

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Seorang wanita yang sudah menikah memiliki peran sebagai istri, ibu, dan *homemaker* (pekerja rumah tangga). Ini pada umumnya yang dirasakan seorang wanita yang telah berkeluarga. Adapun peran ibu rumah tangga tidak dapat terlepas dari tugas-tugas kerumahtanggaan, Menurut Kartono (1992), ibu rumah tangga memiliki peran di dalam keluarga dan masyarakat.

Di dalam keluarga, ibu rumah tangga memiliki beberapa peran, yang *pertama* ibu rumah tangga berperan sebagai istri, yang mencakup sikap hidup yang matang untuk mendampingi suami dalam situasi apapun disertai rasa kasih sayang, kecintaan, loyalitas dan kesetiaan pada *partner* hidupnya. Peran sebagai *partner* hidup memerlukan *tact*, kebijaksanaan, mampu berpikiran luas, dan sanggup mengikuti gerak langkah atau karir suaminya. *Kedua*, sebagai *partner sex*, yang mengimplikasikan hal sebagai hubungan hetero-seksual yang memuaskan tanpa disfungsi (gangguan-gangguan fungsi) seks. *Ketiga*, sebagai ibu dan pendidik. Ibu harus mampu menciptakan iklim psikis yang baik, sehingga suasana rumah tangga menjadi semarak, dan bisa memberikan rasa aman, bebas,

hangat, menyenangkan serta penuh kasih sayang. *Keempat*, sebagai pengatur rumah tangga. Dalam hal ini, terdapat relasi-relasi formal dan semacam pembagian kerja (*division of labour*) dimana suami bertindak sebagai pencari nafkah, dan istri berfungsi sebagai pengurus rumah tangga (Kartono, 1992).

Selain memiliki peran di dalam keluarga ibu rumah tangga juga berperan di lingkungan masyarakat. Peran ibu rumah tangga di dalam masyarakat berkaitan dengan kedudukannya dalam masyarakat sebagai makhluk sosial yang berpartisipasi aktif di lingkungan masyarakat dimana ia tinggal (Kartono, 1992).

Dalam menjalankan peran sebagai ibu rumah tangga, terdapat kesulitan-kesulitan yang sering dihadapi, yaitu banyaknya tugas rumah tangga yang harus diselesaikan setiap harinya, kesulitan mengatur keuangan keluarga yang tidak cukup untuk memenuhi semua kebutuhan keluarga, tidak ada anggota keluarga yang membantu mengerjakan pekerjaan rumah tangga, munculnya tugas rumah tangga yang baru sebelum tugas terdahulunya sempat diselesaikan, kurangnya waktu serta tenaga untuk mengurus anak-anaknya dan tidak mendukungnya tugas kerumahtanggaan dengan sanitasi lingkungan (lingkungan yang baik dan sehat). Hal ini merupakan kesimpulan dari wawancara dengan seorang ibu rumah tangga yang dilakukan pada 10 Oktober 2014:

*–Munak, kirai manjadi umak-umak ko lamak, munak liek lah. Balum lai salasai mancuci ala jam sabaleh, mamasak lah dauhu. Tak ado yang mambantu. Pagi-pagi buto samuanya ala pai, parcuma uning punya anak gadih, tapi inyo pai ka sikkolah. Padiah lah. Ini lai, sanin samalam harga lacino turun sakarang naik manjadi sambilan ribu saparampek. Tak dipikirkan itu?,.....(Kalian kirai menjadi ibu rumah tangga itu enak, kalian lihat lah belum lagi selesai mencuci sudah jam sebelas saja, belum lagi memasak. Mana ada yang membantu, percuma kakak punya anak perempuan, tetapi pagi-pagi sekali dia sudah pergi. Biarkanlah. Ini lagi minggu lalu harga cabe turun, sekarang sudah Rp. 9.000,- seperempat. Enggak dipikirkan itu?....”*

Rutinitas ibu rumah tangga tidak terlepas dengan lingkungan mereka tinggal. Kelelahan fisik akibat rutinitas rumah tangga dan keadaan lingkungan yang tidak nyaman dapat berakibat kelelahan psikologis pada ibu rumah tangga. Kelelahan psikologis ibu rumah tangga dapat berdampak pada stres, dimana manusia memiliki keterbatasan dalam mengelola stimulus dari dalam diri dan lingkungannya sehingga dapat berdampak buruk bagi kesehatan fisik dan psikis (Sarwono, 1995).

Tinggal di lingkungan layak huni adalah hak setiap orang, terutama bagi seorang ibu rumah tangga yang memiliki peran penting dalam mengurus keluarga. Tetapi pemenuhan hak dasar ini semakin sulit diwujudkan mengingat laju pertumbuhan penduduk yang tinggi, meningkatnya jumlah warga miskin serta tingginya laju urbanisasi. Hal inilah menjadi pemicu menjamurnya permukiman kumuh (*slum*) yang menjadi tempat tinggal beberapa penduduk. Menurut Partha dan Kishor (Dinye, 2012), permukiman kumuh merupakan tempat tinggal bagi orang-

orang terpinggir, sebagian besar merupakan tempat penampungan sementara, lingkungan yang padat, tidak sehat bagi kesehatan serta kurangnya fasilitas dasar (akses air bersih, akses sanitasi, kepemilikan tanah, dan bentuk rumah yang sehat). Di kota besar, permukiman kumuh tumbuh secara liar di pinggiran kota, pinggiran rel kereta api, bantaran sungai, dan jembatan. Hal inilah yang menjadi tantangan besar bagi ibu rumah tangga yang tinggal di lingkungan kumuh.

Salah satu sumber stres (*stressor*) ibu rumah tangga yang tinggal di lingkungan kumuh dapat berupa tidak adanya sanitasi yang baik di lingkungan rumah. Sanitasi menurut Notoadmojo (Malau, 2013) merupakan status kesehatan lingkungan yang mencakup perumahan, pembuangan kotoran, penyediaan air bersih dan sebagainya. Dapat disimpulkan sanitasi berkaitan erat dengan lingkungan fisik, yaitu air, tanah dan udara. Ketiga komponen ini saling berinteraksi, sehingga semua aktivitas ibu rumah tangga tidak terlepas dengan sanitasi.

Tidak bersinerginya sanitasi yang baik terhadap aktivitas lingkungan dapat menimbulkan stres. Dalam penelitian Matud di Denpasar (Putri, 2013) menyatakan sumber stres pada wanita sebagian besar mengenai keluarga dan kesehatannya. Pekerjaan rumah tangga yang berhubungan dengan lingkungan tempat tinggalnya dapat menjadi faktor pemicu stres dan kesehatannya sehingga dapat mempengaruhi kemampuan fungsional sebagai seorang ibu rumah tangga.

Hal ini sesuai dengan wawancara dengan salah satu ibu rumah tangga yang bertempat tinggal di bantaran sungai. Peneliti mewawancarai Ibu Tuti (nama disamarkan), pada 12 Oktober 2014:

*–Air disini kami dapat dari sumur depan untuk mandi, masak, sama nyuci. Sumur itu, dipakek semua orang sini, tetangga. Ya... kamu lihatlah air-nya, bau, tapi... tetap dibuat untuk mencuci baju. Pening juga, pertama kami mau pakek air galon, tapi kalo dipikir-pikir uang kami bisa habis hanya untuk air saja, belum lagi untuk makan. Ya... sudahlah kami milih air sumur itu saja, palingan sekali-kali beli galon untuk minum”.*

Dari hasil wawancara di atas, salah satu sumber stres (*stressor*) Ibu Tuti adalah tercemarnya sumber air. Air merupakan salah satu kebutuhan pokok bagi manusia yang berhubungan dengan segala macam kegiatannya termasuk keperluan rumah tangga, misalnya untuk minum, memasak, mandi, mencuci dan pekerjaan rumah tangga lainnya. Indikator tercemarnya air dapat diamati dengan kasatmata berdasarkan tingkat kejernihan air (kekeruhan), perubahan suhu, warna, bau dan rasa (Wijana, 2010). Hasil observasi peneliti, sumber air Ibu Tuti sudah tercemar karena berbau dan berwarna. Selain itu, posisi sumur berbatasan dengan tembok yang dikelilingi oleh sampah organik maupun anorganik. Penggunaan air yang tercemar mengakibatkan hasil tugas kerumahtanggaan tidak maksimal, seperti cucian yang tidak bersih, rumah yang berbau, makanan yang tidak sehat, dan akhirnya menyebabkan penurunan kesehatan Ibu Tuti.

Selain sanitasi, *stressor* tinggal di kawasan kumuh adalah suara bising, terutama bagi masyarakat yang tinggal di pinggiran rel kereta api. Suara bising yang berasal dari kereta api dapat menjadi *stressor* apabila volume suara tidak bisa dikendalikan dan diperkirakan (Sarwono, 1995). Hal ini sesuai dengan keterangan seorang ibu rumah tangga yang tinggal di pinggiran rel kereta api. Wawancara dilaksanakan di kedai Ibu Tole (nama disamarkan), pada 12 Januari 2015:

*“.....Pertama kali ibu tinggal disini masalah paling besarnya itu suara bising. Karena ibu tinggal di kampung, gag ada suara. Hutan semua, kebun. Dulu... wih tidur pun kita, bisa terbangun terduduk langsung tiba-tiba, gara-gara suara kereta padahal kita baru siap kerja itu pula..., tapi sekarang kalo enggak ada suara kereta mala agak susah tidur he...he...he...”*

Dari wawancara di atas, dapat disimpulkan suara bising dari kereta api menjadi *stressor* utama bagi Ibu Tole ketika pertama kali tinggal di pinggiran rel kereta api. Ibu Tole membutuhkan istirahat ketika selesai mengerjakan tugas rumah tangga, tetapi suara bising membuat Ibu Tole tidak dapat beristirahat yang cukup. Hal ini menyebabkan penurunan kesehatan Ibu Tole. Penurunan kesehatan dapat mempengaruhi hasil pekerjaan ibu rumah tangga hingga terjadi penumpukan tugas.

Suara bising dari kereta api yang tidak dapat dikendalikan dapat menimbulkan reaksi *learned helplessness* (ketidakberdayaan yang dipelajari) artinya individu menjadi tidak berdaya dan membiarkan saja suara bising itu walaupun stresnya tidak usai (Sarwono, 1995). Hasil observasi peneliti pada saat kereta api lewat, suara kereta api tidak bisa

dikendalikan dan beberapa kereta api membunyikan klakson secara tiba-tiba, hal itu membuat peneliti terkejut seketika. Ketika kereta semakin mendekat rumah Ibu Tole, peneliti merasakan getaran sebab jarak antara rel kereta dengan rumah sekitar enam meter.

Kedua kasus di atas, ibu rumah tangga mengalami stres karena keterbatasan dalam mengelola stimulus dari lingkungannya. Dengan adanya keterbatasan ini, Ibu Tuti dan Ibu Tole mencari cara untuk mengatur stres agar bisa menjalankan tugas ibu rumah tangga dengan optimal. Usaha mencari cara untuk mengatur stres disebut dengan *coping stress*. Menurut Lazarus (Safaria, 2009) *coping stress* merupakan upaya perubahan kognitif dan tingkah laku secara terus menerus untuk mengatasi tuntutan eksternal dan internal tertentu dinilai membebani atau melebihi sumber daya individu.

Upaya yang dilakukan oleh Ibu Tole dalam mengatasi stressor suara bising dari kereta api, yaitu dengan memilih untuk menerima keadaan lingkungan dan melakukan aktivitas di luar rumah seperti berinteraksi dengan masyarakat di sekitar rumah. Hal ini sesuai dengan wawancara yang dilakukan pada 27 Februari 2015.

*“Ya... bagaimana mau kita bilang, kita terima sajalah....mana terasa lagi, dulu iya apalagi dulu ibu tinggal yang dua jalur belum lagi rumah ibu dari tepas, tersa kali. Kalau sekarang sudah agak enak walau tetap dekat dengan kereta api.... Selesai beres-beres, kumpul-kumpul sama ibu-ibu di belakang, ibu yang tadi itu, tinggal di sebrang rel, tadi ibu panggil dia. Ini mau sholat asar dia dulu, nanti kalau sudah siap datang lagi dia itu”*

Hal yang sama dilakukan oleh Ibu Tuti dalam mengatasi stressornya. Ibu Tuti lebih memilih untuk menerima keadaan lingkungan dengan menggunakan air sumur yang tercemar. Air itu ia peroleh dari kamar mandi umum yang dipergunakan oleh 14 KK. Hal itu dibuktikan dengan hasil observasi peneliti ketika meninjau langsung kamar mandi responden dan pernyataan responden pada 12 Oktober 2014:

*“...yang kita pijak ini bawahnya sudah sungai, jadi kami enggak ada septiteng, langsung saja.....Airnya si Nurul atau kakaknya (nama anak Ibu Tuti disamarkan) ambil di sumur depan, sore-sorelah diambil untuk mandi besok...Kalau air untuk masak ini juga tapi ibu tampung dulu, jorok biar pasir-pasirnya turun kebawah.....mencuci juga pakai air ini,makanya baju orang ini cepat kali kuning warnanya”.*

Ibu Tuti dan Ibu Tole menyadari bahwa kondisi lingkungan mereka tinggal dapat mempengaruhi perannya sebagai ibu rumah tangga. Hasil penelitian Wulanyani & Sudiajeng (Putri, 2013) di Bali menyatakan bahwa pekerjaan rumah tangga merupakan salah satu dari tiga *stressor* utama pada ibu rumah tangga. Jika stimulus lebih besar dari kapasitas pengolahan maka terjadilah kelebihan beban (*overload*) yang mengakibatkan sejumlah stimuli harus diabaikan agar individu dapat memusatkan perhatiannya pada stimuli tertentu saja (Sarwono, 1995). Strategi pemilihan tingkah laku *coping* untuk memilih stimuli mana yang akan diprioritaskan atau diabaikan pada suatu waktu tertentu. Inilah yang menentukan reaksi ibu rumah tangga terhadap lingkungannya. Apabila ibu rumah tangga tidak mampu menangani maka kondisi kejiwaannya

tertekan, bosan, dan tidak berdaya. Sebaliknya apabila ibu rumah tangga berhasil menanganinya maka ibu bisa bersifat adaptif.

Dari fenomena di atas, hal inilah yang membuat peneliti tertarik untuk meneliti “*Coping Stress* Ibu Rumah yang Tinggal di Lingkungan Kumuh”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Mengapa memilih tinggal di kawasan kumuh?
2. Apa saja sumber stres lingkungan yang dihadapi oleh ibu rumah tangga?
3. Apa dampak stres lingkungan yang dialami oleh ibu rumah tangga baik secara fisik maupun psikis?
4. Bagaimanakah cara ibu rumah tangga menanggulangi situasi stres lingkungan (*coping stress*) dalam melaksanakan aktivitas ibu rumah tangga?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui alasan tinggal di kawasan lingkungan kumuh
2. Untuk mengetahui sumber stres yang dihadapi oleh ibu rumah tangga dalam melaksanakan aktivitas sebagai rumah tangga.
3. Untuk mengetahui dampak stres lingkungan yang dialami oleh ibu rumah tangga baik secara fisik maupun psikis.

4. Untuk mengetahui cara ibu rumah tangga mengatasi stres (*coping stress*) dalam melaksanakan aktivitas ibu rumah tangga.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

##### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya teori-teori psikologi perkembangan serta mendapat teori-teori baru khususnya tentang *coping stress* dan psikologi lingkungan.

##### **2. Manfaat Praktis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara praktis yaitu:

- a. Menjadi masukan kepada ibu rumah tangga yang tinggal dikawasan kumuh dalam pemilihan *coping* yang terbaik dalam menghadapi situasi stres.
- b. Menjadi pertimbangan bagi pemerintah guna merelokasi masyarakat yang tinggal di lingkungan kumuh sesuai dengan amanah UUD.