

## Konflik Peran Ganda Wanita Karir Saat Work From Home di Masa Pandemi Covid-19

<sup>1</sup>Dhiza Aliffia, <sup>2</sup>Mawadah, <sup>3</sup>Rabiatul Adawiyah, <sup>4</sup>Khairun Na'imah,  
<sup>5</sup>Shanty Komalasari, <sup>6</sup>Ceria Hermina

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Universitas Islam Negeri Banjarmasin

<sup>1</sup>[dbizaaaliffia@gmail.com](mailto:dbizaaaliffia@gmail.com)

**Abstrak:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengungkapkan konflik peran ganda yang dialami oleh wanita karir saat *Work From Home* saat pandemi Covid-19. Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini menggunakan metode kepustakaan. Seorang ibu yang mempunyai peran ganda selama pandemi merasa tanggungan pekerjaannya bertambah lebih sulit. Beban itu adalah tanggung jawab mendampingi anak sekolah dari rumah serta tanggungan pekerjaan yang semasa pandemi ini semakin bertambah. Terlebih saat anak-anak belajar secara daring. Disini peran seorang ibu bertambah karena harus berperan sebagai guru untuk mendampingi anaknya. Hal ini yang membuat wanita karir merasa kesulitan karena dalam waktu yang bersamaan mereka juga melaksanakan tugasnya dari rumah (WFH). Wanita karir sering merasa sulit karena harus membagi fokusnya antara pekerjaan dan mendampingi anak saat sekolah daring. Sehingga konflik peran ganda yang dialami wanita karir saat *work from home* di masa pandemi covid-19 meningkat karena peran dalam pekerjaan dan keluarga dilakukan di tempat dan waktu yang bersamaan.

**Kata Kunci:** Konflik Peran Ganda; Wanita Karir; Pandemi Covid-19

**Abstract:** The Covid-19 pandemic has made significant changes to people's lives. Including career women who work from home, feel the impact of these changes. Challenges and burdens borne by career women in the middle of public stigma about women who should be at home, doing domestic work, taking care of their husbands and children and then increasing when they have to do it together with office work at home. The purpose of this study is to reveal the dual role conflict experienced by career women when working from home during covid-19 pandemic. The method used in writing this article uses the library method. A mother who has a dual role during a pandemic finds her work responsibilities getting more difficult. The burden is in the form of the responsibility of accompanying school children from home and work responsibilities which apparently during the pandemic are increasing. Especially when children learn online. Here the role of a mother increases because she has to act as a teacher to accompany her child. This makes career women find it difficult because they are also carrying out their duties from home (WFH) at the same time. Career women often find it difficult because they have to divide their focus between work and accompanying children during online school. So that the dual role conflict experienced by career women when working from home during the Covid-19 pandemic increases because roles in work and family are carried out in the same place at the same time.

**Keywords:** Dual Role Conflict; Career Woman; Covid-19 Pandemic

## PENDAHULUAN

Pada akhir tahun 2019 virus covid-19 ditemukan di China, kabar adanya virus ini membuat masyarakat memiliki ketakutan berlebih dikarenakan keganasannya. Kemudian, pada awal tahun 2020 penyebaran virus covid-19 mulai merebak ke seluruh dunia termasuk Indonesia. Pandemi Covid-19 membuat perubahan yang sangat signifikan dalam kehidupan, yang biasanya kita melakukan hampir setiap kegiatan di luar ruangan, kini hanya bisa dilaksanakan di dalam rumah. Upaya pemerintah untuk mengurangi penyebaran covid-19 adalah dengan mengkampanyekan untuk menjaga jarak, mengurangi perkumpulan, melaksanakan pekerjaan dirumah, kegiatan belajar mengajar dari rumah dan pekerjaan lainnya dilakukan secara daring (*online*) untuk mengurangi mobilitas. Termasuk juga ke dalam keputusan pemerintah untuk membatasi waktu kerja para karyawan, para pekerja diperintahkan agar melakukan pekerjaan melalui (*work from home*) (Syahrial 2020).

Wanita karir menjadi salah satu pihak yang mengalami dampak perubahan tersebut. Tantangan dan beban yang dipikul wanita karir ditengah stigma masyarakat tentang wanita yang seharusnya berada di rumah, melakukan pekerjaan domestik, mengurus suami dan mengasuh anak kemudian bertambah saat harus mengerjakan tanggung jawab tersebut bersamaan dengan pekerjaan yang dilakukan dari rumah (*work from home*). Banyak sekali tantangan baru bagi para wanita karir yang memiliki peran ganda di masa pandemi ini. Wanita dituntut harus bisa manajemen waktu seefektif mungkin dan mampu melakukan beberapa pekerjaan sekaligus untuk menjadi Ibu (istri) yang melayani keluarganya sekaligus menjadi pekerja yang memiliki tanggung jawab di instansinya. Dalam sebuah penelitian bahkan ditemukan bahwa pada bidang akademik publikasi yang dilakukan oleh akademisi wanita menurun selama pandemi covid-19. Hal tersebut menunjukkan beban awal wanita karir tentang stigma masyarakat ditambah tantangan yang dihadapi karena pandemi menjadikan turunnya kinerja wanita karir dan meningkatkan konflik peran ganda yang dialaminya (Affairs 2021).

Permasalahan yang dialami wanita karir terkait konflik peran ganda saat pandemic ini dirasa perlu ditelaah secara mendalam sebagai salah satu imbas yang ditimbulkan pandemi terhadap kehidupan. Tujuan penelitian kepustakaan ini adalah guna mengungkapkan konflik peran ganda yang dialami oleh wanita karir ketika melakukan pekerjaan dari rumah atau *Work From Home* saat pandemi Covid-19.

## METODE

Dalam penulisan jurnal ini, penulis akan menguraikan tentang konflik peran ganda yang dialami wanita karir saat *Work from Home* (WFH) di masa pandemi covid-19. Metode yang kami gunakan dalam penulisan artikel ini menggunakan metode kepustakaan. Studi kepustakaan merupakan cara penyatuan data dengan melakukan studi penelitian pada literatur-literatur seperti buku, catatan, jurnal serta laporan yang berhubungan dengan tema yang akan dibahas (Nazir 2009). Terdapat pula pernyataan yang menyatakan bahwa studi kepustakaan merupakan metode penelitian yang mengamati bermacam-macam buku referensi dan hasil penelitian-penelitian terdahulu yang dapat digunakan sebagai landasan teori tentang masalah yang akan diteliti (Jonathan 2006). Penulis mengambil dan mengumpulkan bahan dari literatur-literatur terpercaya dan penelitian-penelitian terdahulu yang telah dilakukan dan dibuktikan kebenarannya terkait permasalahan yang dibahas. Bahan-bahan tersebut kemudian disusun dan dianalisis serta didiskusikan bersama untuk kemudian dilakukan penyusunan jurnal.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Wanita Karir

Wanita karir secara bahasa merupakan bekerja sama pada lapangan kerja tetapi dia bekerja atas dasar ketertarikan dan suka pada pekerjaan tersebut dan dalam jangka waktu yang lama. Wanita karir itu bisa bekerja sendiri atau bekerja pada orang lain. Wanita karir sering disebut Wanita modern dan pintar (Wakirin 2017). Wanita karir juga merupakan perempuan yang memiliki pekerjaan atau memiliki jabatan yang mendapatkan imbalan berupa uang. Pada dasarnya begitu banyak perempuan yang memiliki peran ganda dengan menjadi wanita karir dan menjadi ibu rumah tangga. Sehingga tak jarang menjadi Wanita karir adalah cita-cita mereka. Menjadi Wanita karir juga sebuah keharusan bagi mereka guna menambah pendapatan keluarga di zaman sekarang, bukan karena laki-laki tidak mampu untuk mencukupi kebutuhan keluarganya, tetapi membantu untuk memenuhi banyaknya kebutuhan yang harus dipenuhi.

Walaupun demikian, sampai sekarang banyak sekali rumor Wanita karir yang menjadi bahan perdebatan bahkan menjadi perbandingan antara perempuan yang memiliki karir dengan perempuan yang seutuhnya menjadi ibu rumah tangga. Banyak yang mengatakan bahwa menjadi Wanita karir itu menelantarkan keluarganya dan anak-anaknya, sedangkan Wanita yang berpendidikan tinggi tetapi memilih menjadi ibu rumah tangga dikatakan seseorang yang menia-nyiakan ilmu dan gelar yang telah diraih. Menjadi Wanita karir bukanlah hal yang mudah tetapi ia harus bertanggung jawab atas pekerjaannya dan bertanggung jawab atas keluarganya (Handayani 2020).

### Peran Wanita Karir

Pada dasarnya terdapat dua peranan yang dimiliki wanita karir dan wajib dikerjakan secara bersamaan, yaitu sebagai seorang ibu rumah tangga dan sebagai wanita karir (wanita pekerja). Sekarang ini banyak ditemukan Wanita yang dengan peran ganda tersebut (Handayani 2020). Wanita harus pintar dalam mengatur rumah tangga yaitu dengan melayani suami sebagaimana seharusnya, kemudian dia juga harus pintar dalam mengasuh anaknya. Tapi dia juga tidak boleh melupakan kodratnya sebagai seorang hamba Allah (Masitoh, Gussevi, dan Tabroni 2021). Keterbukaan kesempatan bekerja itu membuat Wanita menggunakan kesempatan memiliki peran ganda untuk mendukung laki-laki agar berpenghasilan supaya dapat membantu mencukupi keluarganya. Namun, tidak jarang Wanita harus mengorbankan salah satu perannya karena ia tidak dapat mengatur waktu untuk membagi kedua peran tersebut. Tak jarang terjadi perceraian dikarenakan wanitanya terlalu fokus akan karirnya yang membuat rumah tangganya menjadi retak. Tetapi jika ia memutuskan menjadi seorang ibu rumah tangga ia harus mengubur dalam tentang cita-cita dan keinginannya serta potensi yang ada pada dirinya (Handayani 2020).

Dalam islam menurut Abu Syuqqah peran utama Wanita yang telah berkeluarga adalah mengurus rumah tangga, akan tetapi tidak dipungkiri Wanita memiliki kewajiban di masyarakat. Oleh sebab itu kedudukan Wanita itu setara dengan laki-laki, karena peran keduanya sama (Qudsiah dan Gustiawati 2017). Adapun faktor yang membuat wanita berkarir (harus bekerja) yang pertama, faktor ekonomi karena keperluan rumah tangga yang kurang mencukupi menyebabkan suami-istri bekerja untuk memenuhi kebutuhannya. Kedua, faktor aktualisasi diri, bagi Wanita yang belum menikah dan memiliki Pendidikan tinggi cenderung memiliki keinginan untuk berkarir dan apabila sudah menikah keperluan untuk mengaktualisasikan dirinya semakin bertambah sehingga memiliki rasa ingin berkarir kembali karena menurutnya berkarir merupakan kegiatan yang berguna dan mampu

menambah kemandirian finansial. Faktor ketiga yaitu faktor psikologis yang dimana wanita kurang menyukai hidup dalam keluarga, dia lebih menyukai bekerja (Handayani 2020).

Dalam Pendidikan Islam terdapat 3 peranan wanita karir. Pertama sebagai ibu, sebagai wanita karir dia harus membagi waktunya sebagai seorang ibu yang harus menyanggah dan mendidik. Kedua sebagai seorang istri, dia harus bisa menempatkan perannya sebagai istri terhadap suami, dia juga dituntut untuk bisa menjalankan perannya sebagai istri, teman dan kekasih. Ketiga sebagai seorang pribadi dan anggota dalam masyarakat, wanita karir yang mencapai kesuksesan dirasa dapat mengayomi masyarakat (Lailiyah dan Ridlwan 2020).

### **Kedudukan Wanita Karir**

Kedudukan Wanita karir terbagi dalam dua bentuk, yang pertama wanita karir yang sudah menikah dan yang belum menikah atau tak terikat tali pernikahan. Diantara keduanya memiliki keterikatan dalam hal keseimbangan pemenuhan hak dan kewajiban keduanya. Suami dan istri berdasarkan ajaran islam memiliki hak dan kewajiban yang sama, saat suami memenuhi kewajibannya kepada istri, maka istri juga mendapatkan hak dari suaminya. Kewajiban dan hak suami-istri sudah ditetapkan oleh Negara dan Agama. Terkadang karena keadaan suami seringkali mengambil alih tugas istri dan sebaliknya istri mengambil tugas suami, misalkan dalam permasalahan finansial. hal ini terjadi seiring dengan semakin tinggi kebutuhan hidup yang harus dipenuhi sehingga sudah tak asing lagi istilah Wanita karir dalam masyarakat (Handayani 2020).

### **Penyesuaian Diri**

Penyesuaian diri (*Adjustment*) atau biasa disebut dengan adaptasi adalah sebuah proses yang mana proses tersebut terdiri dari respon mental serta perilaku seseorang untuk berupaya agar bisa menangani keperluan dari dalam diri, ketegangan, rasa frustrasi, serta konflik yang terjadi. Hal tersebut ia tangani secara mandiri agar ia bisa mencapai keharmonisan antara lingkungan dimana ia tinggal dengan dirinya sendiri. Dalam penyesuaian diri, seseorang akan berupaya untuk melewati keadaan yang tidak menyenangkan contohnya misalkan sedang menghadapi perselisihan, kegentingan, stress, serta frustrasi. Akibatnya, tidak sedikit orang-orang yang menderita stress serta depresi karena ia tidak dapat melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan yang sesak akan tekanan (Desiningrum 2012).

Individu yang bisa mencukupi kebutuhan dirinya sendiri, tuntutan lingkungan sekitar, serta mampu melewati rintangan yang ia hadapi merupakan individu yang memiliki penyesuaian diri yang bagus (Hairina 2017). Dengan demikian, bersumber dengan apa yang telah disampaikan oleh tokoh-tokoh tersebut diatas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan upaya seseorang untuk mampu memenuhi kebutuhan dari dalam diri serta memiliki kemampuan untuk bisa menyeimbangkan diri terhadap tuntutan dan perkembangan lingkungan supaya terbentuk hubungan yang selaras (seimbang)

Ada beberapa bagian penyesuaian diri yang dikemukakan oleh (Alexander 1964) yaitu seperti berikut :

- a. Tidak memiliki emosi yang berlebih, seseorang yang menghadapi masalah diharapkan memiliki kontrol emosi yang baik. Karena dengan mengontrol emosi seseorang mampu memecahkan masalah dengan cara yang tepat.
- b. Meminimalisir mekanisme psikologi, individu yang mengatasi masalah dengan meminimalisir mekanisme psikologi (pertahanan diri, rasionalisasi/pembuatan alasan, imbalan, antisipasi) ialah seseorang yang dapat melakukan penyesuaian

diri secara normal. Penyesuaian diri yang normal ialah individu yang bersedia mengakui kegagalan yang dihadapi dan terus berusaha untuk terus mencoba.

- c. Tidak memiliki frustrasi individual.
- d. Mampu berpikir rasional dan memfokuskan diri.
- e. Memiliki kemampuan belajar yang baik, orientasi diri yang umum ditandai dengan belajar terus-menerus, pembelajaran ini tentu akan mewujudkan kualitas diri menjadi lebih baik guna menghadang tekanan kehidupan
- f. Menjadikan kejadian yang terdahulu sebagai pengalaman. Kejadian terdahulu dapat menjadi sebuah pelajaran agar dapat menyesuaikan diri serta mampu membereskan kesulitan yang mirip di waktu mendatang.
- g. Sikap realistis dan objektif, pikiran yang rasional akan membimbing individu agar bisa memandang suatu keadaan, persoalan dan batasan diri sesuai dengan kadarnya.

Selain ada aspek dalam penyesuaian diri, terdapat beberapa faktor yang memberikan pengaruh terhadap proses penyesuaian diri (Alexander 1964), yaitu:

- a. Kondisi fisik, kondisi fisik akan mempengaruhi proses penyesuaian diri. Kondisi fisik ini meliputi *hereditas* (keturunan), sistem utama tubuh serta kondisi kesehatan fisik, kondisi fisik yang sehat akan lebih memudahkan diri dalam penyesuaian diri.
- b. Perkembangan dan kematangan, terdiri dari kematangan emosi, sosial, intelektual, dan moral.
- c. Kondisi psikologis
- d. Faktor lingkungan misalnya sekolah dan keluarga
- e. Kebudayaan, termasuk juga agama.

Bentuk dari penyesuaian diri terbagi menjadi dua yaitu *Adaptive* dan *Adjustive*. Pengertian *Adaptive* atau yang lebih sering dikenal dengan adaptasi ialah bentuk penyesuaian diri bersifat ke badani, contohnya seperti perubahan kondisi tubuh dalam penyesuaian diri dengan kondisi lingkungan misalnya seseorang akan berkeringat saat suhu cuaca panas atau seseorang akan memakai baju tebal saat musim dingin. Sedangkan *Adjustive* ialah penyesuaian diri yang berkaitan dengan mental serta perilaku individu dengan lingkungannya (Putri dan Rahmawati 2021).

### **Peran Ganda Wanita**

Umumnya, peran ganda wanita didefinisikan sebagai wanita yang melakukan dua peran atau lebih secara bersamaan, peran itu dapat berupa ibu rumah tangga dan tenaga kerja. Pada zaman sekarang, wanita tidak semata-mata berperan sebagai ibu rumah tangga atau istri saja, tetapi juga berperan di macam-macam bidang seperti sosial, ekonomi bahkan politik (Wibowo 2012). Jika di dalam rumah tangga seorang wanita bekerja menyiapkan kebutuhan suami dan keluarga, memasak makanan, mencuci dan tugas-tugas lainnya. Maka diluar rumah wanita mempunyai peran publik yang dilakukan sebagai tenaga kerja. Hal yang demikian adalah alasan kenapa perempuan disebut mempunyai peran ganda, dikarenakan terdapat dua peran yang secara bersamaan dilakukan yaitu ibu rumah tangga dan juga tenaga kerja. Dapat diambil kesimpulan bahwa peran ganda wanita adalah wanita yang bisa melakukan dua peran secara bersamaan. Pada hal tersebut, wanita mempunyai tugas utama dalam keluarga dan secara bersamaan juga mempunyai tugas dan tanggung jawab pekerjaan diluar rumah.

Konflik peran ganda merupakan permasalahan antara peran yang mana tekanan dari pekerjaan dan keluarga saling berselisih satu dan lainnya. Individu akan menggunakan

banyak waktu dalam memenuhi peran yang utama bagi dirinya, hal ini disebabkan karena seseorang akan merasa mendapat waktu yang tidak cukup untuk melaksanakan peran yang lain. Permasalahan peran ganda akan menambah peluang seseorang mengalami permasalahan terkait konflik peran (Ardiansyah dan Meutariningsih 2016).

### **Penyebab dan Faktor Peran Ganda**

Bagi perempuan yang melakukan peran ganda antara rumah tangga dan pekerjaan hal yang utama adalah dukungan pasangan. Adanya dukungan dari suami akan menjadikan seorang wanita merasa diberi penghargaan lebih dan merasa lebih diperhatikan, hal tersebut sangat berpengaruh bagi istri dalam menjalankan karirnya (Saman dan Dewi 2012). Dukungan tersebut dapat berupa motivasi, kata-kata positif, pujian, informasi penghargaan dan juga tindakan yang membantu. Menurut (Samsidar 2020) terdapat beberapa penyebab munculnya peran ganda, yaitu:

1. **Kebutuhan Finansial**  
Hal yang dapat menyebabkan peran ganda pada wanita itu adalah kondisi ekonomi keluarga. Hal ini membuat keterpaksaan wanita untuk ikut serta bekerja guna memenuhi penghasilan keluarga.
2. **Kebutuhan Sosial-Relasional**  
Memiliki kebutuhan sosial relasional yang tinggi membuat wanita memilih untuk bekerja. Berteman dan berbincang dengan rekan di tempat kerja merupakan kegiatan yang lebih menyenangkan dibandingkan hanya tinggal di rumah.
3. **Kebutuhan Aktualisasi Diri**  
Diantara cara yang dapat dilakukan oleh seseorang dalam menemukan arti hidup adalah dengan bekerja. Melalui profesi maupun karir, aktualisasi diri dapat terpenuhi dengan berkarya, mengembangkan diri dan membagi ilmu serta pengalaman. Hal tersebut adalah sebuah pilihan yang seringkali diambil oleh para perempuan pada masa kini, apalagi dengan semakin terbukanya peluang yang persis terhadap wanita dalam meraih jenjang karir yang tinggi.

### **Bentuk Konflik Peran Ganda**

Terdapat dua bentuk konflik peran ganda, yaitu:

1. **Konflik Pekerjaan-Keluarga**  
Konflik Pekerjaan-Keluarga merupakan salah satu bentuk konflik peran saat seseorang tidak dapat menyetarakan beberapa hal antara kewajiban untuk melaksanakan peran dalam pekerjaan dan keluarga. Konflik ini terjadi karena tanggung jawab pada pekerjaan yang dimiliki diluar rumah membuat tanggung jawab seseorang terhadap keluarganya terganggu. Konflik pekerjaan-keluarga biasanya diakibatkan permintaan, ketegangan dan waktu yang disebabkan pekerjaan mengganggu peran seseorang dalam keluarganya. (Akbar 2017). Beberapa indikator konflik pekerjaan-keluarga yaitu kurangnya kebersamaan bersama keluarga, tuntutan tugas, adanya tekanan kerja, terlalu sibuk dengan urusan pekerjaan dan konflik terkait komitmen ataupun tanggung jawab yang ada di keluarga (Frone, Russell, dan Cooper 1994).
2. **Konflik Keluarga-Pekerjaan**  
Konflik keluarga-pekerjaan merupakan bentuk konflik peran yang terjadi karena tanggung jawab seseorang dalam keluarga mengganggu penyelesaian tugas ataupun tanggung jawabnya dalam pekerjaan. Konflik keluarga-pekerjaan biasanya diakibatkan permintaan, ketegangan dan waktu yang disebabkan keluarga mengganggu peran seseorang dalam pekerjaannya (Akbar 2017). Beberapa indikator konflik keluarga-pekerjaan diantaranya adalah tekanan sebagai orang tua,

kurangnya keterlibatan orang tua, tuntutan pernikahan, keterlibatan istri atau suami yang kurang dan campur tangan pekerjaan (Frone dkk. 1994).

### **Dimensi Konflik Peran Ganda**

Terdapat beberapa dimensi yang dimiliki konflik peran ganda (Riskasari 2016), yaitu:

1. Konflik Berdasarkan Waktu (*Time-Based Conflict*)  
Konflik ini terjadi dikarenakan waktu yang dipakai untuk menjalani suatu peran tidak bisa dipakai untuk menjalani peran yang lain. Hal ini dikarenakan sulitnya menyesuaikan antara waktu dan jadwal yang ada di tengah tuntutan untuk menjalankan kedua peran tersebut dalam pembagian waktu, energi dan kesempatan antara pekerjaan rumah tangga dan pekerjaan kantor. Selain itu, seseorang juga akan kesulitan apabila melakukan dua peran sekaligus dalam satu waktu.
2. Konflik Berdasarkan Tekanan (*Strain-Based Conflict*)  
Konflik ini merupakan akibat dari munculnya suatu emosi atau ketegangan dikarenakan salah satu peran yang menjadikan seseorang mengalami kesulitan dalam menjalani peran lainnya. Termasuk dalam kategori ketegangan peran ini diantaranya adalah meningkatnya tekanan darah, cemas, stress, kelelahan, keadaan emosional hingga sakit kepala. Sebagai contoh seorang wanita karir akan merasa kurang nyaman ketika duduk membantu anaknya mengerjakan pekerjaan rumahnya setelah kelelahan bekerja di kantor seharian.
3. Konflik Berdasarkan Perilaku (*Behaviour-Based Conflict*)  
Konflik ini adalah konflik yang muncul ketika hasil yang didapatkan dari suatu peran (pekerjaan atau keluarga) tidak sesuai dengan ekspektasi seseorang. Dengan kata lain terkadang perilaku yang diharapkan terjadi saat melakukan suatu peran kadang bertentangan dengan peran lainnya.

### **Pengaruh Konflik Peran Ganda terhadap Keluarga dan Kinerja**

Konflik peran ganda yang dialami seorang wanita karir tentu akan memberikan pengaruh baik pada keluarga maupun kinerjanya. Konflik pekerjaan-keluarga ataupun konflik keluarga-pekerjaan yang dialami wanita karir memiliki hubungan yang negatif dengan kinerjanya. Oleh karena itu, seseorang yang mengalami konflik pekerjaan-keluarga tinggi mengatakan bahwa mereka mengalami penurunan kinerja dikarenakan mereka tidak bisa memenuhi tanggung jawab maupun peran secara utuh dalam keluarga dan merasa terlalu dikuasai oleh tanggung jawab pekerjaan sehingga mengurangi kualitas kehidupan keluarganya. Demikian pula konflik keluarga-pekerjaan memberikan dampak yang sama terhadap wanita karir (Frone dkk. 1994).

Dampak dari konflik peran ganda yang dirasakan oleh wanita karir merupakan konflik yang terjadi dikarenakan tekanan pekerjaan dan keluarga. Terdapat beberapa tekanan kuat bagi seorang wanita untuk berkarir seperti status, motivasi diri, pencapaian pendidikan, adanya kesempatan dan kebutuhan untuk mencukupi keuangan keluarga.

### **Konsekuensi Konflik Peran Ganda**

Terdapat beberapa simptom klinis yang terjadi sebagai akibat adanya konflik peran ganda wanita karir seperti stress, depresi, iri, malu dan agresi. Tingginya tingkat depresi yang dialami wanita sejatinya bukan lah hal yang tabu karena berdasarkan riset diketahui bahwa perasaan depresi parah dan terulang cenderung terjadi kepada wanita dibandingkan pria dengan kalkulasi rata-rata 21% mengalami depresi seumur hidup. Selain itu, terdapat pula penelitian yang membuktikan bahwa wanita menampakkan tingkatan distress yang tinggi jika berkaitan dengan peran ganda.

Tingginya konflik peran ganda pada wanita karir diakibatkan banyaknya peran yang harus dilakukan baik dalam keluarga maupun pekerjaan. Saat di rumah wanita cenderung sudah memiliki peran yang berlapis sebagai istri yang mengurus suami, ibu yang mendidik dan mengasuh anak-anak, mengatur keuangan dan mengurus rumah. Bahkan dalam sebuah penelitian diketahui bahwa ibu yang bekerja mengalami kesulitan dan masalah dalam mengurus anaknya terutama yang masih balita atau batita (Riskasari 2016).

### **Konflik Peran Ganda Wanita Karir di Masa Pandemi Covid-19**

Terdapat beberapa literatur tentang konflik peran ganda yang dialami oleh wanita karir saat *work from home* di masa pandemi Covid-19 yang dapat dijadikan sebagai acuan dan referensi penelitian. Berikut beberapa penelitian tersebut:

Jurnal “Mengungkap Beban Ganda pada Ibu di Masa Pandemi Covid-19” ditulis oleh Yuna Anisa Putri bersama rekannya Intan Rahmawati merupakan jurnal yang mereka tulis dengan tujuan mengungkap perihal orientasi diri seorang ibu yang memiliki tanggungan ganda terkhusus di situasi pandemi covid-19 sekarang ini. Sekarang ini ditengah situasi pandemi seorang wanita karir selain harus bekerja, mereka juga dihadapkan dengan kewajiban sebagai “ibu rumah tangga” yaitu seperti memasak, membereskan rumah, melayani suami dan anak, serta membantu proses belajar dari rumah sang anak agar berjalan dengan lancar. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah mereka lakukan mengungkapkan bahwa seorang ibu merasa ketakutan dan khawatir akan tertular covid-19, serta merasa marah dengan beberapa tugas yang dihadapinya. Seorang ibu yang mempunyai peran ganda selama masa pandemi ini merasa tanggungan pekerjaan yang bertambah berat. Tanggung jawab mendampingi anak sekolah dari rumah serta tanggungan kerja yang ternyata semasa pandemi ini malah makin bertambah. Untuk mengatasi persoalan semasa pandemi ini, ibu yang mempunyai peran ganda berusaha untuk mengorientasikan diri dengan keadaan supaya dapat mencapai kondisi yang seimbang. (Putri dan Rahmawati 2021).

Kemudian dalam jurnal lain yang berjudul “Multi Peran Wanita Karir Pada Masa Pandemi Covid-19” yang disusun oleh Ricka Handayani menunjukkan hasil bahwa saat adanya pandemi covid-19 wanita karir seringkali merasakan banyak kendala yang dialaminya. Meskipun pada dasarnya menjadi Wanita karir yang memiliki keseharian bekerja mereka tetap tidak melupakan tugasnya menjadi seorang ibu rumah tangga dan harus mendampingi anak dalam kondisi apapun, terlebih saat adanya pandemi covid-19 yang mengharuskan anak-anak belajar secara daring. Disini peran seorang ibu bertambah karena ia juga harus berperan sebagai guru untuk mendampingi anaknya. Hal ini yang membuat Wanita karir merasa kesulitan karena dengan waktu yang bersamaan para pekerja juga melaksanakan tugasnya dari rumah (WFH). Wanita karir sering merasa sulit karena harus membagi fokusnya antara pekerjaan dan mendampingi anak dalam melaksanakan sekolah daring. walaupun begitu mereka tetap melawati kendala yang dialami dengan baik, sehingga Wanita karir yang memiliki peran ganda sering disebut sebagai Wanita yang multifungsi, multiperan, dan multitalenta (Handayani 2020).

Dalam penelitian lain yang berjudul “Dilema Peran Ganda Dosen Perempuan Selama Pandemi Covid-19 di Indonesia” oleh Muhammad Haekal dan Ainal Fitri menunjukkan beberapa dilema yang dialami oleh para dosen perempuan selama bekerja saat masa pandemi Covid-19. Isu yang pertama itu adalah kurangnya respon perguruan tinggi terhadap covid-19. Para dosen yang bekerja secara daring, tetapi beberapa dari mereka harus pergi ke kampus untuk mengisi presensi secara manual. Lalu permasalahan dosen yang berusia lanjut harus melakukan adaptasi yang lebih dibandingkan dosen muda karena penggunaan teknologi di masa pandemi ini. Hal ini dapat dilihat kurangnya



perhatian perguruan tinggi terhadap dosennya yang semestinya pihak perguruan tinggi dapat melakukan gerakan sosialisasi dan pelatihan untuk para dosen sebelum pandemi terjadi. Isu selanjutnya yaitu dosen perempuan dengan kehidupan rumah tangganya. Dosen-dosen perempuan mengaku diharapkan oleh keluarga mereka untuk mengerjakan pekerjaan rumahnya di saat jam kerja. Hal ini dikarenakan anggapan keluarganya bahwa keberadaannya di dalam rumah adalah bahwa dia memiliki banyak waktu luang. Sedangkan faktanya mereka sedang bekerja tetapi secara daring. Menurut penelitian tersebut hal itu umumnya terjadi pada pasangan suami istri yang belum mampu membeli rumah ataupun menyewanya dan mereka tinggal di rumah kerabat atau orang tua dari salah satu pasangan. Berbeda dengan dosen perempuan yang tinggal di rumah pribadi, mereka mempunyai permasalahan dalam hal merawat anak. Para dosen perempuan mengalami kesulitan dalam merawat anak, perawatan dan pendidikan dapat menjadi beban berat jika suami tidak suportif dalam membantu sang istri (Haekal dan Fitri 2020).

## PENUTUP

Dampak dari konflik peran ganda yang dirasakan oleh wanita karir merupakan konflik yang timbul dikarenakan tekanan pekerjaan dan keluarga. Seorang ibu yang mempunyai peran ganda selama masa pandemi ini merasa tanggungan pekerjaan yang bertambah berat. Tanggung jawab mendampingi anak belajar dari rumah serta tanggungan pekerjaan yang ternyata selama pandemi ini malah makin bertambah. Terlebih saat anak-anak belajar secara daring. Disini peran seorang ibu bertambah karena ia juga harus berperan sebagai guru untuk mendampingi anaknya. Hal ini yang membuat Wanita karir merasa kesulitan karena dengan waktu yang bersamaan para pekerja juga melaksanakan tugasnya dari rumah (WFH). Wanita karir sering merasa sulit karena harus membagi fokusnya antara pekerjaan dan mendampingi anak dalam melaksanakan sekolah daring. Sehingga konflik peran ganda yang dialami wanita karir saat *work from home* di masa pandemi covid-19 meningkat karena peran dalam pekerjaan dan keluarga dikerjakan di tempat dan waktu yang bersamaan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Affairs, National Academies of Science Engineering and Medicine, Policy and Global. 2021. *The Impact of COVID-19 on the Careers of Women in Academic Sciences, Engineering, and Medicine*. National Academies Press.
- Akbar, Dinnul Alfian. 2017. "Konflik Peran Ganda Karyawan Wanita Dan Stres Kerja." *An Nisa'a* 12(1):33–48.
- Alexander, A. Schneiders. 1964. *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Rinehart and Company.
- Ardiansyah, Rahmat Yahya, dan Tatik Meiutariningsih. 2016. "Dukungan Sosial Suami, Konflik Peran Ganda Dan Stress Kerja Wanita Karir | Persona: Jurnal Psikologi Indonesia." *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 5(1).
- Desiningrum, Dinie Ratri. 2012. "Hubungan Self-Esteem Dengan Penyesuaian Diri Terhadap Masa Pensiun Pada Pensiunan Perwira Menengah TNI AD." *Psikologia-Online* 7(1):14–20.
- Frone, Michael R., Marcia Russell, dan M. Lyme Cooper. 1994. "Relationship between Job and Family Satisfaction: Causal or Noncausal Covariation?" *Journal of Management* 20(3).
- Haekal, Muhammad, dan Ainal Fitri. 2020. "Dilema Peran Ganda Dosen Perempuan Selama Pandemi Covid-19 Di Indonesia." *JAS-PT (Jurnal Analisis Sistem Pendidikan Tinggi Indonesia)* 4(2):171–82. doi: 10.36339/jaspt.v4i2.366.

- Hairina, Yulia. 2017. "Dinamika Proses Penyesuaian Diri Wanita Bekerja pada Peran Barunya Sebagai Ibu." *Jurnal Psikohumanika* 9(1):1–9.
- Handayani, Ricka. 2020. "Multi Peran Wanita Karir pada Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Kajian Gender dan Anak* 4(1).
- Jonathan, Sarwono. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Lailiyah, Igmanur, dan Burhanuddin Ridlwan. 2020. "Peran Wanita Karir Dalam Pendidikan Islam." *Al-Misbah (Jurnal Islamic Studies)* 8(2):74–78. doi: 10.26555/almisbah.v8i2.1151.
- Masitoh, Siti, Sofia Gussevi, dan Imam Tabroni. 2021. "Peran Wanita Karir Dalam Pendidikan Anak." *Paedagogie: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam* 2(02):109–23. doi: 10.52593/pdg.02.2.04.
- Nazir, Moh. 2009. *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Putri, Yuna Anisa, dan Intan Rahmawati. 2021. "Mengungkap Beban Ganda Pada Ibu Di Masa Pandemi Covid-19." *UNUSLA CONFERENCE* 1(1):101–16.
- Qudsiah, Wifa Latifah, dan Syarifah Gustiawati. 2017. "Peranan Wanita Karir Dalam Membantu Kebutuhan Keluarga Menurut Mazhab Syafi-iyah." *Mizan: Journal of Islamic Law* 1(2). doi: 10.32507/mizan.v1i2.10.
- Riskasari, Windah. 2016. "KONFLIK PERAN GANDA WANITA BERKARIR." *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam* 7(2):74–81. doi: 10.15548/alqalb.v7i2.840.
- Saman, Abdul, dan Eva Meizara Puspita Dewi. 2012. "Pengaruh Motivasi Kerja Dan Dukungan Suami Terhadap Stres Konflik Peran Ganda Dan Kepuasan Perkawinan Pada Wanita Karir." *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan* 2(2):93–101. doi: 10.26740/jptt.v2n2.p93-101.
- Samsidar, Samsidar. 2020. "Peran Ganda Wanita Dalam Rumah Tangga." *AN-NISA: Jurnal Studi Gender Dan Anak* 12(2):655–63. doi: 10.30863/annisa.v12i2.663.
- Syahrial. 2020. "Dampak Covid-19 Terhadap Tenaga Kerja Di Indonesia." *Jurnal Ners* 4(2):21–29. doi: 10.31004/jn.v4i2.1022.
- Wakirin. 2017. "Wanita Karir Dalam Perspektif Islam." *Al-I'tibar: Jurnal Pendidikan Islam* 4(1):1–14. doi: 10.30599/jpia.v4i1.148.
- Wibowo, Dwi Edi. 2012. "Peran Ganda Perempuan dan Kesetaraan Gender." *MUWAZAH: Jurnal Kajian Gender* 3(1).