

# **KEMATANGAN KEPERIBADIAN SEBAGAI PRASYARAT BAGI PEREMPUAN DALAM MENJALANI PERAN PUBLIK ATAU DOMESTIK**

**Kadwi Jamuati \***

## ***Abstrak***

*Kaum perempuan seringkali dihadapkan pada dua pilihan peran di dalam menjalani kehidupannya, yaitu peran domestik, peran publik, dan peran ganda domestik dan publik. Terlebih dalam situasi seperti sekarang ini, dan mungkin ke depan (pasca krisis ekonomi yang tak kunjung berakhir), adanya tuntutan terhadap peran ganda kaum perempuan sulit untuk dihindari, sehingga sering menjadi dilematis bagi perempuan untuk menjalaninya. Disatu sisi ia dituntut untuk bekerja dengan baik di tempat kerja (publik), sementara di rumah ia juga tetap mesti menjalankan tugas-tugas rumah tangga (domestik).*

*Dalam keadaan dilematis tersebut, kondisi bimbang mudah dialami oleh perempuan yang berperan ganda manakala ia dihadapkan pada keinginan untuk menunggu anaknya yang sakit di rumah, dan atau ketidak-inginannya untuk meninggalkan pekerjaan di kantor, demi profesionalisme. Adanya kebimbangan ini dapat berdampak pada pemunculan perilaku sebagai cerminan dari kurang-mampuan penyesuaian diri kaum perempuan terhadap tuntutan peran yang dijalani. Untuk itu perlu dilakukan upaya-upaya untuk mencegah dan memperbaiki kemungkinan munculnya perilaku yang tidak diinginkan, melalui pembinaan kematangan kepribadian bagi kaum perempuan.*

*Kata kunci : Kematangan kepribadian*

---

\* Kadwi Jamuati, S.Psi.,M.Pd., adalah dosen tetap fakultas Psikologi UNISBA

## 1 Pendahuluan

Peran domestik (di rumah tangga) dan atau peran publik (di luar rumah) merupakan peran yang dapat dipilih secara bebas oleh perempuan dewasa. Manakala pilihan itu telah ditetapkan, maka peran itu akan menjadi tuntutan. Keberhasilan maupun kurangberhasilan dalam menunaikan peran akan menimbulkan kepuasan atau ketidakpuasan baik bagi si pemeran sendiri maupun orang lain yang terkait dengan peran tersebut. Contohnya seorang perempuan yang berperan sebagai ibu akan dituntut untuk dapat merawat dan mendidik anak-anaknya dengan baik. Keberhasilan yang tercermin dalam bentuk prestasi akademik anaknya yang baik dan kesalehan yang ditunjukkan dalam perilaku anaknya akan menimbulkan kepuasan baik pada individunya sendiri, anaknya, suaminya bahkan lingkungan disekitarnya. Sebaliknya kurangberhasilan dalam menjalankan peran tersebut akan membuat perempuan tersebut merasa frustrasi sebagai ibu. Orang lain dalam hal ini lingkungan misalnya, dapat menilai ia sebagai ibu yang kurang cakap. Demikian juga dengan perempuan yang berkarir di sektor publik, ia akan dituntut untuk pada pada saat ia bekerja secara profesional. Pada saat tidak dapat menunjukkan tampilan kerja yang efisien dan efektif, ia mendapatkan teguran dari atasan atau dinilai sebagai wanita karir yang tidak profesional.

Bagi sebagian perempuan untuk menjalankan peran domestik atau publik saja itu tidak mudah. Terlebih-lebih bila mesti menjalankan peran secara ganda. Dalam krisis ekonomi yang tidak menguntungkan seperti saat ini banyak perempuan yang terjun ke sektor publik sebagai andalan untuk menghidupi keluarga karena kurang tersedianya lapangan kerja bagi laki-laki. Disamping ia dituntut untuk bekerja dengan baik di tempat kerja, di rumah ia tetap mesti menjalankan tugas rumahtangga. Terlebih-lebih bila pihak suami tidak mau tahu dengan kesulitan istri bekerja, tidak mau bekerjasama meringankan tugas istri di rumah, bahkan menuntut istri untuk menjalankan tugas domestik dengan baik pula. Kondisi bimbang mudah dialami perempuan berperan ganda manakala ia dihadapkan pada pilihan antara keinginan menunggu anak sakit dan

ketidakinginan meninggalkan pekerjaan di kantor karena takut mendapatkan penilaian jelek atasan.

Tulisan ini akan menyoroti pentingnya kematangan kepribadian sebagai prasyarat yang mesti dimiliki perempuan agar dapat menjalani peran publik maupun domestiknya secara seimbang.

## **2 Kematangan Kepribadian**

Kepribadian adalah sistem psikofisik yang dinamis yang menentukan kekhasan individu dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan. Ada pun aspek-aspeknya terdiri atas : aspek intelektual, dorongan, emosi dan relasi sosial. Kematangan pribadi seseorang dapat dilihat dari sejauhmana kematangan pada aspek-aspek kepribadian yang dimilikinya, yaitu :

### **(1) Kematangan Intelektual**

Kemampuan seseorang untuk berpikir secara rasional dan bertindak secara efektif dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan merupakan indikasi kematangan intelektual. Seorang perempuan yang memiliki kematangan intelektual mampu menalar dan memecahkan masalah yang dihadapinya secara rasional. Selain itu juga memiliki keterampilan-keterampilan yang dapat digunakannya untuk menyiasati kesulitan yang dihadapi dalam menyesuaikan diri entah di lingkungan keluarga, di lingkungan kerja ataupun di lingkungan masyarakat secara umum. Kematangan ini dapat ditingkatkan melalui upaya untuk terus menerus mencari dan mengembangkan pengetahuan, serta keterampilan.

### **(2) Kematangan pada aspek Dorongan**

Dorongan adalah semacam energi dalam diri yang menuntut pemuasan segera. Perempuan yang matang pada aspek ini akan mampu menanggukuhkan pemenuhan kebutuhan yang menuntut pemuasan segera. Dalam memenuhi apa yang diinginkannya ia mempertimbangkan nilai-nilai yang dianutnya dan melihat realitas yang dihadapi. Perilakunya sabar dan tidak impulsif.

(3) Kematangan Emosi

Tolok ukur dari kematangan emosi ini dapat dilihat dari sejauhmana seseorang mampu menyadari emosinya, mengendalikan reaksi-reaksi emosinya, tetap mampu memotivasi diri dalam kondisi emosi yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan, mampu memahami orang lain dan dapat menyesuaikan dirinya dengan orang lain. Perempuan yang matang secara emosi memiliki sensitifitas perasaan untuk dapat menghayati berbagai jenis perasaan sedih, senang, terharu, susah yang ada dalam dirinya. Perasaan tersebut mampu ia olah dan ia kendalikan sehingga perilaku yang ditampilkannya tidak emosional. Pada kejadian dimana ia dalam keadaan sedih karena anaknya sedang sakit atau merasa tertekan diperlakukan tidak setara dengan laki-laki oleh pihak atasan, ia masih tetap dapat mempertahankan motivasi kerjanya sehingga tidak sampai menurunkan kinerjanya. Kematangan emosi perempuan tercermin pula pada pemahamannya akan perasaan orang lain. Ia paham ketersinggungan perasaan yang menyangkut harga diri seorang laki-laki manakala dengan kedudukannya yang lebih tinggi perempuan menampilkan sikap yang dipersepsi laki-laki arogan. Perempuan tersebut meskipun merasa bahwa perlakuan laki-laki terhadap dirinya kurang pada tempatnya, ia tetap menunjukkan perilaku arif bijaksana, dengan harapan laki-laki tersebut menyadari sikapnya, mau bermitra sejajar ataupun bersaing secara sehat tanpa merasa dilecehkan oleh perempuan.

(4) Kematangan Sosial

Seseorang yang matang secara sosial dalam berperilaku lebih berorientasi pada orang lain. Perempuan yang matang secara sosial tidak menampilkan sikap egosentris yaitu sikap mengedepankan kepentingan diri. Ia akan mencari upaya untuk mensejahterakan orang lain, termasuk laki-laki dengan tetap memperhatikan terpenuhinya hak-hak dia sebagai pribadi perempuan.

### **3 Kaitan antara Kematangan Pribadi dengan Penyesuaian terhadap tuntutan Peran Publik maupun Domestik pada Perempuan**

Penyesuaian diri yang dimaksud dalam tulisan ini adalah kemampuan perempuan yang memenuhi tuntutan peran publik dan atau domestik secara lebih efektif dan memuaskan. Keberhasilan penyesuaian diri tersebut menurut Schneiders (1965) ditandai oleh hal-hal tersebut :

- (1) Tidak adanya emosi yang berlebihan. Dalam pengertian individu memiliki keseimbangan dan kendali atas emosinya.
- (2) Tidak ada mekanisme psikologis  
Mekanisme psikologis adalah upaya pertahanan diri yang muncul manakala individu tidak mampu atau gagal dalam menyesuaikan diri. Bentuknya antara lain berupa rasionalisasi yaitu mencari pembenaran masuk akal atas kegagalan; proyeksi yaitu menimpakan kesalahan kepada orang lain atas kesalahan kepada orang lain atas kesalahan yang dibuat sendiri; kompensasi yaitu upaya untuk mengatasi rasa inferior dengan cara menunjukkan superioritas. Kompensasi yang berlebihan ditampilkan dalam bentuk perilaku mentang-mentang memiliki kekuasaan, kepandaian dan keunggulan secara ekonomi, yang pada dasarnya merupakan upaya menutupi kekurangkokohan pribadi sebagai perempuan. Individu yang mampu menyesuaikan diri dapat menerima ketidakberhasilan atau kelemahan diri untuk kemudian mencari cara lain yang lebih mengena, sehingga terhindar dari penggunaan mekanisme psikologis.
- (3) Tidak ada frustrasi personal  
Frustrasi muncul makala individu merasa tidak mampu menghadapi hambatan. Perempuan berperan ganda yang mampu menyesuaikan diri tidak akan mengalami frustrasi personal manakala menghadapi hambatan karir karena hamil, misalnya karena ia dapat menyiasati peluang perkembangan karir lainnya dengan cara mengorganisasikan pikiran, perasaan, motivasi atau tindakannya secara efisien.

- (4) Adanya pertimbangan yang rasional dan pengarahan diri  
Individu yang mampu menyesuaikan diri melakukan pertimbangan-pertimbangan rasional dalam bertindak dan mampu mengarahkan diri pada upaya penyelesaian masalah.
- (5) Adanya pemanfaatan pengalaman masa lalu  
Individu yang mampu menyesuaikan diri tidak mengulangi kesalahan yang pernah dilakukannya dan mengembangkan cara-cara yang berdasarkan pengalaman menunjukkan keberhasilan.
- (6) Dimilikinya sikap realistik dan obyektif  
Sikap realistik berkaitan dengan penetapan target moderat sesuai dengan kemampuan dan keterbatasan-keterbatasan yang dimilikinya selaku perempuan dengan kodrat kewanitaannya. Adapun sikap obyektif berkenaan dengan penilaian atas sesuatu yang tidak didasarkan pada sentimen ataupun prasangka, seperti penilaian bahwa setiap atasan laki-laki melakukan tindakan diskriminasi gender terhadap perempuan.

Semakin matang kepribadian perempuan di aspek intelektual, dorongan, emosi maupun di aspek sosial maka akan semakin memudahkan perempuan tersebut dalam menyesuaikan diri terhadap tuntutan peran yang disandangnya.

Menjalani peran ganda yakni domestik sekaligus publik bukanlah hal mudah sekalipun yang menjalankannya memiliki kematangan pribadi. Terlebih-lebih bila suami, lingkungan kerja, atau masyarakat kurang memberikan iklim yang kondusif bagi pengembangan diri perempuan, seperti sikap laki-laki yang merasa takut tersaingi oleh perempuan, menganggap remeh kemampuan perempuan sehingga tidak mau memberikan kesempatan ataupun menunjukkan kesediaan untuk bekerjasama. Hanya saja dengan kematangan yang dimiliki ia akan lebih mampu untuk bersikap rasional, realistis, obyektif dan proporsional dalam mengatasi hambatan-hambatan yang muncul sehubungan dengan peran yang mesti dimainkannya.

Ketidakmatangan pribadi pada perempuan akan menyulitkan upaya pemenuhan tuntutan peran domestik ataupun publik. Tuntutan peran tersebut dapat dirasakan sebagai sumber frustrasi. Kesulitan akan dirasakan bertambah manakala ia mesti menjalankan peran ganda dimana peluang terjadinya konflik peran menjadi lebih besar. Kekurangberhasilan dalam memenuhi tuntutan peran dapat menimbulkan perasaan inferior dan tidak yakin diri bila membandingkan diri dengan perempuan lain yang berhasil, atau merasa gentar bersaing dan menyaingi kaum laki-laki dalam bentuk persaingan yang sehat. Perasaan bersalah muncul manakala anak yang mesti dididiknya dengan baik menunjukkan perilaku yang tidak diharapkan atau merasa bersalah karena tidak dapat memenuhi target pekerjaan di kantor. Bentuk perilaku cerminan dari rasa frustrasi diungkapkan manakala dirasakan bahwa pekerjaan rumah tangga itu tidak ada habisnya, dan tidak tampak hasilnya. Perasaan dependensi muncul pada perempuan yang menjalankan peran domestik dan kurang matang, dimana ia tidak mampu untuk mengambil keputusan sehubungan dengan permasalahan yang ia hadapi. Pemikiran, perasaan maupun tindakannya sangat tergantung pada suami ataupun orang lain. Kekurangmampuan dalam menghadapi tuntutan peran pada perempuan yang tidak matang dapat muncul berupa rasa marah entah pada suami, anak, pembantu atau bawahan di kantor. Iapun dapat membenci rekan kerjanya atau merasa tidak disetarakan dan diperlakukan tidak adil oleh atasannya karena ia seorang perempuan.

Dampak kekurangberhasilan dalam menyesuaikan diri terhadap tuntutan peran dapat dimunculkan dalam bentuk perilaku sebagai berikut :

(1) Perilaku simptomatik

Perilaku simptomatik adalah bentuk gangguan perilaku dimana individu mengalami sakit secara fisik yang bersumber dari adanya gangguan psikologis berupa stress. Tuntutan peran yang dirasakan sebagai sumber tekanan dapat memunculkan keluhan sakit kepala, maag, tekanan darah tinggi, asma, jantung ataupun gangguan kulit semisalnya eksim.

- (2) Perilaku sebagai cerminan dari kepribadian yang kokoh  
Pemunculannya dalam bentuk menyalahkan orang lain atau keadaan, bersikap arogan, mencari-cari pembenaran yang masuk akal atas kegagalan yang terjadi, menunjukkan perilaku yang bertentangan dengan keadaan perasaan yang sesungguhnya, menghindari tanggung jawab.
- (3) Perilaku yang menunjukkan ketidakstabilan mental  
Perilaku dalam kategori ini berkaitan dengan pemunculan keluhan fisik yang didasari gangguan secara nyata pada aspek fisik, melainkan betul-betul bersumber pada gangguan psikis. Manakala dilakukan pemeriksaan medis biasanya tidak ditemukan adanya kerusakan yang spesifik. Perwujudannya dapat berupa keluhan sering merasa letih, lesu dan lelah; sering mengeluhkan sakit namun sumber sakitnya tidak dapat ditemukan secara jelas, sehingga sering berganti-ganti dokter; jari-jari tangan terasa lumpuh sehingga tidak dapat digunakan untuk bekerja; sering pingsan di tempat kerja.

#### **4 Kesimpulan**

Kematangan pribadi merupakan prasyarat bagi perempuan untuk dapat menyesuaikan diri terhadap tuntutan peran domestik ataupun publik. Permasalahannya perempuan tidak dapat menunggu menjadi matang disegenap aspek kepribadiannya untuk mulai berkiprah. Tuntutan keadaan, sering memaksa perempuan untuk terjun langsung di sektor domestik, publik atau keduanya tanpa persiapan yang matang dan berdampak pada pemunculan perilaku sebagai cerminan dari kekuranganmampuan dalam menyesuaikan diri terhadap tuntutan peran yang mesti dimainkannya. Untuk itu perlu dilakukan upaya-upaya untuk mencegah dan memperbaiki perilaku yang tidak diinginkan tersebut.

Upaya pencegahan terhadap dampak kesulitan penyesuaian diri di area publik ataupun domestik dapat dilakukan melalui upaya internal dengan cara menyiapkan perempuan melalui pembekalan

pengetahuan dan keterampilan lewat pendidikan formal maupun non formal sesuai dengan peran yang akan dimasukinya. Memantapkan kepribadian perempuan melalui pengenalan kelebihan dan kekurangan diri dengan cara introspeksi serta kesediaan menerima masukan dari orang lain. Yang tidak kalah pentingnya adalah upaya meningkatkan kualitas keimanan perempuan agar lebih ikhlas dalam niat, sabar dalam proses memenuhi tuntutan peran, serta menerima hasilnya dengan lapang dada. Kemudian mengolah keberhasilan maupun kegagalan sebagai umpan balik guna memperbaiki dan meningkatkan diri. Adapun pemberian dukungan mental maupun kesediaan untuk bekerjasama dari suami selaku mitra sejajar perempuan dan pengubahan budaya patriarkis yang memarjinalkan dan mendiskriminasi perempuan di berbagai bidang kehidupan merupakan upaya pencegahan yang sifatnya eksternal.

Kekurangberhasilan dalam penyesuaian diri di area domestik maupun publik dapat memunculkan gangguan perilaku yang intensitasnya berbeda-beda mulai dari yang ringan sampai yang berat. Dalam kadar ringan biasanya individu tersebut menyadari bahwa dirinya memiliki masalah, namun masih mampu mencari jalan keluarnya sendiri atau mencari bantuan orang lain yang terdekat. Sementara pada gangguan penyesuaian diri yang lebih berat ia merasakan bermasalah, namun tidak tahu mengapa dan bagaimana cara menanggulangnya. Dalam kondisi demikian ia membutuhkan bantuan ahli yang dapat memberikan layanan konseling ataupun terapi.

-----

## DAFTAR PUSTAKA

- Calhoun, James F and Acocella, Joan Ross, *Psychology of Adjustment and Human Relationships.*, Mc Graw-Hill Publishing Company, New York, 1990.
- Grasha, Anthony F and Kirschenbaum, Daniel S., *Psychology of Adjustment and Competence.*, Winthrop Publishers, Inc. Cambridge, Massachusetts, 1980.
- Hall, Calvin S and Lindzey, Gardner., *Theories of Personality*, A Wiley Trans-Edition, Singapore, 1981.
- Powell, Douglas H., *Understandsing Human Adjustment.*, Little, Brown and Company, Boston Toronto, 1983.
- Schneiders, Alexander A., *Personal Adjustment and Mental Health.*, Holt Rinehart and Winston, New York, 1965.