
KEPUASAN PERNIKAHAN DENGAN DEPRESI PADA KELOMPOK WANITA MENIKAH YANG BEKERJA DAN YANG TIDAK BEKERJA

Erni Pujiastuti & Sofia Retnowati
Universitas Gadjah Mada

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepuasan pernikahan dengan depresi pada 118 wanita menikah (61 bekerja dan 57 ibu rumah tangga) yang berusia antara 20 sampai dengan 50 tahun yang tinggal di Perumahan Taman Bumyagara Bantar Gebang Bekasi. Alat ukur yang digunakan adalah Beck's Depression Inventory (BDI) dan Skala Kepuasan Pernikahan.

Hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan kepuasan pernikahan antara wanita bekerja dengan ibu rumah tangga ($t = -0,148; p > 0,05$). Demikian pula tidak ada perbedaan depresi antara wanita bekerja dengan ibu rumah tangga ($t = 1,267; p > 0,05$).

Kata Kunci : Kepuasan pernikahan, depresi, wanita bekerja, ibu rumah tangga

Abstract

The purpose of this research was to find out correlation between the marriage satisfaction with depression of 118 married women (61 working women and 57 housewife) from age 20 to 50 whom lived at Taman Bumyagara Housing, Bantargebang, Bekasi by scale measurement method—The Beck's Depression Inventory (BDI) and marriage satisfaction scale.

It was found that there was no marriage satisfaction difference between those marriage-working-women and those housewife ($t = -0,148; p > 0,05$), and also there was no depression difference between both of them ($t = 1,267; p > 0,05$).

Keywords : marriage satisfaction, depression, marriage-working-women, housewife

Hasil survei di Amerika Serikat menemukan bahwa para istri cenderung memiliki tingkat kepuasan pernikahan yang lebih rendah (56%) dibandingkan dengan para suami (60%). Istri yang tidak bekerja (ibu rumah tangga) mempunyai tingkat penyesuaian psikologis yang paling rendah, diikuti oleh para istri yang bekerja, dan yang paling tinggi tingkat penyesuaiannya adalah para suami yang bekerja (Unger dan Crawford, 1992).

Wanita, terutama para istri, banyak menghadapi masalah psikologis karena adanya berbagai perubahan yang dialami saat menikah, antara lain perubahan peran sebagai istri dan

ibu rumah tangga, bahkan juga sebagai ibu bekerja atau berperan ganda. Di satu sisi bekerja menambah beban tugas, tetapi di sisi lain bekerja dipandang sebagai sarana untuk melepaskan diri dari tekanan dalam rumah tangga, untuk pengembangan diri dan aktualisasi diri, serta menambah pendapatan keluarga.

Penelitian yang dilakukan oleh Long (1984) terhadap 571 orang wanita di Chicago, Amerika Serikat menemukan bahwa para istri pada tipe pernikahan konvensional menjadi lebih submisif dan konservatif. Mereka lebih tergantung pada pasangannya dalam hal

finansial serta emosional, sehingga lebih banyak mengalami gangguan mental, neurosis, dan muncul simtom-simtom depresi. Kelompok istri yang bekerja ternyata memperlihatkan tingkat kepuasan pernikahan yang lebih tinggi, meskipun tingkat stres yang dialami juga tinggi. Long juga menyebutkan bahwa tingkat pendidikan dan hubungan sosial memiliki pengaruh yang cukup signifikan terhadap tingkat kepuasan individu.

Penelitian Shenoy (Pentonjee, 1992) terhadap 135 orang wanita di India juga memperoleh hasil yang serupa, yaitu *marital stress* ternyata lebih menonjol atau tinggi pada ibu rumah tangga dibandingkan dengan wanita yang bekerja. Berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya, penelitian yang dilakukan oleh Khanna terhadap 406 orang wanita menemukan bahwa wanita bekerja lebih banyak mengalami kecemasan dan depresi. Jadi masih terdapat kontroversi seputar pengaruh status pekerjaan terhadap kepuasan pernikahan ataupun depresi.

Kepuasan pernikahan merupakan sebetulnya persepsi terhadap kehidupan pernikahan seseorang yang diukur dari besar kecilnya kesenangan yang dirasakan dalam jangka waktu tertentu (Roach dkk., 1981). Hawkins (Olson dan Hamilton, 1983) berpendapat bahwa kepuasan pernikahan merupakan perasaan subjektif yang dirasakan pasangan suami istri, berkaitan dengan aspek-aspek yang ada dalam suatu pernikahan, seperti rasa bahagia, puas, serta pengalaman-pengalaman yang menyenangkan bersama pasangannya yang bersifat individual.

Secara umum, Chappel dan Leigh (1983) menyebut kepuasan pernikahan sebagai evaluasi subjektif terhadap kualitas pernikahan secara keseluruhan. Apabila seseorang merasa puas terhadap pernikahan yang telah dijalani, maka ia beranggapan bahwa harapan, keinginan dan tujuan yang ingin dicapai pada saat ia menikah telah terpenuhi, baik sebagian ataupun seluruhnya.

Ia merasa hidupnya lebih berarti dan lebih lengkap dibandingkan dengan sebelum menikah.

Irama kehidupan yang semakin cepat membuat kehidupan keluarga menjadi penuh dengan tekanan dan persaingan, sehingga banyak yang kemudian mengalami keterasingan dari ikatan-ikatan yang semestinya dapat memberikan kehangatan, karena masing-masing hanya memperturutkan ego dan dominasi kepentingan pribadi. Kehidupan keluarga pun menjadi terasa kering dan hambar, sehingga keluarga menjadi rentan terhadap berbagai masalah dan konflik yang muncul.

Wright (1993) menemukan bahwa pernikahan yang tidak bahagia dan banyak mengalami konflik merupakan penyebab serius terjadinya depresi. Roy (Johnson dan Jacob, 2000) menyebutkan bahwa lebih dari 50% penderita depresi melaporkan masalah-masalah pernikahan. Hasil penelitian Coney (1984) juga mengungkapkan bahwa depresi berkaitan erat dengan adanya kekacauan pernikahan, yang ditandai dengan adanya ketergantungan yang berlebihan, hambatan dalam berkomunikasi, menarik diri, perasaan benci dan amarah yang meluap, friksi atau perselisihan, serta berbagai perasaan negatif yang kuat.

Gove, dkk. (dalam Goldsmith, 1988) mengungkapkan bahwa salah satu faktor penentu kesehatan mental seseorang adalah kualitas afeksi terhadap pernikahannya, atau dengan kata lain adanya kepuasan pernikahan. Bila seseorang merasa puas dan bahagia akan pernikahan yang dijalani, maka dapat berpengaruh pada cara pandangannya terhadap diri, lingkungan, maupun masa depannya, juga terhadap kesehatan mental dan fisik.

Bernard (dalam Abbott, 1992) menyebutkan bahwa wanita yang telah menikah memiliki kesehatan mental yang lebih rendah dan dilaporkan mengalami kecemasan, fobia, serta depresi jika dibandingkan dengan

pria. Ia menjelaskan adanya tiga perubahan besar dalam kehidupan wanita yang telah menikah, yang dikenal sebagai *The Shock Theory of Marriage*, yaitu:

1. Perubahan yang menimbulkan dependensi pada wanita.

Setelah menikah biasanya seorang wanita akan kehilangan sebagian identitas pribadinya serta lebih mengutamakan mengikuti suaminya. Hal ini menimbulkan ketergantungan pada suami, yang pada tingkat tertentu dapat mengakibatkan berkurangnya kemampuan kontrol diri serta rasa percaya dirinya, sehingga lebih mudah mengalami rasa cemas, panik, frustrasi, stres, maupun depresi.

2. Perubahan yang mempengaruhi harga diri.

Wanita yang telah menikah menyadari bahwa norma masyarakat lebih menganggap istri sebagai pendamping suami semata, sehingga cenderung mengalah, mengikuti dan menyesuaikan diri dengan pola perilaku dan kebiasaan suami. Pergaulan dan kontak sosial mereka juga menjadi lebih terbatas dibanding sebelum menikah. Hal ini turut mempengaruhi pula pada harga diri mereka.

3. Perubahan peran sebagai ibu rumah tangga.

Seorang istri yang tidak bekerja dapat menjadi frustrasi akibat perannya sebagai ibu rumah tangga. Pada umumnya pekerjaan mengurus rumah tangga adalah pekerjaan tanpa upah, terus-menerus tiada hentinya serta melelahkan. Tidak jarang rutinitas yang ada menimbulkan kejenuhan dan rasa kesepian, terlebih lagi karena lingkup sosial yang terbatas. Akibatnya ia menjadi makin tergantung pada suami untuk mendapat dukungan finansial, emosional, dan perhatian,

termasuk teman bertukar pikiran. Apabila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, dapat membawa pada kondisi depresi.

Pada kenyataannya, ibu rumah tangga menempati porsi terbesar dalam kelompok masyarakat yang mengalami depresi, dengan menunjukkan angka yang tinggi pada simtom-simtom disfungsi mental seperti kecemasan, paranoia, dan fobia (Abbott, 1992). Penelitian Steil dan Turetsky (dalam Unger dan Crawford, 1992) menemukan bahwa ibu rumah tangga memiliki penyesuaian psikologis yang paling rendah dibanding ibu yang bekerja, dan suami yang bekerja memiliki tingkat kepuasan tertinggi. Gove (dalam Abbott, 1992) mendukung pendapat tersebut, dengan alasan bahwa peran wanita di dalam rumah tangga terkadang kurang jelas dan sangat kompleks, sehingga ambiguitas yang timbul dapat menyebabkan kecemasan, sulit mengambil keputusan, ketergantungan pada suami serta harga diri yang rendah.

Wanita atau istri yang bekerja pada umumnya merasa lebih bahagia dan puas terhadap pernikahannya, karena ia dapat melepaskan diri dari ketergantungan yang berlebihan pada suami, mampu berprestasi sendiri (meski mungkin lebih kecil jumlahnya), sehingga ia lebih bebas mengambil keputusan, serta memiliki lingkup pergaulan yang lebih luas dan bervariasi. Selain itu ia merasa lebih berarti dan memiliki harga diri yang lebih tinggi (Abbott, 1992).

Goldsmith (1988) menjelaskan bahwa pada umumnya istri yang bekerja secara fisik lebih sehat dan memiliki tingkat depresi yang lebih rendah. Kondisi kesehatan psikologis serta harga diri yang lebih baik dibanding ibu rumah tangga. Penelitian Varuch, dkk. (dalam Goldsmith, 1988) mengungkapkan bahwa status pekerjaan (yang bekerja dan tidak bekerja) turut mempengaruhi hubungan antara kekacauan atau ketidakpuasan pernikahan dengan depresi. Ibu rumah tangga dilaporkan

memiliki tingkat depresi serta tekanan darah yang lebih tinggi daripada istri yang bekerja.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara kepuasan pernikahan dengan depresi pada kelompok wanita menikah yang bekerja dan wanita menikah yang tidak bekerja, serta ingin mengetahui juga ada tidaknya perbedaan tingkat kepuasan pernikahan dan depresi pada kedua kelompok subjek.

Metode Penelitian

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 118 orang, yang terdiri dari dua kelompok, yaitu kelompok subjek yang bekerja (N = 61) dan kelompok subjek yang tidak bekerja atau ibu rumah tangga (N = 57).

Karakteristik subjek adalah sebagai berikut:

1. Wanita.
2. Berusia antara 20-50 tahun.
3. Pendidikan terakhir minimal SMU atau yang sederajat.
4. Telah menikah selama minimal satu tahun.
5. Memiliki tidak lebih dari enam orang anak.

Subjek yang hadir saat pengambilan data dan sesuai dengan kriteria yang digunakan sebagai subjek penelitian.

Metode yang digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini adalah metode pengisian skala, yaitu Skala Depresi Beck dan Skala Kepuasan Pernikahan.

1. The Beck's Depression Inventory (BDI)

Skala ini disusun oleh Aaron T. Beck berdasarkan observasi dan catatannya mengenai sikap dan simtom pasien depresi selama proses psikoterapi. BDI merupakan alat ukur depresi yang dikerjakan sendiri oleh pasien atau subjek penelitian (*self report*), yang mengungkap 21 simtom depresi sesuai dengan banyaknya butir. Contoh aitem yang mengungkap simtom pesimistis adalah: *Saya merasa optimis mengenai masa depan saya.*

2. Skala Kepuasan Pernikahan (SKP)

Skala ini disusun berdasar aspek-aspek kepuasan pernikahan yang dikemukakan oleh Clayton (Budiman, 1999), yaitu: *Marriage Sociability*, adalah kemampuan suami istri dalam bergaul dengan orang lain atau lingkungan sosialnya. *Marriage Companionship*, yaitu persahabatan dalam pernikahan antara suami dengan istri, termasuk komunikasi dan menikmati kebersamaan. *Economic Affair*, yaitu segala masalah ekonomi dalam rumah tangga. *Marriage Power*, yakni kelekatan antara suami istri, termasuk ketertarikan serta ekspresi penghargaan satu sama lain. *Extra Family Relationship*, hubungan dengan keluarga di luar keluarga inti. *Ideological Congruence*, yaitu kesamaan tujuan dan pandangan hidup suami istri. *Marriage Intimacy*, adalah keintiman dan ekspresi kasih sayang antara suami istri. *Interaction Tactics*, adalah cara pasangan berinteraksi serta menyelesaikan konflik dalam rumah tangga, termasuk kerja sama dan penyatuan perbedaan.

Skala Kepuasan Pernikahan ini berupa skala Likert. Nilai total keseluruhan akan menunjukkan skor kepuasan pernikahan subjek. Nilai total yang tinggi menunjukkan bahwa subjek merasa puas terhadap pernikahannya, sedangkan nilai yang rendah berarti subjek tidak puas akan pernikahannya.

Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah teknik korelasi parsial, untuk melihat hubungan antara kepuasan pernikahan dengan depresi dengan mengendalikan variabel serta usia pernikahan, sedangkan uji t digunakan untuk mengetahui perbedaan tingkat kepuasan pernikahan dan depresi antara kelompok wanita menikah yang bekerja dan yang tidak bekerja, dengan menggunakan program SPSS.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil analisis data deskriptif berdasarkan variabel serta seluruh data yang terkumpul dapat dilihat sebagai berikut:

antara usia pernikahan dengan depresi menunjukkan adanya hubungan yang linier, jadi linieritasnya terpenuhi.

Tabel 1. Statistik Deskriptif

Variabel	N	Mean	SD	Min.	Max.
Kepuasan pernikahan	118	42,7627	5,4076	25	48
Depresi	118	10,8983	8,2766	0	43
Usia pernikahan	118	7,8220	6,2315	1	30

Kategorisasi skor Skala Kepuasan Pernikahan dalam penelitian ini didasarkan atas rumus Azwar (1995) untuk lima kategori, yaitu: sangat rendah adalah yang skornya kurang dari $M - 1,5 SD$; rendah, skornya di antara $M - 1,5 SD$ sampai dengan $M - 0,5 SD$; nilai sedang, skornya antara $M - 0,5 SD$ sampai dengan $M + 0,5 SD$; nilai tinggi, skornya antara $M + 0,5 SD$ sampai $M + 1,5 SD$; sedangkan nilai sangat tinggi adalah di atas $M + 1,5 SD$. Skala Kepuasan Pernikahan ini terdiri dari 16 butir aitem yang masing-masing memiliki skor 1, 2, dan 3, sehingga kisaran nilai yang mungkin diperoleh adalah 16 - 48. Besarnya rerata atau mean hipotetik adalah $(16 + 48) : 2 = 32$. Standar hipotetiknya adalah $(48 - 16) : 6 = 5,333$.

Pada penelitian ini uji hipotesis hubungan disyaratkan adanya uji asumsi yang terdiri dari uji asumsi normalitas dan uji asumsi linieritas. Hasil uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov Test pada Skala Kepuasan Pernikahan menunjukkan penyebaran skor tidak mengikuti distribusi normal, sedangkan untuk BDI mengikuti distribusi normal. Uji linieritas yang dilakukan menunjukkan bahwa antara kepuasan pernikahan dengan depresi tidak terdapat hubungan yang linier. Sedangkan uji linieritas

Hasil analisis uji hipotesis penelitian berdasarkan data-data yang diperoleh adalah sebagai berikut:

- Analisis yang dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi parsial menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepuasan pernikahan dengan depresi, dengan mengendalikan faktor usia pernikahan diperoleh $R = -0,4473$; $p < 0,01$. Semakin tinggi tingkat kepuasan pernikahan subjek, maka makin rendah tingkat depresi yang dialami, demikian pula sebaliknya. Sumbangan kepuasan pernikahan terhadap depresi adalah sebesar $R^2 = 0,20$ atau sebesar 20 %.
- Hasil analisis dengan menggunakan *t-test* menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kepuasan pernikahan antara kelompok wanita menikah yang bekerja dan kelompok wanita menikah yang tidak bekerja, dengan nilai sebesar $t = -0,148$; $p > 0,05$.
- Tidak ada pula perbedaan tingkat depresi antara kelompok wanita menikah yang bekerja dengan kelompok yang tidak bekerja, dengan nilai t sebesar 1,267; $p > 0,05$.

Hasil analisis uji hipotesis tersebut di atas menunjukkan bahwa terdapat hubungan

negatif yang sangat signifikan antara kepuasan pernikahan dengan depresi ($R = -0,447$; $p < 0,01$) yang berarti bahwa hipotesis pertama dapat diterima. Semakin tinggi kepuasan pernikahan yang dirasakan subjek, maka kecenderungan untuk mengalami depresi akan semakin rendah. Sebaliknya makin rendah kepuasan pernikahan akan semakin tinggi depresi yang diderita.

Subjek dalam penelitian ini memiliki kepuasan pernikahan yang sangat tinggi, dengan rerata empirik sebesar 42,76. Kategori sangat tinggi ini mempunyai batas nilai antara 40 – 48. Untuk tingkat depresi, subjek termasuk ke dalam kategori depresi ringan, dengan rerata sebesar 10,90. Batas nilai untuk kategori depresi ringan adalah 10 – 15.

Kategori kepuasan pernikahan yang sangat tinggi berarti subjek merasa puas dan bahagia dengan pernikahan maupun rumah tangga yang dijalannya. Pernikahan tersebut dianggap mampu memberikan perasaan tenang, aman, dan membuat subjek merasa lebih berarti, lengkap, serta lebih optimis menghadapi masa depannya.

Akumulasi nilai subjek pada masing-masing aitem menunjukkan bahwa baik kelompok subjek yang bekerja maupun yang tidak bekerja, aspek yang menonjol adalah *marriage power*, yaitu kelekatan antara suami istri yang meliputi sikap terhadap pernikahan dan konsekuensinya, saling ketertarikan, saling menghargai, serta pembagian peran dalam pernikahan. Apabila antara suami dan istri memiliki pembagian peran atau kekuasaan yang jelas serta masih ada ketertarikan dan ekspresi penghargaan pada pasangannya, maka mereka akan saling menerima dan mau bertanggung jawab pada tugasnya masing-masing, sehingga mampu menepis godaan atau cobaan yang menerpa rumah tangganya. Kejelasan peran tersebut menyebabkan wanita yang tidak bekerja menerima dengan penuh keikhlasan perannya sebagai ibu rumah tangga, dan bagi yang bekerja hal ini berarti

bahwa suami mereka memberikan dukungan untuk bekerja dengan menerima segala konsekuensinya.

Hubungan interpersonal yang baik dengan suami menyebabkan subjek merasa dihargai dan dicintai dengan tulus, yang selanjutnya berdampak pada peningkatan harga diri subjek pula. Individu yang memiliki harga diri tinggi pada umumnya lebih efektif dalam mengatasi masalah yang timbul. Harga diri merupakan salah satu faktor yang turut mempengaruhi tingkat depresi (Achmad, 1988; Barnett, dkk., dalam Goldsmith, 1988).

Kepuasan pernikahan subjek yang sangat tinggi antara lain disebabkan faktor-faktor sebagai berikut:

- a. Tingkat pendidikan subjek, yaitu minimal SMU atau yang sederajat. Latar belakang pendidikan ikut mempengaruhi pola pikir serta memperluas wawasan dan cara pandang subjek, baik dari sudut pandang pribadi maupun sudut pandang yang lain secara lebih positif, sehingga mampu mengatasi dan mencari solusi dari berbagai permasalahan yang dihadapi (Long, 1984; Unger & Crawford, 1992; Fatmah, 1998; Budiman, 1999).
- b. Jumlah anak, yaitu sebagian besar subjek merupakan keluarga kecil (jumlah anak rata-rata adalah 2), sehingga kemungkinan munculnya permasalahan dan stress dalam proses pemeliharaan dan pendidikan anak lebih kecil apabila dibandingkan dengan yang memiliki anak lebih banyak (Blood & Wolfe, 1960; Long, 1984).
- c. Usia pernikahan subjek, dalam penelitian ini memiliki rerata 7,8 tahun, dengan usia pernikahan terbanyak adalah 1 – 5 tahun (46%). Menurut Duvall (Long, 1984), pernikahan tersebut berada pada tahap I (*beginning family*) sampai tahap III (*pre-school child*) di mana tingkat kepuasan pernikahan berada pada puncaknya.

Kepuasan pernikahan memberikan pengaruh terhadap tingkat depresi subjek

dengan sumbangan sebesar 20%, hal ini berarti bahwa pernikahan yang bahagia dan harmonis ikut berperan dalam meredam depresi yang mungkin timbul akibat berbagai masalah yang dihadapi subjek. Hal ini berarti pula bahwa 80 % dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, di antaranya yaitu:

- a. Pola pikir. Seseorang yang berpikir positif akan cenderung dapat menyesuaikan diri dengan lebih baik, sehingga tingkat kesehatan mentalnya pun menjadi lebih baik, sebaliknya mereka yang berpikir negatif akan memandang segala sesuatu secara negatif serta pesimis sehingga lebih mudah mengalami mal adaptasi serta terganggu kesehatan mentalnya (Retnowati, 1990; Semiarti, 1996).
- b. Harga diri. Seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi umumnya lebih efektif dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi serta dapat mengambil keputusan dengan akurat, sehingga dapat mempengaruhi kecenderungan depresi (Achmad, 1988).
- c. Motivasi berprestasi. Individu dengan motivasi yang rendah pada umumnya selalu dipenuhi dengan ketakutan akan kegagalan, pesimis terhadap masa depannya, serta kurang mempunyai keinginan untuk mencapai sukses. Perasaan takut gagal dan pesimis tersebut dapat menyebabkan gangguan emosi, seperti depresi (Prabandari, 1989).
- d. Latar belakang pendidikan. Pendidikan yang memadai dapat memperluas wawasan berpikir dan pengetahuan individu, serta lebih mampu untuk mencari solusi yang tepat bagi segala masalah yang dihadapi, sehingga tidak sampai menimbulkan gangguan bagi kesehatan mentalnya (Wright, 1993; Culbertson, 1997).
- e. Tingkat sosial-ekonomi. Kesulitan ekonomi atau kemiskinan dapat menyebabkan timbulnya berbagai masalah serta tekanan-tekanan hidup, sehingga

dapat mengganggu kesehatan mental, seperti stress, cemas, dan depresi (Koblinsky, dkk., 1997).

- f. Tipe kepribadian. Seseorang yang memiliki tipe kepribadian *introvert* pada umumnya lebih sering mengalami depresi dibanding mereka yang berkepribadian *ekstrovert* (Hawari dalam Kasih, 1992; Hotard, 1998).
- g. Tingkat religiusitas. Seseorang yang memiliki tingkat religiusitas tinggi maka akan menginternalisasi ajaran dan nilai-nilai yang ada dalam agamanya untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, yang selanjutnya berdampak pada peningkatan kesehatan mentalnya (Kasih, 1992; Schumaker, 1992; Haryanto, 1993).

Hipotesis kedua yang menyatakan tentang adanya perbedaan kepuasan pernikahan dan tingkat depresi antara kelompok wanita menikah yang bekerja dan tidak bekerja, ternyata ditolak. Dari hasil analisis dapat diketahui adanya perbedaan sebesar $t = -0,148$; $p > 0,05$ untuk kepuasan pernikahan, dan $t = 1,267$; $p > 0,05$ untuk depresi. Hal ini berarti bahwa status pekerjaan yaitu bekerja atau tidak bekerja, tidak mempengaruhi kepuasan pernikahan maupun tingkat depresi subjek. Hasil tersebut mungkin terjadi karena dari lembar identitas subjek penelitian ini, antara kelompok subjek yang bekerja maupun yang tidak bekerja terdapat kesamaan dalam hal:

- a. Latar belakang pendidikan, yaitu SMU atau yang sederajat, yang berarti bahwa subjek telah mengenyam pendidikan yang memungkinkannya memiliki kemampuan untuk beradaptasi dan mengatasi masalah hidupnya secara lebih baik.
- b. Jumlah anak yang sedikit, yang menyebabkan tingkat tekanan dalam merawat dan mendidik anak tidak terlalu tinggi.

- c. Usia subjek dengan rerata 33 tahun yang merupakan usia produktif, yang menyebabkan banyak aktivitas pribadi maupun sosial yang dapat dilakukan, sehingga kesepian dan kejenuhan dalam pernikahan dapat dihindari.
- d. Usia pernikahan subjek yang terbanyak (76%) adalah 1 - 10 tahun, merupakan rentang waktu yang belum cukup lama untuk suatu pernikahan yang diharapkan berlaku seumur hidup, sehingga kemungkinan mengalami konflik dan tekanan hidup, serta kejenuhan masih relatif kecil, baik jenuh dengan pekerjaan ataupun pekerjaan rumah tangga.

Faktor lain yang mungkin dapat menyebabkan tidak adanya perbedaan antara kedua kelompok subjek adalah adanya dukungan dan hubungan yang baik dengan suami, anak-anak, mertua, atau ipar, sehingga subjek yang tidak bekerja tetap merasa lebih berarti, dicintai dan dibutuhkan oleh keluarganya, sehingga tidak terlalu mempengaruhi harga diri dan kebahagiaan subjek. Pada subjek yang bekerja, stress yang mungkin timbul dari pekerjaannya dapat dikompensasikan melalui interaksi dengan suami dan anak-anaknya, yang mendukung ia untuk tetap bekerja, dan sebaliknya stress dan masalah di dalam rumah tangga, dapat tertutupi dengan kesuksesan dan interaksi sosial yang diperoleh di tempat kerjanya.

Faktor berikutnya yang turut mempengaruhi tidak adanya perbedaan kepuasan pernikahan dan depresi subjek adalah tingkat sosial ekonomi. Berdasar pengamatan penulis, kedua kelompok subjek memiliki tingkat ekonomi menengah ke atas. Bagi kelompok yang bekerja, mencari penghasilan bukan lagi motivasi utama, melainkan lebih sekadar demi mendapatkan kepuasan personal dan aktualisasi diri (Hoffman, 1975), sedangkan bagi kelompok yang tidak bekerja, keterjaminan untuk dapat hidup secara layak

sudah cukup mampu memunculkan kebahagiaan (Koblinsky, 1997).

Faktor budaya juga memiliki peran yang tidak kecil pada tidak adanya perbedaan kepuasan tersebut. Tradisi dan norma sebagian masyarakat di Indonesia sebagian besar menempatkan wanita sebagai istri yang berbakti, *nrimo*, dan menurut pada suami sebagai sebuah kemuliaan, sehingga subjek pun menerima peran tersebut secara positif. Hal ini juga tidak lepas dari kesepakatan awal antara suami istri mengenai kejelasan pembagian peran dalam rumah tangga.

Penelitian ini tidak terlepas dari berbagai kekurangan serta kelemahan, seperti adanya *social desirability*, yaitu kecenderungan subjek untuk memberi jawaban yang terbaik menurut norma, sehingga ada kemungkinan jawaban subjek tidak sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan, bahwa:

- a. Ada hubungan negatif yang signifikan antara kepuasan pernikahan dengan depresi. Semakin tinggi kepuasan yang dirasakan terhadap pernikahannya, maka semakin rendah tingkat depresi yang mungkin dialami. Sebaliknya, apabila kepuasan pernikahannya makin rendah, maka tingkat depresi yang dialami cenderung semakin tinggi. Jadi hipotesis pertama diterima.
- b. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok wanita menikah yang bekerja dengan kelompok yang tidak bekerja mengenai kepuasan pernikahan dan depresinya. Hal ini berarti hipotesis kedua ditolak.

Daftar Pustaka

- Abbott, M.R. 1992. *Masculine and Feminine*, 2nd edition. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Achmad, S. 1988. Hubungan Antara Perilaku asertif, Sress, dan Self-Esteem Dengan Depresi Pada Mahasiswa Baru Akademi Kesejahteraan Sosial "AKK" Yogyakarta. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Budiman, A.S.A. 1999. Hubungan Antara Berpikir Positif Dengan Kepuasan Pernikahan. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Coyne, J.C. 1984. Strategic Therapy with Depressed Married Persons and Initial Agenda, Themes, and Intervention. *Journal of Marital and Family Therapy*. Vol. 10, No. 1, 53-56.
- Fatmah, S.N. 1998. Kesadaran Akan Gender dan Kepuasan Pernikahan Pada Suami Istri Dalam Rumah Tangga Pekerja Ganda. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Goldsmith, E.B. 1988. Theory, Work, and Family: Research and Applications. California: Select Press.
- Haryanto. 1993. Hubungan Antara Depresi Dengan Religiusitas Pada Mahasiswa Muslim. *Laporan Penelitian (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Johnson, S.L. and Jacob, T. 2000. Sequential Interaction in the Marital Communication of Depressed Men and Women. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. Vol. 68, No. 1, 4-12.
- Kasih, P.F. 1992. Hubungan Antara Religiusitas Dengan Depresi Pada Remaja Berjilbab dan Remaja Tidak Berjilbab di Beberapa SLTA di Yogyakarta. *Ringkasan Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Koblinsky, M., Timyan, J., and Gay, J. 1997. *Kesehatan Wanita: Sebuah Perspektif Global (terjemahan)*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Long, S.J. 1984. *Adult Life: Development Processes*, 2nd. California: Mayfields Publishing Company.
- Olson, D.H. and Hamilton, L.M. 1983. *Families: What Make Them Work*. Beverly Hills: Sage Publication.
- Patonjee, D.M. 1992. *Stress and Coping: The Indian Experience*. New Delhi: Sage Publication.
- Roach, A.J., Frasier, L.P., and Bowten. 1981. The Marital Scale. *Journal of The Family*. No. 42, 537-545.
- Schumaker, J.F. 1992. *Religion and Mental Health*. New York: Oxford University Press.
- Semiarti, D.E. 1989. Hubungan Antara Berpikir Positif Dengan Depresi. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Unger, R. and Crawford, M. 1992. *Women and Gender: A Feminist Psychology*. New York: McGraw-Hills, Inc.
- Wright, H.N. 1993. *Pertanyaan-pertanyaan Pribadi yang Sering Diajukan Para Wanita (terjemahan Freddy Tjahjono)*. Solo: BADARA Publication.