

PERBEDAAN STRATEGI KOPING PADA PEREMPUAN HINDU BALI YANG BEKERJA DAN YANG TIDAK BEKERJA

I G. A. Intan Kinanti A. dan Luh Made Karisma Sukmayanti Suarya, S.Psi., M.A.

Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana

intanqeenan@yahoo.co.id

Abstrak

Secara umum, perempuan memiliki dua peran dalam kehidupan, yaitu peran domestik dan peran publik. Dalam kaitan budaya Bali, perempuan memiliki tiga peran atau triple roles dalam kehidupan, yaitu peran reproduktif, peran produktif, dan peran sosial. Sebagai perempuan Bali yang tidak terlepas dari ikatan adat, tentunya menuntut keseimbangan dalam menjalankan tiga peran atau triple roles dalam kehidupan. Masih banyak perempuan Bali terbelenggu di dalam kondisi dilematis untuk melakukan pekerjaan mencari karier, sementara di satu sisi harus menjadi pengurus rumah tangga maupun kegiatan sosial yang tanpa disadari memiliki tuntutan tersendiri. Apabila kondisi ini tidak dikomunikasikan dengan baik, maka dapat mengganggu kondisi psikologis atau menjadi stres. Untuk menanggapi stres serta mencegah efek negatif stres terus terjadi, maka individu melakukan strategi koping. Namun, strategi koping yang dilakukan sangat bervariasi antara individu satu dengan individu lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan strategi koping pada perempuan Hindu Bali yang bekerja dan yang tidak bekerja. Penelitian ini merupakan sebuah penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis chi-square. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu purposive sampling, pada subjek perempuan Hindu Bali yang bekerja sebanyak 100 orang dan yang tidak bekerja sebanyak 100 orang yang tinggal di Kota Denpasar dengan rentang usia 20 tahun sampai 40 tahun. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan skala strategi koping sebanyak 31 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,917. Hasil dari penelitian ini diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.406 atau berada di atas 0,05 ($p > 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa tidak terdapat perbedaan strategi koping pada perempuan Hindu Bali yang bekerja dan yang tidak bekerja. Sebanyak 164 subjek pada penelitian ini tergolong ke dalam kategori subjek yang memiliki strategi koping kombinasi.

Kata Kunci : Perempuan Hindu Bali, Bekerja, Tidak Bekerja, Strategi Koping

Abstract

In general, women have two roles in life, there are domestic roles and public roles. In terms of Balinese culture, women have three roles or triple roles in life, which are reproductive roles, productive roles, and social roles. Being Balinese Hindu women which is inseparable from the customary of traditional bonds, of course, requires a balance in running are three roles or triple roles in life. There are still many Balinese women imprisoned in a state of dilemma to do a job search for a career, while on the other hand must be a housewife and social activities that unwittingly has its own demands. If this condition is not communicated properly, it can interfere with the psychological condition or stress. To deal with stress and to prevent the negative effects of stress continues to occur, then the individual conduct coping strategies. However, coping strategies do vary considerably between one individual with another individual. This study aims to determine differences in coping strategies in Bali Hindu woman who works and what does not work. This research is a quantitative study using chi-square analysis techniques. The sampling technique used is purposive sampling, on the subject of Balinese Hindu women who worked (being employee) as many as 100 people and who are not working (unemployee) as many as 100 people who live in Denpasar with an age range of 20 years to 40 years. A parametric in this study using a scale of coping strategies as much as 31 item with reliability coefficient of 0,917. The results of this study obtained significance value of 0,406 or is above 0,05 ($p > 0,05$). Based on these results it can be said that there is no difference in coping strategies in employee and unemployee Balinese Hindu woman (who works and what does not work). A total of 164 subjects in this study belongs to the category of subjects who have combine coping strategies.

Keywords: Balinese Hindu Women, Being Employee, Being Unemployee, Coping Strategies

LATAR BELAKANG

Setiap manusia memiliki banyak kebutuhan yang selalu ingin dipenuhi dalam hidup. Kebutuhan itu dapat berupa kebutuhan fisik, psikis dan sosial. Dalam kehidupan nyata kebutuhan-kebutuhan tersebut tidak selalu dapat dipenuhi. Keadaan itulah yang cenderung membuat manusia merasa tertekan secara psikologis. Lazarus (dalam Maryam, 2009) mengatakan respon dari perasaan tertekan itu dimanifestasikan manusia dalam bentuk perilaku yang bermacam-macam didasarkan pada sejauh mana manusia itu memandang masalah yang sedang dihadapi. Jika masalah yang dihadapi dipandang negatif, maka respon perilaku pun negatif dan diperlihatkan dalam bentuk-bentuk perilaku neurotis dan patologis. Sebaliknya, jika persoalan yang dihadapi dipandang positif, maka respon perilaku yang ditampilkan pun dapat berupa penyesuaian diri yang sehat dan mengatasi masalah dengan cara-cara yang konstruktif.

Pemilihan cara mengatasi masalah ini disebut dengan istilah proses koping. Dalam pandangan Sarafino (2006), koping adalah suatu proses atau usaha individu mencoba untuk mengelola perbedaan yang dirasakan antara tuntutan dan sumber daya yang dimiliki dengan tujuan untuk menetralisasi atau mengurangi stres yang terjadi. Cooper dan Palmer (2007) mengidentifikasi berbagai sumber penyebab stres, salah satunya adalah konflik peran. Sebagian besar perempuan yang bekerja, terutama di perusahaan besar, cenderung dianggap sebagai pihak yang mengalami stres lebih tinggi dibandingkan dengan pria. Hal ini dapat terjadi dikarenakan perempuan bekerja menghadapi konflik peran sebagai perempuan karier sekaligus ibu rumah tangga.

Kartono (2007) menjelaskan ada kalanya seorang perempuan sungguh-sungguh ingin menjadi ibu rumah tangga dengan tujuan berkonsentrasi untuk mengurus, mendidik, melayani dan mengatur keluarga. Menjadi seorang ibu rumah tangga pun memiliki masalah-masalah tersendiri. Pada penelitian yang dilakukan oleh Ayu (2009) menjelaskan bahwa ibu rumah tangga cenderung mengalami masalah dengan suami, anak, keuangan, dan diri sendiri. Masalah dengan suami meliputi bidang penghasilan suami yang minim maupun ketidakjujuran suami dalam berkomunikasi. Masalah dengan anak meliputi perasaan sedih dikala anak sedang sakit, sehingga aktivitas-aktivitas yang sering dilakukan tertunda dengan memikirkan dan mengurus anak. Masalah dengan keuangan meliputi keuangan yang kurang dengan kebutuhan keluarga yang semakin besar, ditambah lagi hanya dengan mengandalkan penghasilan suami.

Dalam latar belakang budaya Bali, mewajibkan masyarakat baik laki-laki maupun perempuan melakukan kegiatan yang berkaitan dengan adat dan agama, sesuai dengan yang tertuang dalam awig-awig (aturan adat) yang dibuat dan disepakati bersama warga sehingga bagi perempuan khususnya yang berpartisipasi di sektor publik

(produktif) sering terjadi konflik (Saskara, Pudjihardjo, & Suman, 2012). Widayani dan Hartati (2014) menjelaskan bahwa perempuan Bali memiliki tiga peran dalam kehidupan, yaitu peran reproduktif, peran produktif, dan peran sosial. Tiga peran atau biasa disebut triple roles ini antara lain (1) berperan sebagai pengurus dan pelindung rumah tangga, (2) berperan sebagai pencari nafkah, dan (3) berperan sebagai pelaksana adat baik di keluarga, banjar, maupun di desa adat.

Perempuan Bali dalam kehidupan sosial kemasyarakatan mengemban tugas yang sangat penting dalam menyukseskan berbagai kegiatan ritual dan upacara adat. Perempuan Bali memang sejak kecil terlatih membuat banten atau sesajen dan orangtua selalu melibatkan anak perempuan dalam membuat sesaji upacara ritual (www.antarane.com, 2013). Perempuan Bali diyakini sebagai sosok yang memiliki beban kerja terbesar dalam sebuah keluarga jika dibandingkan dengan laki-laki. Pernyataan tersebut didukung dengan adanya fenomena bahwa dari segala persiapan sampai selesainya prosesi ritual yang berjalan pada masyarakat Bali, perempuan memerankan fungsi secara maksimal. Persiapan seluruh rangkaian upacara didominasi oleh kaum perempuan sebagai sarati (tukang banten). Perempuan merupakan pemegang kendali dari pelaksanaan upacara di masing-masing keluarga, karena upacara tidak mungkin terlaksana tanpa adanya banten dan persembahan (Mulia, 2012).

Ketiga peran atau multiperan yang dibebankan kepada kaum perempuan Bali dianggap sebagai suatu bentuk ketimpangan peran, karena ketiga peran tersebut tidak dibebankan juga kepada kaum laki-laki. Beban kerja sangat dirasakan kaum perempuan Bali karena harus menjalankan tiga peran dalam kehidupan. Dalam melakukan peran sosial dan peran produktif, kaum perempuan Bali tidak dapat berkonsentrasi dan menjalankan peran sepenuhnya karena harus membagi perhatiannya juga kepada peran reproduktif (Widayani & Hartati, 2014).

Salah satu contoh yang terjadi pada seorang Ibu A yang berdomisili di wilayah Denpasar. Ibu A mengaku sangat merasa bersalah ketika harus meninggalkan ketiga anak yang masih kecil setiap pagi hingga petang untuk bekerja di luar rumah. Ibu A sadar bahwa ketiga anak masih membutuhkan bimbingan dan perhatian terutama dari Ibu. Satu sisi Ibu A ingin mengembangkan potensi yang dimiliki dengan bekerja sesuai dengan keinginan, sedangkan di sisi lain ingin menjadi seorang ibu yang bertanggungjawab terhadap keluarga. Belum lagi adanya tugas-tugas adat seperti mempersiapkan upacara keagamaan atau ngayah di banjar yang biasanya dilakukan saat libur yang apabila tidak dilakukan maka Ibu A akan mendapat sanksi sosial berupa denda. Meskipun Ibu A telah terbantu dengan adanya mertua yang menjaga atau mengasuh anak, Ibu A tetap merasa tidak nyaman. Perasaan bersalah, sakit kepala, serta uring-uringan adalah gejala yang sering dialami oleh Ibu A dalam menjalankan ketiga peran tersebut.

Kasus lain juga terjadi pada seorang ibu rumah tangga yang tidak bekerja yang bernama Ibu W yang berdomisili di wilayah Denpasar. Ibu W menceritakan bahwa sebelumnya Ibu W pernah bekerja sebagai Sekretaris selama hampir 2 tahun. Setelah menikah, suami Ibu W melarang Ibu W bekerja dan menginginkan Ibu W fokus menjadi isteri dan mengurus rumahtangga. Ibu W mengaku awalnya tidak keberatan, tetapi semakin lama Ibu W merasa bosan dengan keseharian yang dijalani sebagai ibu rumahtangga seperti memasak, menyapu, mengepel, atau menjemput anak. Ibu W menganggap bahwa pekerjaan rumahtangga adalah pekerjaan yang tiada habis dan cenderung monoton. Selain menjadi ibu rumahtangga, Ibu W juga harus mengikuti kegiatan-kegiatan adat yang diselenggarakan di banjar atau mempersiapkan segala keperluan upacara adat saat rahinan tiba. Perasaan jenuh dan capek hingga pusing adalah gejala yang sering dialami Ibu W dalam menjalankan peran-peran tersebut.

Berdasarkan paparan-paparan di atas dan hasil-hasil penelitian yang ditemukan di lapangan dapat dikatakan bahwa konflik peran sebagai perempuan karier sekaligus ibu rumah tangga menjadi penyebab stres sebagian besar kaum perempuan di Indonesia. Khusus pada perempuan Bali, memiliki tiga peran atau triple roles dalam kehidupan yaitu peran reproduktif, produktif, dan sosial. Sebagai perempuan Bali yang tidak terlepas dari ikatan adat, tentunya menuntut keseimbangan dalam menjalankan tiga peran atau triple roles dalam kehidupan. Masih banyak perempuan Bali terbelenggu di dalam kondisi dilematis untuk bekerja atau mencari nafkah, sementara di satu sisi harus menjadi pengurus rumah tangga maupun kegiatan sosial yang tanpa disadari memiliki tuntutan tersendiri. Apabila kondisi ini tidak dikomunikasikan dengan baik, maka dapat mengganggu kondisi psikologis atau menjadi stres.

Pada penelitian yang dilakukan Cucuani (2013) didapatkan hasil bahwa perempuan bekerja cenderung menggunakan problem focus coping dalam menghadapi konflik peran ganda. Perempuan bekerja melakukan problem focus coping dalam menghadapi konflik peran ganda dengan cara seperti melakukan manajemen waktu, berolahraga agar fisik selalu sehat untuk dapat menghadapi konflik serta melakukan kontrol diri agar terhindar dari stressor. Lain hal dengan strategi koping yang dilakukan oleh ibu rumah tangga. Menurut Maisya (2014), mayoritas ibu rumah tangga tidak memiliki kecenderungan spesifik pada salah satu bentuk strategi koping, baik problem-focused coping maupun emotion-focused coping untuk mengatasi stres yang dirasakan. Walaupun tidak memiliki kecenderungan spesifik pada salah satu bentuk strategi koping, ibu rumah tangga masih menggunakan bagian dari kedua strategi koping dengan intensitas yang lebih rendah.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan strategi koping pada

perempuan Hindu Bali yang bekerja dan yang tidak bekerja. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk menambah pengetahuan dalam ilmu psikologi khususnya bidang psikologi kesehatan dan klinis, serta dapat pula pada indigenous psychology mengenai strategi koping pada ibu rumah tangga dan ibu bekerja dalam kaitan dengan kebudayaan Bali. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan bermanfaat baik bagi ibu rumah tangga, ibu bekerja, maupun para perempuan sebagai calon ibu rumah tangga agar dapat memilih strategi koping yang tepat dan sesuai sehingga mampu mengelola stres yang dialami ke arah yang lebih positif dan menimbulkan kenyamanan baik fisik maupun emosional.

METODE

Variabel dan definisi operasional

Variabel bebas yang dalam penelitian ini adalah status pekerjaan ibu sedangkan variabel tergantung yang dalam penelitian ini adalah strategi koping. Adapun definisi operasional dari masing-masing variabel adalah sebagai berikut:

1. Status Pekerjaan Ibu

Status pekerjaan ibu adalah kedudukan atau keadaan ibu yakni sebagai ibu bekerja dan ibu tidak bekerja. Ibu bekerja adalah perempuan yang telah menikah, memiliki anak, dan memiliki aktivitas lain di luar rumah atau kegiatan profesi seperti bidang usaha, perkantoran, dan sebagainya, dengan tujuan untuk memperoleh penghargaan berupa uang, barang, ataupun nilai waktu. Ibu tidak bekerja adalah seorang istri sekaligus ibu yang mengatur penyelenggaraan berbagai macam pekerjaan rumah tangga serta mempersembahkan waktunya hanya untuk mengurus dan memelihara keluarga tanpa memiliki aktivitas atau pekerjaan lain di luar rumah. Pengukuran pada variabel ini dilakukan dengan pemberian kode angka pada status pekerjaan ibu yang dicantumkan pada lembar skala. Angka 1 untuk kode pilihan bekerja dan angka 2 untuk kode pilihan tidak bekerja.

2. Strategi Koping

Strategi koping dalam penelitian ini adalah sebuah cara atau proses yang dilakukan individu untuk mengelola perbedaan antara yang dirasakan dengan tuntutan lingkungan atau situasi yang mengancam. Secara umum, bentuk strategi koping terbagi dalam dua klasifikasi, yaitu problem focused coping dan emotion focused coping. Problem focused coping dalam penelitian ini adalah bentuk koping yang digunakan individu dalam menghadapi situasi yang menekan dengan cara mempelajari keterampilan-keterampilan baru, melakukan perencanaan tindakan, membuat keputusan yang baik serta tindakan langsung untuk mendapatkan hasil yang positif. Problem focused coping ini tersusun atas tiga aspek, yaitu

confrontative coping, planfull problem solving, dan seeking social support. Sedangkan emotion focused coping dalam penelitian ini adalah bentuk koping yang digunakan individu dalam menghadapi situasi yang menekan dengan cara mengontrol atau mengatur respon emosi yang muncul sehingga individu mampu menilai secara positif situasi yang terjadi. Emotion focused coping ini tersusun atas lima aspek, yaitu distancing, self-controlling, escape-avoidance, accepting responsibility, dan positive reappraisal. Dalam kenyataan kehidupan, sangat dimungkinkan individu menggunakan lebih dari satu bentuk strategi koping, yaitu tipe kombinasi. Pengukuran dengan menggunakan skala Strategi Koping yang disusun berdasarkan teori atau pernyataan yang diungkapkan oleh Lazarus dan Folkman (1984) dan aitem jawaban-jawaban subjek penelitian di skor dengan menggunakan teknik skala likert.

Responden

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perempuan Hindu Bali yang berada di wilayah Kota Denpasar. Kriteria-kriteria sampel pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Perempuan yang sudah menikah dan memiliki anak
2. Bagi yang bekerja, memiliki status pekerjaan atau memiliki aktivitas selain di rumah yang mendatangkan penghasilan. Bagi yang tidak bekerja, tidak memiliki aktivitas apapun selain mengurus kegiatan rumah tangga dan tidak mendatangkan penghasilan.
3. Memiliki tingkat pendidikan minimal SMA
4. Berdomisili di wilayah Denpasar

Teknik yang dilakukan dalam menentukan sampel adalah teknik purposive sampling yaitu anggota sampel dipilih secara khusus berdasarkan kriteria-kriteria sampel. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 100 orang ibu bekerja dan 100 orang ibu tidak bekerja.

Tempat penelitian

Pengambilan sampel dilakukan di Sekolah Taman Kanak-Kanak Bali Beach, Sekolah Dasar Santo Yoseph II, Kantor Pru Integrity DP7 Denpasar, Hotel Bali Padma Legian, Lapangan Niti Mandala Renon Denpasar, Lapangan Puputan Badung, dan Lapangan Brimob Tohpati Denpasar. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 7 Desember 2015 hingga 22 Desember 2015.

Alat ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yaitu skala strategi koping. Skala strategi koping dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala strategi koping yang peneliti rancang sendiri berdasarkan teori atau pernyataan yang diungkapkan oleh Lazarus dan Folkman (1984) dengan menggunakan model skala likert. Skala strategi koping disusun dalam bentuk pernyataan favorable dan unfavorable yang diberi skor mulai dari 1 sampai 4. Pada skala strategi koping terdapat 4 respon jawaban, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Pada pernyataan dalam aitem favorable jawaban sangat setuju (SS) diberi skor 4, setuju (S) diberi skor 3, tidak setuju (TS) diberi skor 2, dan sangat tidak setuju (STS) diberi skor 1. Sedangkan dalam pernyataan dalam aitem unfavorable jawaban sangat setuju (SS) diberi skor 1, setuju (S) diberi skor 2, tidak setuju (TS) diberi skor 3, dan sangat tidak setuju (STS) diberi skor 4.

Pada pengujian validitas skala strategi koping, koefisien korelasi item total bergerak dari 0,277 sampai dengan 0,680. Hasil reliabilitas skala strategi koping dengan menggunakan Cronbach Alpha (α) adalah sebesar 0,917. Hasil tersebut menggambarkan skala strategi koping dapat digunakan untuk mengukur strategi koping.

Teknik analisis data

Teknik analisis yang digunakan untuk dapat menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah teknik analisis Chi-Square. Analisis ini merupakan salah satu uji statistik non-parametrik yang cukup sering digunakan dalam penelitian yang menggunakan dua variabel dimana skala data kedua variabel adalah nominal atau untuk menguji perbedaan dua atau lebih proporsi sampel (Hadi, 2015). Analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 17.00 for windows.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Subjek

Berdasarkan hasil data karakteristik subjek penelitian, diketahui bahwa subjek penelitian berjumlah 200 orang dengan jumlah ibu bekerja sebanyak 100 orang dan ibu tidak bekerja sebanyak 100 orang, rentang usia dari 20 tahun hingga 40 tahun, tingkat pendidikan dari SMA hingga Srata 1, jumlah anak dari 1 orang hingga 4 orang, dan jumlah penghasilan keluarga yakni dari rentang kurang dari Rp. 1.000.000,00 hingga lebih dari Rp. 7.000.000,00.

Kategorisasi Skor Penelitian

Tabel 1

Kategorisasi Skor Strategi Koping Pada Ibu Bekerja

| Rentang | Kategorisasi Skor | Jumlah | Persentase |
|--|------------------------|--------|------------|
| $Z_{problem} \geq 0,5$ dan $Z_{emotion} < 0$ | Problem Focused Coping | 9 | 9% |
| $Z_{emotion} \geq 0,5$ dan $Z_{problem} < 0$ | Emotion Focused Coping | 8 | 8% |
| Lainnya | Kombinasi | 83 | 83% |
| Total | | | 100 % |

Analisis kategorisasi pada skala strategi koping menunjukkan subjek yang termasuk ke dalam kategorisasi problem focused coping sebanyak 9%, kategorisasi emotion focused coping sebanyak 8% dan kategorisasi kombinasi sebanyak 83%. Berdasarkan tabel 1 dapat disimpulkan bahwa sebanyak 83 orang subjek penelitian tergolong ke dalam kategori subjek yang memiliki strategi koping kombinasi.

Analisis kategorisasi pada skala strategi koping menunjukkan subjek yang termasuk ke dalam kategorisasi problem focused coping sebanyak 14%, kategorisasi emotion focused coping sebanyak 5% dan kategorisasi kombinasi sebanyak 81%. Berdasarkan tabel 2 dapat disimpulkan bahwa sebanyak 81 orang subjek penelitian tergolong ke dalam kategori subjek yang memiliki strategi koping kombinasi.

Uji Analisis Chi-Square

Tabel 3
Perhitungan Statistik Chi-Square

| Kelompok | Pearson Chi-Square | Asymp. Sig. | Makna |
|-----------------------------------|--------------------|-------------|---------------|
| Ibu bekerja dan Ibu tidak bekerja | 1,804 | 0,406 | Tidak Berbeda |

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa Chi-Square hitung diperoleh dengan nilai sebesar 1,804. Hal ini menunjukkan bahwa nilai Chi-Square tabel lebih besar daripada nilai Chi-Square hitung ($5,991 > 1,804$), maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Hasil ini sekaligus menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan strategi koping pada perempuan Hindu Bali yang bekerja dan yang tidak bekerja.

Hasil perhitungan juga dilakukan dengan cara membandingkan taraf signifikansi (α). Dalam pengujian ini, kaidah yang digunakan adalah jika signifikansi $> 0,05$, maka H_0 diterima dan jika signifikansi $< 0,05$, maka H_0 ditolak. Berdasarkan data pada kolom Asymp. Sig. (asymptotic significance) diperoleh 0,406. Karena signifikansi lebih besar daripada 0,05 ($0,406 > 0,05$), maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan strategi koping pada perempuan Hindu Bali yang bekerja dan yang tidak bekerja.

Jadi, kesimpulan yang dapat ditarik berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan adalah tidak terdapat perbedaan strategi koping pada perempuan Hindu Bali yang bekerja dan yang tidak bekerja.

Analisis Tambahan

Peneliti melakukan analisis pada data tambahan dengan menggunakan uji chi-square. Peneliti ingin mengetahui apakah terdapat perbedaan pada strategi koping

apabila dilihat dari usia, tingkat pendidikan, jumlah anak, dan jumlah penghasilan keluarga.

Peneliti melakukan uji beda terhadap strategi koping berdasarkan usia dengan menggunakan chi-square. Hasil uji chi-square dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4
Perbedaan Strategi Koping Berdasarkan Usia

| | Value | df | Asymp. Sig. (2-sided) |
|------------------------------|--------------------|----|-----------------------|
| Pearson Chi-Square | 4.592 ^a | 6 | .597 |
| Likelihood Ratio | 4.525 | 6 | .606 |
| Linear-by-Linear Association | .197 | 1 | .657 |
| N of Valid Cases | 200 | | |

Tabel 4 menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,597. Oleh karena probabilitas yang ditunjukkan lebih besar dibandingkan 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan strategi koping berdasarkan usia.

Peneliti melakukan uji beda terhadap strategi koping berdasarkan tingkat pendidikan dengan menggunakan chi-square. Hasil uji chi-square dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5
Perbedaan Strategi Koping Berdasarkan Tingkat Pendidikan

| | Value | Df | Asymp. Sig. (2-sided) |
|------------------------------|--------------------|----|-----------------------|
| Pearson Chi-Square | 8.671 ^a | 8 | .371 |
| Likelihood Ratio | 9.379 | 8 | .311 |
| Linear-by-Linear Association | .059 | 1 | .808 |
| N of Valid Cases | 200 | | |

Tabel 5 menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,371. Oleh karena probabilitas yang ditunjukkan lebih besar dibandingkan 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan strategi koping berdasarkan pendidikan.

Peneliti melakukan uji beda terhadap strategi koping berdasarkan jumlah anak dengan menggunakan chi-square. Hasil uji chi-square dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6
Perbedaan Strategi Koping Berdasarkan Jumlah Anak

| | Value | Df | Asymp. Sig. (2-sided) |
|------------------------------|--------------------|----|-----------------------|
| Pearson Chi-Square | 6.622 ^a | 6 | .357 |
| Likelihood Ratio | 7.090 | 6 | .313 |
| Linear-by-Linear Association | 1.419 | 1 | .234 |
| N of Valid Cases | 200 | | |

Tabel 6 menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,357. Oleh karena probabilitas yang ditunjukkan lebih besar dibandingkan 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan strategi koping berdasarkan jumlah anak.

Peneliti melakukan uji beda terhadap strategi koping berdasarkan penghasilan keluarga dengan menggunakan chi-square. Hasil uji chi-square dapat dilihat pada tabel 7.

Tabel 7
Perbedaan Strategi Koping Berdasarkan Penghasilan Keluarga

| | Value | Df | Asymp. Sig. (2-sided) |
|------------------------------|--------------------|----|-----------------------|
| Pearson Chi-Square | 3.796 ^a | 6 | .704 |
| Likelihood Ratio | 4.825 | 6 | .567 |
| Linear-by-Linear Association | 1.612 | 1 | .204 |
| N of Valid Cases | 200 | | |

Tabel 7 menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,704. Oleh karena probabilitas yang ditunjukkan lebih besar dibandingkan 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan strategi koping berdasarkan penghasilan keluarga.

PEMBAHASAN DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, diperoleh hasil bahwa nilai signifikansi yang diperoleh adalah sebesar 0,406 ($0,406 > 0,05$) pada taraf signifikan 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis nol (H_0) dalam penelitian ini diterima serta dapat diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan strategi koping pada perempuan Hindu Bali yang bekerja dan yang tidak bekerja. Selain itu, berdasarkan kategorisasi strategi koping yang dilakukan berdasarkan skor z masing-masing subjek, mayoritas subjek penelitian baik yang bekerja maupun yang tidak bekerja berada pada kategori koping kombinasi yaitu sebanyak 83 subjek ibu bekerja dan 81 subjek ibu tidak bekerja.

Individu dapat menggunakan kedua strategi koping secara bersamaan. Tidak semua strategi koping pasti digunakan individu dalam menghadapi stres yang dihadapi. Menurut Lazarus (dalam Potter & Perry, 2010), efektivitas strategi koping tergantung pada kebutuhan individu. Usia individu dan latar belakang budaya memengaruhi kebutuhan individu tersebut. Karena alasan tersebut, tidak ada strategi koping tunggal bekerja pada setiap orang untuk setiap stres. Individu yang sama dapat berkoping secara berbeda dari satu waktu ke waktu yang lain. Dalam situasi yang penuh tekanan, sebagian besar individu menggunakan kombinasi strategi koping berfokus pada masalah dan strategi koping berfokus pada emosi. Dengan kata lain, ketika berada dalam tekanan, individu memperoleh informasi dan mengambil tindakan untuk mengubah situasi, sama baiknya dengan mengatur emosi yang terkait dengan stres. Lazarus dan Folkman (1984) mengatakan bahwa kedua bentuk koping tersebut dapat digunakan secara terpisah maupun bersamaan, tergantung stresor yang dihadapi dan kemampuan yang dimiliki. Hal tersebut menunjukkan bahwa koping bukan merupakan proses tunggal yang dapat dipilih dalam menghadapi masalah, namun diperlukan sikap luwes untuk memilih strategi koping yang tepat berkaitan dengan masalah yang dihadapi.

Tidak adanya perbedaan strategi koping pada perempuan Hindu Bali yang bekerja dan yang tidak bekerja juga dapat dikarenakan faktor budaya yang dimiliki oleh masyarakat Bali itu sendiri. Dalam tradisi masyarakat Bali, perempuan memegang peranan penting sebagai seorang pengatur rumah tangga dan sekaligus sebagai penyangga keluarga. Sebagai pengatur, mengandung arti bahwa perempuan memiliki fungsi untuk menata bentuk relasi yang terjadi dalam keluarga bersama seorang suami. Sedangkan sebagai penyangga keluarga, berarti bahwa perempuan juga mampu membantu suami dalam menopang perekonomian rumah tangga (Mulia, 2012). Selain itu, perempuan Bali juga tidak dapat terlepas dari tugas dan tanggungjawab sebagai pelaksana dan penyelenggara ritual Hindu yang berlangsung di lingkup keluarga maupun sosial masyarakat. Perempuan

merupakan pemegang kendali dari pelaksanaan upacara dan persiapan seluruh rangkaian upacara didominasi oleh kaum perempuan sebagai sarati atau pembuat banten (Mulia, 2012). Kaum perempuan Bali mengetahui gambaran dirinya sendiri secara keseluruhan. Perempuan Bali memahami kebutuhan dan sikap dalam menghadapi beragam persoalan serta mengerti tugas-tugas yang harus diemban. Perempuan Bali menerima secara sadar tugas, peran, dan tanggungjawab dalam multi peran yang harus dikerjakan sebagai suatu kewajiban (Widayani & Hartati, 2014).

Pengabdian seorang istri kepada suami menjadi hal utama dalam menciptakan kebahagiaan keluarga (Gandi, 2002). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Widayani dan Hartati (2014) menjelaskan bahwa kaum perempuan Bali memaknai setiap peran sebagai sebuah kewajiban, meskipun sebenarnya kaum perempuan Bali merasakan beban kerja. Kaum perempuan Bali memaknai setiap peran disebabkan karena adanya budaya yang melekat bahwa umat Hindu memandang bekerja sebagai yadnya atau persembahan suci yang tulus ikhlas sehingga setiap umat Hindu diwajibkan untuk bekerja sesuai dengan swadharma-nya, fungsi, status, dan profesinya dalam masyarakat (Surpha, 2006). Adanya karakteristik perempuan Bali seperti yang dijelaskan oleh Suryani (2003) bahwa perempuan Bali selalu berusaha mencapai keadaan tenang dan rahayu dengan mengekspresikan emosi secara non-verbal, berusaha mengontrol emosi, dan menerima sesuatu secara pasif tanpa suatu protes walaupun hal tersebut tidak berkenan di hati. Serta konsep ajaran Hindu seperti Panca Sradha, Tri Hita Karana (tiga penyebab kesejahteraan dalam agama Hindu, yaitu dengan menjaga keseimbangan dan keharmonisan dengan dirinya sendiri, alam semesta, Ida Sang Hyang Widi Wasa atau Tuhan, dan Tri Kaya Parisudha yang berguna sebagai penyelaras ketenangan batin (Widayani & Hartati, 2014).

Kegiatan adat di Bali memiliki prinsip berlandaskan gotong royong yang artinya pada setiap anggota masyarakat adat (banjar) terbangun rasa kebersamaan, saling menolong, dan saling berempati (Saskara dkk., 2012). Penelitian yang dilakukan oleh Suryadi (2013) menjelaskan bahwa kehidupan sosial masyarakat Hindu Bali lebih dikenal dengan nilai-nilai kebersamaan dan toleransi antar umat beragama. Kerukunan antar umat beragama tercermin dari pola interaksi antar masyarakat yang tanpa memandang latar belakang agama yang dianutnya, dan dalam kehidupan sosial masyarakat Bali memiliki falsafah yang dikenal dengan sebutan Tat twam asi, yang diartikan sebagai saya adalah kamu dan kamu adalah saya. Dengan falsafah tersebut, masyarakat Hindu Bali dimana pun berada memiliki rasa kesatuan yang kuat serta rasa kebersamaan untuk saling merasakan dan saling membantu antara sesama makhluk karena pada prinsipnya kita semua adalah saudara. Maka dari itu, setiap anggota banjar baik laki-

laki maupun perempuan akan selalu berpartisipasi dalam setiap kegiatan adat, baik dalam bentuk tenaga kerja maupun materi. Adanya sifat toleransi yang tinggi dari masing-masing individu dan menjunjung tinggi kerukunan sehingga perempuan Bali menjadi sangat terbantu dalam menyelesaikan tugas-tugas yang dihadapi.

Penelitian ini juga melihat perbedaan strategi koping berdasarkan karakteristik yang dimiliki individu. Karakteristik tersebut antara lain usia, pendidikan terakhir, jumlah anak, dan penghasilan keluarga. Pada karakteristik usia, nilai signifikansi yang ditunjukkan pada tabel 15 menunjukkan angka yang lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat perbedaan strategi koping ditinjau dari usia. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pramadi dan Lasmono (2000) pada etnis Jawa yang menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara usia di bawah dan di atas tiga puluh tahun dalam melakukan koping dikarenakan pokok-pokok budaya telah ditanamkan pada diri subjek sejak kecil dan melekat hingga dewasa sehingga apabila menghadapi tekanan atau masalah, subjek cenderung menggunakan cara atau model koping yang sama. Penelitian lain yang sejalan adalah penelitian yang dilakukan oleh Nursasi dan Fitriyani (2002) terhadap lansia menyebutkan hasil bahwa usia tidak menentukan jenis koping yang dipilih oleh subjek. Sebagian besar subjek menggunakan koping kadang-kadang secara adaptif dan juga secara maladaptif.

Pada karakteristik pendidikan, nilai signifikansi yang ditunjukkan pada tabel 16 menunjukkan angka yang lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat perbedaan strategi koping ditinjau dari pendidikan. Hasil penelitian ini bertentangan dengan teori Smet (1994) yang menjelaskan individu yang memiliki pendidikan lebih tinggi akan menilai segala sesuatu secara realistis dan koping akan lebih aktif dibanding dengan individu yang mempunyai pendidikan lebih rendah. Namun, penelitian yang dilakukan oleh Pramadi dan Lasmono (2000) pada suku Bali menunjukkan tidak adanya perbedaan subjek yang memiliki pendidikan tinggi dan menengah ke bawah dalam melakukan koping. Hal ini dikaitkan dengan budaya Bali yang sangat kental dengan budaya-budaya Hindu yaitu individu harus mandiri dan memperjuangkan keinginan yang ditunjukkan dengan bekerja keras dan tidak ingin terlalu banyak melibatkan orang lain meskipun memiliki pendidikan rendah. Penjelasan ini didukung dengan penelitian Widayani dan Hartati (2014) yang menyatakan bahwa orang Bali, terutama perempuan Bali, sangat gigih dalam bekerja. Kegigihan perempuan Bali tampak dengan cara tidak membedakan dalam melakukan pekerjaan, karena jenis pekerjaan apapun sanggup dipikul.

Pada karakteristik jumlah anak, nilai signifikansi yang ditunjukkan pada tabel 17 menunjukkan angka yang lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat perbedaan

strategi koping ditinjau dari jumlah anak. Se jauh ini, belum ditemukan adanya penelitian mengenai keterkaitan jumlah anak terhadap strategi koping. Namun, penelitian yang dilakukan oleh Latifah, Hartoyo, dan Guhardja (2010) diperoleh hasil bahwa strategi koping keluarga tidak dipengaruhi oleh jumlah anggota keluarga. Artinya, sedikit atau banyaknya jumlah anggota keluarga tidak membuat keluarga menjadi semakin sedikit atau semakin banyak memiliki kemampuan dalam menyelesaikan permasalahan keuangan di dalam keluarga. Kondisi ini kemungkinan bergantung pada sedikit atau banyaknya anggota keluarga yang termasuk ke dalam kategori usia produktif, tingkat pendidikan anggota keluarga, dan pengalaman keluarga dalam menghadapi permasalahan finansial.

Pada karakteristik penghasilan keluarga, nilai signifikansi yang ditunjukkan pada tabel 18 menunjukkan angka yang lebih besar dari 0,05 yang berarti tidak terdapat perbedaan strategi koping ditinjau dari penghasilan keluarga. Penelitian yang dilakukan oleh Latifah dkk. (2010) menunjukkan hasil bahwa status pekerjaan istri tidak berpengaruh secara signifikan terhadap cara yang digunakan untuk dapat keluar dari masalah, terutama masalah keuangan. Selain itu penelitian ini juga menunjukkan hasil bahwa pendapatan per kapita keluarga tidak memengaruhi sedikit atau banyaknya cara penanganan masalah keuangan keluarga. Tidak adanya pengaruh pendapatan terhadap strategi koping dikarenakan strategi koping yang dilakukan keluarga lebih ditentukan pada kemampuan keluarga tersebut untuk mengelola aset pendapatan yang dimiliki.

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan strategi koping pada perempuan Hindu Bali yang bekerja dan yang tidak bekerja, mayoritas subjek penelitian baik yang bekerja maupun yang tidak bekerja memiliki strategi koping kombinasi dan tidak didominasi oleh salah satu koping, yaitu *problem focused coping* ataupun *emotion focused coping* serta tidak ada perbedaan strategi koping ditinjau dari usia, pendidikan, jumlah anak, serta penghasilan keluarga yang dimiliki subjek.

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti memberikan saran kepada perempuan Hindu Bali, baik yang bekerja maupun yang tidak bekerja, mampu menemukan koping yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi karena mengingat pentingnya koping dalam usaha penyelesaian masalah serta tetap memiliki semangat dan motivasi agar tetap produktif dalam menjalani peran atau tugas-tugas yang diemban. Apabila merasa tidak mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi, hendaknya meminta bantuan baik pada suami, keluarga, ataupun orang-orang terdekat.

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti topik yang sama untuk memperluas ruang lingkup penelitian misalnya, dengan memperluas populasi,

melakukan penelitian secara spesifik pada bentuk koping yang dilakukan, serta lebih memperhatikan lagi faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi strategi koping seperti kepribadian, konsep diri, kesehatan, ataupun pengalaman individu sehingga diharapkan dapat meningkatkan kualitas penelitian yang komprehensif dan hendaknya peneliti mendampingi subjek penelitian dalam pengisian skala secara langsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Alteza, M. & Hidayati, L. N. (2012). Work-Family Conflict Pada Wanita Bekerja: Studi Tentang Penyebab, Dampak Dan Strategi Coping. Diunduh dari http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/penelitian/Muniya%20Alteza,%20SE.,M%20Si./Work%20Family%20Conflict%20pada%20Wanita%20Bekerja_Studi%20Tentang%20Penyebab,%20Dampak%20dan%20Strategi%20Coping.pdf 13 Februari 2015, 1-12.
- Ananda, M. R. (2013). Self Esteem Antara Ibu Rumah Tangga Yang Bekerja Dengan Yang Tidak Bekerja. *Jurnal Online Psikologi*, 1(1), 40-54.
- Artadi, K. (2003). *Hukum Adat Bali Dengan Aneka Masalahnya*. Denpasar: PT Offset BP.
- Ayu, S. (2009). Stressor Dan Coping Stres Pada Ibu Rumah Tangga Yang Tidak Bekerja. Diunduh dari http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/2009/Artikel_10504225.pdf 13 Februari 2015, 1-34.
- Azwar, S. (2010). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Carver, C. S., Weintraub, K. Z., & Scheier, F. M. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Applied Psychology*, 56(2), 267-283.
- Cooper, C. L., & Palmer, S. (2007). *How to deal with stress*. Unites States: Kogan Page Limited.
- Cucuni, H. (2013). Konflik Peran Ganda: Memahami Coping Strategi Pada Wanita Bekerja. *Sosial Budaya*, 10(1), 59-68.
- Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1990). Multidimensional Assessment of Coping: A Critical Evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 844-854.
- Essau, C. A., & Trommendorff, G. (1996). Coping With University-Related Problems: A Cross-Cultural Comparison. *Journal of Cross-Cultural Psychology* 27(3), 315-328.
- Febriada, M. (2014 Mei). Ibu Rumah Tangga Lebih Stres Dibanding Wanita Kantoran. Diunduh dari <http://health.liputan6.com/read/2054399/ibu-rumah-tangga-lebih-stres-dibanding-wanita-kantoran> 13 Februari 2015.
- Feist, J. & Feist, G. (2010). *Teori Kepribadian Edisi 7 Buku 1*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Frieze, I. (1978). *The Woman and Sex Roles: A Social Psychological Perspective*. New York: W.W. Norton and Co.
- Gallagher, M., & Nelson, R. J. (2003). Biological Psychology. Dalam I. B. Weiner (Eds.), *Handbook of Psychology* (hal. 441-456). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Gandi, M. (2002). *Kaum Perempuan dan Ketidakadilan Sosial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Gunarsa, D. S. (2008). *Psikologi Praktis: Anak, Remaja, dan Keluarga*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hadi, S. (1991). *Statistik 2*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Hadi, S. (2015). *Statistik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hapsari, R. A., Karyani, U., & Taufik. (2002). Perjuangan Hidup Pengungsi Kerusuhan Etnis (Studi Kualitatif Tentang Bentuk-Bentuk Perilaku Koping Pada Pengungsi di Madura). *Jurnal Indigenious*, 9(2), 122-129.
- Hawari, H. D. (2006). *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Herry, E. (2011). Tingkat Kecemasan, Dukungan Sosial, Dan Mekanisme Koping Terhadap Kelentingan Keluarga Pada Keluarga Dengan TB Paru Di Kecamatan Ciomas Bogor. *Skripsi*. Fakultas Ekologi Manusia Institut Pertanian Bogor, Bogor.
- Hidayati, R. (2005 Mei). *Dunia Perempuan Bali*. Diunduh dari <https://www.mail-archive.com/ppiindia@yahoo.com/msg19060.html> 1 Maret 2015.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*. Jakarta : Erlangga.
- Indirawati, E. (2006). Hubungan Antara Kematangan Beragama Dengan Kecenderungan Strategi Coping. *Jurnal Psikologi*, 3(2), 69-92.
- Intani, F. S., & Surjaningrum, E. R. (2010). Coping Strategy Pada Mahasiswa Salah Jurusan. *INSAN*, 12(2), 119-126.
- Junita, A. (2011). Konflik Peran Sebagai Salah Satu Pemicu Stres Kerja Wanita Karir. *Jurnal Keuangan dan Bisnis*. 3(2), 93-110.

STRATEGI KOPING PEREMPUAN HINDU BALI BEKERJA DAN TIDAK BEKERJA

- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2008). Jakarta: Balai Pustaka.
- Kartono, Kartini DR. (2006). Psikologi Wanita Jilid 1: Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa. Bandung: CV. Mandar Maju.
- Kartono, Kartini DR. (2007). Psikologi Wanita Jilid 2: Mengenal Wanita Sebagai Ibu & Nenek. Bandung: CV. Mandar Maju.
- Keliat, B. A. (1999). Penatalaksanaan Stress. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Khoiroh, A. (2011). Studi Kasus Tentang Strategi Coping Stress pada Single Parent. Skripsi. Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya.
- Kurnia, E. (2010). Pengaruh Mekanisme Koping Terhadap Kekebalan Stres Kerja Pada Karyawan Rumah Sakit Baptis Kediri. *Jurnal STIKES Rs. Baptis*, 3(1), 29-35.
- Kusuma, N. K. (2011). Penggambaran Perempuan Bali Dalam Film (Analisis Wacana Perempuan Bali Dalam Film "Under The Tree" Karya Garin Nugroho). *Commonline Departemen Komunikasi*, 2(2), 26-34.
- Kuswanti, H. D. (2011). Waktu adalah Masalahnya: Menyeimbangkan Konflik Pekerjaan Keluarga untuk Mengurangi Stres Kerja. *Karisma*, 5(2), 73-83.
- Latifah, E. W., Hartoyo, & Guhardja, S. (2010). Persepsi, Sikap, Dan Strategi Koping Keluarga Miskin Terkait Program Konversi Minyak Tanah Ke LPG Di Kota Bogor. *Jur. Ilm. Kel. & Kons*, 3(2), 122-132.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). If It Changes It Must Be A Process: Study of Emotion and Coping During Three Stages of a College Examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(1), 150-170.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress Appraisal and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Liu, W., Pan, F., Wen, P., Chen, S., & Lin, S. (2010). Job Stressors and Coping Mechanism among Emergency Department Nurses in the Armed Force Hospitals of Taiwan. *International Journal of Human and Social Science*, 5(10), 626-628.
- Maisya, D. (2014). Studi Mengenai Stres Dan Coping Stress Pada Ibu Rumah Tangga Yang Tidak Bekerja. Diunduh dari <http://pustaka.unpad.ac.id/wp-content/uploads/2014/07/Karya-Ilmiah.pdf> 15 Februari 2015, 1-7.
- Mantra, G. (2011 Februari). Kekerasan Patriarki Pada Perempuan Bali. Diunduh dari <http://www.balebengong.net/kabar-anyar/2011/02/01/kekerasan-patriarki-pada-perempuan-bali.html> 1 Maret 2015.
- Maramis, W. F. (1998). *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa Edisi VII*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Maryam, S. (2009). Strategi Coping Bagi Keluarga Korban Gempa dan Tsunami Aceh. Nanggroe Aceh Darussalam: Unimal Press.
- Mendrofa, H. (2011 Mei). Sisi Lain Perempuan Bali. Diunduh dari <http://warisanindonesia.com/2011/05/sisi-lain-perempuan-bali/> 2 Maret 2015.
- Mukhyananda, S. (1996). "Konsep Yajna Dalam Hindu" dalam *Yajna Basis Kehidupan Sebuah Canang Sari*. Denpasar: Warta Hindu Dharma.
- Mulia, I. M. (2012). Perempuan Bali Dalam Aktivitas Religius. Diunduh dari <http://ejournal.iidn.ac.id/index.php/bw/article/viewFile/91/86> 2 Maret 2015, 1-16.
- Muri'ah, S. (2011). Nilai-nilai Pendidikan Islam dan Wanita Karier. Semarang: Rasail Media Group.
- Nilakusmawati, D. P. E. & Susilawati, M. (2012). Studi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Wanita Bekerja di Kota Denpasar. *Jurnal Kependudukan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia*, 8(1), 26-31.
- Nursasi, A. Y., & Fitriyani, P. (2002). Koping Lanjut Usia Terhadap Penurunan Fungsi Gerak Di Kelurahan Cipinang Muara Kecatamatan Jatinegara Jakarta Timur. *Makara*, 6(2), 59-65.
- Permatasari, A. I. (2010). Konflik Peran Ganda Pada Ibu Bekerja Ditinjau Dari Tingkat Ketabahan. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang.
- Potter, P., & Perry, A. G. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pramadi, A., & Lasmono, H. K. (2000). Koping Stres Pada Etnis Bali, Jawa, Dan Sunda. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 18(4), 326-340.
- Purwanto. (2010). *Metodologi Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi dan Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Putrianti, F. G. (2007). Kesuksesan Peran Ganda Wanita Karir Ditinjau Dari Dukungan Suami, Optimisme, dan Strategi Coping. *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 9(1), 3-17.
- Rahmawati, G. M. (2009). Harga Diri Ibu Rumah Tangga Yang Tidak Bekerja. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang.

- Rini, F. J. (2002). Wanita Bekerja. Diunduh dari www.e-psikologi.com 7 Mei 2015.
- Rotondo, D. M., Carlson, D. S. & Kincaid, J. F. (2003). Coping with Multiple Dimensions of Work-Family Conflict. *Personnel Review*, 32(3), 275-296.
- Ruslina. (2014). Hubungan Antara Konflik Peran Ganda Dengan Stres Kerja Pada Wanita Bekerja. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah, Surakarta.
- Saptoto, R. (2010). Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kemampuan Coping Adaptif. *Jurnal Psikologi*, 37(1), 13-22.
- Sarafino, E. P. (2012). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Fifth Edition. USA : John Wiley & Sons.
- Sari, R. I. (2013). Hardiness dengan Coping Stress pada Wanita Karir. *Jurnal Online Psikologi*, 1(2), 311-326.
- Saskara, I. A. N., Pudjihardjo, M, G., & Suman, A. (2012). Tinjauan Perspektif Ekonomi dan Nonekonomi Perempuan Bali yang Bekerja di Sektor Publik: Studi Konflik Peran. *Jurnal Aplikasi Manajemen*, 10(3), 542-552.
- Sasongko, S. S. (2009). Konsep dan Teori Gender. Pusat Pelatihan Gender dan Peningkatan Kualitas Perempuan. BKKBN.
- Sirtha, I. N. (2004). Bali Heritage Trust sebagai Lembaga Pelestarian Warisan Budaya Bali yang Berbasis Desa Adat. Denpasar.
- Smet, Bart. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.
- Sugiyono. (2014). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Suhardi, U. (2015). Kedudukan Perempuan Hindu Dalam Kitab *Sarasamuccaya*. Surabaya: "PARAMITA".
- Surpha, I. W. (2006). *Seputar Desa dan Pakraman Adat Bali*. Denpasar: Pustaka Bali Post.
- Suryabrata, S. (2000). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Suryadi, A. Y. (2013). Kehidupan Sosial Keagamaan Masyarakat Hindu Bali (Studi Pada Masyarakat Transmigran Bali Di Desa Air Talas Kecamatan Rambang Dangku Kabupaten Muara Enim. Diunduh dari <http://www.akademik.unsri.ac.id>. 24 Februari 2016, 1-19.
- Suryani, L. K. (2003). *Perempuan Bali Kini*. Denpasar: Penerbit BP.
- Sutika, I. K. (2013 Mei). Di Balik Sukses Pariwisata Bali, Kental Peran Perempuannya. Diunduh dari <http://www.antaraneews.com/berita/373454/di-balik-sukses-pariwisata-bali-kental-peran-perempuannya> 3 Maret 2015.
- Taylor, S. E. (2009). *Health psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Titib, I. M. (1993). *Tirthayatra Bagi Umat Hindu*. Denpasar: Upadasastra.
- Widayani, M. D. & Hartati, S. (2014). Kesetaraan dan Keadilan Gender dalam Pandangan Perempuan Bali: Studi Fenomenologis Terhadap Penulis Perempuan Bali. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(2), 149-162.
- Wikarta, L. S. (2005). *Working Women: Kiat Jitu Mengatasi Permasalahan Diri, Keluarga, dan Pekerjaan Bagi Wanita Karier*. Yogyakarta: Quills Book Publisher.
- Yulistara, A. (2013 Januari). Ibu Rumah Tangga Lebih Depresi Daripada Wanita Bekerja, Benarkah?. Diunduh dari <http://wolipop.detik.com/read/2013/01/29/121819/2155074/857/ibu-rumah-tangga-lebih-depresi-daripada-wanita-bekerja-benarkah> 15 Februari 2015.