

HUBUNGAN STRES HARIAN DENGAN KUALITAS KEHIDUPAN BEKERJA PADA IBU YANG BEKERJA

Zulhasneli
Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
Pekanbaru

ABSTRAK

Tingginya partisipasi ibu dalam dunia kerja saat ini dan makin terbukanya kesempatan kerja diluar perannya sebagai ibu rumah tangga membuat ibu dituntut mampu menyeimbangkan peran sebagai ibu rumah tangga dan sebagai pekerja. Keseimbangan kedua peran ini akan berkaitan dengan pencapaian kualitas bekerja yang akan diperoleh ibu di tempat kerja. Kualitas kehidupan bekerja yang baik diharapkan mampu memotivasi dan mempertahankan kompetensi ibu sebagai pekerja sehingga dapat mencapai target organisasi atau instansi. Salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas kehidupan bekerja tersebut adalah stres harian, sehingga agar dapat mencapai kualitas kehidupan bekerja ini, ibu harus mampu mengendalikan stres-stres harian yang dialami. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk melihat hubungan stres harian dengan kualitas kehidupan bekerja pada ibu yang bekerja. Subjek penelitian berjumlah 70 ibu yang bekerja dengan menggunakan *accidental sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala kualitas kehidupan bekerja dari Cascio dan *daily stress inventory* dari Brantley dan Jones yang telah diadopsi dan dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan karakteristik subjek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara stres harian dan kualitas kehidupan bekerja. Hal ini dapat dilihat dari nilai $r = -.233$, $p = .080$ ($p \geq 0,01$). Stres harian merupakan kejadian kecil yang terjadi secara berulang setiap harinya, sehingga ketika peristiwa-peristiwa kecil itu terjadi lagi, ibu akan terbiasa mengalaminya, sehingga tidak berdampak negatif terhadap kualitas kehidupan bekerja, selain itu kondisi lingkungan juga mempengaruhi kualitas bekerja, lingkungan yang baik juga akan memberikan kenyamanan bekerja pada ibu yang juga akan berdampak pada baiknya kualitas kehidupan bekerja.

Kata Kunci : stres harian, kualitas kehidupan bekerja, ibu yang bekerja