, frekuensi remaja bertemu dengan teman sebayanya justru menjadi sangat berkurang di masa pandemi ini, hal ini lah yang akan menjadi pertanyaan dari penelitian ini. Menurut Amran (2020), masa pandemi COVID-19 ini mempengaruhi level stres dan *well-being* remaja karena mereka harus berada di rumah dalam jangka waktu yang panjang dan tidak bisa bertemu dengan teman sebayanya. Selain itu, remaja juga mulai mengalami adanya *self-conflict* yang terkait dengan berkembangnya pikiran-pikiran negatif serta tidak menutup kemungkinan terjadinya konflik dengan anggota keluarga, seperti konflik dengan orang tua. Konteks *dual career family* ini menarik karena ternyata masih belum ada penelitian yang spesifik membahas tentang *psychological well-being* anak yang kedua orang tuanya bekerja di masa pandemi COVID-19. Hal

ini terjadi karena masih minimnya penelitian terkait pandemi COVID-19, terutama pada *dual career family*. Konteks *dual career family* menarik karena pada penelitian (Jacobs & Gerson, 2018) disebutkan bahwa orang tua yang keduanya bekerja dan memiliki seorang anak merupakan kelompok demografis yang paling tertekan oleh waktu. Selain itu, dalam masa pandemi COVID-19, keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga pada *dual career family* disebut merupakan tantangan yang cukup berat (Craig & Churchill, 2021). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat bagaimana gambaran *psychological well-being* remaja yang memiliki kedua orang tua bekerja selama pandemi COVID-19.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi kasus intrinsik. Penelitian kualitatif bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh partisipan penelitian seperti perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata, pada suatu konteks khusus yang alamiah dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah (Moleong, 2017). Pendekatan ini digunakan ketika kasus yang diteliti masih memiliki minim penelitian terdahulu dan ingin mencari tahu kasus atau situasi yang baru (Stake, 2005).

Partisipan

Karakteristik partisipan pada penelitian ini adalah remaja yang berusia antara 13-21 tahun yang memiliki kedua orang tua bekerja di masa pandemi COVID-19 dan bekerja secara *work from home*. Sebelum berpartisipasi dalam penelitian, seluruh partisipan telah menandatangani perjanjian dalam *informed consent*. Didapatkan tiga partisipan yang sesuai kriteria yaitu QD berusia 18 tahun, ADR berusia 13 tahun dan LD berusia 21 tahun. Ketiga partisipan ini memiliki kedua orang tua yang bekerja dan selama pandemi bekerja secara *work from home*.

Strategi Pengumpulan Data

Peneliti menyiapkan pedoman wawancara yang telah disusun dengan acuan teori *psychological well-being* Ryff (1989) yang dibagi menjadi enam dimensi yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri. Pedoman wawancara digunakan untuk memudahkan proses dalam pelaksanaan penggalan data agar jalannya wawancara dapat lebih terarah namun tetap memungkinkan untuk melakukan eksplorasi atau *probing* terhadap jawaban yang diberikan oleh partisipan.

Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis data tematik dengan teknik hibrida (*hybrid technique*), dimana peneliti menggabungkan pendekatan induktif (*data driven*) dan juga pendekatan deduktif (*theory driven*) dalam teknik analisisnya. Pendekatan ini melengkapi pertanyaan penelitian dengan mengacu kepada proses analisis tematik deduktif namun juga membiarkan munculnya tema-tema baru melalui induktif koding (Swain, 2018).

HASIL PENELITIAN

a. Partisipan 1

Partisipan merupakan seseorang yang kurang bisa melihat apa kelebihan dan kekurangannya, terlihat ketika melakukan wawancara, partisipan tidak bisa langsung menyebutkan apa kelebihan dan kekurangannya. Namun ketika peneliti mengajukan pertanyaan lebih mendalam, partisipan akhirnya bisa mengetahui apa kelebihan dan kekurangannya. Hal ini menunjukkan bahwa dirinya membutuhkan adanya bimbingan dan arahan dari orang lain. Dengan adanya kelebihan yang ia miliki, yaitu ia mampu berkenalan dengan orang baru, ia memanfaatkan hal itu untuk menambah relasi lebih banyak lagi di lingkungannya. Dari penuturan partisipan, terlihat bahwa partisipan mampu untuk membangun hubungan positif dengan orang lain. Hal ini terlihat bagaimana partisipan memiliki hubungan yang baik dengan orang tuanya, seperti dapat menunjukkan sikap empati dan peduli, meskipun partisipan tidak terbuka kepada kedua orang tuanya. Selain itu, hubungan partisipan dengan temannya juga sangat baik. Partisipan bahkan merasa bahwa dirinya lebih dekat dan terbuka dengan temannya daripada dengan orang tuanya. Selain temannya, partisipan juga merasa dirinya lebih dekat dengan neneknya daripada dengan orang tuanya.

Menurut penuturan partisipan, partisipan merupakan seseorang yang menghindari untuk menyakiti atau mengecewakan orang lain. Dalam mengambil sebuah keputusan, partisipan mampu untuk mengambil keputusan sendiri apabila hal tersebut berhubungan dengan diri pribadinya, tetapi apabila hal tersebut bersifat sedikit penting, partisipan biasanya meminta saran dan bertanya kepada ibunya. Jika terkait dengan hal pribadi, atau keputusan yang melibatkan lingkungannya, partisipan terkadang memutuskan sendiri atau partisipan meminta saran kepada temannya. Partisipan mengatakan bahwa ketika ia meminta saran kepada orang lain, sebenarnya partisipan telah memiliki pilihannya sendiri, ia meminta saran kepada orang lain hanya untuk meyakinkannya saja. Partisipan merupakan seseorang yang kurang bisa memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungannya. Hal ini terjadi karena partisipan kerap ragu dengan kemampuan dirinya dan cenderung tidak percaya diri. Partisipan memiliki keinginan untuk memanfaatkan kesempatan tersebut, namun banyak hal berakhir dengan dirinya yang tidak percaya diri dengan kemampuannya. Namun, meskipun partisipan merasa tidak percaya diri, partisipan selalu memiliki keinginan untuk dapat memanfaatkan segala kesempatan yang ada di lingkungannya, partisipan ingin memperbaiki diri dan mulai mencoba berbagai kesempatan di lingkungannya.

b. Partisipan 2

Partisipan merupakan seseorang yang kurang bisa mengenali kelebihanannya. Ketika digali lebih dalam lagi, partisipan baru bisa menyebutkan kelebihanannya. Menurut partisipan, kelebihanannya adalah dirinya merupakan seseorang yang mudah bergaul. Hal tersebut terlihat ketika partisipan mengatakan bahwa teman-temannya mengakui kemampuan mudah bergaulnya itu. Berbeda dengan kelebihan, partisipan mampu langsung mengutarakan apa kelemahan yang dimilikinya. Partisipan merasa dirinya merupakan seseorang yang kurang cepat dalam memahami pelajarannya. Dengan memiliki kekurangan itu, partisipan cenderung menjadi lebih banyak belajar dan lebih giat belajar agar bisa memahami materi pelajaran. Partisipan adalah seseorang yang mudah bergaul, ia mampu untuk memulai pertemanan dengan temannya ataupun dengan orang baru. Hubungan partisipan dengan kedua orang tua juga terjalin dengan baik, ia menuturkan bahwa ia jarang mengalami konflik dengan orang tua. Partisipan merasa bahwa dirinya merasa lebih dekat dengan ibunya dibandingkan dengan ayahnya. Hal ini ia rasakan karena ia merasa ibunya bisa lebih mengerti dirinya karena mereka sama-sama perempuan. Meskipun begitu, hubungan dengan ayahnya juga terjalin baik namun memang partisipan tidak terlalu

sering mengobrol dengan ayahnya. Berbicara tentang perasaan orang lain, partisipan merasa bahwa perasaan orang lain itu adalah tanggung jawab masing-masing, namun apabila orang terdekatnya terlihat sedang merasa sedih, partisipan cenderung akan bertanya kepada mereka dan dapat memberikan waktu untuk mereka apabila mereka membutuhkan tempat cerita.

Menurut sudut pandang partisipan, hubungan timbal balik antara dirinya dan temannya itu cukup penting. Ketika akan mengambil sebuah keputusan, partisipan merasa perlu untuk meminta saran kepada ibunya karena ia merasa ada beberapa hal yang harus ia diskusikan dengan ibunya jika terkait dengan keputusan yang penting, namun apabila terkait dengan hal-hal pribadinya, partisipan cenderung bisa mengambil keputusan sendiri. Menurut partisipan, ketika ia sangat membutuhkan saran dari ibunya, ibunya selalu bisa memberi saran untuknya. Dalam kehidupan partisipan, partisipan memiliki suatu nilai yang selalu ia jadikan pedoman di dalam hidupnya, yaitu melakukan segala sesuatu dengan tepat waktu dan juga harus rajin dalam melakukan segala sesuatu.

c. Partisipan 3

Partisipan merupakan seseorang yang dapat menyadari kelebihan dan kekurangannya. Partisipan menyadari bahwa kelebihan yang dirinya punya adalah ia merupakan seseorang yang inovatif dan kreatif. Ia mengaku bahwa bagaimana akhirnya ia bisa menyadari kelebihannya itu adalah karena ia mendapatkan validasi dari teman dan orang tuanya, serta ia menyadari bahwa bagaimana sikap inovatif dan kreatif itu bisa terbentuk adalah karena dirinya terbentuk oleh keadaan yang ada. Partisipan juga mampu memanfaatkan kelebihan yang ia punya, yaitu ia memanfaatkan dengan cara mengikuti beberapa kelebihan yang bisa menambah *skill*-nya, dan juga ia memanfaatkan kelebihannya yang inovatif dan kreatif tadi untuk berjualan sehingga ia bisa mendapatkan keuntungan dari kelebihan yang ia punya.

Hubungan partisipan dengan orang tuanya terjalin dengan baik, meskipun partisipan mengaku bahwa orang tuanya bukan yang termasuk mengerti semua tentangnya. Hal ini terjadi karena sejak kecil kedua orang tua partisipan sudah bekerja sehingga kurang memiliki banyak waktu dengan partisipan. Dengan keadaan ini, figur yang sangat dekat dengannya justru adalah kakaknya. Partisipan mengatakan bahwa sejak kecil ia sudah melakukan segala hal dan menghabiskan waktu dengan kakaknya, sehingga kakaknya adalah figur yang sangat mengerti partisipan. Partisipan menceritakan segala hal kepada kakaknya, mulai dari hal penting hingga hal yang tidak penting juga. Meskipun kakaknya sudah tidak serumah lagi dengannya karena sudah menikah, ia masih tetap menjalin hubungan yang sangat dekat dengan kakaknya. Selain kakaknya, ada figur teman dan figur pacarnya juga merupakan figur yang sangat dekat dengannya. Partisipan merasa hubungannya dengan pacarnya sama dekatnya dengan hubungan dengan kakaknya, karena menurut partisipan kedua figur itu yang paling selalu ada untuknya.

DISKUSI

Berdasarkan dari hasil analisis data ketiga partisipan, remaja yang memiliki kedua orang tua bekerja yang menjadi partisipan di penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat beragam variasi dari gambaran *psychological well-being* remaja dari *dual career family* di masa pandemi. Meskipun hasilnya beragam, namun dari ketiga partisipan tetap memiliki beberapa kesamaan dalam gambaran *psychological well-being* mereka di masa pandemi. Selain itu, ditemukan juga adanya perubahan pada *psychological well-being* mereka di masa pandemi. Namun, tidak semua aspek dalam *psychological well-being* mereka mengalami perubahan jika dibandingkan dari sebelum masa pandemi. Hal ini ditunjukkan berdasarkan hasil analisis data di ketiga partisipan pada aspek hubungan positif dengan orang lain, ketiga partisipan mengalami perubahan pada intensitas relasi dengan orang tua di rumah pada masa pandemi. Pada masa

pandemi, kedua orang tua dari ketiga partisipan pada penelitian ini mengalami perubahan pada cara bekerja mereka, yaitu kedua orang tua bekerja secara *work from home*. Dengan adanya perubahan cara bekerja tersebut, terjadi perubahan pada intensitas relasi dengan orang tua di rumah.

Ketiga partisipan memahami keadaan keluarganya, yaitu *dual career family* dimana kedua orang tuanya bekerja dan ketiga partisipan merasa sudah terbiasa dengan hal itu meskipun terkadang partisipan mengaku merasa kurang puas dengan waktu yang diberikan oleh kedua orang tuanya karena kesibukan mereka. Meskipun begitu, mereka tetap dapat menyadari bahwa mereka harus berfungsi secara utuh dan mencapai kesejahteraan. Hal ini bisa dikaitkan dengan perspektif *eudaimonic* dimana individu memiliki keinginan untuk mengoptimalkan potensinya dan mengaktualisasikan dirinya dengan merefleksikan nilai-nilai yang dimiliki sepenuhnya sehingga dapat membuat individu tersebut mencapai kondisi bahagia (Ryan & Deci, 2001). Dalam kondisi pandemi ini, ketiga partisipan merasa bisa lebih dekat dan lebih banyak berkomunikasi dengan orang tuanya yang keduanya bekerja karena di masa pandemi kedua orang tuanya bekerja di rumah, hal ini membuat ketiga partisipan merasa senang.

Menurut Hurlock (2003), penerimaan diri adalah suatu kemampuan dan keinginan dari individu untuk hidup dengan karakteristik yang ada pada dirinya. Pada dimensi penerimaan diri, ketiga partisipan mampu untuk menerima kelemahan yang mereka miliki. Namun, teruntuk partisipan QD dan ADR, mereka tidak begitu bisa mengenali kelebihan mereka. Berbeda dengan partisipan LD, ia sangat mampu mengenali kelebihan yang ia miliki dan bisa memanfaatkan kelebihan yang ia miliki. Sedangkan untuk ketiga partisipan, mereka mampu untuk melihat sisi positif dari kejadian atau permasalahan yang mereka alami. Teruntuk partisipan QD dan LD, mereka melibatkan pemahaman agamanya sehingga dapat menerima keadaan yang kurang baik itu karena mereka yakin itu sudah rencana dari Tuhan. Individu yang memiliki otonomi yang baik memiliki kemampuan untuk mengarahkan dirinya sendiri serta mampu menghadapi tekanan sosial, dapat mengatur tingkah laku dari dalam diri dan mengevaluasi diri dengan standar pribadi (Ryff, 1989). Pada dimensi otonomi, ketiga partisipan memiliki kesamaan yaitu mereka mampu untuk bertanggung jawab terhadap keputusan yang sudah mereka pilih walaupun ia tahu setiap keputusan yang dipilih terdapat konsekuensi yang besar dan harus diterima. Meskipun begitu, ketiga partisipan tetap saja akan meminta saran dari orang lain jika dirasa membutuhkan.

Individu yang memiliki penguasaan lingkungan yang baik adalah individu yang mampu menguasai dan mengatur lingkungan, mampu mengontrol berbagai kegiatan eksternal dengan menggunakan kesempatan yang ada secara efektif serta mampu memilih atau menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan-kebutuhan dan nilai-nilai yang dianutnya (Ryff, 1989). Pada dimensi penguasaan lingkungan, partisipan LD mampu mengenali potensinya dan memanfaatkan peluang yang ada sehingga ia bisa mengembangkannya. Berbeda dengan partisipan QD dan ADR, kedua partisipan kurang memiliki kemampuan untuk memanfaatkan peluang yang ada. Individu dianggap baik dalam dimensi tujuan hidup ketika individu memiliki pemahaman yang jelas akan tujuan dan arah hidup yang dijalani, memiliki arah dalam hidupnya dan merasakan makna kehidupannya saat ini maupun masa lalunya (Ryff, 1989). Pada dimensi ini, terlihat adanya kesamaan dari kedua partisipan yaitu QD dan LD, impian dari keduanya lebih mengarah kepada hal yang material, seperti ingin cepat lulus, ingin mendapatkan pekerjaan, dan dapat membalas jasa orang tua. Sedangkan untuk ADR, tujuan yang masih ia ingin capai adalah mendapatkan nilai yang bagus di sekolah. Pada dimensi pengembangan diri, partisipan ADR dan LD cenderung memiliki kesamaan yaitu selalu memiliki keinginan untuk memperbaiki dirinya dan mencari peningkatan pada diri dan perilaku dari waktu ke waktu, namun berbeda dengan partisipan QD, ia cenderung kurang peka terhadap peningkatan dirinya dan juga terkadang kurang yakin akan kemampuannya dalam mengembangkan sikap dan perilaku yang baru. Disini terlihat sesuai dengan

pernyataan Ryff (1989) bahwa seseorang yang dianggap baik dalam dimensi pengembangan diri adalah seseorang yang cenderung memiliki keinginan untuk memperbaiki diri dan kerap mencari peningkatan pada diri dan perilakunya dari waktu ke waktu.

Hasil dari penelitian ini juga mendapatkan delapan tema besar yang merupakan sebuah keadaan di masa pandemi yang memberikan dampak pada *psychological well-being* remaja dari *dual career family* di masa pandemi COVID-19. Tema-tema besar itu adalah: (1) Keadaan di masa pandemi; (2) Perubahan pola kerja orang tua di rumah; (3) Perubahan Pola Sekolah; (4) Perubahan intensitas relasi dalam rumah; (5) Perubahan kualitas relasi di rumah; (6) Perubahan keadaan *mood* di rumah; (7) Pola pengasuhan yang tetap; dan (8) *Psychological well-being* remaja.

Pada masa pandemi, intensitas remaja bertemu dengan teman sebayanya berkurang karena adanya pembatasan kegiatan pada masa pandemi. Menurut penuturan ketiga partisipan, ketika awal pandemi partisipan sempat merasakan adanya rasa jenuh dan bosan karena tidak bisa keluar rumah untuk bertemu dengan teman sebayanya. Namun seiring berjalannya waktu, ketiga partisipan bisa merasakan terbiasa dengan hal itu. Pada partisipan 1 dan 2, mereka melakukan komunikasi rutin melalui aplikasi chat untuk berkomunikasi dengan teman sebayanya, dan menurut mereka hal itu bisa mengurangi kebosanan dan kejenuhan masa pandemi. Namun untuk partisipan 3, didapatkan bahwa partisipan 3 tidak terlalu rutin berkomunikasi dengan temannya, namun rasa jenuh dan bosannya terhadap keadaan di masa pandemi ini dapat tertolong karena dirinya rutin berkomunikasi dengan figur lekatnya yang lain, yaitu pacarnya dan kakaknya. Berdasarkan temuan Tisdale & Pitt-Catsuphes (2012), sekolah merupakan lingkungan yang paling dapat memprediksi *well-being* remaja. Hal tersebut berkaitan dengan konteks *dual career family*, dimana sekolah merupakan lingkungan tempat remaja mendapatkan banyak interaksi dengan teman sebaya. Hal tersebut sejalan dengan temuan dari penelitian ini, yaitu figur yang dapat memprediksi *well-being* ketiga partisipan adalah teman sebaya, bukanlah kedua orang tua. Namun pada penelitian ini juga

Menariknya, tidak hanya intensitas relasi saja yang meningkat, namun kualitas dari relasi dengan kakaknya pun juga meningkat, dimana hal tersebut tidak terjadi pada kedua orang tuanya. Partisipan 1 mengatakan bahwa dirinya memang sejak dulu jarang bercerita-cerita dengan kedua orang tuanya, bahkan ia tidak pernah menceritakan tentang permasalahan pribadinya. Hal ini dapat dikaitkan dengan temuan Arslan (2018), bahwa *social acceptance* atau penerimaan sosial dan *social connectedness* atau keterhubungan sosial adalah prediktor yang positif dan signifikan terhadap *well-being* remaja. Disini terlihat bahwa *social acceptance* dan *social connectedness* yang partisipan 1 dapatkan dari kakaknya lebih besar daripada yang ia dapatkan dari kedua orang tuanya. Hal ini terjadi karena partisipan mengatakan bahwa kedua orang tuanya sejak dahulu sudah bekerja sehingga memang tidak terbiasa untuk bercerita tentang hal-hal yang bersifat pribadi.

Penelitian ini juga mendapatkan suatu temuan dimana terdapat perubahan *mood* pada ibu dari partisipan 1 dan partisipan 3 di masa pandemi. Kedua partisipan menuturkan bahwa di masa pandemi ini ibunya lebih sering memunculkan perilaku mudah marah dan suka mengomel, dimana hal tersebut memberikan dampak kepada partisipan yaitu partisipan menjadi kesal dan memiliki *mood* yang kurang bagus, serta semakin bosan dan jenuh di rumah, terlebih lagi partisipan tidak bisa bertemu dan bermain dengan temannya. Partisipan 1 mengatakan bahwa ibunya memang sejak dulu sering mengomel, begitu pula partisipan 3. Berdasarkan data yang didapatkan dari partisipan 3, menurutnya ibunya biasanya mulai memunculkan perilaku marah-marah ketika ibunya sedang lelah bekerja. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rustham, (2019), bahwa situasi *mood* seorang ibu ketika selesai bekerja dapat langsung tersalurkan kepada anak. *work overload* juga dapat mempengaruhi tingkat stres orang tua itu sendiri yang bisa menyebabkan terganggunya kesejahteraan psikologis anak. Dengan adanya

perubahan pada aspek *psychological well-being* yaitu hubungan positif dengan orang lain dan penguasaan lingkungan pada remaja di masa pandemi, ternyata ditemukan bahwa tidak ditemukan perubahan yang signifikan pada aspek *psychological well-being* yang lainnya pada remaja. Berdasarkan dari penuturan partisipan 1 dan 3, mereka merasa bahwa kedua orang tua mereka sudah mempercayakan segalanya kepada diri mereka sendiri. Orang tua mereka menganggap bahwa partisipan 1 dan 3 bisa dan mampu untuk memilih dan melakukan hal-hal yang tepat. Kalau menurut partisipan 2, ia tidak mengerti apa alasan orang tuanya tidak banyak terlibat dalam kegiatan belajarnya, ia hanya mengatakan bahwa orang tuanya dari dulu sudah seperti itu. Hal ini mungkin terjadi karena adanya perbedaan umur antara partisipan 1 (18 tahun) dan 3 (21 tahun) dengan partisipan 2 (13 tahun) ini menyebabkan adanya perbedaan pengalaman hidup dan bagaimana partisipan memaknai suatu pengalaman. Berdasarkan dari teori *psychological well-being* Ryff (1989), usia merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *psychological well-being*, terutama pada aspek penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) dan otonomi (*autonomy*) yang bisa mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia. Pada partisipan 1 dan 3, terlihat bahwa kedua orang tuanya lebih cenderung untuk memfokuskan untuk membekali karakter mereka dengan nilai-nilai moral agama tapi tetapi tidak terlalu fokus untuk mengembangkan karakter yang lain, seperti karakter percaya diri, motivasi berprestasi, dan juga keterampilan interpersonal. Hal ini bisa dikaitkan dengan temuan McFarlane dkk., (1995), bahwa pola pengasuhan yg melibatkan kontrol yang sesuai, komunikasi yang jelas, pemberian kehangatan dan kasih sayang itu memberikan pengaruh pada *psychological well-being* remaja.

Berdasarkan penjelasan di atas, terlihat bahwa salah satu alasan mengapa ada beberapa aspek *psychological well-being* remaja tidak terdapat perubahan yang signifikan adalah karena pola asuh (*parenting*) dari orang tua itu sendiri tidak mengalami perubahan, tidak adanya usaha dari orang tua untuk merubah pola pengasuhannya terhadap anaknya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa gambaran *psychological well-being* remaja dari *dual career family* di masa pandemi COVID-19 ini cukup menunjukkan hasil dengan beragam variasi dan memiliki keunikan dalam setiap dimensi *psychological well-being*. Ketika partisipan mampu mencapai kondisi *psychological well-being* remaja yang mayoritas positif meskipun ada beberapa dimensi *psychological well-being* yang masih kurang positif. Penelitian ini juga menemukan berbagai macam situasi yang dapat memberikan dampak pada *psychological well-being* remaja, seperti contohnya adanya perubahan keadaan di masa pandemi dan juga tidak adanya perubahan dalam perilaku pengasuhan yang dilakukan oleh orang tua.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada orang tua, saudara, teman-teman, dan partisipan serta dosen-dosen Fakultas Psikologi UNAIR. Penelitian ini dapat berjalan dengan lancar karena adanya dukungan kalian kepada peneliti.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Adella Novita Putri dan Aryani Tri Wrastari tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Amran, M. S. (2020). Psychosocial risk factors associated with mental health of adolescents amidst the COVID-19 pandemic outbreak. *International Journal of Social Psychiatry*. <https://doi.org/10.1177/0020764020971008>
- Arslan, G. (2018). Psychological Maltreatment, Social Acceptance, Social Connectedness, and Subjective Well-Being in Adolescents. *Journal of Happiness Studies*, 19(4), 983–1001. <https://doi.org/10.1007/s10902-017-9856-z>
- Craig, L., & Churchill, B. (2021). Dual-earner parent couples' work and care during COVID-19. *Gender, Work and Organization*, 28(S1), 66–79. <https://doi.org/10.1111/gwao.12497>
- Crouter, A. C., Bumpus, M. F., Maguire, M. C., & McHale, S. M. (1999). Linking parents' work pressure and adolescents' well-being: insights into dynamics in dual-earner families. *Developmental Psychology*, 35(6), 1453–1461. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.35.6.1453>
- Desmayanti, S. (2009). *Hubungan antara Resolusi Konflik dan Kepuasan Pernikahan Pasangan Suami Istri Bekerja pada Masa Awal Pernikahan*.
- Galambos, N. L., Sears, H. A., Almeida, D. M., & Kolaric, G. C. (1995). Parents' Work Overload and Problem Behavior in Young Adolescents. *Journal of Research on Adolescence*, 5(2), 201–223. https://doi.org/10.1207/s15327795jra0502_3
- Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi Perkembangan*. Erlangga.
- Jacobs, J. A. & Gerson, K. (2018). The Time Divide: Work, Family, and Gender Inequality. In *The Inequality Reader* (pp. 345–350). Routledge.
- Kusumowardhani, P. A. (2011). GAMBARAN KEPUASAN PERKAWINAN PADA ISTRI BEKERJA. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 6.
- McFarlane, A. H., Bellissimo, A., & Norman, G. R. (1995). Family Structure, Family Functioning and Adolescent Well-Being: the Transcendent Influence of Parental Style. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 36(5), 847–864. <https://doi.org/10.1111/J.1469-7610.1995.TB01333.X>
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya.
- Putri, S. L., & Kinanti, M. R. (2016). *Job Stress and Marital Satisfaction among Husbands in Dual-Earner Marriages*. *UI Proceedings on Social Science and Humanities*, 1(0). <http://proceedings.ui.ac.id/index.php/uipssh/article/view/89>
- Rapoport, R. N. (1969). The Dual Career Family: A Variant Pattern and Social Change. *Human Relations*, 22(1), 3–30. <https://doi.org/10.1177/001872676902200101>
- Rapoport, R. N., & Rapoport, R. (1978). Dual-career families: Progress and prospects. *Marriage & Family Review*, 1(5), 1–14. https://doi.org/10.1300/J002v01n05_0

- Rustham, T. P. (2019). Dual Earner Family Dan Pengaruhnya Pada Kesejahteraan Psikologis Anak : Sebuah Studi Literatur. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 21(1), 23. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v21i1.757>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Santrock, J. W. (2011). *Life Span Development*. Erlangga.
- Stake, R. E. (2005). *Qualitative Case Studies* (Denzin, N.). Sage Publications.
- Swain, J. (2018). A Hybrid Approach to Thematic Analysis in Qualitative Research: Using a Practical Example. *A Hybrid Approach to Thematic Analysis in Qualitative Research: Using a Practical Example*, October. <https://doi.org/10.4135/9781526435477>
- Tisdale, S., & Pitt-Catsuphes, M. (2012). Linking social environments with the well-being of adolescents in dual-earner and single working parent families. *Youth and Society*, 44(1), 118–140. <https://doi.org/10.1177/0044118X10396640>