

**STRATEGI MENGURANGI BEBAN KERJA IBU RUMAH TANGGA
DALAM RANGKA HARMONISASI KELUARGA
(Studi Strategi dan Alokasi Waktu Ibu Rumah Tangga dalam Pekerjaan
Produktif, Reproduksi dan Sosial Kemasyarakatan di Pemukiman Gunung
Pala, Kelurahan Keteguhan, Kota Bandar Lampung)**

(Skripsi)

Oleh

DIO ADITYA CHANDRA

1316011027



**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2017**

ABSTRACT

STRATEGIES TO REDUCE HOUSEWIVE'S WORKLOAD IN ORDER TO FAMILY HARMONIZATION (Strategy Study and Time Allocation of Housewives in Productive Works, Reproductive and Social Community on Gunung Pala Settlement, Keteguhan, Bandar Lampung City)

By

DIO ADITYA CHANDRA

The purpose of this study is to discovering and describe about strategies done by housewife in order to reducing the workload to get family harmonization and also the impact of the workload against the family harmonization. The strategies that done by the housewives covers in 3 aspect of work like productive works, reproductive and social community. The method that used in this study is using quantitative descriptive and using data collecting technique with observation and also giving questionnaires to 57 respondents that selected with random sampling technique and doing some interview to the respondents.

The result of this study after using a simple regression analysis shown that the workload variable has a regression coefficient value -1.195 which means that it has a negative impact against family harmonization variable. The correlation between the family harmonization variable and workload variable has a value 0,285 which means that between variables are categorized weak and also have an unidirectional correlation. Overall correlation between variables are negative. These are shown that the more lower level of family harmonization, the more increasingly respondent's workload. The value in family harmonization variable and workload are 8,1% which means that the housewife's workload has influence against family harmonization and it has been verified. Given this research it is hoped to try to examine the phenomenon of multiple roles experienced by a more specific housewife such as research that the theme of the workload of housewives to socio-economic circumstances.

Keyword : *Housewife's Strategies, Workload, Family Harmonization*

ABSTRAK

STRATEGI MENGURANGI BEBAN KERJA IBU RUMAH TANGGA DALAM RANGKA HARMONISASI KELUARGA (Studi Strategi dan Alokasi Waktu Ibu Rumah Tangga dalam Pekerjaan Produktif, Reproduksi dan Sosial Masyarakat di Pemukiman Gunung Pala, Kelurahan Keteguhan, Kota Bandar Lampung)

Oleh

DIO ADITYA CHANDRA

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui serta mendeskripsikan mengenai strategi yang dilakukan oleh ibu rumah tangga dalam mengurangi beban kerja dalam rangka harmonisasi keluarga serta pengaruh beban kerja terhadap keharmonisan keluarga. Strategi yang dilakukan mencakup 3 aspek pekerjaan yang dilakukan oleh ibu rumah tangga yaitu pekerjaan produktif, reproduktif dan sosial masyarakat. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini mencakup 2 variabel antara lain variabel independen dalam hal ini beban kerja ibu Rumah tangga, sedangkan yang menjadi variabel dependen adalah harmonisasi keluarga. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dan menggunakan teknik pengumpulan dengan observasi serta menyebarkan kuesioner kepada 57 responden yang dipilih menggunakan teknik pengambilan sampel secara *random sampling* dan melakukan wawancara kepada responden tersebut.

Hasil dalam penelitian ini setelah menggunakan analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa variabel beban kerja memiliki nilai koefisien regresi sebesar -1.195 yang artinya memiliki pengaruh yang bersifat negatif terhadap variabel harmonisasi keluarga. Korelasi antara variabel harmonisasi keluarga dan beban kerja ibu rumah tangga yaitu sebesar 0,285 yang artinya korelasi antar variabel dapat dikategorikan lemah. Secara keseluruhan arah hubungan antar variabel bersifat negatif atau tidak searah. Hal ini menunjukkan semakin tinggi tingkat beban kerja ibu rumah tangga maka harmonisasi keluarga cenderung rendah. Besar pengaruh variabel beban kerja ibu rumah tangga dan harmonisasi keluarga yaitu sebesar 8,1% yang artinya terdapat pengaruh mengenai beban kerja ibu rumah tangga terhadap harmonisasi keluarga dan sudah teruji kebenarannya. Dengan adanya penelitian ini maka diharapkan untuk mencoba meneliti mengenai fenomena peran ganda yang dialami oleh seorang ibu rumah tangga yang lebih spesifik misalkan seperti penelitian yang mengangkat tema mengenai beban kerja ibu rumah tangga terhadap keadaan sosial ekonominya.

Kata Kunci : Strategi Ibu Rumah Tangga, Beban Kerja, Harmonisasi Keluarga

**STRATEGI MENGURANGI BEBAN KERJA IBU RUMAH TANGGA
DALAM RANGKA HARMONISASI KELUARGA
(Studi Strategi dan Alokasi Waktu Ibu Rumah Tangga dalam Pekerjaan
Produktif, Reproduksi dan Sosial Kemasyarakatan di Pemukiman Gunung
Pala, Kelurahan Keteguhan, Kota Bandar Lampung)**

Oleh
DIO ADITYA CHANDRA

Skripsi

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar
SARJANA SOSIOLOGI**

**Pada
Jurusan Sosiologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung**

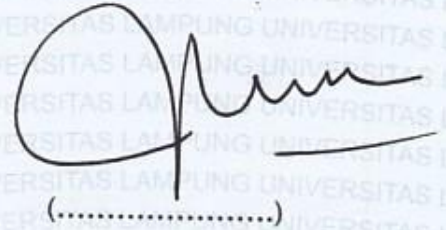


**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2017**

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Drs. Ikram, M.Si



(.....)

Penguji Utama : Drs. Susetyo, M.Si



(.....)

2. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik



Dr. Syarif Makhya
NIP. 19590803198603 1 003

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 23 Oktober 2017

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (Magister/Sarjana/Ahli Madya) baik di Universitas Lampung maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dari pembimbing dan penguji
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan oleh orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengaruh dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Lampung.

Bandar Lampung, Oktober 2017

Yang membuat pernyataan



Dio Aditya Chandra

NPM. 1316011027

RIWAYAT HIDUP



Penulis dilahirkan di Baturaja, Sumatera Selatan pada tanggal 06 Agustus 1995. Penulis merupakan anak pertama dari tiga bersaudara dari pasangan Bapak Mendri Chandra dan Ibu Dahliana Arni.

Penulis menempuh pendidikan pertama kali di TK Pertiwi Bandar Lampung kemudian dilanjutkan dengan pendidikan Sekolah Dasar (SD) di SDN 2 Rawa Laut yang diselesaikan pada tahun 2007.

Pendidikan Sekolah Menengah Pertama diselesaikan pada tahun 2010 di SMP Negeri 9 Bandar Lampung dan kemudian dilanjutkan dengan pendidikan Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 4 Bandar Lampung yang diselesaikan pada tahun 2013. Kemudian pada tahun yang sama, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung melalui jalur SBMPTN (Ujian Tertulis).

Selama masa perkuliahan, penulis aktif dalam kegiatan yang berhubungan dengan fotografi di dalam Himpunan Mahasiswa Jurusan Sosiologi (HMJ Sosiologi).

Pada tahun 2016, Penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) selama 40 hari di Desa Rama Gunawan, Kecamatan Seputih Raman, Kabupaten Lampung Tengah.

MOTTO

“Hidup ini bukanlah suatu jalan yang datar dan ditaburi bunga
melainkan ada kalanya disirami air mata dan juga darah.”

(Buya Hamka)

“Logic will get you from A to B,
but imagination will take you everywhere .”

(Albert Einstein)

“Saya telah menyelesaikan apa yang telah saya mulai”

(Dio Aditya Chandra)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadirat Allah SWT, atas izin dan ridha-Nyalah kupersembahkan karya kecilku ini kepada :

Ayahku tercinta Mendri Chandra dan Ibuku tercinta Dahliana yang selalu menuntun tiap langkahku, yang selalu senantiasa mendoakan segala usahaku, yang selalu memberikan motivasi, pengorbanan dan kasih sayang yang tiada hentinya untukku. Maaf kalau selalu menyusahkan kalian, saya persembahkan skripsi ini untuk kalian berdua kedua orang tuaku tercinta.

Adik-adikku tersayang Sherin Mediana Putri, Maulana Fadil Rachman Belajar lah yang rajin, kejarlah impian kalian, lampauilah kakakmu ini dari segi manapun, semoga kalian sukses di impian kalian masing-masing, buat bangga orang tua serta keluarga dengan usaha kalian

Dan yang teristimewa,
Anita Florencia,

Terima kasih atas segalanya, baik itu bantuan fisik, materil, dan psikis. Mungkin tanpamu skripsi ini akan lebih lama dari semestinya, sekali lagi terimakasih atas segalanya

Sahabat-sahabatku yang selalu memberikan motivasinya

Seluruh rekan-rekan Sosiologi 2013

Para pendidiku yang ku hormati
Terimakasih atas seluruh ilmu yang diberikan

Almamater tercinta
Universitas Lampung

SANWACANA

Alhamdulillahirobbil'alamin. Puji Syukur kehadiran Allah SWT yang selalu melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan naskah skripsi yang berjudul **“Strategi Mengurangi Beban Kerja Ibu Rumah Tangga Dalam Rangka Harmonisasi Keluarga (*Studi Strategi dan Alokasi Waktu Ibu Rumah Tangga dalam Pekerjaan Produktif, Reproduksi dan Sosial Kemasyarakatan di Pemukiman Gunung Pala, Kelurahan Keteguhan, Kota Bandar Lampung*)”**. Tulisan ini tidak akan terwujud tanpa bantuan, dukungan, doa serta dorongan semangat dari semua pihak. Untuk itu penulis sangat berterima kasih kepada:

1. ALLAH SWT Yang Maha Pengasih, Maha Penyayang dan Maha Segalanya, serta Nabi Muhammad SAW yang selalu menjadi panutan dan suri tauladan.
2. Teristimewa Untuk Kedua Orang Tuaku Papa dan Mama yang senantiasa mendoakanku, tidak lelah untuk memberikan kasih sayang, dukungan, semangat, motivasi dan pengorbanan baik moril maupun materi, yang sabar dan tidak ada habisnya menyemangati demi keberhasilan penulis.
3. Adik - adikku yang memberikan segala dukungan dan motivasi yang tiada henti dalam menyelesaikan studi dan skripsi penulis.
4. Bapak Dr. Syarief Makhya, selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung.
5. Bapak Drs. Susetyo. M.Si, selaku Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kerjasama Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung.

6. Bapak Drs. Denden Kurnia Derajat, M.Si, selaku Wakil Dekan Bidang Umum dan Keuangan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung.
7. Bapak Drs. Dadang Karya Bakti, M.Si, selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Alumni Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung.
8. Bapak Drs. Ikram, M.Si. selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan banyak waktunya, tenaga, saran, serta bimbingan, arahan, bantuan dan motivasi selama penulisan skripsi ini berlangsung, sehat selalu untuk bapak.
9. Bapak Drs. Susetyo, M.Si. selaku Dosen Pembahas yang telah memberikan motivasinya, ilmu, masukan, serta saran kepada penulis pada saat seminar skripsi dan ujian komprehensif. Semoga kebaikan bapak dibalas dengan yang lebih baik.
10. Bapak Drs. Bintang Wirawan, M.Hum, selaku Dosen Pembimbing Akademik, terima kasih atas bimbingan dan saran yang diberikan kepada penulis.
11. Bapak Teuku Fahmi, S.sos., M.Krim selaku sekretaris jurusan, terima kasih atas bantuannya selama saya mengurus berkas-berkas di jurusan
12. Seluruh Dosen dan staf Jurusan Sosiologi yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terimakasih atas bantuan, ilmu dan nasihat yang kalian berikan.
13. Teruntuk seluruh teman-teman terbaik seperjuangan Sosiologi'13 terima kasih atas motivasi, maupun bantuannya dalam proses penyelesaian skripsi ini.

14. Teman satu kelompok KKN di Desa Rama Gunawan, terima kasih selalu saling mendukung, membantu dan berbagi dalam keadaan suka dan duka.
15. Seluruh teman-teman Sosiologi 2013 dan teman-teman lain yang sama-sama berjuang untuk menjadi sarjana.
16. Kepada semua responden yang telah membantu penulis dalam menyusun penelitian ini dan semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian skripsi ini, terimakasih atas bantuannya.
17. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, penulis mengucapkan terimakasih dan semoga Allah membalas semua kebaikan kalian. Amin Ya Robbal Alamin.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi sedikit harapan semoga skripsi yang sederhana ini bisa dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua.

Bandar Lampung, Oktober 2017

Penulis

Dio Aditya Chandra

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan tentang Strategi	11
1. Konsep Strategi Ibu Rumah Tangga	12
B. Tinjauan tentang Beban Kerja	13
1. Definisi Beban Kerja	13

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja	13
3. Dampak dari Beban Kerja	15
C. Tinjauan tentang Ibu Rumah Tangga	16
1. Definisi Ibu Rumah Tangga	16
2. Peran Ibu Rumah Tangga.....	17
D. Peran Produktif, Reproduksi dan Sosial Kemasyarakatan Dari Ibu Rumah Tangga.....	19
1. Peran Produktif Ibu Rumah Tangga.....	19
2. Peran Reproduksi Ibu Rumah Tangga	20
3. Peran Sosial Kemasyarakatan dari Ibu Rumah Tangga	20
E. Tinjauan tentang Harmonisasi Keluarga.....	20
1. Definisi Harmonisasi Keluarga	20
2. Aspek-Aspek Harmonisasi Keluarga	21
F. Bagan Kerangka Pemikiran	23

III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Tipe Penelitian	24
B. Populasi dan Sampel	25
1. Populasi	25
2. Sampel	26
C. Definisi Konseptual.....	27
D. Definisi Operasional	28
1. Operasionalisasi Variabel	

Beban Kerja Ibu Rumah Tangga (X)	29
2. Operasionalisasi Variabel	
Harmonisasi Keluarga (Y)	29
E. Hipotesis Penelitian	31
F. Lokasi Penelitian	32
G. Teknik Pengumpulan Data	32
H. Teknik Pengolahan Data	33
I. Uji Instrumen	35
1. Uji Validitas	35
2. Uji Reliabilitas	35
J. Teknik Analisis Data	35
IV. GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN	
A. Sejarah Singkat Kelurahan Keteguhan	37
B. Demografi dan Komposisi Penduduk	
Kelurahan Keteguhan	38
C. Administrasi Pemerintahan Kelurahan Keteguhan	39
D. Visi dan Misi Kelurahan Keteguhan	41
1. Visi	41
2. Misi	41
E. Program Kegiatan Jangka Pendek dan Jangka Panjang	
Kelurahan Keteguhan	41
1. Program Jangka Pendek	41
2. Program Jangka Panjang	42

F. Sejarah Pemukiman Gunung Pala	43
V. HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Identitas Responden	52
1. Identitas Responden Menurut Usia	52
2. Identitas Responden Menurut Pekerjaan	54
B. Beban Kerja Produktif, Reproduksi dan Sosial Masyarakat Ibu Rumah Tangga.....	55
1. Alokasi Waktu dalam Pekerjaan Produktif	55
2. Alokasi Waktu dalam Pekerjaan Reproduksi	60
3. Alokasi Waktu dalam Kegiatan Sosial Masyarakat ...	64
C. Harmonisasi Keluarga.....	71
D. Strategi dan Alokasi Waktu Ibu Rumah Tangga Dalam Mengurangi Beban Kerja.....	76
1. Strategi Ibu Rumah Tangga dalam Mengurangi Beban Kerja	76
2. Cara Pengalokasian Waktu Ibu Rumah Tangga dalam Mengurangi Beban Kerja	79
E. Analisis Regresi Sederhana.....	83
1. Analisis Variabel Beban Kerja Ibu Rumah Tangga Terhadap Harmonisasi Keluarga	83
F. Pengaruh Beban Kerja Ibu Rumah Tangga Terhadap Harmonisasi Keluarga	84

VI. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan 87

B. Saran 90

DAFTAR PUSTAKA 91

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1	Penduduk 15+ menurut Jenis Kegiatan Utama dan Jenis Kelamin di Provinsi Lampung 2014	6
2	Data Penduduk Menurut Pekerjaan Dan Jenis Kelamin	39
3	Sarana dan Prasarana Kelurahan Keteguhan	40
4	Komposisi Penduduk Pemukiman Gunung Pala Berdasarkan Jenis Kelamin	47
5.	Identitas Responden menurut Usia	52
6.	Identitas Responden menurut Pekerjaan	54
7.	Alokasi Waktu Ibu Rumah Tangga dalam Pekerjaan Produktif	56
8.	Alokasi Waktu Ibu Rumah Tangga dalam Pekerjaan Reproduksi	60
9.	Alokasi Waktu yang Dilakukan Oleh Ibu Rumah Tangga dalam Kegiatan Sosial Masyarakat	65
10.	Pernyataan mengenai Harmonisasi Keluarga	72
11.	Pendapat Ibu Rumah Tangga Mengenai Strategi Mengurangi Beban Kerja	77
12.	Pengalokasian Waktu Ibu Rumah Tangga dalam Mengurangi Beban Kerja	80

13. Hasil Pengujian Analisis Regresi	
Linear Sederhana	83
14. Hubungan dan Pengaruh antara varibel Beban	
Kerja dengan variabel Harmonisasi Keluarga	85
15. Formula George Argyrous dalam kriteria	
Koefisien Korelasi	85

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Pemikiran Penelitian	23
2. Pemukiman Gunung Pala	43
3. Pemukiman Gunung Pala	44
4. Peta Wilayah Gunung Pala	44
5. Diagram Persentase Masyarakat dengan Status Kepemilikan Tanah	46
6. Grafik Usia Penduduk Pemukiman Gunung Pala	48
7. Diagram Jenis Pekerjaan Masyarakat Pemukiman Gunung Pala	49

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keluarga merupakan sebuah unit terkecil yang ada di dalam masyarakat. Setiap keluarga terdiri atas Ayah, Ibu dan anak yang menjalin interaksi dan komunikasi yang bersifat saling bergantung. Menurut Departemen Kesehatan (1998) keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri dari atas kepala keluarga serta beberapa orang yang berkumpul dan tinggal di satu atap dalam keadaan yang saling bergantung. Keluarga dapat juga dimaknai sebagai satu kesatuan yang hidup secara bersama-sama dengan melihat hubungan darah, perkawinan, dan tinggal dalam satu rumah. Pada umumnya, sebuah keluarga terdiri dari seorang ayah, ibu dan anak. Setiap anggota keluarga tentunya memiliki kewajiban dan menjalankan perannya masing-masing.

Ayah memegang kewajiban dan peran penting di dalam keluarga yaitu sebagai kepala keluarga dan juga sebagai seorang pencari nafkah utama untuk memenuhi segala kebutuhan yang ada di dalam rumah tangga guna mencapai kesejahteraan keluarganya. Selain sebagai seorang pencari nafkah, ayah juga berperan dalam mendidik, mengontrol serta sebagai *partner* yang baik untuk anak dan juga istrinya. Figur seorang ayah diharapkan menjadi pemimpin yang adil dan bijaksana untuk istri serta anak-anaknya.

Sedangkan peran seorang anak di dalam keluarga tentunya sangat beragam jika ditinjau dari segi usia. Ketika anak masih berusia dini, peran anak tidak terlalu menonjol karena masih dalam pengawasan dan pendidikan orang tuanya. Lain halnya apabila seorang anak telah memasuki usia remaja hingga dewasa. Ia memiliki kewajiban-kewajiban yang harus segera dikerjakan dan peran-peran penting seperti halnya meringankan beban orang tua serta menjadi anak yang memiliki kepribadian mandiri dan memegang teguh rasa tanggung jawab terhadap suatu hal. Oleh karena itu, kedekatan anak terhadap orang tuanya, khususnya pada sang ibu perlu dijalin secara terus menerus.

Berbeda dengan seorang ibu yang memiliki peran dan tanggung jawab yang sangat kompleks dan dominan di dalam keluarga. Dalam hal ini, bukan hanya seorang ayah saja yang memiliki peran yang dominan dalam memimpin, mengatur dan menjaga keutuhan rumah tangga, melainkan seorang ibu juga memiliki peran yang tidak kalah dominan dan penting dalam menjalani kehidupan rumah tangga. Peran dominan dari ibu rumah tangga yang dimaksud adalah segala peran dan tanggung jawab yang lebih utama harus dilaksanakan oleh sang ibu layaknya mengurus suami dan anak. Seperti yang termaktub dalam Undang - Undang Perkawinan No. 1/1974 pasal 31 ayat 3 yang berbunyi “Suami adalah kepala keluarga dan istri adalah ibu rumah tangga”. Artinya, seorang suami sebagai seorang kepala keluarga memiliki kendali untuk memimpin, mengatur, serta melindungi keluarganya, sedangkan seorang istri sebagai ibu rumah tangga dominan memiliki kewajiban untuk mengatur keuangan dalam rumah tangga, menyelesaikan beberapa pekerjaan rumah, memberikan pendidikan kepada anak-anak, membantu meringankan beban suami serta menjaga keutuhan keluarga

sehingga tercapailah keluarga yang harmonis dan sejahtera apabila peran dan tanggung jawab tersebut dilakukan dengan baik. Dalam hal ini pekerjaan yang dilakukan ibu rumah tangga termasuk dalam peranan yang bersifat reproduktif yang artinya ibu rumah tangga bekerja secara domestik seperti mengasuh anak, membereskan rumah, mengurus suami, dan lain – lain.

Menjadi ibu rumah tangga merupakan suatu pekerjaan yang paling mulia yang bisa dilakukan oleh seorang ibu untuk keluarganya. Hal yang mendasar bagi seorang ibu rumah tangga yang tidak bekerja, pekerjaan rumah menjadi sesuatu yang utama karena sebagian besar waktunya dihabiskan di dalam rumah. Menyelesaikan berbagai macam pekerjaan rumah terkadang menjadi beban bagi ibu rumah tangga karena pekerjaan tersebut rutin dilakukan berulang-ulang setiap hari. Pekerjaan rumah tentunya bukan hal yang mudah karena hal tersebut akan menguras banyak tenaga dan juga menyita banyak waktu sehingga waktu untuk istirahat bagi ibu rumah tangga akan tersisa sangat sedikit. Hal ini jika dilakukan terus menerus akan menimbulkan dampak yang kurang baik bagi kesehatan ibu rumah tangga tersebut. Dampak kesehatan yang dapat ditimbulkan dapat menyerang kesehatan fisik maupun mental sang ibu.

Dampak kesehatan fisik yang dapat menyerang ibu rumah tangga apabila melakukan pekerjaan tersebut secara berulang-ulang dan terkesan monoton bisa menyebabkan sang ibu merasa kelelahan karena kurangnya istirahat. Kemudian dapat pula disusul dengan berbagai resiko penyakit mulai dari penyakit yang sifatnya tergolong ringan hingga ke penyakit yang sifatnya tergolong berat apabila tidak melakukan istirahat sejenak disela-sela menyelesaikan pekerjaan rumah.

Sedangkan dampak kesehatan mental yang dapat menyerang kondisi sang ibu yaitu ia akan cepat merasa gundah akan sebuah pekerjaan yang belum terselesaikan yang nantinya akan berbuah menjadi beban pikiran. Selain memikirkan pekerjaan yang belum selesai tersebut, ia juga harus memikirkan keadaan anak serta suami, kegiatan-kegiatan lain yang belum dilakukan dan banyak hal lain yang bermuara pada beban pikiran. Kemudian dari beban pikiran tersebut apabila terus menerus dipikirkan tanpa menemukan solusinya, maka sang ibu akan beresiko terkena *stress* dan depresi yang berujung pada perubahan tingkah laku serta perubahan psikologis yang dapat merugikan dirinya dan juga keluarganya jika hal tersebut tidak segera diatasi.

Hal lain yang berbeda yaitu kondisi ibu rumah tangga yang memiliki pekerjaan di luar rumah seperti menjadi wanita karir. Menurut Depdikbud (1988) karir berasal dari kata karier (Belanda) yang berarti *pertama*, perkembangan dan kemajuan dalam kehidupan, pekerjaan, dan jabatan. *Kedua*, pekerjaan yang memberikan harapan untuk maju. Selain itu kata karir selalu dihubungkan dengan tingkat atau jenis tingkat pekerjaan seseorang. Wanita karir berarti wanita yang berkecimpung dalam kegiatan profesi (usaha dan perusahaan). Ibu rumah tangga yang memilih untuk menjadi seorang wanita karir baik menjadi *staff* kantoran maupun sebagai buruh dan lain sebagainya memiliki peranan tertentu untuk membantu menopang perekonomian keluarga mengingat tingkat kemiskinan semakin tinggi serta harga kebutuhan rumah tangga yang semakin mahal dan tidak menentu. Hal ini dapat dibuktikan dari penghitungan hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) yang diselenggarakan pada bulan Maret 2016 yang menyatakan bahwa angka kemiskinan di provinsi Lampung mencapai 14,29 persen atau mengalami

kenaikan sebesar 0,76 poin dibandingkan kondisi sebelumnya. Selain itu harga kebutuhan pokok yang semakin melonjak tinggi menyebabkan ibu rumah tangga kesulitan secara finansial untuk memenuhi kebutuhan keluarganya. Mahalnya harga kebutuhan pokok tersebut juga menyulitkan para pedagang untuk memenuhi permintaan konsumen yang menginginkan harga kebutuhan pokok tersebut menjadi murah. Hal ini sesuai dengan berita pada surat kabar *online* Radar Lampung TV News berikut.

“BANDAR LAMPUNG- Dari pantauan Radar Lampung Tv 11 juni 2016, harga sejumlah kebutuhan pokok di pasar tradisional di kota Bandar Lampung masih tinggi.

Di pasar Pasir Gintung misalnya, Harga bawang merah dan bawang putih masih mahal. Saat ini bawang merah dan bawang putih dijual dengan harga Rp.40.000 perkilogram yang semula hanya dijual Rp.32.000. Harga bawang bombai kini di bandrol Rp.16.000 perkilogram, sedangkan tomat dijual Rp.8.000 perkilogramnya.

Siren (48) salah satu pedagang menyampaikan, saat ini harga masih tinggi. Pedagang kesulitan untuk menurunkan harga karena harga beli barang di agen masih mahal. “ kami jual mahal karena kami beli diagen mahal,” ujar siren, 11 juni 2016.

Sementara itu harga telur juga mengalami lonjakan harga. Harga telur ayam kini jual Rp.21.000 perkilogramnya sebelumnya hanya dijual Rp.18.000. telur bebek kini dijual Rp.2.500 perbutir dan telur puyuh Rp.40.000 perkilogram.

Untuk harga ayam potong kini mencapai RP.40.000 satu ekor, atau sekitar Rp.22.000 perkilogram” (Radar Lampung Tv News, 11 Juni 2016)

Berdasarkan berita pada surat kabar *online* Radar Lampung Tv News pada tanggal 11 Juni 2016 merupakan bukti nyata dari kenaikan harga kebutuhan pokok. Dengan adanya fenomena kenaikan harga kebutuhan pokok tersebut tentunya

akan menyulitkan setiap keluarga, khususnya ibu rumah tangga dalam mengelola finansialnya. Secara umum, ibu rumah tangga memiliki peran sebagai pengatur keuangan dalam keluarga, mulai dari pengeluaran yang bersifat primer seperti kebutuhan sandang dan pangan untuk anak dan suami maupun pengeluaran yang bersifat sekunder seperti membeli peralatan dan berbagai *furniture* rumah. Keadaan yang demikian kompleks membuat ibu rumah tangga memilih untuk bekerja demi membantu menopang perekonomian keluarga. Berikut merupakan tabel jenis kegiatan utama dan jenis kelamin penduduk usia 15 tahun ke atas di Provinsi Lampung.

Tabel 1. Penduduk 15+ menurut Jenis Kegiatan Utama dan Jenis Kelamin di Provinsi Lampung, 2014

Jenis Kegiatan	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
(1)	(2)	(3)	(4)
I. Angkatan Kerja	2522830	1335106	3857936
1. Bekerja	2419544	1253614	3673158
2. Pengangguran	103286	81492	184778
II. Bukan Angkatan Kerja (Sekolah, Mengurus Rumah tangga dan Lainnya)	432451	1468784	1901235
Jumlah	2955281	2803890	5759171
Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja (TPAK)	85,37	47,62	66,99
Tingkat Pengangguran	4,09	6,10	4,79

Sumber : Badan Pusat Statistik Provinsi Lampung

Berdasarkan pada Tabel 1, diketahui bahwa pada tahun 2014 persentase tingkat partisipasi angkatan kerja (TPAK) mencapai 66,99% dengan rincian persentase TPAK laki-laki berjumlah 85,37% dan persentase TPAK perempuan berjumlah 47,62%. Dengan kata lain hampir 50% jumlah perempuan di provinsi Lampung ikut serta dalam kegiatan yang bersifat produktif, dalam artian ikut serta dalam mencari nafkah tambahan. Sedangkan persentase tingkat pengangguran mencapai 4,79% dengan rincian tingkat pengangguran laki-laki sebesar 4,09% dan tingkat pengangguran perempuan berjumlah 6,10%.

Peran lainnya yang dimiliki oleh ibu rumah tangga selain produktif dan reproduktif adalah peranan ibu rumah tangga yang berpartisipasi dalam kegiatan sosial kemasyarakatan. Dalam hal ini ibu rumah tangga berperan aktif mengikuti kegiatan sosial yang berada di sekitar tempat tinggalnya dan lebih mengarah kepada proses sosialisasi sehingga para ibu rumah tangga dapat mengembangkan kemampuan dirinya di dalam masyarakat, contohnya seperti peran perempuan di dalam posyandu, menjadi anggota PKK, mengikuti kegiatan pengajian, dan lain – lain. Dengan ikut berpartisipasi dalam kegiatan sosial, para ibu rumah tangga diharapkan menambah wawasan mengenai bagaimana berkoordinasi dengan kelompoknya serta wawasan mengenai perkembangan kegiatan ibu-ibu di lingkungan sekitar tempat tinggalnya, selain itu juga mampu bersosialisasi dan beradaptasi dengan baik di lingkungan sekitar. Pada akhirnya dengan mengikuti kegiatan tersebut, para ibu rumah tangga akan berpotensi menjadi ibu rumah tangga yang mandiri dan berwawasan luas.

Berbagai macam kegiatan – kegiatan ibu rumah tangga mulai dari kegiatan yang bersifat reproduktif, produktif, dan sosial kemasyarakatan tersebut dilakukan berulang-ulang setiap hari oleh ibu rumah tangga sehingga membuat jenuh dan kemudian akan memicu terjadinya lelah, stress hingga depresi. Selain itu pula, kurangnya komunikasi dengan suami dan anak juga bisa terjadi dikarenakan ibu rumah tangga yang kelelahan lalu segera beristirahat sementara suami dan anak harus mengurus dirinya masing-masing. Tentunya dengan demikian apabila hal tersebut terjadi maka muncul kembali konflik yang ada di dalam rumah tangga.

Oleh karena adanya kasus – kasus yang menimpa ibu rumah tangga mulai dari *stress* akan pekerjaan hingga timbulnya konflik, maka penulis akan melakukan penelitian mengenai **“Strategi Mengurangi Beban Kerja Ibu Rumah Tangga dalam Rangka Harmonisasi Keluarga”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah di atas, maka masalah-masalah yang ingin diteliti dapat dirumuskan sebagai berikut.

1. Bagaimana pengaruh beban kerja ibu rumah tangga terhadap keharmonisan dalam keluarga ?
2. Apa saja bentuk strategi yang dilakukan ibu rumah tangga untuk mengurangi beban kerja mereka?
3. Bagaimana pengalokasian waktu yang dilakukan oleh ibu rumah tangga untuk mengurangi beban kerja ?

C. Tujuan

Berdasarkan pada rumusan masalah di atas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini yaitu :

1. Untuk mengkaji, mengetahui serta menganalisis pengaruh beban kerja ibu rumah tangga terhadap keharmonisan dalam keluarga.
2. Untuk mengkaji, mengetahui serta menganalisis bentuk strategi yang dilakukan ibu rumah tangga untuk mengurangi beban kerja mereka.
3. Untuk mengkaji, mengetahui serta menganalisis mengenai pengalokasian waktu yang dilakukan oleh ibu rumah tangga untuk mengurangi beban kerja.

D. Manfaat

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, maka penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat :

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan sebagai bahan kajian ilmiah khususnya dalam bidang ilmu Sosiologi.
 - b. Dapat digunakan sebagai bahan referensi atau penelitian agar terdapat wacana yang diharapkan berubah menjadi suatu tindakan nyata dalam ilmu maupun ketertiban dan keamanan masyarakat yang tentunya dimulai dari dunia pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Dapat memberi masukan bagi mahasiswa untuk dapat memahami dan mempelajari tentang strategi ibu rumah tangga dalam mengurangi beban kerja untuk keharmonisan kehidupan keluarga.

b. Bagi Masyarakat

Dapat memberi masukan bagi masyarakat untuk dapat memahami bagaimana strategi ibu rumah tangga dalam mengurangi beban kerja untuk keharmonisan kehidupan keluarga.

c. Bagi Ibu Rumah Tangga

Dapat memberikan masukan bagi para ibu rumah tangga untuk berlaku bijak dalam melakukan setiap pekerjaan agar tidak menjadi beban. Selain itu, memberikan pengetahuan mengenai bagaimana strategi yang baik untuk menyeimbangkan antara pekerjaan rumah maupun kegiatan-kegiatan yang dilakukan di luar rumah agar tetap selaras, harmonis dan sejahtera dalam berkomunikasi dengan keluarga.

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan tentang Strategi

Strategi adalah perencanaan induk yang komprehensif, yang menjelaskan bagaimana mencapai semua tujuan yang telah ditetapkan berdasarkan misi yang telah ditentukan sebelumnya. Dengan demikian strategi merupakan alat untuk mencapai tujuan dalam jangka waktu panjang, penentuan program tindak lanjut dan kebijakan pemilihan prioritas alokasi sumber daya untuk mencapai keunggulan bersaing. Menurut Rangkuti (2006), yang dimaksud dengan tujuan adalah hasil akhir yang ingin dicapai yakni berupa pernyataan tentang kualitas dan kuantitas. Sedangkan yang dimaksud dengan misi adalah pernyataan yang menyebutkan alasan mengapa harus ada dan apa yang akan dikerjakan.

Menurut Pringgowidagda dalam Mulyadi dan Risminawati (2012), menyatakan bahwa strategi diartikan suatu cara, teknik, taktik, atau siasat yang dilakukan seseorang untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan.

Menurut Marrus (2002), strategi didefinisikan sebagai suatu proses penentuan rencana para pemimpin puncak yang berfokus pada tujuan jangka panjang organisasi, disertai penyusunan suatu cara atau upaya bagaimana agar tujuan tersebut dapat dicapai.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa definisi strategi adalah suatu rencana yang disusun oleh manajemen puncak untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Rencana ini meliputi : tujuan, kebijakan, dan tindakan yang harus dilakukan oleh suatu organisasi dalam mempertahankan eksistensi dan menenangkan persaingan.

1. Konsep Strategi Ibu Rumah Tangga

Menyelesaikan berbagai macam pekerjaan yang ada di rumah terkadang menjadi suatu beban bagi seorang ibu rumah tangga dikarenakan pekerjaan tersebut dilakukan berulang-ulang setiap hari. Mengerjakan pekerjaan rumah akan menguras banyak tenaga dan juga akan menyita banyak waktu sehingga waktu untuk istirahat bagi seorang ibu rumah tangga hanya tersisa sangat sedikit. Hal ini akan berdampak yang kurang baik bagi kesehatan ibu rumah tangga jika dilakukan secara terus menerus. Dampak yang ditimbulkan dapat menyerang kesehatan fisik maupun mental sang ibu sehingga ketika dampak tersebut sudah menyerang ibu rumah tangga maka kondisi psikis ibu akan terganggu baik untuk dirinya sendiri maupun untuk anggota keluarganya. Apabila tidak segera diatasi akan berujung pada disharmonisasi keluarga.

Melihat pada beberapa kasus disharmonisasi keluarga yang terdapat pada beberapa media seperti koran, televisi serta media lainnya, rasa cemas dan khawatir seorang ibu rumah tangga mulai timbul sehingga para ibu rumah tangga mulai mencari suatu solusi atau strategi untuk mengantisipasi terjadinya disharmonisasi keluarga. Maka itu diperlukan beberapa penjabaran mengenai konsep strategi yang akan dilakukan oleh ibu rumah tangga dalam rangka harmonisasi keluarga

B. Tinjauan tentang Beban Kerja

1. Definisi Beban Kerja

Menurut Permendagri No. 12/2008, beban kerja adalah besaran pekerjaan yang harus dipikul oleh suatu jabatan atau unit organisasi dan merupakan hasil kali antara volume kerja dan norma waktu.

Sedangkan menurut Moekijat (2004), beban kerja adalah volume dari hasil kerja atau catatan tentang hasil pekerjaan yang dapat menunjukkan volume yang dihasilkan oleh sejumlah pegawai dalam suatu bagian tertentu. Jumlah pekerjaan yang harus diselesaikan oleh sekelompok atau seseorang dalam waktu tertentu atau beban kerja dapat dilihat pada sudut pandang obyektif dan subyektif. Secara obyektif adalah keseluruhan waktu yang dipakai atau jumlah aktivitas yang dilakukan. Sedangkan beban kerja secara subyektif adalah ukuran yang dipakai seseorang terhadap pernyataan tentang perasaan kelebihan beban kerja, ukuran dari tekanan pekerjaan dan kepuasan kerja.

Berdasarkan pada pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa definisi beban kerja adalah sebuah proses yang dilakukan oleh seseorang dalam menyelesaikan tugas-tugas suatu pekerjaan atau kelompok jabatan yang dilaksanakan dalam keadaan normal dan dalam suatu jangka waktu tertentu.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja

Rodahl (1989) dan Manuaba (2000) dalam Prihatini (2007), menyatakan bahwa beban kerja dipengaruhi faktor-faktor sebagai berikut :

a. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yaitu beban yang berasal dari luar tubuh pekerja. Faktor eksternal beban kerja meliputi :

- 1) Tugas-tugas yang dilakukan yang bersifat fisik seperti stasiun kerja, tataruang, tempat kerja, alat dan sarana kerja, kondisi kerja, sikap kerja, sedangkan tugas-tugas yang bersifat mental seperti kompleksitas pekerjaan, tingkat kesulitan pekerjaan, pelatihan atau pendidikan yang diperoleh, tanggung jawab pekerjaan.
- 2) Organisasi kerja seperti masa waktu kerja, waktu istirahat, kerja bergilir, kerja malam, sistem pengupahan, model struktur organisasi, pelimpahan tugas dan wewenang.
- 3) Lingkungan kerja adalah lingkungan kerja fisik, lingkungan kimiawi, lingkungan kerja biologis, dan lingkungan kerja psikologis. Ketiga aspek ini disebut *wring stresor*.

b. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam tubuh akibat dari reaksi beban kerja eksternal. Reaksi tubuh disebut *strain*, berat ringannya *strain* dapat dinilai baik secara objektif maupun subjektif. Faktor internal beban kerja antara lain :

1) Faktor Somatis

Jenis kelamin, umur, ukuran tubuh, status gizi, dan kondisi kesehatan.

2) Faktor Psikis

Motivasi, persepsi, kepercayaan, keinginan dan kepuasan.

3. Dampak dari Beban Kerja

Dampak yang ditimbulkan dari beban kerja dapat bersifat positif dan negatif. Dampak positif yang ditimbulkan oleh beban kerja apabila kadarnya masih dalam ruang lingkup proporsional, yang artinya, tidak terlalu berat dan tidak terlalu ringan. Kemudian dilihat bagaimana suatu tekanan-tekanan dalam bekerja menjadi positif yaitu dengan menjadikannya sebuah tantangan dalam bekerja, sehingga memacu seorang karyawan atau pekerja untuk lebih kreatif dan berkembang.

Di sisi lain, beban kerja juga menimbulkan dampak yang bersifat negatif. Beban kerja yang terlalu berlebihan akan menimbulkan kelelahan baik fisik maupun mental dan reaksi-reaksi emosional seperti sakit kepala, gangguan pencernaan, dan mudah marah. Sedangkan pada beban kerja yang terlalu sedikit dimana pekerjaan yang terjadi karena pengurangan gerak akan menimbulkan kebosanan dan rasa monoton. Manauba (dalam Prihatini, 2007) mengatakan bahwa kebosanan dalam kerja rutin sehari-hari karena tugas satu pekerjaan yang terlalu sedikit mengakibatkan kurangnya perhatian pada pekerjaan sehingga secara potensial membahayakan pekerja.

Secara garis besar, beban kerja pada ibu rumah tangga mayoritas berdampak negatif sehingga beresiko menimbulkan kondisi yang tidak diinginkan salah satu contoh konkret yang ditemui dalam kehidupan sehari-hari yaitu seperti terjadinya konflik di dalam rumah tangga yang berdampak pada disharmonisasi keluarga.

C. Tinjauan tentang Ibu Rumah Tangga

1. Definisi Ibu Rumah Tangga

Ibu rumah tangga menurut Dwijayanti (1999) adalah wanita yang lebih banyak menghabiskan waktunya di rumah, mempersembahkan waktunya untuk memelihara anak-anak dan mengasuh menurut pola-pola yang diberikan masyarakat.

Ibu rumah tangga juga dapat menjadi partner bagi suami dan mendukung pekerjaan suami. Membantu apa yang bisa dibantu, atau setidaknya selalu siap memberikan dukungan setiap saat. Ilmu yang dimiliki dapat di-share atau dibagi kepada suami. Setiap ilmu ada saatnya termanfaatkan. Seperti yang dikatakan oleh Rednirahman (2011), suatu saat ilmu yang kita bagi kepada suami dapat membantunya dalam menghadapi pekerjaan atau permasalahan.

Nani Suwondo (1981) mengungkapkan bahwa wanita dalam keluarga memiliki panca tugas, yaitu sebagai istri, ibu pendidik, ibu pengatur rumah tangga, tenaga kerja, dan anggota organisasi masyarakat. Sebagai pengatur rumah tangga, tugas seorang ibu sangat berat sebab seorang ibu harus dapat mengatur segala peraturan rumah tangga. Oleh karena itu ibu dapat dikatakan sebagai administrator dalam kehidupan keluarga. Seorang ibu juga harus dapat mengatur waktu dan tenaga secara bijaksana. Seorang ibu sebagai istri juga dapat membantu penghasilan suami untuk mencukupi kebutuhan keluarga.

Dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa ibu rumah tangga merupakan seorang wanita dalam sebuah keluarga yang lebih banyak menghabiskan waktunya di rumah untuk mengurus, mengasuh, serta mendidik

anak-anaknya, bertugas pula menjadi pendukung kegiatan suami dan bertugas mengatur kebutuhan rumah tangga sehari-hari.

2. Peran Ibu Rumah Tangga

Perempuan mempunyai tanggung jawab yang sama terhadap kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara demi majunya pembangunan negara ini termasuk didalamnya dalam bidang pembangunan pertanian. Disamping sebagai istri, sebagai ibu, sebagai pengatur rumah tangga, sebagai tenaga kerja perempuan, juga berperan sebagai anggota masyarakat dan manusia pembangunan. Nasir (2010) mengatakan salah satu peran perempuan yang hakiki, yang fundamental adalah sebagai ibu rumah tangga dan ibu dari putra-putri dalam fungsi sebagai pendidik utama dan pertama.

Menjadi seorang ibu dalam rumah tangga adalah sebuah profesi yang tidak bisa dianggap remeh. Menjadi ibu rumah tangga bukanlah hal yang mudah. Dari sederet peran yang bisa dimainkan seorang ibu rumah tangga.

Menurut Sharif Baqhir (2003) 7 di antara peran penting ibu rumah tangga dalam keluarga adalah sebagai berikut.

a. Ibu sebagai manager

Sebagai seorang manager, seorang ibu rumah tangga mampu mengintegrasikan berbagai macam karakter, berbagai macam keadaan/kondisi anggota keluarganya ke dalam satu tujuan rumah tangga. Ibu rumah tangga berperan menjadi sosok pengatur kelangsungan roda rumah tangganya sehari-hari.

b. Ibu sebagai guru

Sebagai seorang guru, seorang ibu mampu mendidik putra-putrinya, mengajarkan sesuatu yang baru, melatih, membimbing mengarahkan serta memberikan penilaian baik berupa *reward* maupun *punishment* yang mendidik. Ibu merupakan sekolah yang paling utama dalam pembentukan kepribadian anak, serta sarana untuk memenuhi mereka dengan berbagai sifat mulia.

c. Ibu sebagai *chef*

Sebagai seorang *chef* tentunya seorang ibu harus pandai memutar otak untuk berkreasi menghasilkan menu-menu yang dapat diterima semua anggota keluarga, baik menu sarapan, makan siang, maupun makan malam. Ibu rumah tangga juga berperan menjaga kesehatan keluarga.

d. Ibu sebagai perawat

Sebagai seorang perawat, seorang ibu bagaimana dengan telatennya merawat putra-putrinya, dari mulai mengganti popok ketika bayi, memandikan, menyuapi makan, sampai segala sesuatu yang dibutuhkan oleh putra-putrinya sekecil apapun beliau perhatikan, dan tidak bosan-bosannya mencurahkan kasih sayang dan perhatiannya yang begitu tulus.

e. Ibu sebagai *accountant*

Sebagai seorang akuntan, seorang ibu mampu mengelola APBK (Anggaran Pendapatan dan Belanja Keluarga) dengan sebaik-baiknya, bagaimana mengatur pengeluaran belanja bulanan dari mulai membayar listrik, telepon, PAM, kebutuhan anak sekolah, dan kebutuhan-kebutuhan lainnya yang tak terduga,

bahkan bagaimana seorang ibu rumah tangga mampu membantu perekonomian keluarganya dengan tidak melupakan kodratnya sebagai ibu.

f. Ibu sebagai *design interior*

Ibu sebagai seorang design interior seorang ibu harus mampu menciptakan/menata berbagai furnitur yang ada di rumahnya untuk menciptakan suasana baru, tidak membosankan anggota keluarganya. Sehingga rumah nyaman untuk ditempati keluarga.

g. Ibu sebagai dokter

Ibu sebagai seorang dokter bagaimana seorang ibu harus mampu mengupayakan kesembuhan dan menjaga putra-putrinya dari berbagai hal yang mengancam kesehatan. Berbagai cara dilakukan untuk menjaga anggota keluarganya tetap dalam keadaan sehat.

D. Peran Produktif, Reproduksi, dan Sosial Kemasyarakatan dari Ibu Rumah Tangga

1. Peran Produktif Ibu Rumah Tangga

Peran produktif ibu rumah tangga adalah peranan yang dikerjakan oleh ibu rumah tangga untuk memperoleh bayaran atau upah secara tunai atau sejenisnya.

Contohnya : kegiatan bekerja baik di sektor informal maupun sektor formal

2. Peran Reproduksi Ibu Rumah Tangga

Yaitu peranan yang berhubungan dengan pekerjaan pokok ibu rumah tangga sehari-hari yang menjadi tugas dan tanggung jawabnya sebagai perempuan.

Contohnya : mengasuh anak, mencuci, memasak, membersihkan rumah, dan lain sebagainya

3. Peran Sosial Masyarakat dari Ibu Rumah Tangga

Peran sosial masyarakat di dalam ibu rumah tangga adalah aktivitas yang digunakan bersama dan biasanya dilakukan secara sukarela atau tidak diberi upah yang mencakup semua aktivitas di dalam tingkat komunitas.

Contohnya : di dalam pelayanan kesehatan posyandu, berurusan dengan pengelolaan sampah rumah tangga, dan lain-lain

E. Tinjauan tentang Harmonisasi Keluarga

1. Definisi Harmonisasi Keluarga

Menurut Nick (2002) keluarga harmonis merupakan tempat yang menyenangkan dan positif untuk hidup, karena anggotanya telah belajar beberapa cara untuk saling memperlakukan dengan baik. Anggota keluarga dapat saling mendapatkan dukungan, kasih sayang dan loyalitas. Mereka dapat berbicara satu sama lain, mereka saling menghargai dan menikmati keberadaan bersama.

Menurut Gunarsa (2000) keluarga harmonis adalah bila mana seluruh anggota keluarga merasa bahagia yang ditandai oleh berkurangnya ketegangan, kekecewaan dan menerima seluruh keadaan dan keberadaan dirinya (eksistensi, aktualisasi diri) yang meliputi aspek fisik, mental dan sosial.

Sedangkan menurut Daradjat (1994), mengemukakan bahwa keluarga harmonis adalah keluarga dimana setiap anggotanya menjalankan hak dan kewajibannya masing-masing, terjalin kasih sayang, saling pengertian, komunikasi dan kerjasama yang baik antara anggota keluarga.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa definisi harmonisasi keluarga adalah dimana suatu kondisi atau situasi keluarga yang terjalinnya kasih sayang, saling pengertian, dukungan, mempunyai waktu bersama keluarga, adanya komunikasi di dalam keluarga, serta minimnya konflik, ketegangan dan kekecewaan.

2. Aspek-aspek Harmonisasi Keluarga

Menurut Gunarsa (2000), ada beberapa aspek keharmonisan keluarga adalah :

a) Kasih sayang antar keluarga

Anggota keluarga menunjukkan saling menghargai dan saling menyayangi, mereka bisa merasakan betapa baiknya keluarga. Anggota keluarga mengekspresikan penghargaan dan kasih sayang secara jujur. Penghargaan itu mutlak diperlukan, karena dengan demikian masing-masing anggota merasa sangat dicintai dan diakui keberadaannya

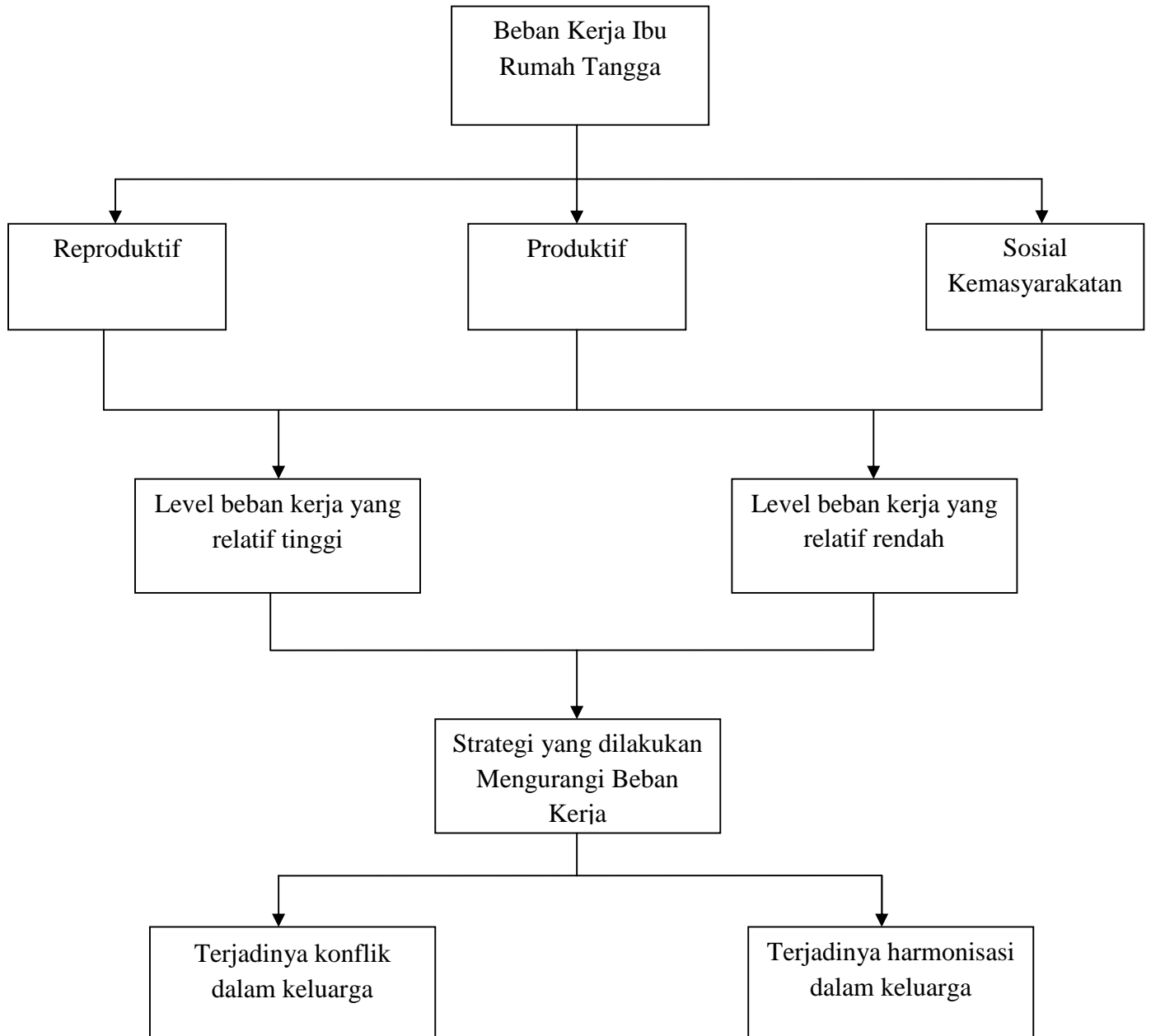
b) Saling pengertian sesama anggota keluarga

Selain kasih sayang sesama anggota keluarga, pada umumnya para remaja sangat mengharapkan pengertian dari orang tuanya. Dengan adanya saling pengertian maka tidak akan terjadi pertengkaran-pertengkaran antar sesama anggota keluarga.

c) Mempunyai waktu bersama dan kerjasama dalam keluarga

Keluarga menghabiskan waktu (kualitas dan kuantitas waktu yang besar) di antara mereka. Kebersamaan diantara mereka sangatlah kuat, namun tidak mengekang. Selain itu, kerja sama yang baik antar anggota keluarga juga sangat dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari.

3. Bagan Kerangka Pemikiran



Gambar 1. Kerangka Pemikiran Penelitian

III. METODE PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Penelitian merupakan suatu kegiatan ilmiah yang diandalkan pada analisis dan konstruksi. Analisis dan konstruksi dilakukan secara metodologis, sistematis dan konsisten. Menurut Soekanto (1990), tujuannya adalah untuk mengungkapkan kebenaran sebagai salah satu manifestasi hasrat manusia untuk mengetahui apa yang dihadapinya dalam kehidupan. Dengan demikian penelitian ini akan mengungkapkan suatu fenomena sosial yang akan dilakukan sesuai dengan cara kerja yang teratur dan telah melalui pemikiran yang matang dan sistematis untuk memudahkan penelitian dalam mencapai tujuan yang telah ditentukan.

Dalam penelitian ini digunakan tipe penelitian dengan metode deskriptif kuantitatif. Hadari Nawawi dan Mimi Mardini (1996), mengatakan metode deskriptif dapat diartikan sebagai prosedur pemecahan masalah yang diselidiki, dengan menggambarkan atau melukiskan keadaan objek penelitian pada saat sekarang, berdasarkan fakta-fakta yang tampak atau sebagaimana keadaan sebenarnya.

Sedangkan metode kuantitatif menurut Robert Donmoyer (dalam Given, 2008), adalah pendekatan-pendekatan terhadap kajian empiris untuk mengumpulkan, menganalisa, dan menampilkan data dalam bentuk numerik daripada naratif.

Jadi metode penelitian deskriptif kuantitatif adalah metode penelitian suatu objek, suatu kondisi atau suatu peristiwa dengan cara mendeskripsikan fakta-fakta yang tampak atau sebagaimana adanya, sifat serta hubungan secara sistematis antar fenomena yang akan diteliti di lokasi penelitian dan menampilkan data dalam bentuk numerik. Adapun alasan peneliti menggunakan metode deskriptif kuantitatif karena dalam melakukan penelitian, metode kuantitatif mampu menjabarkan permasalahan yang ada di dalam penelitian dengan hasil yang lebih spesifik sehingga memudahkan peneliti untuk mendeskripsikan hasil penelitian secara terperinci sesuai dengan indikator-indikator permasalahan yang tersedia.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono dalam bukunya berjudul “Metode Penelitian Bisnis” (2008), pengertian populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Dari pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa populasi bukan sekedar jumlah yang ada pada objek atau subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh objek atau subjek tersebut.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga yang tinggal di Pemukiman Gunung Pala, kecamatan Teluk Betung Timur, kelurahan Keteguhan, kota Bandar Lampung.

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2008), teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling*. *Probability Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel. *Probability Sampling* terdiri dari 4 (empat) macam yaitu *simple random sampling*, *proportionate stratified sampling*, *disprorotion stratified sampling*, dan *cluster sampling*.

Teknik *Probability Sampling* yang digunakan dalam pengambilan sampel pada penelitian ini lebih tepatnya penulis menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengertian *simple random sampling* menurut Sugiyono (2008) adalah teknik pengambilan sampel anggota populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut.

Untuk menentukan jumlah sampel dari ibu rumah tangga yang tinggal di Pemukiman Gunung Pala, Teluk Betung Timur, Bandarlampung tersebut maka digunakan perhitungan Slovin (dalam Sangadji, 2010) yaitu :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan :

- n = Besaran sampel
 N = Besaran populasi
 e = Sampling error (ditetapkan 10%)
 1 = Bilangan konstanta

Berdasarkan data yang didapat sebagai berikut :

$$n = \frac{135}{1 + 135 \cdot 10\%^2} = 57,446 \text{ (dibulatkan menjadi 57 responden)}$$

C. Definisi Konseptual

Menurut Singarimbun dan Efendi (2008), definisi konseptual adalah pemaknaan dari konsep yang digunakan, sehingga memudahkan peneliti untuk mengoperasikan konsep tersebut di lapangan. Berdasarkan pengertian tersebut maka definisi konseptual yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Beban Kerja adalah sebuah proses yang dilakukan seseorang dalam menyelesaikan tugas-tugas suatu pekerjaan atau kelompok jabatan yang dilaksanakan dalam keadaan normal dan dalam jangka waktu tertentu.
2. Ibu Rumah Tangga merupakan seorang wanita dalam sebuah keluarga yang lebih banyak menghabiskan waktunya dirumah untuk mengurus, mengasuh, mendidik anak-anaknya, bertugas pula menjadi pendukung kegiatan suami dan bertugas mengatur kebutuhan rumah tangga sehari-hari.

3. Harmonisasi Keluarga adalah dimana suatu kondisi atau situasi keluarga yang terjalannya kasih sayang, saling pengertian, dukungan, mempunyai waktu bersama keluarga, adanya komunikasi di dalam keluarga, serta minimnya konflik, ketegangan dan kekecewaan.

D. Definisi Operasional

Menurut Sugiyono (2008), definisi operasional adalah penentuan konstruk atau sifat yang akan dipelajari sehingga menjadi variabel yang dapat diukur. Definisi operasional menjelaskan cara tertentu yang digunakan untuk meneliti dan mengoperasikan konstruk, sehingga memungkinkan bagi peneliti yang lain untuk melakukan replikasi pengukuran dengan cara yang sama atau mengembangkan cara pengukuran konstruk yang lebih baik.

Variabel di dalam penelitian ini terbagi menjadi 2 yaitu variabel dependen dan variabel independen. Variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi suatu akibat karena dipengaruhi oleh variabel bebas. Kemudian, variabel independen merupakan suatu variabel yang mempengaruhi sehingga menjadi suatu sebab perubahan dari variabel dependen. Di dalam penelitian ini yang menjadi variabel dependen adalah harmonisasi keluarga. Sedangkan yang menjadi variabel independen dalam penelitian ini adalah beban kerja ibu rumah tangga.

Dalam penelitian ini penulis memberikan batasan operasional setiap variabel baik variabel dependen dan variabel independen yang dapat dioperasionalkan sebagai berikut.

1. Operasionalisasi Variabel Beban Kerja Ibu Rumah Tangga (X)

Dalam variabel beban kerja ibu rumah tangga sebagai variabel X, operasionalisasi dapat dibagi menjadi 3 indikator yaitu :

- a. Alokasi waktu dalam pekerjaan produktif.
- b. Alokasi waktu dalam pekerjaan reproduktif.
- c. Alokasi waktu dalam kegiatan sosial kemasyarakatan.

2. Operasionalisasi Variabel Harmonisasi Keluarga (Y)

Dalam variabel harmonisasi keluarga sebagai variabel Y, operasionalisasi dapat dibagi menjadi 3 indikator yaitu :

- a. Interaksi dan komunikasi dengan keluarga
- b. Keadaan finansial yang mampu mencukupi kebutuhan
- c. Tersedianya waktu luang yang cukup untuk keluarga

Selanjutnya, pada indikator yang terdapat pada beban kerja ibu rumah tangga yang mencakup alokasi waktu terhadap pekerjaan produktif, reproduktif serta kegiatan sosial kemasyarakatan terdapat 5 alternatif jawaban yang dapat diukur menggunakan operasionalisasi berikut :

SS : Sangat Setuju, apabila pernyataan pada indikator yang ada benar-benar menggambarkan keadaan, pendapat dan perasaan responden.

S : Setuju, apabila pernyataan pada indikator yang ada menggambarkan keadaan, pendapat dan perasaan responden.

KS : Kurang Setuju, apabila pernyataan pada indikator yang ada kurang menggambarkan keadaan, pendapat dan perasaan responden.

TS : Tidak Setuju, apabila pernyataan pada indikator yang ada tidak sesuai menggambarkan keadaan, pendapat dan perasaan responden

STS : Sangat Tidak Setuju, apabila pernyataan pada indikator yang ada benar-benar tidak menggambarkan keadaan, pendapat dan perasaan responden

Berdasarkan operasionalisasi alternatif jawaban yang terdapat pada indikator beban kerja ibu rumah tangga yang mencakup alokasi waktu terhadap pekerjaan produktif, reproduktif serta kegiatan sosial kemasyarakatan tersebut selanjutnya dapat mempermudah responden dalam memilih alternatif jawaban sesuai dengan kemampuan dan keadaannya masing-masing ketika mengisi pilihan yang tercantum dalam kuesioner.

Pada proses input data kuesioner, alternatif jawaban yang terdapat pada indikator beban kerja ibu rumah tangga yang mencakup alokasi waktu terhadap pekerjaan produktif, reproduktif serta kegiatan sosial kemasyarakatan dan harmonisasi keluarga tersebut selanjutnya diberikan label/kode tersendiri untuk mempermudah

pengisian data penelitian. Label/kode untuk alternatif jawaban tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut.

SS = 1
S = 2
KS = 3
TS = 4
STS = 5

E. Hipotesis Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2010), hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Sedangkan menurut Margono (2004), hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang secara teoritis dianggap paling mungkin atau paling tinggi tingkat kebenarannya.

Berdasarkan dari beberapa pengertian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis adalah suatu jawaban yang masih bersifat sementara karena baru dilandaskan oleh teori dan masih belum menggunakan fakta-fakta yang ada dilapangan.

Hipotesis dalam penelitian ini dapat dirumuskan menjadi :

H₁ : Ada pengaruh yang signifikan antara harmonisasi keluarga dengan beban kerja ibu rumah tangga.

H₀ : Tidak ada pengaruh yang signifikan antara harmonisasi keluarga dengan beban kerja ibu rumah tangga.

F. Lokasi Penelitian

Menurut Afrizal (2011), menyatakan bahwa lokasi penelitian merupakan lokasi dari sebuah penelitian dan merupakan tempat di mana penelitian akan dilakukan. Lokasi penelitian juga dapat diartikan sebagai *setting* atau konteks sebuah penelitian. Tempat tersebut tidak selalu mengacu pada wilayah, akan tetapi juga pada organisasi dan sejenisnya. Penelitian ini dilakukan di Pemukiman Gunung Pala, kecamatan Teluk Betung Timur, kelurahan Keteguhan, kotaBandar Lampung. Adapun alasan pemilihan lokasi karena mayoritas penduduk wanita di Pemukiman Gunung Pala adalah sebagai ibu rumah tangga sehingga ibu-ibu yang tinggal di pemukiman tersebut mengetahui serta memahami bagaimana dinamika yang dialami selama menjadi ibu rumah tangga mulai dari mengurus anak dan suami hingga mengurus pekerjaan rumah yang sudah menjadi tanggung jawab mereka.

G. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan cara yang digunakan peneliti untuk mendapatkan data dalam suatu penelitian. Adapun teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara :

1. Menyebarkan Kuesioner

Teknik pengumpulan data ini dilakukan dengan memberikan daftar pertanyaan tertulis dengan menyertakan alternatif jawaban untuk mempermudah responden melakukan pengisian serta menghindari bias jawaban.

2. Studi Pustaka

Yaitu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan mempelajari buku-buku referensi, laporan-laporan, majalah-majalah, jurnal-jurnal dan media lainnya yang berkaitan dengan obyek penelitian.

3. Dokumentasi

Dokumen menurut Sugiyono (2008), merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen yang digunakan peneliti disini berupa foto, gambar, serta data-data yang berasal dari bahan-bahan tertulis yang mencakup dokumen yang dianggap penting dan berkaitan dengan pokok permasalahan yang akan diteliti. Data ini dapat bermanfaat bagi peneliti untuk menguji serta menafsirkan permasalahan penelitian.

H. Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data adalah suatu proses untuk mendapatkan data dari setiap variabel penelitian yang siap dianalisis. Pengolahan data meliputi kegiatan pengeditan data, tranformasi data (*coding*), serta penyajian data sehingga diperoleh data yang lengkap dari masing-masing obyek untuk setiap variabel yang diteliti.

Menurut Sugianto (2007), Teknik pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan penghitungan komputasi program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) karena program ini memiliki kemampuan analisis statistik cukup tinggi serta system manajemen data pada lingkungan grafis menggunakan menu-menu dekriptif dan kotak-kotak dialog sederhana, sehingga mudah dipahami cara pengoperasiannya.

Langkah-langkah dalam pengolahan data kuantitatif adalah sebagai berikut :

1. Tahap *Editing*

Editing merupakan kegiatan pengecekan atau pengoreksian data yang telah terkumpul. Tujuan dari kegiatan ini yaitu untuk menghilangkan kesalahan-kesalahan yang terdapat dalam data serta untuk melengkapi data.

Tahap *editing* menyangkut hal-hal berikut :

- a) Kelengkapan pengisian
- b) Kejelasan tulisan
- c) Kejelasan makna
- d) Konsistensi dan kesesuaian antar jawaban
- e) Relevansi jawaban
- f) Keseragaman kesatuan data

2. Tahap *Coding* (Pengkodean data)

Coding merupakan pemberian kode-kode tertentu pada tiap-tiap data termasuk memberikan kategori untuk jenis data yang sama. Kode adalah simbol tertentu dalam bentuk huruf atau angka untuk memberikan identitas data. Kode yang diberikan dapat memiliki makna sebagai data kuantitatif (berbentuk skor). Kuantifikasi atau transformasi data menjadi data kuantitatif dapat dilakukan dengan memberikan skor terhadap setiap jenis data dengan mengikuti kaidah-kaidah dalam skala pengukuran.

3. Tahap Tabulasi

Tabulasi merupakan pembuatan tabel-tabel yang berisi data yang telah diberi kode sesuai dengan analisis yang dibutuhkan. Pada tahap ini, data dimasukkan ke dalam

tabel sesuai dengan kategorinya masing-masing untuk mempermudah memahami isi data.

4. Tahap Interpretasi

Interpretasi merupakan penafsiran data. Pada tahap ini, data yang telah dikategorikan dalam tabel ditafsirkan dengan tujuan untuk memudahkan pemahaman data yang ditampilkan.

I. Uji Instrumen

1. Uji Validitas

Menurut Sugiyono (2008), hasil penelitian yang valid bila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti. Pengujian instrumen dalam penelitian ini dilakukan dengan korelasi bivariate antara masing-masing skor indikator dengan total skor konstruk.

2. Uji Reliabilitas

Menurut Sugiyono (2008), instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Setelah instrumen di uji validitasnya maka langkah selanjutnya yaitu menguji reliabilitas.

J. Teknik Analisis Data

Arikunto (2006) menjelaskan bahwa teknik analisa data merupakan suatu teknik pengolahan data yang diperoleh dengan menggunakan rumus atau dengan menggunakan aturan-aturan yang ada sesuai dengan pendekatan penelitian. Analisis data dilakukan bertujuan untuk menguji hipotesis dalam rangka

penarikan kesimpulan. Pada penelitian ini teknik analisa data yang digunakan adalah analisa data kuantitatif statistik deskriptif.

Analisis statistik deskriptif yang digunakan pada penelitian ini berupa presentase dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Membuat tabel distribusi jawaban dari kuesioner variabel X dan Y
2. Menentukan skor jawaban responden dengan ketentuan skor yang telah ditetapkan
3. Menjumlahkan skor jawaban yang diperoleh dari tiap-tiap responden
4. Memasukan skor tersebut dalam rumus:

$$DP = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

- DP : Deskripsi presentase
n : Jumlah skor yang diharapkan
N : Nilai presentase atau hasil

Selanjutnya dilakukan uji regresi linear sederhana yang bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh atau hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Dalam melakukan analisis regresi linear sederhana, penulis menggunakan bantuan komputer dengan program SPSS versi 21.

IV. GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN

A. Sejarah Singkat Kelurahan Keteguhan

Di dalam sejarahnya, pada abad ke 18 kelurahan Keteguhan masih berupa kawasan hutan lindung yang terletak di pesisir Teluk Lampung. Kawasan ini merupakan daerah agraris yang hanya dihuni oleh beberapa kepala keluarga saja. Seiring berjalannya waktu penghuninya pun semakin bertambah yang terdiri dari berbagai etnis dan golongan dengan mayoritas penduduk asli atau pribumi.

Salah satu tokoh masyarakat yang bernama “NGABIHI BISTA BRAJA TUHA” yang merupakan penduduk pribumi asli yang tinggal di daerah tersebut berhasil mengusir para bajak laut, karena pada waktu itu tidak seorang pun yang berani mengusir dan menghadapi para bajak laut, maka pada abad ke 18 daerah tersebut diberi nama “KETEGUHAN” dan sampai sekarang nama kampong tersebut dijadikan menjadi nama Kelurahan Keteguhan.

Dari terbentuknya menjadi Kelurahan Keteguhan telah terjadi beberapa kali pergantian kepala kelurahan diantaranya adalah :

1. Bapak Harun.
2. Bapak Yakub.
3. Bapak Nurdin.
4. Bapak M.Ali.

5. Bapak M.Yusuf.
6. Bapak Israf.
7. Bapak A.H. Suteja.
8. Bapak Taufik Gurahman, SH.
9. Bapak Saiful Anwar, S.Sos.
10. Bapak Raden Mega.
11. Bapak Hi. Zainal Abidin.
12. Bapak Hifni, S.sos.
13. Bapak Anton Idwar, S.Sos.
14. Bapak Hermanto, S.Sos.
15. Bapak Sutomo, S.Sos.
16. Bapak Syaipul Anwar, S.Sos sampai dengan sekarang.

B. Demografi dan Komposisi Penduduk Kelurahan Keteguhan

Luas wilayah yang ada di Kelurahan Keteguhan pada saat ini kurang lebih sekitar 365 Ha dan sebagian digunakan untuk pemukiman penduduk dengan luas kurang lebih sekitar 187 Ha yang berbatasan dengan :

Utara : Kelurahan Purwatan dan Kelurahan Kota Karang
Selatan : Kelurahan Suka Maju
Barat : Desa Tanjung Agung Kabupaten Pesawaran
Timur : Laut

Sifat iklim yang terjadi di wilayah Kelurahan Keteguhan ini adalah iklim tropis dengan curah hujan sedang, dari letak geografis ini jumlah penduduk Kelurahan Keteguhan mencapai 1.924 Kepala Keluarga atau sekitar 8.598 jiwa. Berikut ini

akan dijelaskan secara rinci data penduduk menurut pekerjaan dan jenis kelaminnya yang ada di Kelurahan Keteguhan

Tabel 2. Data Penduduk Menurut Pekerjaan dan Jenis Kelamin

NO	GOLONGAN PEKERJAAN	LAKI-LAKI	PEREMPUAN	JUMLAH
1	Pegawai Negeri Sipil	119	38	157
2	TNI	97	-	97
3	Dagang	603	190	793
4	Tani	944	439	1.383
5	Tukang	174	-	174
6	Buruh	1.196	2.690	3.886
7	Pensiunan	61	49	110
8	Lain-lain	3.200	2.280	5.480
	JUMLAH	6.394	2.280	12.080

Sumber : Data Monografi Kelurahan 2017

C. Administrasi Pemerintahan Kelurahan Keteguhan

Dalam menjalankan roda Pemerintahannya, Kelurahan Keteguhan memiliki beberapa aparatur kelurahan yaitu :

1. Lurah : SYAIPUL ANWAR, S.Sos.
2. Sekretaris : ISKANDAR .B.N.
3. Kasi Pemerintahan : BAMBANG HERMAWAN – SAYUTI,
S.IP.
4. Kasi Trantib : BAMBANG HERIANTO, S.H.
5. Kasi Pembangunan : -

6. Kasi Pemberdayaan Masyarakat : ARIF WARDANA, SH.MH.
7. Staf Kelurahan : a. SELAMET RIYADI,
b. ZULYANTI MEGA SARI.

Dari jumlah aparatur diatas Kelurahan Keteguhan masih dibantu lagi oleh 3 Kepala Lingkungan serta 24 Ketua Rukun Tetangga (RT) dalam melaksanakan tugas dan pelayanan administrasi kepada masyarakat. Pada bidang pembangunan kelurahan keteguhan mendapatkan bantuan dana dari Program Penanggulangan Kemiskinan di Perkotaan (P2KP) dan Gerakan Mahasiswa (GEMA). Bantuan dana yang diterima dimanfaatkan untuk sarana insfrastruktur dan pembangunan di sekitar daerah Kelurahan Ketuguhan dengan harapan dapat meningkatkan kesejahteraan penduduk serta pertumbuhan ekonomi yang lebih baik dengan membuka akses-akses lainnya. Saat ini Kelurahan Keteguhan terdapat beberapa bangunan sarana dan prasarana diantaranya :

Tabel 3. Sarana dan Prasarana Kelurahan Keteguhan

SARANA DAN PRASARANA	JUMLAH
Gedung TK	1
Gedung SD	3
Masjid	4
Mushola	12
Puskesmas	1
Posyandu	6

Sumber : Buku Profil Kelurahan Keteguhan Tahun 2015

D. Visi dan Misi Kelurahan Keteguhan

1. Visi

“Terwujudnya peningkatan pelayanan masyarakat dan kinerja aparatur melalui partisipasi masyarakat dalam pembangunan”.

2. Misi

- a. Meningkatkan tertib administrasi yang berkualitas, dinamis, dan bertanggung jawab.
- b. Menyelenggarakan pemerintahan yang bersih, berwibawa, jujur, dan partisipatif.
- c. Meningkatkan peran serta masyarakat dalam pembangunan yang demokratis, berkeadilan dan berkelanjutan.

E. Program Kegiatan Jangka Pendek dan Jangka Panjang Kelurahan Keteguhan

1. Program Jangka Pendek

Program jangka pendek yang dilaksanakan oleh Kelurahan Keteguhan adalah sebagai berikut :

- a. Pembinaan terhadap aparatur kelurahan dengan mengadakan rapat koordinasi dan evaluasi kinerja setiap bulannya.
- b. Memberikan pelayanan prima kepada masyarakat dalam hal pengurusan administrasi yang dibutuhkan.
- c. Merumuskan program pembangunan skala prioritas di Kelurahan Keteguhan.
- d. Meningkatkan kembali budaya gotong royong pada masyarakat dalam hal kebersihan.

- e. Meningkatkan keamanan di setiap lingkungan Rukun Tetangga (RT) dengan cara mengadakan siskamling.
- f. Meningkatkan kesejahteraan masyarakat melalui posyandu dan poskeskel.

2. Program Jangka Panjang

Program jangka panjang yang dilaksanakan oleh Kelurahan Keteguhan adalah sebagai berikut :

- a. Perbaiki infrastruktur jalan yang menghubungkan antara lingkungan dan Rukun Tetangga (RT) serta perbaikan drainase.
- b. Meningkatkan Pendidikan Anak Usia Dini dengan cara membuka PAUD di setiap lingkungan yang ada di kelurahan keteguhan.
- c. Memberdayakan masyarakat dalam hal membuka usaha rumah tangga.
- d. Meningkatkan Usaha Kecil Menengah (UKM).

F. Sejarah Pemukiman Gunung Pala



Gambar 2. Pemukiman Gunung Pala

Pada awal mula terbentuknya pemukiman ini merupakan suatu pemukiman yang tidak resmi (ilegal) dan tidak diketahui secara jelas proses terbentuknya. Namun menurut cerita Bapak Saleh selaku ketua RT yang menjabat di periode 2017 dan beberapa penduduk yang telah tinggal lama disana, pemukiman ini sudah ada sejak tahun 1975 dan letaknya di kaki Gunung Pala. Gunung Pala sendiri sebenarnya merupakan bukit yang ditanami pohon pala dan sekarang dijadikan jalur evakuasi oleh pemerintah jika ada bencana tsunami dan pasang karena letaknya yang berdekatan dengan pesisir pantai. Pemukiman ini berada di Provinsi Lampung, Kota Bandar Lampung, Kelurahan Teluk Betung Timur, Kampung Keteguhan, Jl. Laksamana RE Martaadinata.



Gambar 3. Pemukiman Gunung Pala

Sebelum tahun 2011 lalu, daerah ini termasuk wilayah Teluk Betung Barat. Pada saat itu (1975) pemukiman ini merupakan tanah kosong tak berpenghuni, menurut kabar yang beredar bahwa dahulu tanah ini dimiliki oleh etnis china, ada pula yang mengatakan bahwa tanah ini dimiliki orang Lampung atau penduduk pribumi, namun hingga kini belum ada kepastian siapakah pemilik asli tanah ini.



Gambar 4. Peta Wilayah Gunung Pala

Luas pemukiman secara keseluruhan kurang lebih sekitar 8 hektar serta luas bangunan untuk satu rumah kurang lebih (5x10m). Seiring berjalannya waktu tanah kosong ini pun berubah fungsi menjadi pemukiman padat penduduk dengan sistem penempatan yang sangat beragam, yakni:

1. Tanah Milik

Maksud dari tanah milik disini adalah barang siapa yang memiliki dana atau finansial dan berkenan mengurus surat izin pembangunan, dapat menempati tanah tersebut dengan hak kepemilikan surat izin bangun.

2. Tanah Sewa

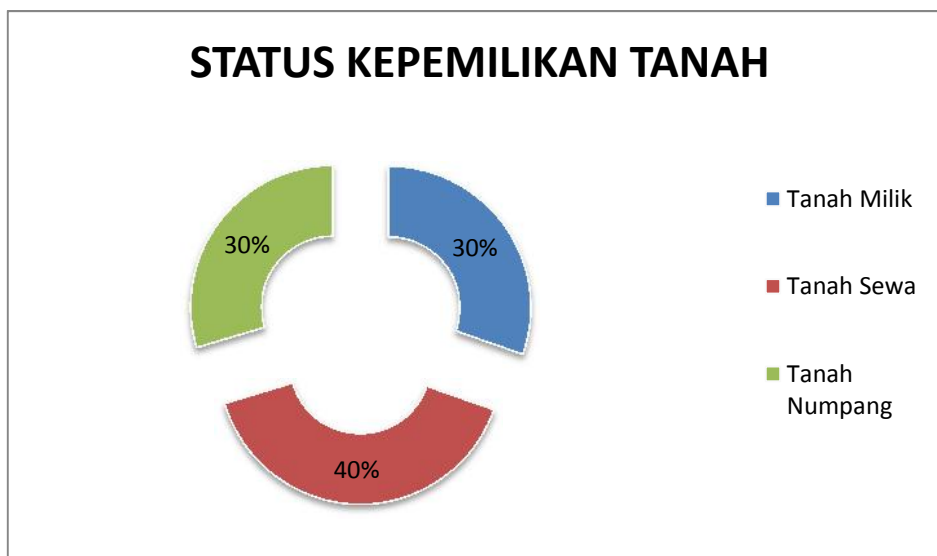
Tanah Sewa yang dimaksudkan disini adalah seseorang yang menyewa tanah kepada orang yang telah memiliki surat izin bangun, kemudian membangun sendiri rumah yang mereka kehendaki. Jika masa sewa habis, pemilik surat ijin bangun berhak merobohkan (menggusur) bangunan yang telah di bangun oleh penyewa tanah, namun jika pemilik surat izin bangun menghendaki bangunan rumah tersebut untuk tidak di gusur, tanah beserta bangunan yang di bangun penyewa tanah tersebut mutlak milik si pemilik surat izin bangun

3. Tanah Numpang

Tanah numpang yang dimaksudkan disini adalah jika ada tanah yang tidak jelas surat ijin bangunannya milik siapa, dan masyarakat memiliki sumber daya untuk membangun rumah diatasnya, maka masyarakat boleh menempati tanah tersebut dengan catatan jika sewaktu-waktu ada yang mengaku atau ada yang dapat mengurus surat izin bangun, maka orang tersebut harus berkenan

untuk pindah dari tempat tersebut. Tanah ini oleh masyarakat sekitar disebut dengan tanah “cup-cup” an.

Untuk mengetahui jumlah persentase masyarakat dengan status kepemilikan tanah yang berada di pemukiman Gunung Pala dapat dilihat pada gambar di bawah ini.



Gambar 5. Diagram Persentase Masyarakat dengan Status Kepemilikan Tanah

Berdasarkan pada gambar di atas, 40% masyarakat menduduki tanah sewa sebagai status kepemilikan tanahnya. Hal ini disebabkan oleh pola domisili mereka yang selalu mengalami perpindahan setiap tahun.

Masyarakat yang berada di pemukiman Gunung Pala jumlahnya relatif padat sehingga ketua RT setempat berinisiatif untuk membuat jurnal kartu keluarga (KK) yang berfungsi untuk mengumpulkan data keseluruhan penduduk yang selanjutnya akan selalu diperbaharui setiap tahunnya mulai dari adanya penambahan penduduk sampai dengan adanya perpindahan penduduk. Salah satu

isi yang tertera di dalam jurnal kartu keluarga (KK) tersebut yaitu deskripsi tentang komposisi penduduk yang diklasifikasikan berdasarkan jenis kelamin seperti yang tertera dalam tabel berikut.

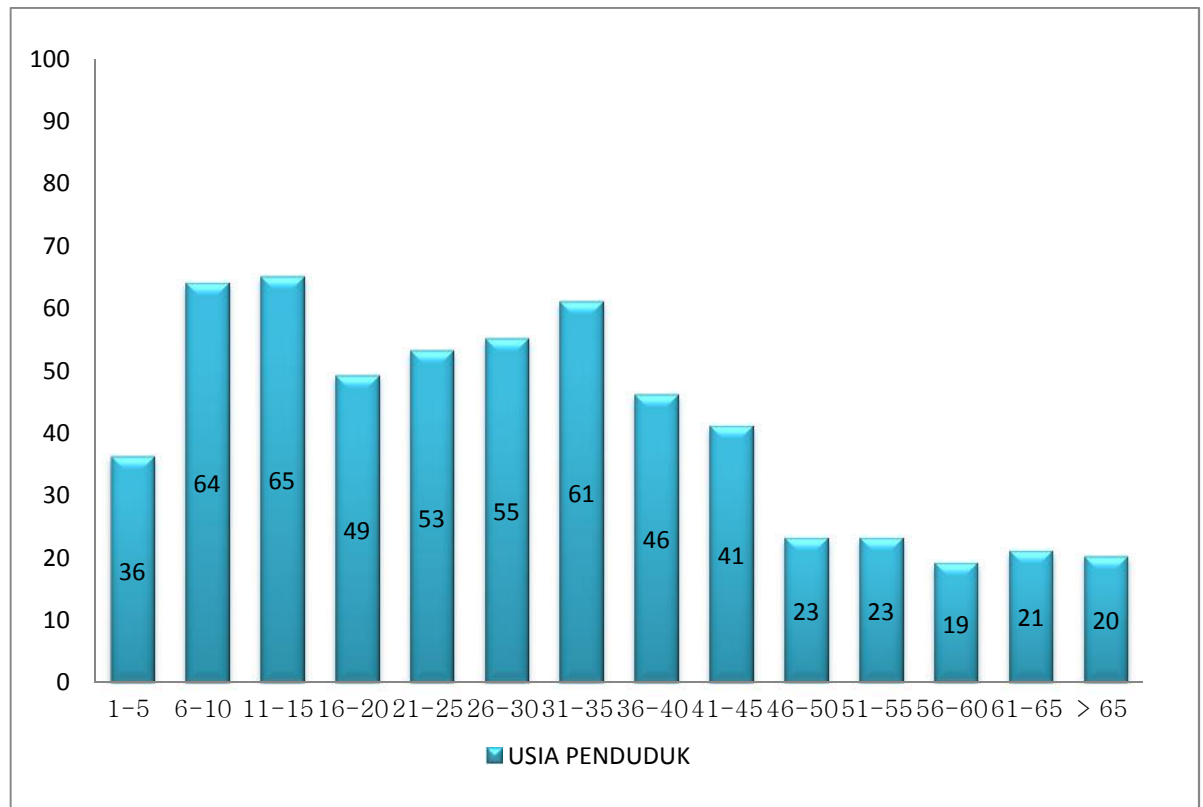
Tabel 4. Komposisi Penduduk Pemukiman Gunung Pala Berdasarkan Jenis Kelamin

JENIS KELAMIN	JUMLAH (jiwa)
Laki-laki	314
Perempuan	262
JUMLAH	576

Sumber : Jurnal Kartu Keluarga (KK)

Berdasarkan data di atas, jumlah penduduk yang berada di pemukiman Gunung Pala sudah terklasifikasikan menjadi dua kategori yaitu laki-laki yang berjumlah 314 jiwa dan perempuan yang berjumlah 262 jiwa yang selanjutnya masing-masing dari penduduk akan terpecah perkepala keluarga dengan klasifikasinya masing-masing dimulai dari jumlah anggota keluarga, jenis pekerjaan dan lain sebagainya.

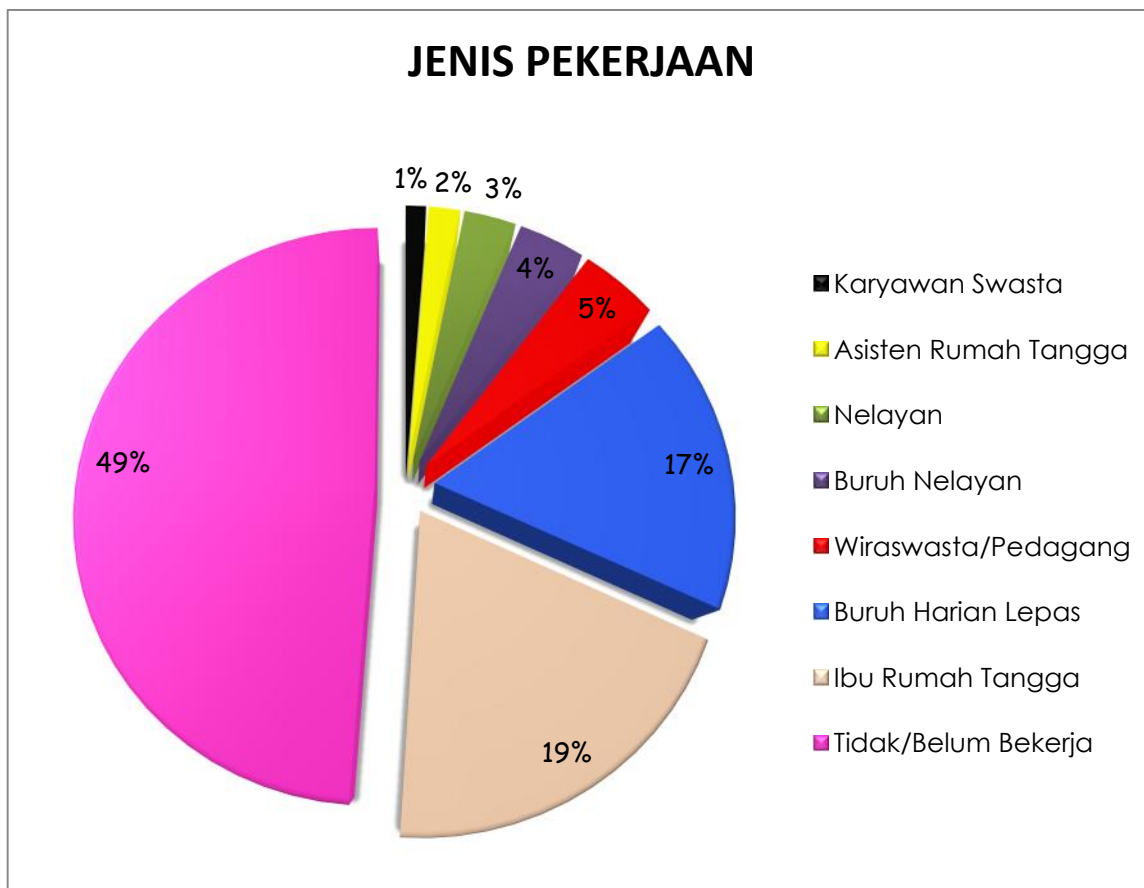
Masyarakat yang berada di pemukiman Gunung Pala memiliki usia yang beragam, mulai dari usia dini hingga usia manula. Jenjang usia masyarakat pemukiman Gunung Pala dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar 6. Grafik Usia Penduduk Pemukiman Gunung Pala

Berdasarkan pada gambar di atas diketahui bahwa usia masyarakat yang berada di pemukiman Gunung Pala mayoritas berada pada jenjang usia 11-15 tahun yang berjumlah sebanyak 65 jiwa, sedangkan masyarakat dengan jenjang usia 56-60 tahun hanya berjumlah sebanyak 19 jiwa.

Masyarakat yang tinggal di pemukiman gunung pala sangat beragam mereka terbagi atas berbagai suku, diantaranya (Lampung, Banten, Jawa, Bugis, Sunda dan lain-lain). Kondisi Perekonomian masyarakat disini juga sangat kompleks, namun cenderung lebih banyak masyarakat dengan perekonomian menengah kebawah. Beberapa jenis pekerjaan yang berada di pemukiman gunung pala dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar 7. Diagram Jenis Pekerjaan Masyarakat Pemukiman Gunung Pala

Berdasarkan gambar di atas diketahui mayoritas pekerjaan masyarakat yang berada di pemukiman gunung pala yaitu sebagai ibu rumah tangga dengan persentase sebesar 38% dan sebagai buruh harian lepas dengan persentase 34%. Jenis pekerjaan yang sudah terklasifikasikan dalam gambar di atas sebagian besar dilakukan oleh masyarakat dengan usia yang sudah produktif yaitu berkisar 17 sampai dengan 65 tahun. Selain itu terdapat pula beberapa anak-anak yang tinggal di Pemukiman Gunung Pala memilih untuk ikut membantu mencari penghasilan sebagai seorang pemulung dikarenakan beberapa dari mereka mayoritas putus sekolah.

Kehidupan masyarakat yang berada di pemukiman Gunung Pala memiliki dinamika yang cukup beragam salah satunya mereka bermukim tanpa memiliki surat-surat resmi mengenai administratif dikarenakan tanah pemukiman Gunung Pala tersebut masih berstatus sewa sehingga masyarakat setempat harus berpindah lokasi tempat tinggal dan tidak memiliki waktu yang cukup untuk mengurus surat-surat administratif tersebut. Meskipun mereka tidak memiliki surat-surat administratif namun masyarakat di pemukiman Gunung Pala telah mendapat pengakuan dari pemerintah dengan terdaftarnya mereka di dalam penerimaan bantuan-bantuan dari pemerintah seperti.

- a. KIS (Kartu Indonesia Sehat)
- b. KIP (Kartu Indonesia Pintar)
- c. KKS (Kartu Keluarga Sejahtera)
- d. Beras
- e. Bedah rumah (bagi mereka yang memiliki surat izin bangunan)

Informasi berikutnya yang didapatkan dari warga pemukiman gunung pala adalah meskipun masyarakat telah menerima bantuan KIP dari pemerintah untuk pendidikannya, namun masih banyak anak yang berhenti bersekolah khususnya pada jenjang pendidikan Sekolah Dasar. Hal ini dikarenakan sebagai orang tua mereka kurang memberikan pengertian tentang pentingnya suatu pendidikan. Kurangnya ketegasan orang tua dalam mengarahkan anaknya untuk bersekolah dikarenakan orangtuanya pun memiliki latar belakang pendidikan yang rendah serta tingginya angka dalam pernikahan usia muda sehingga mereka kurang memiliki pengetahuan dalam mengurus anak-anaknya. Rata-rata para orang tua yang menikah pada usia muda berawal dari usia 14 tahun.

Berkaitan dengan kurangnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya suatu pendidikan dipengaruhi juga oleh rendahnya tingkat pendidikan mereka. dari rendahnya tingkat pendidikan tersebut muncullah masalah-masalah yang baru mulai dari perceraian usia dini, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), dan kemiskinan. Para orangtua yang usianya masih relatif dini juga rata-rata masih bergantung kepada orang tua masing-masing sehingga belum bisa untuk mandiri dalam mengurus keluarganya.

Alasan mereka yang menjalani pernikahan dini juga sangat beragam mulai dari keinginan sendiri, dijodohkan oleh orangtua, dan kecelakaan (hamil diluar nikah). Akibat dari kemiskinan yang dihadapi, penduduk di pemukiman Gunung Pala memiliki tingkat kriminalitas yang tinggi, berikut ini jenis-jenis kriminalitas yang ada di Gunung Pala meliputi narkoba, pencurian, tawuran dan perjudian.

VI. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan pada penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dengan teknik pengambilan sampel secara *random sampling* sejumlah 57 responden berasal dari sejumlah ibu rumah tangga yang tinggal di pemukiman Gunung Pala.
2. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu dengan menyebarkan kuesioner ke 57 responden yang dipilih secara acak dan melakukan dokumentasi di lokasi penelitian. Sedangkan teknik pengolahan data pada penelitian ini menggunakan uji statistik regresi linear sederhana pada aplikasi SPSS versi ke 21.
3. Pada identitas responden, jumlah respondenya yaitu sebanyak 57 responden yang terdiri dari usia 21 tahun sampai dengan 51 tahun. Sedangkan jenis pekerjaan responden bervariasi mulai dari menjadi seorang ibu rumah tangga sepenuhnya, menjadi pedagang, menjadi seorang buruh penyortir ikan, asisten rumah tangga, dan lain-lain.

4. Pada sub pembahasan variabel beban kerja dibagi menjadi 3 indikator yaitu alokasi waktu ibu rumah tangga dalam pekerjaan produktif, reproduktif, dan sosial kemasyarakatan.
5. Pada sub pembahasan variabel harmonisasi keluarga terbagi menjadi 3 indikator juga yaitu interaksi dan komunikasi, keadaan financial serta tersedianya waktu luang yang selanjutnya telah dijabarkan dalam bentuk kuesioner.
6. Berdasarkan uji regresi linear sederhana, variabel beban kerja memiliki nilai koefisien regresi sebesar -1.195 yang artinya memiliki pengaruh yang bersifat negatif terhadap variabel harmonisasi keluarga. Maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa terjadi suatu hubungan yang bersifat negatif antara variabel harmonisasi keluarga terhadap variabel beban kerja ibu rumah tangga.
7. Berdasarkan perhitungan koefisien korelasi (R) sebesar 0,285. Hal ini menyatakan bahwa korelasi antara variabel harmonisasi keluarga dengan variabel beban kerja ibu rumah tangga dapat dikategorikan lemah
8. Pada koefisien determinasi, dapat diketahui bahwa perhitungan R Square yaitu sebesar 0,081 atau sama dengan 8,1%. Hal ini artinya bahwa variabel independen yaitu beban kerja ibu rumah tangga adalah sebesar 8,1% Sedangkan sisanya yaitu 91,1% disebabkan oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk variabel dalam penelitian.

9. Strategi yang dilakukan oleh ibu rumah tangga dalam mengurangi beban kerja, mayoritas jawaban responden memilih untuk bersantai di rumah daripada menghabiskan waktunya di luar rumah. Hal tersebut dikarenakan responden dapat menghemat pengeluaran yang nantinya dapat dipergunakan untuk membeli kebutuhan yang lebih penting seperti kebutuhan pokok, kebutuhan sekolah anak dan lain-lain. Selain itu, mayoritas responden kurang aktif dalam berpartisipasi di kegiatan sosial yang ada di lingkungannya dikarenakan belum terbukanya komunikasi yang baik antara penduduk yang lama dan penduduk pendatang, dalam hal ini di spesifikasikan pada keadaan ibu rumah tangganya sehingga responden cenderung untuk menghabiskan waktunya di rumah.

10. Mengenai pengalokasian waktu ibu rumah tangga dalam mengurangi beban kerja rata-rata responden menyatakan mereka lebih mengutamakan pekerjaan yang ada di dalam rumah baru kemudian disusul dengan melakukan aktivitas atau kegiatan yang lainnya seperti bekerja, beristirahat, dan lain sebagainya. Selain itu, responden memiliki asumsi bahwa ketika pekerjaan rumah tersebut belum selesai maka hal tersebut nantinya akan menjadi beban pikiran sehingga akan berdampak pada kenyamanan anggota keluarga untuk tetap berada dirumah.

B. Saran

Saran pada penelitian ini dan untuk penelitian selanjutnya dapat direkomendasikan sebagai berikut.

1. Dengan tingkat beban kerja yang tinggi bagi seorang ibu rumah tangga tentunya akan sangat berpengaruh pada harmonisasi keluarga. Tersedianya waktu luang bagi seorang ibu rumah tangga yang bekerja untuk keluarganya akan sangat sedikit hal ini akan menimbulkan beban fisik maupun psikis. Untuk mengatasi beban kerja tersebut disarankan untuk meluangkan waktunya untuk saling bertukar pengalaman, bertukar pikiran serta bersosialisasi dengan sesama ibu rumah tangga di lingkungannya. Disarankan pada penelitian selanjutnya untuk meneliti secara lebih mendalam pola interaksi dan komunikasi antar ibu rumah tangga dalam kegiatan produktif, reproduktif, dan sosial kemasyarakatan
2. Dengan adanya penelitian ini maka diharapkan untuk mencoba meneliti mengenai fenomena peran ganda yang dialami oleh seorang ibu rumah tangga yang lebih spesifik misalkan seperti penelitian yang mengangkat tema mengenai beban kerja ibu rumah tangga terhadap keadaan sosial ekonominya.
3. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan pula untuk meneliti mengenai permasalahan perpindahan penduduk di pemukiman Gunung Pala serta faktor-faktor penyebabnya secara lebih mendalam mengingat bahwa fenomena perpindahan penduduk di pemukiman Gunung Pala relative dilakukan setiap tahunnya.

DAFTAR PUSTAKA

Buku :

Afrizal. 2014. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta : Rajawali Pers

Milles & Huberman. 1992. *Analisis Data Kualitatif (tentang metode-metode baru)*, Jakarta: UI-Press

Prihatini, Lilis D. 2007. *Analisis Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Perawat Di Tiap Ruang Rawat Inap RSUD Sidikalang*. USU: Skripsi tidak dipublikasikan.

Singarimbun. Masri dan Sofian Effendi. 2008. *Metode Penelitian Survei*, Jakarta: Pustaka LP3ES.

Sugianto. 2007. *Metode Pengolahan Data*. Bandung

Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung. Alfabeta

Sajogyo, Pudjiwati. 1985. *Peranan Wanita dalam Perkembangan Masyarakat Desa*. CV.Rajawali, Jakarta

Media Online :

Merdeka.com.2015.*Keluhan Ibu-Ibu Masa Kini, Susahnya Cari Pekerja Rumah Tangga*. Dikutip pada website online :

<http://www.merdeka.com/peristiwa/keluhan-ibu-ibu-masa-kini-susahnyacari-pekerja-rumah-tangga.html> (Diakses pada tanggal 29 Agustus 2016)

Republika.co.id, 2012. *Diduga 'Stres', Ibu RT Nekat Terjun dari Fly Over*. Dikutip pada website online :

<http://nasional.republika.co.id/berita/nasional/jabodetabek-nasional/12/04/04/m1yn20-diduga-stres-ibu-rt-nekat-terjun-dari-fly-over>
(Diakses pada tanggal 29 Agustus 2016)

Skripsi :

Asri Wahyu Widi Astuti. 2013. *Peran Ibu Rumah Tangga Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga*. Jurusan Pendidikan Luar Sekolah Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.

Yuli Hartati. 2012. *Hubungan Antara Stres dan Agresifitas Ibu Rumah Tangga di Komplek X RW.03 Jakarta Barat*. Jurusan Psikologi Sosial Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul Jakarta

Jurnal :

Ketut Ariyani Kartika Putri dan Hilda Sudhana. 2013. *Perbedaan Tingkat Stress Pada Ibu Rumah Tangga yang Menggunakan dan Tidak Menggunakan Pembantu Rumah Tangga*. Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.

Ninin Ramdani, September 2016, Implikasi Peran Ganda Perempuan dalam Kehidupan Keluarga dan Lingkungan Masyarakat. *Sosietas* vol. 6 No.2.

Risnawati, 2016. Peran Ganda Istri yang Bekerja dalam Membantu Ekonomi Keluarga Buruh Perkebunan Kelapa Sawit pada PT. BUMI MAS AGRO di Kecamatan Sandaran Kabupaten kutai Timur. *Ejournal Sosiatri-Sosiologi*, Vol.4 No. 3 : 113-126

Website :

Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 12 Tahun 2008 tentang Pedoman Analisis Beban Kerja Di Lingkungan Departemen Dalam Negeri dan Pemerintahan Daerah . Dikutip pada website:

fp.ub.ac.id/kepegawaian/wp-content/uploads/2012/06/permen-12-thn-2008-Analisis-beban-kerja.pdf+&cd=1&hl=id&ct=clnk&gl=id (Diakses pada 1 September 2016)

Pengertian Stres Kerja Definisi Faktor-Faktor Penyebab Stres Kerja. Dikutip pada website :

<http://www.landasanteori.com/2015/07/pengertian-stres-kerja-definisi-faktor.html> (Diakses pada tanggal 26 desember 2016)

Variabel Penelitian, Pengertian, Tujuan, dan Jenis. Dikutip pada website :

<http://www.mushlihin.com/2013/11/penelitian/variabel-penelitian-pengertian-tujuan-dan-jenis.php> (Diakses pada tanggal 11 januari 2017)