

**DINAMIKA PSIKOLOGIS PADA MAHASISWI
YANG MENGALAMI *DOUBLE BURDEN***



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS DAKWAH
UIN. PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Riyadhhoturrohmah
NIM : 2017101197
Jenjang : S.1
Fakultas : Dakwah
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Judul Skripsi : “Dinamika Psikologis pada Mahasiswi yang Mengalami *Double Burden*”

Menyatakan bahwa Naskah Skripsi yang berjudul “**Dinamika Psikologis pada Mahasiswi yang Mengalami *Double Burden***” secara keseluruhan merupakan hasil penelitian atau karya saya sendiri terkecuali pada bagian yang dikutip dan bukan karya saya dalam penelitian ini diberi tanda sitasi serta ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya ini tidak benar maka saya bersedia untuk menerima sanksi akademik.

Purwokerto, 11 Oktober 2024

Saya yang menyatakan



Riyadhhoturrohmah
2017101197



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553, www.uinsaizu.ac.id

PENGESAHAN

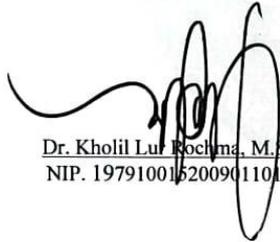
Skripsi Berjudul

**DINAMIKA PSIKOLOGIS PADA MAHASISWI YANG MENGALAMI
DOUBLE BURDEN**

Yang disusun oleh Riyahdoturrohmah NIM. 2017101197 Program Studi **Bimbingan dan Konseling Islam** Jurusan **Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Islam** Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri, telah diujikan pada hari **Rabu** tanggal **16 Oktober 2024** dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar **Sarjana Sosial (S.Sos)** dalam **Bimbingan dan Konseling Islam** oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Sekretaris Sidang/Penguji II



Dr. Kholil Lur Rochana, M.Si.
NIP. 19791001152009011013



Rindha Widyaningsih, S. Fil, M.A.
NIP. 198412262020122004

Penguji Utama



Dr. Nawawi, M. Hum.
NIP. 197105081998031003

Mengesahkan,
Purwokerto, 21 Oktober 2024
Wakil Dekan I,



Dr. Ahmad Muttaqin, M.Si.
NIP. 197911152008011018

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Dakwah

UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

di - Purwokerto

Assalamu 'alaikum Wr. Wb

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi, maka melalui surat ini saya sampaikan bahwa:

Nama : Riyadhoturrohmah

NIM : 2017101197

Jenjang : S-1

Fakultas : Dakwah

Jurusan : Bimbingan Konseling Islam

Judul : “Dinamika Psikologis pada Mahasiwi yang Mengalami *Doble Burden*”

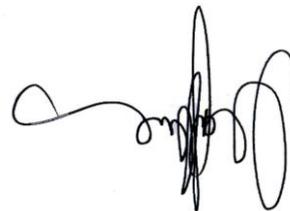
Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos).

Demikian, atas perhatian Bapak, saya mengucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Purwokerto, 11 Oktober 2024

Pembimbing



Dr. Kholil Lur Rochman, M.S.I

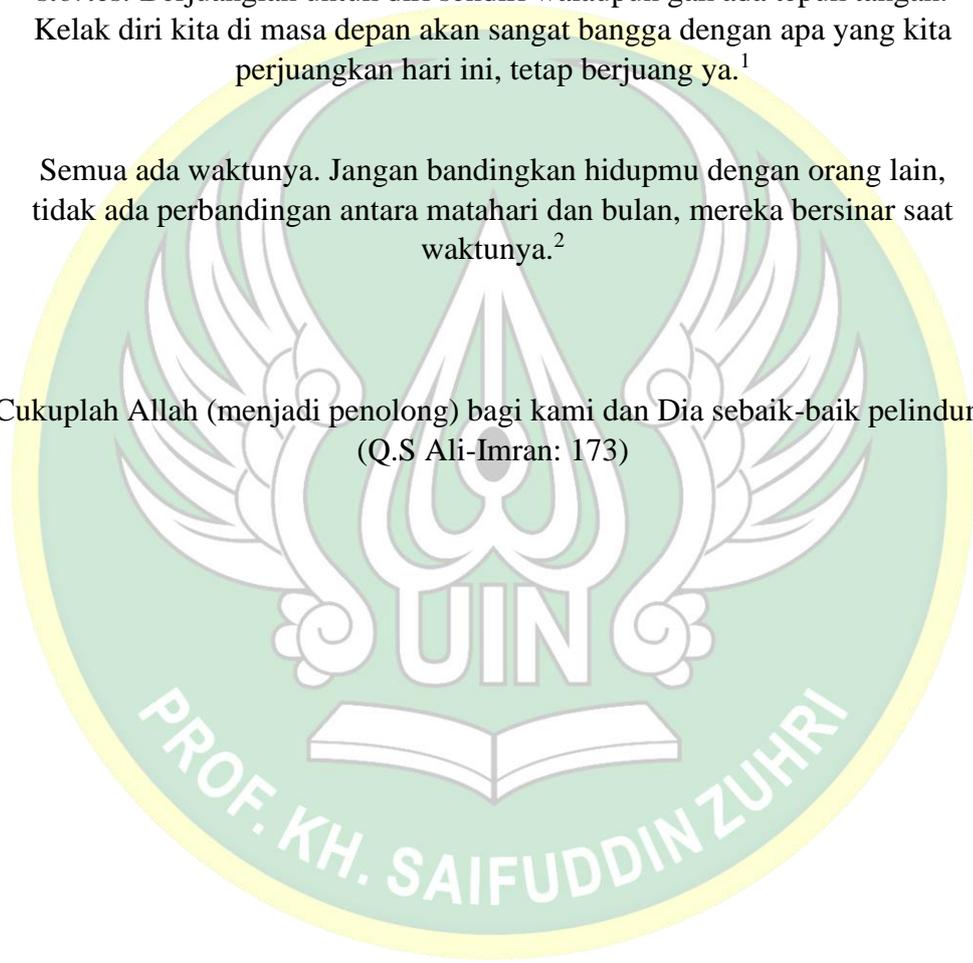
NIP. 1979100152009011013

MOTO

"*Only you can change your life, nobody else do it for you*" Orang lain gak akan faham struggle dan masa sulitnya kita yang mereka ingin tau hanya bagian *success stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun gak ada tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini, tetap berjuang ya.¹

Semua ada waktunya. Jangan bandingkan hidupmu dengan orang lain, tidak ada perbandingan antara matahari dan bulan, mereka bersinar saat waktunya.²

"Cukuplah Allah (menjadi penolong) bagi kami dan Dia sebaik-baik pelindung."
(Q.S Ali-Imran: 173)



¹ Riyadhoturrohmah, Psikologi Perempuan Double Burden pada Mahasiswa Menikah di Purwokerto. (skripsi, fakultas dakwah, UIN SAIZU, 2024)

² B.J. Habibie

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis yang berjudul “Psikologi Perempuan *Double Burden* pada Mahasiswa Menikah di Purwokerto”. Karya tulis ini penulis persembahkan kepada :

1. Orang tua yang sangat berjasa yang mengasuh serta mencintai saya dengan tulus Bapak Sodikin, Ibu Siti Q Kedua orang tua yang dengan keikhlasannya berjuang membesarkan setiap proses saya dalam mencari ilmu, menjadi rumah untuk pulang ketika anaknya lelah dalam petualangan, dan tidak pernah menyerah memberikan senyum bahagia dengan setiap pencapaian anak-anaknya. Semoga dengan karya ini dapat menjadi buah hasil bapak ibu yang telah mengupayakan pendidikan putrinya.
2. Kedua kakak laki-laki saya Zaenur Ngulum dan Zaenal Arifin serta kaka ipar saya Oktavia Nur Khumairoh. Dua keponakan saya Ashfa Hasnal Mahiroh dan Maira Rumana Maulida.
3. Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto sebagai tempat yang menerima saya apa adanya dengan banyak memberikan kesempatan agar dapat menimba ilmu sebagai jembatan masa depan yang baik
4. Seluruh mahasiswa yang sedang sama-sama memperjuangkan masa depan yang baik dan bahagia. Semangat selalu, amanah tidak pernah salah dalam memilih pundak.
5. Terakhir, terima kasih pada diri sendiri , Riyadhoturrohman yang selalu siap menghadapi apapun dalam hidup sendiri . Telah berusaha kuat bagaimanapun takdirnya, berusaha selalu husnudzon pada tiap-tiap hadiah Allah yang menguras air mata. Terima kasih sudah menyelesaikan apa yang kamu ambil dengan maksimal, tetap percaya bahwa untuk dapat sampai disini adalah bukan diri yang hebat namun doa orang-orang tercinta yang sangat kuat.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum wr,wb

Alhamdulillah, segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan nikmat dan karunianya serta kemudahan telah diberikan olehNya, sehingga dengan kemampuan dan kekurangan penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul “DINAMIKA PSIKOLOGIS PADA MAHASISWI YANG MENGALAMI *DOUBLE BURDEN* ”. Sholawat serta salam senantiasa kita limpahkan kepada Nabi Agung Muhammad SAW serta para sahabatnya yang telah memberikan tauladan yang baik sehingga akal dan fikiran peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat, serta kelak mendapatkan ilmu yang bermanfaat bagi pembacanya. Dalam penyusunan dan penelitian skripsi ini tak lepas dari do'a, bantuan dan bimbingan berbagai pihak yang membantu, dalam menyelesaikan penyusunan skripsi. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag. Rektor UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Prof. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag. Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Nur Azizah, S.Sos, M.Si. Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
4. Lutfi Faishol, M.Pd. Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Dr. Kholil Lul Rochman, S.Ag. MSI., Dosen Pembimbing Skripsi, yang sudah memberikan ilmu, motivasi, bimbingan serta waktunya dalam membantu proses penulis menyusun dan menyelesaikan skripsi.
6. Bapak, Ibu dosen dan staff Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang telah memberikan pelayanan terbaik kepada mahasiswa.
7. Untuk kedua orangtua saya tercinta dan tersayang, Bapak Sodikin dan Ibu Siti Qoyimah yang selalu memberikan do'a, kasih sayang, semangat serta dukungan moril dan meteril semenjak saya kecil hingga putri kecilku menyanggah gelar sarjana, skripsi ini adalah salah satu bukti bentuk bakti putri

kecilmu terhadap kedua orangtua yang sangat saya sayangi. Semoga selalu diberkahi dan diberikan kesehatan.

8. Kepada cinta kasih saudara kandung saya Zaenur Ngulum, Zaenal Arifin dan saudari ipar saya Oktavia Nur Khumaira serta dua keponakan lucu saya Ashfa Hasnal Mahiroh dan Maira Rumana Maulida, yang selalu memberikan dorongan dan motivasi hingga bisa ke tahap ini. Semoga selalu diberkahi dan diberikan kesehatan.
9. Teman-teman kuliah angkatan 2020, khususnya BKIE yang sudah menerima apa adanya penulis selama memulai di dunia perkuliahan, terima kasih sudah kebersamaan. Semoga sampai pada tujuan masing-masing.
10. Kepada subjek dan informan dalam penelitian ini yang sudah bersedia bekerja sama dengan penulis, terima kasih atas kesempatannya untuk menjadi bagian penting dalam penelitian ini.
11. Kepada seluruh pihak yang terlibat secara langsung maupun tidak langsung, yang membantu dalam penelitian ini dan yang turut melangitkan doa hingga yang turut memberikan dukungan dalam bahasa cinta apapun.

Jazaakumullaah khairan katsiran

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengajak pembaca agar bersedia memberikan kritik dan saran yang dapat membangun dalam penyempurnaan kualitas penulis di kemudian hari. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis maupun pembaca.

Purwokerto, 10 Oktober 2024

Penulis,



Rivadhoturrohmah

2017101197

DINAMIKA PSIKOLOGIS PADA MAHASISWI YANG MENGALAMI *DOUBLE BURDEN*

Riyadhoturrohmah

2017101197

E-mail: riyadohrohmah@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

ABSTRAK

Pernikahan yang terjadi pada pasangan muda yang masih berada di bangku kuliah tentunya menjadikan mereka memiliki *double burden* (peran ganda). Peran ganda atau *Double burden* yaitu dua peran atau lebih yang dilakukan dalam waktu yang bersamaan yang mencangkup sebagai istri bagi suaminya, ibu bagi anak-anaknya, dan peran sebagai perempuan yang menjalankan aktivitas di luar rumah seperti bekerja, berkuliah dan sebagainya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana dinamika psikologi pada mahasiswi mengalami *Double Burden* dan upaya manajemen diri dalam menghadapi *Double Burden*.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan fenomenologis. Dalam pengumpulan data penulis menggunakan metode observasi, wawancara dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini adalah 3 mahsiswi UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Sedangkan objek dalam penelitian ini adalah dinamika psikologis yang ada pada mahasiswi yang mengalami *double burden*. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan reduksi data, penyajian, dan penarikan kesimpulan. Teknik keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan subjek pendukung.

Hasil dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa Dinamika Psikologis yang terjadi pada mahasiswi yang mengalami *Double Burden* atau peran ganda disini yaitu, adanya aspek Kognitif dan Emosi yang menyertai mereka. terdapat pengambilan keputusan yang diambil bersama, perasaan bahagia, marah, sedih, takut yang juga meliputi peran mereka sebagai istri maupun sebagai mahasiswi. terdapat upaya manajemen diri untuk menghadapi *Double Burden* dalam penelitian ini yaitu, suami dan istri dapat menerapkan berbagai strategi membuat jadwal yang jelas, menetapkan prioritas, dan memanfaatkan teknologi untuk meningkatkan efisiensi. Penting bagi para mahasiswi yang sudah menikah untuk berpikir positif dan menciptakan suasana hati yang tenang. Mereka juga perlu untuk menciptakan lingkungan yang mendukung ketenangan seperti mengatur waktu untuk ber istirahat dan bersantai.

Kata Kunci: *Dinamika psikologis, Double burden, Mahasiswi Menikah.*

**PSYCHOLOGICAL DYNAMICS IN FEMALE STUDENTS WHO
EXPERIENCE DOUBLE BURDEN**

Riyadhoturrohmah

2017101197

E-mail: riyadohrohmah@gmail.com

Islamic Guidance and Counseling Study

ABSTRACT

Marriages that occur to young couples who are still in college certainly make them have a double burden (double role). Double burden is two or more roles that are carried out at the same time which include being a wife for her husband, a mother for her children, and a role as a woman who carries out activities outside the home such as working, studying and so on. This study aims to find out how the psychological dynamics in female students experience Double Burden and self-management efforts in dealing with Double Burden.

This study uses a qualitative research method with a type of descriptive research with a phenomenological approach. In collecting data, the author uses observation, interview, and documentation methods. The subjects in this study are 3 students of UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Meanwhile, the object in this study is the psychological dynamics that exist in female students who experience double burden. The data analysis technique in this study uses data reduction, presentation, and conclusion drawn. The data validity technique in this study uses supporting subjects.

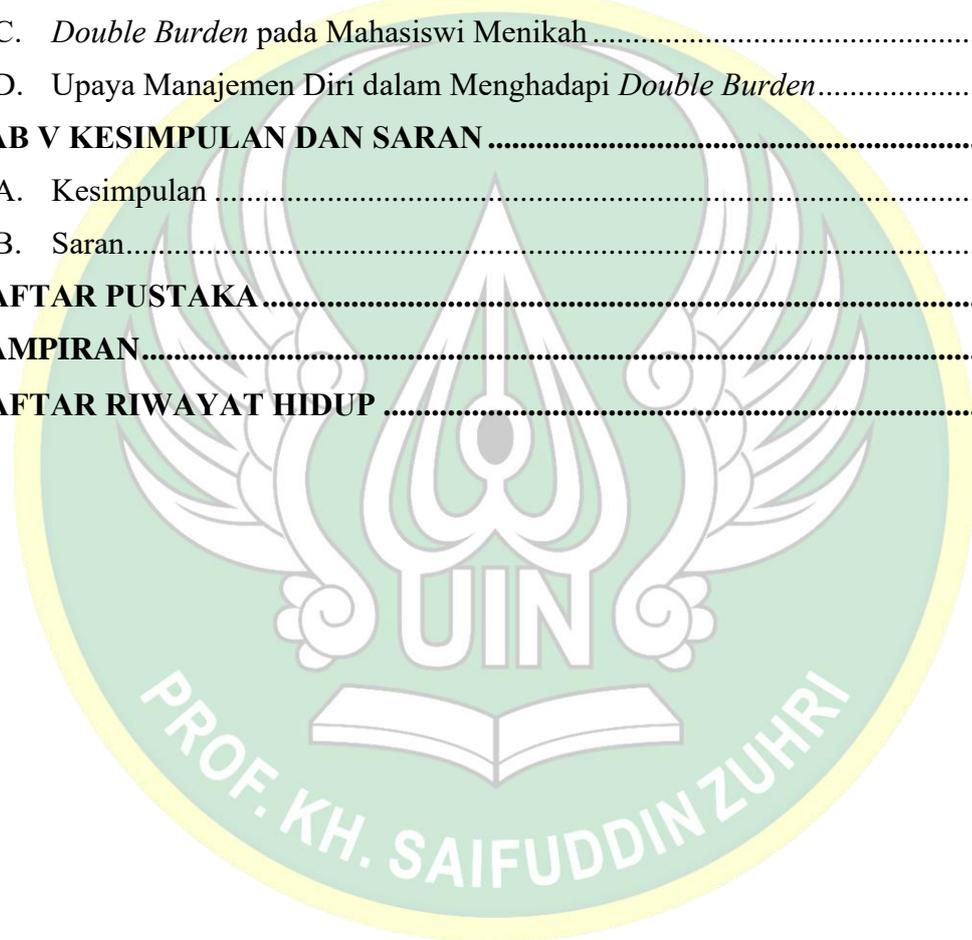
The results in this study can be concluded that the Psychological Dynamics that occur in female students who experience Double Burden or double roles here, namely, the existence of cognitive and emotional aspects that accompany them. There are decisions taken together, feelings of happiness, anger, sadness, fear which also include their roles as wives and students. There are self-management efforts to deal with Double Burden in this study, namely, husbands and wives can apply various strategies to make clear schedules, set priorities, and utilize technology to increase efficiency. It is important for married female students to think positively and create a calm mood. They also work to create an environment that supports tranquility such as arranging time to rest and relax.

Keywords: *Psychological dynamics, Double burden, Married Female Students.*

DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------|
| SKRIPSI | i |
| PERNYATAAN KEASLIAN | i |
| PENGESAHAN | ii |
| NOTA DINAS PEMBIMBING | iii |
| MOTO | iv |
| PERSEMBAHAN | v |
| KATA PENGANTAR | vi |
| ABSTRAK | viii |
| ABSTRACK | ix |
| DAFTAR ISI | x |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Penegasan Istilah..... | 5 |
| C. Rumusan Masalah..... | 6 |
| D. Tujuan Penelitian..... | 6 |
| E. Manfaat Penelitian..... | 6 |
| F. Kajian Pustaka..... | 7 |
| G. Sistematika Penulisan..... | 11 |
| BAB II LANDASAN TEORI | 12 |
| A. Dinamika Psikologi..... | 12 |
| B. Aspek-Aspek Psikologis..... | 13 |
| C. Pengertian <i>Double Burden</i> | 19 |
| D. Konflik Peran Ganda..... | 25 |
| E. Manajemen Diri..... | 27 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 32 |
| A. Jenis dan Pendekatan Penelitian..... | 32 |
| B. Lokasi dan Waktu Penelitian..... | 33 |
| C. Subjek dan Objek Penelitian..... | 34 |
| D. Data dan Sumber Data..... | 35 |

| | |
|---|-----------|
| E. Teknik Pengumpulan Data..... | 35 |
| F. Teknik Analisis Data..... | 37 |
| G. Teknik Keabsahan Data | 38 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... | 39 |
| A. Deskripsi Data Informan | 39 |
| B. Dinamika Psikologis | 43 |
| C. <i>Double Burden</i> pada Mahasiswi Menikah | 50 |
| D. Upaya Manajemen Diri dalam Menghadapi <i>Double Burden</i> | 54 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | 59 |
| A. Kesimpulan | 59 |
| B. Saran..... | 59 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 61 |
| LAMPIRAN..... | 66 |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP | 70 |



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut data yang dipublikasikan BKKBN pada tahun 2000 hingga 2010, Indonesia berada pada peringkat ke-37, dengan lebih dari 56,2% perempuan Indonesia menikah pada usia 20 hingga 24 tahun, sehingga tingkat keberhasilan pernikahan dini cukup tinggi sehingga menjadikannya sebagai negara yang paling banyak melakukan pernikahan dini negara tertinggi kedua di ASEAN (BKKBN, 2010).³ Berdasarkan data yang dikeluarkan Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2022, 33,76% generasi muda di Indonesia diperkirakan menikah pertama kali pada usia 19 hingga 21 tahun. Dan 27,07% generasi muda di negara ini mencapai usia pernikahan pertama antara usia 22 dan 24 tahun. Berikutnya adalah generasi muda yang pertama kali menikah pada usia 16 hingga 18 tahun, yaitu sebesar 19,24%. Dilihat dari jenis kelamin remaja laki-laki dan perempuan, tentu terdapat perbedaan usia kawin pertama, laki-laki lebih tua dibandingkan perempuan pada usia kawin pertama. Secara rinci, 35,21% remaja putra berusia antara 22 hingga 24 tahun pada pernikahan pertama. Sebanyak 30,52% laki-laki muda mendaftarkan usia pernikahan pertama mereka antara 25 dan 30 tahun. Sementara itu, 37,27% remaja putri mencapai usia kawin pertama pada usia 19 hingga 21 tahun. Saat itu, 26,48% remaja putri berusia 16 hingga 18 tahun sedang menikah pertama kali.⁴



Gambar 1 : Mayoritas Menikah Muda Pemuda di Indonesia

³ Dosi Juliawati, and Hardianti Marsela. Studi Kasus Terhadap Mahasiswa yang Menikah saat Menempuh Masa Kuliah, *Jurnal Tarbawi*, Vol. 13, No. 02, Juli - Desember 2017

⁴ Yuli Nurhasinah, "Mayoritas Pemuda Indonesia Menikah Muda" <https://indonesiabaik.id/infografis/mayoritas-pemuda-di-indonesia-menikah-muda> (diakses pada 10 juni 2024, pukul 15.50).

Selain itu BPS juga mencatat pada 2022-2023 angka pernikahan di Indonesia terus mengalami penurunan.⁵ Berdasarkan laporan statistik Indonesia 2023, angka penurunan paling drastis terjadi selama tiga tahun terakhir dari 2020-2022, bahkan angkanya menurun sebanyak 2,02 juta, yang artinya dari tahun 2021 hingga 2023 angka pernikahan kian menyusut. Turunnya pernikahan pada 2021 angka pernikahan turun 50.499 pernikahan dibanding tahun sebelumnya. Kemudian pada tahun 2022 mengalami penurunan kembali di angka 36.701 dibanding tahun sebelumnya. Angka pernikahan terendah di provinsi Papua Selatan yakni 871 pernikahan. Kemudian disusul provinsi Papua Tengah sebesar 896 pernikahan, dan pada provinsi Papua Barat yaitu 1.113 pernikahan. Sedangkan angka pernikahan tercatat tinggi terjadi di provinsi Jawa Barat yakni 317.715 pernikahan, kemudian Jawa Timur sebanyak 285.715 pernikahan, dan Jawa Tengah sebanyak 256.144 pernikahan. Pernikahan ini tidak hanya dilakukan oleh kalangan dengan taraf ekonomi dan tingkat pendidikan rendah, namun telah merambah hingga ke lingkungan akademisi, yang notabenehnya dilakukan oleh mahasiswa.⁶



Gambar 2 : Grafik Angka Pernikahan di Indonesia

Menikah saat masih kuliah sudah menjadi hal umum. Mahasiswa yang menikah di masa studi akan mengalami perubahan besar, karena mereka harus

⁵ Indira Setia Ningtias, Faktor yang Mempengaruhi Penurunan Angka Pernikahan di Indonesia, *Jurnal Registratie* 4 (2), November 2022: 87-98

⁶ Kompas data, "Tren Menikah Turun (angka pernikahan Indonesia 2016-2023)". <https://data.kompas.id/data-detail/kompas-statistic/65f11a29c4e9d38f008cafcc> (diakses pada 10 Juli 2024, pukul 16.09)

membagi waktu antara belajar dan mengurus pekerjaan, serta menjalani dua kehidupan, pribadi dan akademik. Perubahan yang dialami sebelum dan sesudah menikah dapat berdampak signifikan pada efektivitas belajar, dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Perubahan ini dapat memengaruhi konsentrasi, aktivitas, motivasi belajar, dan keberhasilan akademis mereka.⁷

Pernikahan adalah hal yang sangat penting untuk membangun hubungan yang harmonis dan mendapatkan ridho Allah SWT, serta menciptakan keluarga yang sejahtera dan bahagia. Kehidupan sejahtera, baik secara fisik maupun emosional, adalah impian setiap keluarga dan menjadi prioritas utama. Sementara itu, Munandar menambahkan bahwa pernikahan juga merupakan elemen penting dalam kehidupan berbangsa, yang bertujuan untuk mencapai kebahagiaan, cinta, kasih sayang, kepuasan, dan kesejahteraan.⁸ Selain itu, perkawinan juga diatur dalam undang-undang pemerintah dalam Pasal 1 Undang-undang 1 Tahun 1974 yang menyatakan bahwa perkawinan adalah suatu ikatan batin dan lahiriah antara seorang laki-laki dan seorang perempuan sebagai suami istri dengan tujuan untuk mencapai suatu hubungan yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.⁹ Pengertian pernikahan dalam pengertian syariat dapat kita lihat yang dijelaskan oleh Syekh Zakariya Al-Ansari dalam kitab Fathul Wahab berikut ini:

كتاب النكاح. هُوَ لُغَةً الصَّمُّ وَالْوَطْءُ وَشَرْعًا عَقْدٌ يَتَّصِمُنُ بِإِبَاحَةِ وَطْءٍ بِلَفْظِ إِتْكَاحٍ أَوْ نَحْوِهِ

Artinya, “Kitab Nikah. Nikah secara bahasa bermakna ‘berkumpul’ atau ‘bersetubuh’, dan secara syara’ bermakna akad yang menyimpan makna diperbolehkannya bersetubuh dengan menggunakan lafadz nikah atau sejenisnya.”¹⁰

Pada pengertian di atas menjelaskan definisi pernikahan dalam syariat Islam. Secara bahasa, "nikah" berarti 'berkumpul' atau 'bersetubuh'. Sementara itu, dalam pengertian syariat, "nikah" adalah akad yang sah dan legal, yang memberikan

⁷ Jurna. P.R, Zidni. I.N, and Hamda. S. Pengaruh Tanggungjawab Rumah Tangga Mahasiswa Menikah Terhadap Prestasi Akademik (Studi Kasus Pada Sekolah Tinggi Agama Islam MA Bayang). *Jurnal UINIB* Vol. XXII Nomor 2, November 2021 |

⁸ Galuhpritta Anisaningtyas and Yulianti Dwi Astuti. Pernikahan di Kalangan Mahasiswa S-1. *Jurnal Psikolog Proyeksi*, Vol. 6 (2) 2011, 21-33

⁹ Anonim, “Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan dan Kompilasi Hukum Islam “, (Bandung: Citra Umbara, 2017), hlm. 2.

¹⁰ Al-Anshari Zakaria Syekh, Fathul Wahab, Darul Fikr, 1994, juz II, hal. 38

izin untuk melakukan hubungan seksual dengan pasangan melalui lafadz nikah atau istilah sejenis. Jadi, nikah adalah perjanjian resmi yang diatur dalam hukum Islam, yang memungkinkan hubungan fisik antara suami dan istri.

Terjadinya pernikahan yang dialami pasangan muda yang masih berada di bangku kuliah tentunya menjadikan mereka memiliki *double burden* (peran ganda). Peran ganda atau *Double burden* yaitu dua peran atau lebih yang dilakukan dalam waktu yang bersamaan yang mencakup sebagai istri bagi suaminya, ibu bagi anak-anaknya, dan peran sebagai perempuan yang menjalankan aktivitas di luar rumah seperti bekerja, berkuliah dan sebagainya. Peran ganda ini dilakukan bersamaan dengan peran tradisional kaum perempuan sebagai istri dan ibu dalam keluarga, seperti menjadi pasangan suami dalam membina rumah tangga, memenuhi kebutuhan rumah tangga, serta mendidik, mengasuh, dan membesarkan anak-anak.¹¹

Fenomena pernikahan di kalangan mahasiswa juga terjadi di UIN Imam Bonjol Padang. Dalam sebuah jurnal oleh Susilawati dan Try Bunga Firma, mereka menunjukkan realitas kehidupan setelah menikah yang rentan terhadap konflik. Ketika seseorang mengambil peran baru, ada banyak konsekuensi yang harus dihadapi karena sulit untuk menjalankan beberapa peran secara bersamaan. Kondisi ini dikenal sebagai konflik peran ganda. Bagi mahasiswa yang sudah menikah, masalah utama biasanya adalah kesulitan dalam menyeimbangkan waktu antara belajar dan urusan rumah tangga. Menurut Laksmi, beberapa mahasiswa memutuskan menikah karena perbedaan latar belakang. Seperti motivasi internal yaitu keinginan menghindari zina, merasa umur sudah cukup untuk menikah, hasrat dan kebutuhan seksual, ikatan kontrak dan perasaan cocok satu sama lain sehingga membutuhkan pasangan. Sebagai penyemangat kuliah agar lulus tepat waktu. Selain motivasi intrinsik ada juga motivasi ekstrinsik yang muncul dari orang lain, keluarga, keadaan seseorang dan juga lingkungan masyarakat.¹²

¹¹ Suhertina, Darni. Fenomena *Double Burden* perempuan Pemulung Muslim dalam Pengelolaan Ekonomi Keluarga. *Jurnal perempuan, Agama dan gender* Vol. 17, No. 2, 2018, Hal. 179-190

¹² Susilawati, Bunga T. Marginalisasi perempuan dalam pernikahan di kalangan mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Imam Bonjol Padang. *Jurnal Studi Islam, Gender, dan Anak*. Vol. 18 No. 1 Juni 2023

UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto merupakan salah satu universitas yang tidak luput dari fenomena ini. dari total 13.753¹³ mahasiswa aktif di UIN SAIZU diantaranya terdapat beberapa mahasiswi yang sudah menikah dan memiliki tanggung jawab keluarga. Setelah melakukan observasi awal yang telah dilakukan pada tanggal 16 juni 2023 pada mahasiswi UIN SAIZU yang ber inisial LL (23) dan NH (22) yang telah menikah dan masih aktif menjalankan perkuliahan.¹⁴ Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apa saja faktor dan hambatan mahasiswi menikah pada saat studi, dan bagaimana upaya mereka mengatasi *double burden* yang dialami mahasiswi menikah. Dengan ini penulis melakukan penelitian skripsi yang berjudul “Dinamika Psikologis pada Mahasiswi yang Mengalami *Double Burden*”.

B. Penegasan Istilah

1. Psikologi

Secara harfiah, istilah psikologi berasal dari kata "*psyche*," yang berarti jiwa, dan "*logos*," yang berarti ilmu. Dalam mitologi Yunani, *Psyche* adalah seorang gadis cantik dengan sayap seperti kupu-kupu, yang menggambarkan jiwa sebagai sesuatu yang indah dan abadi. Dengan demikian, psikologi bisa diartikan sebagai "ilmu tentang jiwa" dan sering disingkat menjadi "ilmu jiwa." Secara umum, psikologi dipahami sebagai ilmu yang mempelajari fenomena jiwa manusia yang normal, dewasa, dan berbudaya.¹⁵

2. *Double Burden*

Double Burden atau biasa disebut peran ganda memiliki definisi arti sebagai berikut. *Double* (ganda) yang artinya dobel atau lebih dari satu. Sedangkan peran yang artinya pemain. Jadi secara menyeluruh, beban ganda atau peran ganda

¹³ Dimas Satria Banyumas, “Jumlah Mahasiswa dan Tenaga Pendidik Program Studi Negeri dan Swasta Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Banyumas”, <https://dimassatria.banyumaskab.go.id/gerbangdata/statictable/28/pendidikan/517/perguruan-tinggi-jumlah-mahasiswa-dan-tenaga-pendidik-dan-program-studi-negeri-dan-swasta-di-bawah-kementerian-pendidikan-kebudayaan-riset-dan-teknologi-di-kabupaten-banyumas-semester-ganjil-20222023>. (diakses pada 10 juni 2024, pukul 17.59).

¹⁴ Hasil Observasi Pendahuluan terhadap LL, NH, dan AK pada hari Minggu, 16 juni 2024.

¹⁵ Iswati, Kuliayatun, Psikologi Agama, (Lampung: Agree Media, 2019), hlm. 1

disini adalah seorang yang menjalankan atau melakukan dua peran sekaligus.¹⁶ Ada juga yang berpendapat bahwa *double burden* atau beban ganda, merujuk pada tanggung jawab kerja yang lebih banyak dan lebih berat dibandingkan dengan jenis kelamin lainnya.¹⁷ yang dimaksud disini adalah beban seorang mahasiswi yang sudah menikah terhadap perkuliahan dan rumah tangganya.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini akan mengangkat beberapa rumusan masalah diantaranya yaitu:

1. Bagaimana dinamika psikologis pada mahasiswi mengalami *double burden*?
2. Bagaimana upaya manajemen diri dalam menghadapi *double burden* ?

D. Tujuan Penelitian

Bedasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah :

1. Melakukan analisis dinamika psikologi pada mahasiswi mengalami *Double Burden*.
2. Untuk mengetahui apa saja upaya manajemen diri dalam menghadapi *Double Burden*.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian “Dinamika Psikologis pada Mahasiswi yang mengalami *Doible Burden*” Adalah sebagai berikut :

1. Manfaat teoristis
 - a. Secara teoristis penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan baru mengenai dinaika psikologis mahasiswi menjalankan *double burden*.
 - b. Sebagai bahan referensi pengembangan ilmu pengetahuan dan wawasan
2. Manfaat praktis
 - a. Penelitian ini diharapkan menambah wacana informasi baru bagi pengembangan keilmuan terutama di jurusan Bimbingan Konseling Islam.
 - b. Sebagai bahan yang dapat dijadikan rujukan, bahan referensi, dan sumber

¹⁶ Depdikbud., Kamus Besar bahasa Indonesia., (cetakan 1, edisi 4).,(jakarta : Gramedia Pustaka Utama, 2008), hlm. 372.

¹⁷ Fakih Mansor, “Analisis Gender dan Transformasi Sosial” (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1987), hlm. 21-22.

informasi bagi peneliti selanjutnya agar bisa lebih dikembangkan oleh peneliti selanjutnya.

- c. Bagi mahasiswa, sebagai bahan pertimbangan mahasiswi yang ingin melangsungkan pernikahan dan juga mahasiswi yang sudah menikah di masa studi, agar menyiapkan segala sesuatu yang berhubungan fisik, psikis, ekonomi, dan lain sebagainya.

F. Kajian Pustaka

Bedasarkan penelitian terdahulu, terdapat penelitian mengenai *Double Burden* maupun peran ganda baik dalam skripsi maupun jurnal. Beberapa penelitian yang sama dengan penelitian ini adalah sebagai berikut.

Pertama, dalam penelitian skripsi yang diangkat oleh Rohimatun Inayah mahasiswa UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tahun 2023 yang berjudul “Beban Ganda Perempuan Pengusaha Batik di Desa Bentasari Berperspektif Gender” (Studi Kasus Desa Bentasari Kecamatan Salem Kabupaten Brebes). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui beban ganda perempuan di kota Bentasari. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian lapangan (*Field Research*). Pembahasan pada penelitian ini yaitu tentang banyaknya perempuan yang bekerja sebagai pembatik di desa bentasari yang mana mereka memilih usaha yang diminati sekaligus di kuasai dan juga dapat menyesuaikan waktu. Selain itu, sebelum memulai usaha mereka para istri juga melakukan musyawarah dengan suaminya.¹⁸ Penelitian yang dilakukan oleh rohimatun inayah dengan peneliti memiliki persamaan yaitu *double burden* perempuan. Perbedaan penelitian terdapat pada lokasi dan subjek. Pada penelitian diatas lokasi didesa bentasari dengan subjek para ibu rumah tangga. Sedangkan pada penelitian ini, lokasi penelitian di UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto dengan subjek mahasiswi.

Kedua, dalam penelitian skripsi yang dilakukan oleh Ajeng Restania Putri mahasiswa UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tahun 2023 dengan

¹⁸ Inayan Rohimatun, “Beban Ganda Perempuan Pengusaha Batik di Desa Bentasari Berperspektif Gender” (Studi Kasus Desa Bentasari Kecamatan Salem Kabupaten Brebes).” *Dimuat dalam skripsi* (purwokerto: Fakultas Syariah Universitas Islam Negri Prof. K.H Saifuddin Zuhri, 2023) hlm, 53-54

judul "Peran Ganda Perempuan (Studi Kasus Dosen Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto)". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana perempuan menjalankan dua peran secara bersamaan, yaitu sebagai ibu rumah tangga dan wanita karir, meliputi motivasi, faktor pendukung dan dampak dari melakukan peran ganda tersebut. Selain hal tersebut, penelitian ini juga membahas berbagai implikasi dan hambatan serta cara mengatasi hambatan tersebut.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedua hal tersebut bukanlah suatu pilihan, karena menjadi wanita karir dan ibu rumah tangga harus dilakukan secara bersamaan. Memiliki karir merupakan suatu prestasi yang diidam-idamkan dan merupakan tanggung jawab yang besar kepada orang tua yang menyekolahkaninya.¹⁹ Persamaan penelitian pada skripsi tersebut terletak pada objek pembahasan yaitu *double burden* atau peran ganda. Perbedaan penelitian pada skripsi tersebut terletak pada subjek. Pada penelitian diatas subjek penelitian merupakan dosen Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, sedangkan subjek pada penelitian ini merupakan mahasiswi UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang telah menikah.

Ketiga, dalam jurnal penelitian yang dilakukan oleh Susilawati dan Try Bunga Firma mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang pada tahun 2023 dengan judul "Marginalisasi perempuan dalam pernikahan di kalangan mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Imam Bonjol Padang". Tujuan penelitian tersebut untuk menganalisis fenomena pernikahan dikalangan mahasiswi, Fokus penelitian ini adalah mempertimbangkan peran ganda (*Double Burden*) dan kesenjangan gender di kalangan mahasiswi Universitas Islam Negeri (UIN) Imam Bonjol Padang. Pendekatan penelitian ini menggunakan bias gender dan feminisme.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif yang melibatkan beberapa informan kunci. Hasil penelitian menunjukkan secara simultan peran dan tanggung jawab mahasiswi yang sudah

¹⁹ Putri restiani Ajeng dengan judul "Peran Ganda Perempuan (Studi Kasus Dosen Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto)", dimuat dalam skripsi. (purwokerto: Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H Saifuddin Zuhri, 2023), hlm, 11.

menikah, dampak negatif yang dirasakan peneliti yaitu meninggalkan perkuliahan karena kurang tujuan dan ketidaksiapan dalam kehidupan rumah tangga, penggunaan waktu yang tidak tepat, ketidaksiapan mental dan tentunya faktor ekonomi yang diderita perempuan sendiri akibat partisipasinya dalam pemenuhan kebutuhannya sendiri, kenyataan tersebut dapat memicu munculnya konflik dan marginalisasi perempuan.²⁰ Persamaan penelitiannya terletak pada pokok bahasannya yaitu *Double Burden* atau peran ganda mahasiswa yang sudah menikah, yang membedakan penelitian adalah akses dan lokasi. Kajian di atas menggunakan bias gender dan feminisme Imam Bonjol Padang. Sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus yang bertempat di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Keempat, dalam jurnal penelitian yang dilakukan oleh Salsabiilaa K.B.D, Lu'lu N, dan Bambang H mahasiswa Universitas Jendral Soedirman pada tahun 2023 yang berjudul "Faktor yang Mempengaruhi Persepsi Remaja Terhadap Pernikahan Dini di Kecamatan Bogor Selatan Kota Bogor". Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi remaja terhadap pernikahan dini pada siswa SMA di Kecamatan Bogor Selatan Kota Bogor. Metode penelitian kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini, dengan menggunakan metode observasional analitis, yaitu mencari hubungan antar variabel.

Metode penelitian menggunakan analisis univariat, bivariat dan multivariat. Berdasarkan hasil analisis, faktor usia, jenis kelamin, lingkungan keluarga dan budaya tidak berhubungan dengan persepsi remaja terhadap pernikahan dini. Faktanya, teman sebaya mempunyai pengaruh paling besar terhadap persepsi pernikahan dini. Oleh karena itu harus dilakukan upaya untuk meningkatkan partisipasi aktif dan mengembangkan kegiatan baik di dalam kelas maupun dalam pembelajaran teman sebaya, dan tentunya dalam pendidikan pernikahan dini.²¹

²⁰ Susilawati, Firma Bunga T. Marginalisasi perempuan dalam pernikahan di kalangan mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Imam Bonjol Padang. *Jurnal Studi Islam, Gender, dan Anak*. Vol. 18 No. 1 Juni 2023

²¹ Salsabiilaa Krisnya Bunga Dwipayana. Faktot yang Mempengaruhi Persepsi Remaja Terhadap Pernikahan Dini di Kecamatan Bogor Selatan Kota Bogor. *Jurnal Keluarga Berencana* Vo.8 No.1 (2023) 48-58

Persamaan penelitian terletak pada topik pembahasan yaitu tentang pernikahan dikalangan remaja. Perbedaan penelitian terletak pada subjek dan lokasi penelitian. Subjek penelitian diatas merupakan siswa SMA di kecamatan bogor selatan, kota bogor. Sedangkan pada penelitian ini merupakan mahasiswi di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Kelima, dalam penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Fikri Hakim mahasiswa IAIN Ponorogo pada tahun 2023, pada skripsinya yang berjudul "Peran Ganda Suami dan Istri dalam Pernikahan di Kalangan Mahasiswa Starta-1 (Studi Kasus di IAIN Ponorogo dan Universitas Muhammadiyah Ponorogo)" tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis dari berbagai faktor diantaranya ditinjau dari psikologi keluarga islam terhadap fenomena peran ganda istri dalam pernikahan di kalangan mahasiswa starta-1 di IAIN Ponorogo dan Uiversitas Muhammadiyah Ponorogo, serta, bagaimana menyelesaikan konflik peran ganda dalam pernikahan dikalangan mahasiswa di IAIN Ponorogo dan UNMUH Ponorogo.

Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu pendekatan deskriptif kualitatif, yangn mana dilakukan dengan melalui observasi, wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, serta instrumen wawancara. Hasil penelitian ditemukan bahwa pada fenomena peran ganda istri yang ditinjau dengan psikologi keluarga islam sebagai istri yang menjalankan peran ganda, terdapat penyelesaian konflik peran ganda suami dan istri dalam pernikahan, karena konflik peran ganda pernikahan tidak bisa dihindari apabila kedua pasangan tersebut memiliki dua peran yang berbeda dan mereka harus mampu mengondisikan serta menyesuaikan keadaan dan waktu ketika di dunia pekerjaan, rumah tangga, maupun perkuliahan.²² Persamaan penelitian terletak pada topik pembahasan yaitu mengenai peran ganda pernikahan dikalangan mahasiswi yang berada di IAIN Ponorogo dan UNMUH Ponorogo. Perbedaan penelitian terletak pada subjek dan lokasi penelitian. Subjek penelitian diatas merupakan mahasiswi IAIN Ponorogo dan Universitas

²² HAKIM, MUHAMMAD FIKRI. *Peran Ganda Suami Dan Istri Dalam Pernikahan Di Kalangan Mahasiswa Strata-1 (Studi Kasus Di IAIN Ponorogo Dan UNMUH Ponorogo*. Diss. IAIN PONOROGO, 2023.

Muhammadiyah Ponorogo, sedangkan pada penelitian ini merupakan mahasiswi di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan disini terdiri dari 5 BAB yang gtersusun secara berurutan. Yang mana mulai dari BAB 1 sampai BAB V akan diuraikan sebagai berikut:

- BAB I :** Pendahuluan, Pada bab ini diuraikannya latar belakang permasalahan, rumusan masalah, tujuan masalah, manfaat penelitian, kajian pustaka, dan sistematika penulisa yang mana bertujuan menunjukkan gambaran garis besar perihal isi dan tentunya tujuan penelitian ini.
- BAB II :** Kajian teori, Pada bab ini akan dijelaskan mengenai deskripsi teori yang akan digunakan dalam penelitian, referensi maupun pendapat sebagai perbandingan antara penelitian yang berkaitan dengan permasalahan yang dibahas.
- BAB III :** Metode Penelitian, Pada bab ini menjelaskan waktu serta lokasi penelitian, jenis dan pendekatan yang digunakan, objek sampai subjek penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.
- BAB IV :** Penyajian Data dan Analisis Data, Pada bab ini berisikan penjabaran hasil dari penelitian yang sudah dilakukan dan juga menganalisis bahan penulisan yang berkaitan dengan masalah yang berlandaskan teori dan kajian pustaka mengenai bagaimana mahasiswa menghadapi *double burden* antara aktif berkuliah dan juga menghadapi peran rumah tangga.
- BAB V :** Penutup, Pada bab ini memuat mengenai kesimpulan, saran, dan penutup. Bab ini berisi tentang kesimpulan hasil dari bab awal sampai seterusnya, serta saran-saran yang berisi harapan dari pihak pembaca kepada pihak yang tentunya berkaitan satu sama lain. Terdapat juga daftar pustaka yang dapat menjadi referensi sumber sebagai rujukan bagi penulis setelahnya.

BAB II LANDASAN TEORI

A. Dinamika Psikologi

Dinamika adalah suatu tenaga kekuatan, selalu bergerak, berkembang dan dapat menyesuaikan diri secara memadai terhadap keadaan yang terjadi dan merupakan suatu faktor yang berkaitan dengan pematangan dan faktor belajar, pematangan merupakan suatu kemampuan untuk memahami makna yang sebelumnya yang tidak mengerti terhadap objek kejadian.²³ Melalui uraian di tersebut dapat dipahami bahwa dinamika merupakan tenaga kekuatan yang selalu berkembang dan berubah. Bagi seseorang yang mengalami dinamika maka mereka harus siap dengan keadaan apapun yang terjadi.

Sedangkan istilah psikologi berasal dari kata "*psyche*," yang berarti jiwa, dan "*logos*," yang berarti ilmu. Dalam mitologi Yunani, *Psyche* adalah seorang gadis cantik dengan sayap seperti kupu-kupu, yang menggambarkan jiwa sebagai sesuatu yang indah dan abadi. Dengan demikian, psikologi bisa diartikan sebagai "ilmu tentang jiwa" dan sering disingkat menjadi "ilmu jiwa." Secara umum, psikologi dipahami sebagai ilmu yang mempelajari fenomena jiwa manusia yang normal, dewasa, dan berbudaya.²⁴

Menurut Walgito, psikologis adalah ilmu tentang perilaku atau aktivitas-aktivitas individu.²⁵ Perilaku atau aktivitas-aktivitas tersebut dalam pengertian luas yaitu perilaku yang tampak atau perilaku yang tidak tampak, demikian juga dengan aktivitas-aktivitas tersebut di samping aktivitas motorik juga termasuk aktivitas emosional. Dinamika psikologis dapat dipahami sebagai suatu tenaga kekuatan yang terjadi pada diri manusia yang mempengaruhi mental atau psikisnya untuk mengalami perkembangan dan perubahan dalam tingkah lakunya sehari-hari baik itu dalam pikirannya, perasaannya maupun perbuatannya. Ada beberapa komponen

²³ Hurlock, Elizabeth B. 1980. Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta : Gramedia. Hlm. 231

²⁴ Iswati, Kuliayatun, Psikologi Agama, (Lampung: Agree Media, 2019), hlm. 1

²⁵ Walgito, Bimo, Psikologi Sosial (Suatu Pengantar), Yogyakarta: C.V Andi Offset, 2003. Hlm. 15

di diri manusia yang mempengaruhi dan membentuk perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini berkaitan dengan dinamika psikologis.²⁶

1. Komponen kognitif (komponen perseptual) Merupakan komponen yang berkaitan dengan pengetahuan, pandangan, dan keyakinan, yang mana berhubungan dengan seseorang mempersepsi terhadap objek perilaku atau kejadian yang sedang dialami.
2. Komponen afektif (komponen emosional) Komponen ini berhubungan dengan rasa senang atau tidak senang terhadap objek perilaku.
3. Komponen konatif (komponen perilaku atau action component) Yaitu komponen yang berhubungan dengan kecenderungan bertindak terhadap objek.

Komponen ini menunjukkan besar kecilnya kecenderungan bertindak atau berperilaku dan komponen ini juga menunjukkan bagaimana perilaku manusia terhadap lingkungan sekitar. Proses kehidupan psikis atau psikologis manusia selalu terdapat tiga aspek di atas. Ketiga aspek di atas selalu berlangsung bersamaan atau beruntutan. Ketiga fungsi kognisi, emosi, dan konasi itu bisa berlangsung lancar dan harmonis. Namun tidak jarang disertai banyak konflik seperti konflik diantara pikiran (aspek kognitif), perasaan (aspek emosi, afeksi), kemauan (aspek volutif, konatif) yang saling berbenturan atau berlawanan.²⁷ Berdasarkan uraian di atas, dapat dipahami bahwa manusia berperilaku selalu mengalami ketiga aspek psikologis yaitu emosi, kognitif dan sosial. Sebab pijakan kepribadian manusia berdasarkan pada yang telah dipikirkan, dirasakan dan diperbuat oleh manusia.

B. Aspek-Aspek Psikologis

Menurut Kartono, proses kehidupan psikis manusia selalu diikuti oleh ketiga aspek psikologis yaitu aspek kognitif, aspek emosional atau perasaan dan aspek kemauan atau hubungan interpersonal.²⁸ Aspek kognitif berkaitan dengan persepsi, ingatan, belajar, berpikir dan problem solving dan aspek afektif berkaitan

²⁶ Walgito, Bimo, Psikologi Sosial (Suatu Pengantar), Yogyakarta: C.V Andi Offset, 1978. Hlm. 127-128.

²⁷ Kartini, Kartono. Patologi Sosial 2, Kenakalan Remaja. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003 hlm. 5-6

²⁸ Kartini, Kartono. Patologi Sosial 2, Kenakalan Remaja. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003 hlm. 6

dengan emosi atau perasaan dan motif. Sedangkan aspek kognitif berkaitan dengan perilaku seseorang yang meliputi hubungan interpersonal dan intrapersonal.²⁹ Dapat dipahami bahwa dalam proses kehidupan manusia selalu berkaitan dengan yang dipikirkan (kognitif), yang dirasakan (emosional) dan yang diperbuat (hubungan interpersonal). Dari ketiga aspek di atas yang menjadi landasan teori penulis dalam penelitian.

1. Kognitif

Dalam kehidupan manusia proses kognitif sangat berperan dalam pengambilan keputusan bagi setiap individu, sejalan dengan proses kognitif menjadi dasar akan timbulnya prasangka. Apabila seseorang mempersepsi orang lain atau apabila suatu kelompok mempersepsi orang lain dan memasukkan apa yang dipersepsi itu merupakan keadaan kategori tertentu.³⁰

a. Prasangka

Prasangka merupakan evaluasi seseorang atau kelompok yang mendasarkan diri pada lingkungan agar nantinya diterima dilingkungan kelompoknya. Prasangka mengarah pada evaluasi yang negatif, walaupun dalam stereotype merupakan hal yang dapat bersifat positif disamping dapat negatif.

b. Belajar Sosial

Belajar sosial merupakan salah satu teori dalam hal belajar, dalam setiap pembelajaran yang dilakukan yang perlu diperhatikan setiap pembelajaran itu terjadi melalui model atau contoh. Seperti halnya sikap, merupakan hal yang terbentuk melalui proses belajar.

c. Motivasi

Motivasi memandang prasangka sebagai suatu yang dapat memenuhi kebutuhan seseorang atau kelompok untuk mencapai kesejahteraan. Untuk hal ini ada beberapa komponen yang harus kita perhatikan agar nantinya kesejahteraan itu memang sesuai dengan apa yang diharapkan. Pendekatan

²⁹ Walgito, Bimo. Pengantar Psikologi Umum. Yogyakarta: C.V Andi Offset. 2010 Hlm.

³⁰ Walgito, Bimo, Psikologi Sosial (Suatu Pengantar), Yogyakarta: C.V Andi Offset, 2003. Hlm. 85

psikodinamika ialah menganalisis prasangka sebagai suatu usaha untuk mengatasi tekanan yang ada dalam diri seseorang dan melihat dinamika yang ada dalam diri seseorang yang bersangkutan. Jadi dalam teori ini menekankan pada dinamika dari pribadi seseorang yang bersangkutan *specific individual personality*. Misalnya dalam *displaced aggression*. Agresi yang merupakan manifestasi dari frustrasi.³¹

2. Emosi

a. Pengertian Emosi

King mengatakan, bahwa emosi adalah perasaan atau afeksi yang dapat melibatkan rangsangan fisiologis seperti denyut jantung yang cepat, pengalaman sadar seperti memikirkan keadaan jatuh cinta dengan seseorang dan ekspresi perilaku seperti sebuah raut muka cemberut.³²

Menurut Hude emosi adalah suatu gejala psikofisiologis yang menimbulkan efek pada persepsi, sikap, dan tingkah laku. Emosi pada prinsipnya menggambarkan perasaan manusia menghadapi berbagai situasi yang berbeda. Emosi juga merupakan reaksi manusiawi terhadap berbagai situasi nyata maka sebenarnya tidak ada emosi baik atau emosi buruk Emosi memberi warna dalam kehidupan manusia. Pengalaman emosional juga dapat menjadi motivator penting perilaku.³³ Ada empat fungsi emosi dalam kehidupan manusia.³⁴

- 1) Emosi adalah pembangkit energi (*energizer*). Tanpa emosi, seseorang tidak sadar atau mati. Emosi membangkitkan dan memobilisasi energi seseorang, marah menggerakkan seseorang untuk menyerang, takut menggerakkan kita untuk berlari dan cinta mendorong seseorang untuk mendekat dan bermesraan.
- 2) Emosi adalah pembawaan informasi. Bagaimana keadaan diri seseorang

³¹ Walgito, Bimo, Psikologi Sosial (Suatu Pengantar), Yogyakarta: C.V Andi Offset, 2003. Hlm. 86

³² King, Laura. A. Psikologi Umum, Jakarta: Salemba Humanistik, 2007, hlm. 98

³³ Darwis Hude.(2006). Emosi-Penjelajahan Religio-Psikologis tentang Emosi Manusia Dalam Al Qur'an. Jakarta: Erlangga, hlm. 18

³⁴ Darwis Hude.(2006). Emosi-Penjelajahan Religio-Psikologis tentang Emosi Manusia Dalam Al Qur'an. Jakarta: Erlangga, hlm. 24-25

dapat diketahui dari emosi kita. Jika marah, seseorang mengetahui bahwa dihambat atau diserang orang lain, sedih berarti kehilangan sesuatu yang di senangi, bahagia berarti memperoleh sesuatu yang kita senangi.

- 3) Emosi berfungsi sebagai komunikasi intrapersonal dan interpersonal sekaligus. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa emosi dapat dipahami secara universal.
- 4) Emosi juga merupakan sumber informasi tentang keberhasilan seseorang, mendambakan kesehatan dan mengetahuinya ketika kita merasa sehat walafiat, mencari keindahan dan mengetahui bahwa memperolehnya ketika merasakan kenikmatan estetis dalam diri.

Adapun kualitas emosi atau perasaan itu tergantung pada 3 faktor, yaitu: kondisi fisik, oleh suatu penyakit, jadi terlalu emosi, peristiwa yang menyakitkan seperti kehilangan, kematian. Pembawaan, ada orang yang sangat perasa, dan ada juga yang tebal muka (tidak sensitife). Tergantung pada suasana hati.³⁵

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa emosi yaitu perasaan yang sangat kuat dan tidak terkendalikan oleh seseorang yang mana diikuti dengan perubahan psikologis baik itu luapan kemarahan, sedih, gembira, yang tidak bisa dikontrol oleh seseorang apabila datang dari dalam diri sendiri maupun dari lingkungan. Emosi juga merupakan suatu gejala psiko-fisiologis yang menimbulkan efek pada persepsi, sikap, dan tingkah laku. Emosi di dalam Al-Quran terkait langsung dengan perilaku manusia meliputi beberapa macam diantaranya:³⁶

- 1) Emosi Senang, atau bahagia umumnya didefenisikan sebagai segala sesuatu yang membuat kesenangan dalam hidup. Perasaan senang itu meliputi cinta, puas, gembira, dan bahagia. Kondisi itu yang senantiasa didambakan oleh manusia. Al-Qur'an surat Ali Imran:14 menyatakan bahwa manusia umumnya memiliki kecenderungan (predisposisi) tertarik

³⁵ Kartono. (1990). Psikologi Perkembangan Anak. Bandung: CV. Mandar, hlm, 87

³⁶ Darwis Hude.(2006). Emosi-Penjelajahan Religio-Psikologis tentang Emosi Manusia Dalam Al Qur'an. Jakarta: Erlangga, hlm. 137-214

pada lawan jenis, senang pada keturunan, harta yang melimpah, kendaraan mewah, dan kekayaan lainnya. Akan tetapi, fakta di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua orang sejalan dengan prediposisi ini. Misalnya para Sufi atau orang-orang zuhud lebih menikmati kehidupan dengan *taqarrub ilallah* atau mendekatkan diri kepada Allah dan menjauhi urusan duniawi.

- 2) Emosi Marah, Perilaku yang menyertai marah, mulai dari tindakan diam atau menarik diri, hingga tindakan agresif yang bisa mencederai atau mengancam nyawa orang lain. Pemicunya juga sangat beragam, dari hal yang remeh hingga yang memberatkan. Secara general faktor kemunculan amarah bisa diklasifikasikan kedalam dua segmen bersifat eksternal meliputi stimulus yang datang dari luar diri kita, baik lingkungan sosial maupun alam sekitar seperti cuaca, gangguan alam dan internal meliputi stimulus yang datang dari dalam diri kita.
- 3) Emosi Sedih, hal yang membuat orang bisa bersedih seperti kegagalan, kesulitan, kecelakaan, dan kematian. Manusia bahagia ketika mendapat nikmat dan berduka ketika kesulitan atau musibah. Ekspresi kesedihan biasanya ditandai dengan menangis. Menangis merupakan bawaan (naluri, gharizah) manusia yang dikaruniakan Allah sejak lahir. Penggambaran emosi sedih di dalam Al-Quran surat An-Najm:43, seperti halnya emosi-emosi lain, berbareng dengan peristiwa yang dialami manusia dalam melakukan hubungan intrapersonal, interpersonal dan metapersonal. Allah selalu berharap agar manusia tidak mudah bersedih, terutama terhadap nasib-nasib orang beriman. Dengan iman yang ada di dada, manusia seharusnya membuang jauh-jauh kesedihan dan kekhawatiran atau ketakutan.
- 4) Emosi Takut, Emosi takut merupakan salah satu emosi yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena berperan penting dalam mempertahankan diri dari persoalan yang bisa mengancam kehidupan. Rasa takut akan mendorong kita untuk mengambil tindakan yang perlu untuk menghindari bahaya yang mengancam kelangsungan hidup. Emosi

takut manusia dalam Al Qu'ran memiliki skala yang cukup luas. Tidak terbatas dengan ketakutan di dunia, misalnya ketakutan pada kelaparan, kehilangan jiwa dan harta, bencana alam, dan kematian, tapi juga ketakutan pada kesengsaraan di akhirat. Hal ini yang menjadi pembeda yang tegas antara orang yang beriman yang percaya dengan kehidupan akhirat dengan yang tidak.

- 5) Emosi Benci, Emosi kebencian dan ketidaksenangan manusia, sebagaimana tergambar dalam Al-Quran Al-A'raf ayat 156, umumnya mengarahkan kepada kebencian terhadap kebenaran yang datang dari Allah berupa wahyu itu sendiri, keharusan untuk taat, berjihad, kematian dan berinfak.
- 6) Emosi Heran dan Kaget, Heran terjadinya sesuatu diluar apa yang kita bayangkan. Sedangkan kaget bermula dari sesuatu yang terjadi secara tiba-tiba. Intensitas emosi kaget lebih besar dari pada emosi heran. Perubahan fisiologis pada emosi kaget juga lebih tinggi, seperti denyut jantung lebih cepat, pernapasan yang berat dan mengakibatkan trauma.

b. Pengendalian Emosi

Pengendalian emosi sangat penting dalam kehidupan manusia, khususnya dalam mereduksi ketegangan yang timbul akibat emosi yang memuncak. Emosi menyebabkan terjadinya ketidakseimbangan hormonal di dalam tubuh dan memunculkan ketegangan psikis, terutama pada emosi-emosi negatif. Al-quran surat As-Sajdah ayat 16 memberi petunjuk pada manusia agar mengendalikan emosinya guna mengurangi ketegangan-ketegangan fisik dan psikis dan menghilangkan efek negatif.

3. Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal adalah hubungan yang terdiri atas dua orang atau lebih yang memiliki pola interaksi yang konsisten.³⁷ Senada dengan kutipan di atas, Sears menyebutkan bahwa hubungan interpersonal adalah bila dua orang individu menjalin hubungan, kehidupan individu akan terjalin dengan orang

³⁷ Sarwono. 2011. Psikologi Remaja. Edisi Revisi. Jakarta: Rajawali Pers.

lain, apa yang dilakukan oleh yang satu akan mempengaruhi yang lain.³⁸

Proses pemenuhan kebutuhannya, manusia membentuk hubungan dengan orang lain. Adapun kebutuhan yang dimiliki oleh manusia seperti: kebutuhan rasa aman, kebutuhan kasih sayang, kebutuhan diperhatikan, kebutuhan akan rasa percaya terhadap orang lain. Namun secara umum kebutuhan tersebut dapat dikelompokkan seperti kebutuhan fisiologis (makan, minum), kebutuhan rasa aman dan perlindungan, kebutuhan kasih sayang, kebutuhan penghargaan dari orang lain.³⁹ Kebutuhan itu mempengaruhi hubungan, karena kebutuhan kita tidak lepas dari orang lain, karena kodrat kita sebagai makhluk sosial di mana pola interaksi sosial. Berdasarkan pengertian di atas dapat dipahami bahwa hubungan interpersonal adalah sebuah ikatan yang terjalin erat dan saling mempengaruhi antar dua individu atau lebih untuk mencapai tujuan bersama, serta saling membantu dalam menghadapi masalah.

C. Pengertian *Double Burden*

Teori *double burden* dikemukakan oleh Michelle and Louise, pada tahun 1974, peran ganda tersebut diungkapkan dengan konsep dualisme budaya, yaitu konsep ranah domestik dan ranah publik. *Double Burden* adalah partisipasi perempuan dalam peran tradisional dan tugas transisi. Peran tradisional atau domestik mencakup peran perempuan sebagai istri, ibu, dan kepala rumah tangga. Peran fase transisi mencakup pendefinisian perempuan sebagai pekerja, anggota masyarakat, dan pelaku pembangunan. Semetara pada mahasiswi menikah mereka memiliki peran transisi sebagai seorang mahasiswi yang masih menempuh masa studinya.⁴⁰

Double burden (peran ganda) pada perempuan secara umum diartikan sebagai dua peran atau lebih yang dilakukan oleh seorang perempuan secara bersamaan, peran tersebut antara lain sebagai ibu rumah tangga dan seorang pelajar bagi mahasiswi yang masih menempuh studi. Disini peran reproduksi perempuan

³⁸ Sears, dkk. (1999). Psikolog Sosial (Terjemahan) Jilid 2 (edisi ke-5). Jakarta: Erlangga

³⁹ Abraham, H. Maslow. 1994. Motivasi dan Kepribadian (Teori Motivasi dengan Pendekatan hierarki Kebutuhan Manusia). Jakarta: PT PBP.

⁴⁰ Michelle, Z. R., & Louise, L. (1997). Women, culture and socyety. Stanford cal: Stanford Univesity Press.

seringkali dipandang sebagai peran yang statis dan permanen. Meskipun jumlah perempuan bekerja di ranah publik pada saat ini mengalami peningkatan, namun tidak dibarengi atau diimbangi dengan penurunan beban mereka di ranah domestik.⁴¹ Dalam konsep peran ganda ini, mahasiswi tidak hanya berperan dalam rumah tangga namun juga merambah pada bidang pendidikan. Selama mahasiswi berkomitmen pada kebenaran dan keadilan, maka mereka (perempuan) bisa memainkan banyak peran (*multiple role*). Naomi Wolf (tokoh feminis) mengatakan bahwa upaya untuk meningkatkan taraf hidup perempuan memerlukan keberanian untuk mensosialisasikan ide-ide feminisme secara rasional dan penuh kasih, menjadikan "*feminisme*" sebagai "kemanusiaan". Karena *feminisme* merupakan konsep harga diri pribadi dan harga diri bagi semua perempuan.⁴²

Peran ganda yang dialami oleh para perempuan bekerja akan timbul konsekuensi yang positif maupun negatif, dimana jika peran itu dapat berperan dan seimbang pada stabilitas keluarga maupun masyarakat maka situasi tersebut akan dianggap fungsional, dan pada kehidupan keluarga pun terdapat perubahan struktur fungsional, begitupun sebaliknya.⁴³ *Double burden* yang di hadapi perempuan terletak pada banyaknya peran yang dilakukan (lebih dari satu peran), yakni sebagai ibu rumah tangga, orang tua bagi anak, seorang istri bagi suaminya, dan sebagai pekerja yang ikut mencari nafkah membantu suaminya. Seperti halnya pekerja mahasiswi yang menjalani kehidupan pernikahan yang dibarengi dengan rumah tangga juga mengalami beban yang dimaksud.

Ketika mahasiswi yang sudah menikah harus bersikap profesional dalam mengelola rumah tangga dan studinya, mereka tidak bisa meninggalkan tanggung jawab di rumah. Tanggung jawab ini bisa menimbulkan masalah baru dalam kehidupan mereka. Seorang mahasiswi yang juga berperan sebagai istri sering mengalami konflik dalam membagi waktu antara pekerjaan rumah dan tugas kuliah. Secara etimologis, kata "konflik" berasal dari bahasa Latin "*configure*", yang

⁴¹ Nurul hidayati. Beban Ganda Perempuan Bekerja (Antara Domestik dan Publik), *jurnal muzawah*, Volume 7, Nomor 2, Desember 2015

⁴² Wibowo Dwi A, "Peran Ganda Perempuan dan Kesetaraan Gender", dimuat dalam *jurnal Muwazah*, Vol 3, No.1, Juli, 2011, hlm. 362.

⁴³ Alifiulahtin Utaminingsih, *Gender dan Wanita Karir* (Malang: UB Press, 2017), hlm. 94

berarti saling memukul. Dalam konteks sosiologi, konflik diartikan sebagai proses sosial antara dua orang atau lebih. Konflik adalah hal yang normal, muncul akibat perbedaan persepsi, nilai, atau tujuan. Oleh karena itu, konflik peran ganda adalah hasil dari tekanan yang muncul ketika seseorang mencoba menjalani dua peran atau lebih secara bersamaan, yang sering kali saling bertentangan.⁴⁴

Yang melatar belakangi munculnya wilayah domestik dan publik ditandai dari pembagian pekerjaan yang didasari pada jenis kelamin yang juga populer disebut dengan istilah gender.⁴⁵ *Gender* sendiri adalah suatu sifat yang melekat pada kaum perempuan maupun laki-laki yang dipandang secara sosial maupun secara adat istiadat. Kedua sifat tersebut dapat ditukarkan antara laki-laki dan perempuan, yang dapat berubah dari waktu ke waktu serta berbeda dari tempat ke tempat yang lainnya, ataupun dapat berbeda dari kelas ke kelas lainnya juga.⁴⁶ Dalam istilah gender, perempuan sendiri dapat diartikan sebagai manusia yang berjiwa lembut, Anggun, keibuan, emosional, dan sebagainya. Seiring dengan kehidupan yang berjalan, sifat yang di terapkan pada perempuan adalah seorang yang emosional, pasif, lemah, demokratis, tidak asertif dan tidak kompeten kecuali untuk tugas dalam rumah tangga.⁴⁷

Dari pengertian peran di atas, dapat disimpulkan bahwa peran adalah harapan terhadap perilaku seseorang yang memiliki status dalam berbagai kelompok sosial. Peran merupakan aspek penting dari status individu, jika seseorang melaksanakan tugas utama sesuai dengan statusnya, berarti mereka menjalankan perannya dengan baik. Seseorang dapat menjalankan beberapa peran sekaligus, seperti perempuan yang bekerja atau menjadi mahasiswi, seperti yang dibahas dalam penelitian ini. Mereka bisa berperan sebagai istri, ibu, dan juga sebagai pekerja atau pelajar. Mahasiswi yang menikah saat masih aktif kuliah juga mengalami peran ganda.

⁴⁴ Nurul Ervin, Makna Konflik Peran Ganda Pada Mahasiswa Dengan Peran Ganda, *Wahana* Vol. 68 No. 1, hlm. 24

⁴⁵ Supartiningsih, Peran Ganda Perempuan, Sebuah Analisis Filosofis Kritis, *Jurnal Filsafat*, April 2003, jilid 33, nomor 1, hlm, 43.

⁴⁶ Mansour Fakih., “Analisis Gender dan Transformasi Sosial”. Yogyakarta: penerbit INSISTPress, hlm, 8-9.

⁴⁷ Yuliana dengan judul “Beban Ganda Perempuan (Studi kasus: Kajian Sosiologi Gender Masyarakat Bontobahari Kabupaten Bulukumba)”, *dimuat dalam skripsi*. (makasar: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Makasar, 2018).

Sementara mahasiswa lain fokus pada pelajaran dan tugas, mahasiswi yang sudah berkeluarga harus membagi perhatian antara studi dan masalah di rumah. Salah satu penyebab depresi yang umum pada perempuan adalah beban ganda ini, di mana mereka harus menangani tanggung jawab rumah dan pekerjaan di luar. Psikolog Astrid Wiratna menjelaskan bahwa saat mengalami stres, hormon adrenalin meningkat sementara hormon endorfin menurun. Hal ini dapat menurunkan daya tahan tubuh, membuat seseorang lebih rentan terhadap penyakit, bahkan berisiko mengalami kondisi psikosomatis.⁴⁸

1. Faktor *Double Burden*

Pada umumnya faktor utama yang mempengaruhi terjadinya *double burden* adalah faktor ekonomi dan faktor budaya Masyarakat. Selain itu faktor yang paling penting bagi perempuan yang menjalankan peran ganda antara berkeluarga dan bekerja adalah adanya dukungan dari pasangan atau suami mereka. Karena dukungan pasangan inilah seorang wanita atau istri akan merasa lebih dihargai dan akan berpengaruh lebih baik bagi wanita untuk meneruskan apa yang di cita-citakan.⁴⁹ Adapun dukungan itu bisa berupa tindakan yang melibatkan emosi, penghargaan, sebuah instrument atau ungkapan motivasi. Yang mana akan sedikit membantu seorang wanita atau istri meringankan beban yang dirasakannya, dan tentunya wanita akan merasa lebih dihargai, diperhatikan, dan dicinta.

Oleh karena itu faktor yang mengakibatkan *double burden* pada mahasiswi sendiri adalah pernikahan yang dilakukan pada saat masih menempuh studi di perguruan tinggi. Pernikahan dikalangan mahasiswa di latar belakang oleh motif yang berbeda-beda, selain pengaruh budaya patriarki yang masih mengakar, tren pernikahan remaja yang banyak diungkap oleh publik figur atau artis di media sosial juga turut mempengaruhi. Oleh karena itu, hal tersebut akan memberikan contoh yang akan menimbulkan rasa percaya diri untuk

⁴⁸ Yuliana. *Beban Ganda Perempuan (Studi kasus: Kajian Sosiologi Gender Masyarakat Bontobahari Kabupaten Bulukumba)*. Diss. Universitas Muhammadiyah Makasar, 2018.

⁴⁹ Saman Abdul, "Pengaruh Motivasi Kerja Dan Dukungan Suami Terhadap Stres Konflik Peran Ganda Dan Kepuasan Perkawinan Pada Wanita Karir", dimuat dalam *jurnal Psikologi: Teori Dan Terapan*, Vol 2, No.2, 2012, hlm 94

memutuskan menikah tanpa memandang usia, mental, kesiapan ilmiah dan finansial.⁵⁰

2. Hambatan *Double Burden*

Mahasiswi yang telah menikah dan menjalani peran ganda sering menghadapi berbagai hambatan. Salah satunya adalah terganggunya perkuliahan, yang bisa disebabkan oleh terlambatnya pengumpulan tugas. Mereka juga sering kesulitan mengatur waktu antara tanggung jawab rumah tangga dan kuliah, yang mengakibatkan kurangnya fokus pada studi. Selain itu, masalah ekonomi juga menjadi tantangan, seperti biaya kuliah dan pengeluaran rumah tangga lainnya.⁵¹ Mahasiswi yang telah menikah sering kali menghadapi berbagai tantangan yang kompleks akibat peran ganda yang mereka jalani.⁵² Berikut adalah beberapa hambatan utama yang mereka alami secara lebih lanjut yaitu :

a. Manajemen Waktu

Mengatur waktu antara kuliah dan tanggung jawab rumah tangga bisa sangat sulit. Jadwal kuliah dan waktu belajar sering kali bertabrakan dengan tugas rumah, seperti memasak, membersihkan, atau merawat anak. Memilih prioritas antara tugas kuliah, pekerjaan rumah, dan waktu bersama keluarga bisa menimbulkan stres. Keterbatasan waktu sering membuat mahasiswi merasa tertekan dan kesulitan menyelesaikan tugas tepat waktu..

b. Keterlambatan dalam Mengumpulkan Tugas

Gangguan: Kegiatan rumah tangga yang padat sering menyebabkan keterlambatan dalam menyelesaikan dan mengumpulkan tugas. Ketika menghadapi masalah mendesak di rumah, mahasiswi mungkin terpaksa mengabaikan tenggat waktu tugas. Kualitas Tugas: Tekanan dan kelelahan

⁵⁰ Susilawati, Firma Bunga T. Marginalisasi perempuan dalam pernikahan di kalangan mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Imam Bonjol Padang. *Jurnal Studi Islam, Gender, dan Anak*. Vol. 18 No. 1 Juni 2023.

⁵¹ A.Muhammad Yusri, and Abdul Malik. Dampak Pernikahan dalam Masa Studi pada Perkuliahan Mahasiswa di Sekolah Tinggi Agama Islam Darud Dakwah Wal Irsyad (STAI DDI) MAROS. *Jurnal pendidikan dan keguruan*, Vol 1, No. 01, (April 2023) ISSN 2460 – 4186, hlm. 91.

⁵² Wisni,. Pengesuaian Diri Mahasiswi berperan ganda pasca menikah (Studi Kkasus pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Makasar), *Social Landscape Journal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Ssosial*., © 2020 ISSN 123-4567.

dapat mempengaruhi kualitas pekerjaan yang dihasilkan, sehingga tugas mungkin tidak memenuhi standar akademik yang diharapkan.

c. Masalah Ekonomi

Biaya Kuliah: Mengelola biaya kuliah bisa menjadi tantangan besar, terutama jika pasangan mahasiswi juga memiliki tanggung jawab finansial lainnya. Biaya kuliah yang tinggi harus dibayar di samping pengeluaran rumah tangga. **Pengeluaran Rumah Tangga:** Kebutuhan sehari-hari seperti makanan, perumahan, dan kebutuhan anak memerlukan perhatian dan biaya yang signifikan. Kesulitan dalam menyeimbangkan anggaran bisa menambah beban finansial dan stres.

d. Kesulitan Fokus

Stres dan Kelelahan: Beban ganda dari peran sebagai mahasiswa dan pengurus rumah tangga sering menyebabkan kelelahan mental dan fisik, yang dapat mempengaruhi konsentrasi dan motivasi belajar. Konflik peran ini berkontribusi pada stres mahasiswi yang sudah menikah sebesar 48,9%. Ini menunjukkan bahwa masih ada 51,1% faktor lain yang juga berpengaruh terhadap stres, tetapi tidak dibahas dalam penelitian ini. Mereka sering merasa bersalah karena harus meninggalkan anak untuk kuliah dan terbangun di malam hari untuk mengurus anak yang sakit.⁵³

e. Dukungan Sosial

Kurangnya Dukungan: Tanpa dukungan dari pasangan, keluarga, atau teman, mahasiswi mungkin merasa kesulitan untuk mengatasi beban peran ganda. Dukungan yang minim bisa memperburuk tantangan yang dihadapi. **Jaringan Sosial:** Jaringan sosial yang terbatas dapat mempengaruhi kemampuan untuk mendapatkan bantuan atau berbagi pengalaman dengan orang lain yang berada dalam situasi serupa.

f. Keseimbangan Kehidupan dan Kuliah

Waktu Keluarga: Terkadang, waktu yang dibutuhkan untuk keluarga bisa mengganggu waktu belajar. Manusiawi mungkin harus berkompromi antara

⁵³ Santrock. J.W. (2003). *Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Edisi keenam. Jakarta: Erlangga

menghadiri acara keluarga atau kegiatan akademis. Kesehatan: Kurangnya waktu untuk perawatan diri dan istirahat yang cukup bisa mempengaruhi kesehatan fisik dan mental, yang selanjutnya berdampak pada performa akademik.

D. Konflik Peran Ganda

Terdapat konflik peran ganda yang dapat dialami oleh individu, ada tiga yaitu:⁵⁴

- a. Konflik pada peran itu sendiri (*person role conflict*). Konflik ini ada ketika tuntutan peran bertentangan dengan nilai-nilai dasar, sikap, dan kebutuhan pribadi seseorang. Ketika individu dihadapkan pada persyaratan yang tidak sejalan dengan prinsip-prinsip yang mereka pegang atau ketika tuntutan tersebut mengabaikan kebutuhan emosional dan psikologis mereka, maka potensi untuk terjadinya ketegangan dan stres meningkat. Hal ini bisa membuat individu merasa tertekan dan bingung, karena mereka berjuang untuk memenuhi ekspektasi yang sering kali saling bertentangan.
- b. Konflik intra peran (*intra role conflict*). Konflik ini sering muncul karena berbagai individu memiliki harapan yang berbeda terkait sebuah peran, sehingga sulit bagi seseorang yang menduduki peran tersebut untuk memenuhi semua ekspektasi. Situasi ini cenderung terjadi ketika peran tertentu memiliki kompleksitas yang tinggi. Kompleksitas disini merujuk pada tingkat kerumitan atau keterkaitan dari suatu sistem, masalah, atau situasi. Semakin banyak elemen yang terlibat dan semakin rumit interaksi antar elemen tersebut, semakin tinggi tingkat kompleksitasnya. Dalam konteks peran, kompleksitas dapat mencakup berbagai tuntutan, tanggung jawab, dan harapan yang harus dihadapi oleh individu dalam menjalankan perannya.
- c. Konflik antar peran (*inter role conflict*). Konflik ini terjadi ketika individu menghadapi peran ganda. Situasi ini muncul karena seseorang menjalankan berbagai peran secara bersamaan, di mana beberapa peran tersebut memiliki harapan yang saling bertentangan dan tanggung jawab yang berbeda.

⁵⁴ Ahmad, Aminah, Ngah, Noryati, Role Conflict, Work-Family Conflict and Job Satisfaction among Single Mother Employees, (The International Journal of Humanities: 2008), hlm. 9-11

Di sisi lain, konflik peran ganda bersifat dua arah. Dua arah yang dimaksud adalah sebagai berikut:⁵⁵

- a. Konflik pekerjaan-keluarga, hal ini merujuk pada situasi di mana tanggung jawab yang diemban di tempat kerja menghalangi atau mengganggu kewajiban terhadap keluarga atau urusan rumah tangga. Ketika seseorang terlalu fokus pada tuntutan pekerjaan, hal ini dapat mengakibatkan pengabaian terhadap kebutuhan dan perhatian yang seharusnya diberikan kepada anggota keluarga. Akibatnya, individu dapat merasakan tekanan emosional dan ketegangan, yang dapat mengganggu keseimbangan kehidupan pribadi dan profesional mereka. Konflik ini tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga dapat memengaruhi dinamika keluarga secara keseluruhan.
- b. Konflik keluarga-pekerjaan, hal ini merujuk pada situasi di mana tanggung jawab yang dihadapi dalam lingkungan keluarga mengganggu kewajiban di tempat kerja. Ketika seorang individu terlalu banyak terlibat dalam urusan keluarga, hal ini bisa mengakibatkan keterlambatan atau ketidakmampuan untuk memenuhi tuntutan pekerjaan. Misalnya, peristiwa mendesak dalam keluarga, seperti sakitnya anak atau kebutuhan untuk menghadiri acara penting, dapat mengganggu fokus dan kinerja di tempat kerja. Dampaknya, individu mungkin merasa tertekan karena harus membagi perhatian antara dua peran yang sama pentingnya. Konflik semacam ini tidak hanya menimbulkan stres bagi individu, tetapi juga dapat memengaruhi hubungan dengan rekan kerja dan manajemen, yang pada akhirnya dapat memengaruhi produktivitas dan kepuasan kerja.

Dengan demikian, mahasiswi yang telah menikah menghadapi berbagai tantangan yang kompleks akibat peran ganda yang mereka jalani, termasuk konflik peran, masalah manajemen waktu, stres, dan konflik dalam mengatur urusan rumah tangga dan kegiatannya sebagai seorang mahasiswa.

⁵⁵ reenhaus, J.H., & Buetell, N.J Sources of Conflict Between Work and Family Roles, (Academy of Management Review Vol. 10 No. 1, 1985), hlm. 67-69

E. Manajemen Diri

Peran ganda membawa dampak yang signifikan bagi mahasiswi. Masalah utama yang sering dihadapi mencakup aspek ekonomi, akademik, sosial, dan religius. Terlepas dari status pasangan mahasiswa, baik suami maupun istri pada dasarnya memiliki hak dan kewajiban yang setara sesuai dengan peran masing-masing. Jika salah satu pihak tidak memenuhi tanggung jawabnya, hal ini dapat mengakibatkan ketidakseimbangan dan perilaku negatif dalam rumah tangga, yang berpotensi menyebabkan keretakan. Sebagai mahasiswa yang juga merupakan suami atau istri, mereka terkadang harus menentukan skala prioritas.⁵⁶

Untuk mengelola diri dengan baik, langkah pertama yang penting adalah memahami diri sendiri. Ini termasuk menyadari seberapa besar toleransi kita terhadap stres dan mengenali faktor-faktor yang bisa memicu stres tersebut. Dengan pemahaman ini, kita dapat lebih bijaksana dalam menghadapi situasi sulit. Menghindari tindakan atau aktivitas yang hanya menambah beban masalah sangat penting. Misalnya, jika ada kebiasaan yang memperburuk keadaan, kita perlu mencoba menggantinya dengan perilaku yang lebih positif. Selain itu, mengubah pola pikir yang tidak rasional juga bisa berdampak baik. Ketika pikiran kita terjebak dalam kekhawatiran atau negatif, itu bisa mengganggu kenyamanan hidup sehari-hari.

Oleh karena itu, berusaha untuk berpikir positif dan menciptakan suasana hati yang rileks sangat penting. menciptakan lingkungan yang mendukung ketenangan, seperti mengatur waktu untuk beristirahat dan bersantai. Melibatkan diri dalam aktivitas yang menyenangkan, seperti berolahraga, berkumpul dengan teman, atau menghabiskan waktu dengan keluarga. Bercanda dan berbagi momen ringan dengan keluarga dan teman-teman adalah cara efektif untuk mengurangi kejenuhan, ketegangan, dan kebosanan. Tawa tidak hanya menciptakan kenangan indah, tetapi juga dapat meningkatkan suasana hati dan mempererat hubungan interpersonal.

⁵⁶ Susilawati, Firma Bunga T. Marginalisasi perempuan dalam pernikahan di kalangan mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Imam Bonjol Padang. *Jurnal Studi Islam, Gender, dan Anak*. Vol. 18 No. 1 Juni 2023

Dengan pendekatan yang holistik dan positif, kita dapat lebih baik dalam mengelola stres dan menghadapi tantangan hidup sehari-hari.⁵⁷

Mahasiswi yang sudah menikah perlu meningkatkan keterampilan manajemen waktu mereka. Mereka harus belajar mengatur waktu dengan cara yang efektif dan efisien agar dapat membagi waktu antara tugas di kampus dan di rumah dengan baik. Peningkatan keterampilan komunikasi juga sangat penting. Mahasiswi menikah perlu belajar berkomunikasi dengan efektif dengan suami, anak, dan teman-teman untuk memastikan bahwa semua pihak saling memahami satu sama lain.⁵⁸ Selain manajemen diri untuk mencapai hal ini, suami dan istri dapat menerapkan berbagai strategi, seperti membuat jadwal yang jelas, menetapkan prioritas, dan memanfaatkan teknologi untuk meningkatkan efisiensi. Misalnya, menggunakan aplikasi manajemen waktu, membuat daftar tugas, dan menetapkan batas waktu untuk setiap pekerjaan dapat membantu dalam menyelesaikan tugas dengan lebih cepat dan efektif. Dengan demikian, mereka dapat memaksimalkan waktu yang ada untuk berkumpul dengan keluarga, mengurangi stres, dan memperkuat hubungan dalam keluarga.

Suami dan istri sebaiknya saling berbagi tugas dalam hal pengasuhan anak, ekonomi, dan peran domestik untuk memastikan beban dibagi secara merata.⁵⁹ Dalam upaya ini juga dapat membuat keluarga semakin harmonis dan hubungan antar suami istri semakin erat. Selain manajemen diri untuk memenuhi hal tersebut terdapat beberapa langkah diantaranya:

a. Manajemen Waktu

Menjalankan peran ganda membutuhkan komitmen yang kuat, baik sebagai profesional maupun sebagai orang tua. Seorang ibu harus berkomitmen untuk memberikan perhatian kepada suami dan anak, begitu juga dengan suami. Jika

⁵⁷ Dewi Rosiana, Mengatasi Konflik Peran Sebagai Karyawan dan Ibu Rumah Tangga Pada Tenaga Kerja Wanita Di Indonesia, (*Jlimbar*, Vol. 23 No. 2 April- Juni 2007: 271-287), hlm 285.

⁵⁸ Ningtyas, Bingar, Eva, and Dr. Muis Tamsil, *Study of Self-Management on Students That Already Married of Education State University of Surabaya*. (Studi Tentang Self-management Mahasiswa yang Sudah Menikah di Fakultas Ilmu Pendidikan Unesa)

⁵⁹ Ningtyas, Bingar, Eva, and Dr. Muis Tamsil, *Study of Self-Management on Students That Already Married of Education State University of Surabaya*. (Studi Tentang Self-management Mahasiswa yang Sudah Menikah di Fakultas Ilmu Pendidikan Unesa)

anak masih kecil, penting untuk mencari pengasuh yang berkualitas, bertanggung jawab, dan dapat dipercaya saat orang tua bekerja. Lebih baik lagi jika ada anggota keluarga lain, seperti orang tua atau saudara, yang dapat membantu menjaga dan menemani anak. Pendekatan ini sangat berguna, terutama karena wanita sering memerlukan waktu berkualitas bersama suami untuk menjaga keharmonisan pernikahan. Adapun prioritas tugas bagi mahasiswi yang sudah menikah yaitu perlu menetapkan prioritas tugas dengan jelas. Mereka harus mengatur waktu mereka antara kuliah, pekerjaan rumah, dan aktivitas lainnya dengan efisien. Dengan cara ini, mereka dapat menghindari kesulitan dalam mengatur waktu antara tanggung jawab di kampus dan di rumah. Penggunaan teknologi yang tepat, teknologi yang dapat mendukung pengelolaan waktu. Contohnya, menggunakan aplikasi pengatur waktu, mengirim email atau pesan singkat untuk mengingatkan tugas-tugas yang harus diselesaikan, serta mengakses informasi secara online untuk mempercepat proses belajar.⁶⁰

Dengan menerapkan strategi penetapan prioritas yang baik dan menggunakan teknologi secara efektif, mahasiswi yang sudah menikah dapat lebih mudah mengelola *double burden* mereka. Ini membantu mereka menjalankan tanggung jawab akademik dan rumah tangga dengan lebih efisien, serta menjaga waktu berkualitas bersama keluarga. Kombinasi antara perencanaan yang baik dan penggunaan alat teknologi yang tepat akan membantu mereka mengatasi tantangan dan mencapai keseimbangan antara kehidupan pribadi dan akademis.

b. Manajemen Pekerjaan

Untuk memiliki waktu berkualitas bersama keluarga, suami dan istri perlu meningkatkan efisiensi dan produktivitas dalam pekerjaan mereka. Dengan bekerja lebih efisien, mereka bisa menyelesaikan tugas lebih cepat dan memiliki lebih banyak waktu untuk keluarga. Jika efisiensi rendah, pekerjaan bisa menumpuk, yang menyebabkan penundaan dan rasa malas, mengganggu

⁶⁰ Rusyadi, S. H. (2012). Hubungan antara Manajemen Waktu dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa. 1-3.

keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan keluarga. Manajemen keluarga yang efektif sangat bergantung pada kemampuan mengatur waktu dan meningkatkan produktivitas. Dengan manajemen waktu yang baik, suami dan istri dapat merencanakan dan menyelesaikan pekerjaan dengan terstruktur, menghindari penumpukan tugas, dan mengurangi stres. Hal ini membantu mereka memisahkan waktu kerja dari waktu bersama keluarga, menciptakan suasana rumah yang lebih harmonis dan mendukung.

Untuk mencapai hal ini, suami dan istri dapat menerapkan berbagai strategi, seperti membuat jadwal yang jelas, menetapkan prioritas, dan memanfaatkan teknologi untuk meningkatkan efisiensi. Misalnya, menggunakan aplikasi manajemen waktu, membuat daftar tugas, dan menetapkan batas waktu untuk setiap pekerjaan dapat membantu dalam menyelesaikan tugas dengan lebih cepat dan efektif. Dengan demikian, mereka dapat memaksimalkan waktu yang ada untuk berkumpul dengan keluarga, mengurangi stres, dan memperkuat hubungan dalam keluarga. Komunikasi yang efektif antara suami dan istri sangat penting untuk mengelola beban ganda. Mereka perlu berdialog secara terbuka mengenai kebutuhan dan tanggung jawab masing-masing agar tidak ada yang merasa terlalu terbebani. Pembagian tanggung jawab yang adil dapat membantu meringankan beban ganda. Suami dan istri sebaiknya saling berbagi tugas dalam hal pengasuhan anak, ekonomi, dan peran domestik untuk memastikan beban dibagi secara merata.⁶¹

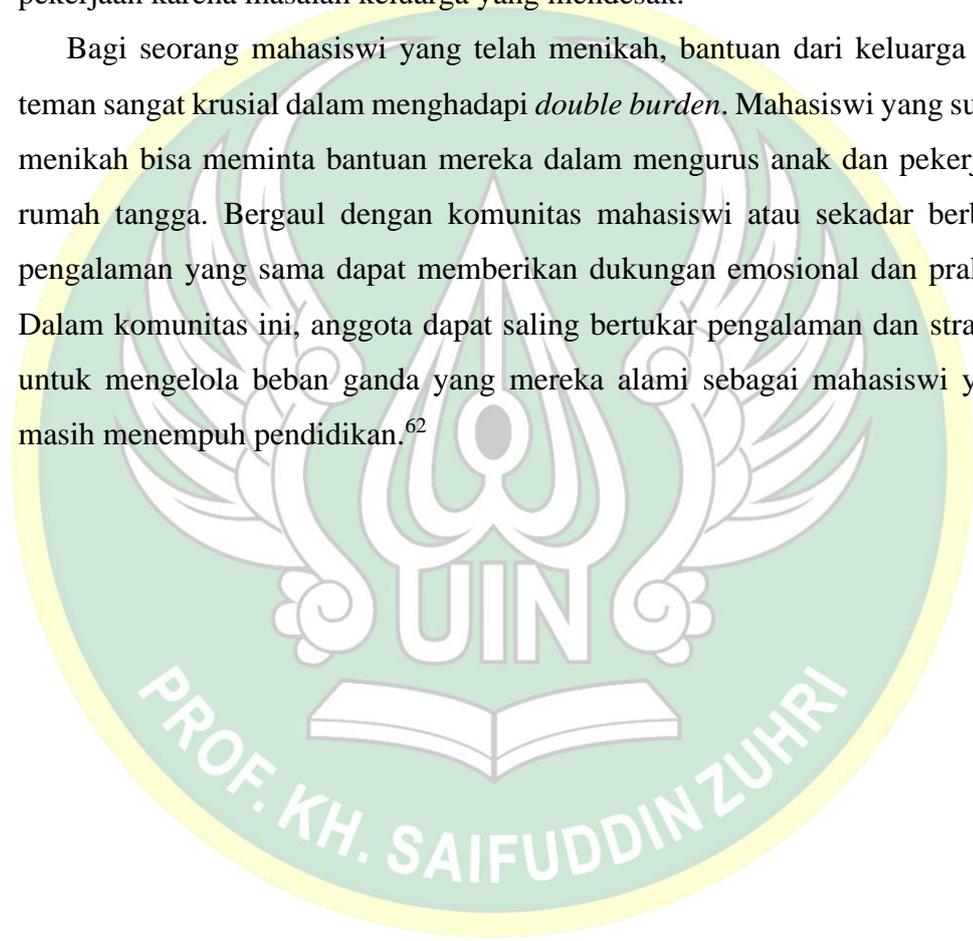
c. Memelihara Dukungan Sosial

Menjaga hubungan yang baik dengan rekan-rekan dan atasan adalah kunci untuk mencegah timbulnya masalah yang tidak perlu dalam lingkungan kerja. Ketika hubungan ini terjalin dengan baik, komunikasi menjadi lebih lancar, dan potensi konflik dapat diminimalkan. Dukungan moral dan emosional yang diberikan oleh mereka tidak hanya memperkuat rasa kebersamaan tetapi juga

⁶¹ Ningtyas, Bingar, Eva, and Dr. Muis Tamsil, *Study of Self-Management on Students That Already Married of Education State University of Surabaya*. (Studi Tentang Self-management Mahasiswa yang Sudah Menikah di Fakultas Ilmu Pendidikan Unesa)

dapat meningkatkan semangat kerja. Ketika Anda merasa didukung, Anda cenderung lebih termotivasi dan bersemangat dalam menjalani tugas-tugas sehari-hari. Kepedulian dan pengertian yang mereka tunjukkan dapat memberikan rasa nyaman saat harus meninggalkan kantor atau menunda pekerjaan karena masalah keluarga yang mendesak.

Bagi seorang mahasiswi yang telah menikah, bantuan dari keluarga dan teman sangat krusial dalam menghadapi *double burden*. Mahasiswi yang sudah menikah bisa meminta bantuan mereka dalam mengurus anak dan pekerjaan rumah tangga. Bergaul dengan komunitas mahasiswi atau sekadar berbagi pengalaman yang sama dapat memberikan dukungan emosional dan praktis. Dalam komunitas ini, anggota dapat saling bertukar pengalaman dan strategi untuk mengelola beban ganda yang mereka alami sebagai mahasiswi yang masih menempuh pendidikan.⁶²



⁶² Dr. H. Zuhri Ahmad, Lc., and MA Hj. Yumni Auffah, MA, Hak Perempuan dalam Beragama dan sebagai Anggota Masyarakat menurut Al-Qur'an, (Yogyakarta: Diandra, cet pertama, Maret 2023).

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

1. Jenis penelitian

Jenis penelitian yang dilakukan pada penelitian ini adalah kualitatif. Menurut Sugiono penelitian kualitatif adalah sebuah penelitian atau pendekatan yang lebih menekankan pada proses pengumpulan dan analisis data yang bersifat deskriptif dan interpretatif. Dalam pendekatan ini, seorang peneliti tidak hanya mencari jawaban yang pasti dan berbasis angka, melainkan juga berusaha memahami fenomena yang kompleks dan unik melalui observasi langsung dan wawancara mendalam. Penelitian kualitatif pada umumnya digunakan untuk menggali pengalaman dan persepsi subjek penelitian secara lebih mendalam.⁶³

Kirk dan Miller menjelaskan bahwa penelitian dengan metode kualitatif adalah hal umum dalam ilmu sosial yang berfokus pada pandangan manusia dan hubungannya dengan masyarakat. Penelitian ini mengkaji peristiwa atau gejala sosial yang nyata sebagai sumber data, berdasarkan kondisi yang terjadi secara langsung.⁶⁴

2. Pendekatan Penelitian

Dari data yang diperoleh peneliti pendekatan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan fenomenologis. Fenomenologi adalah pendekatan dalam penelitian kualitatif yang fokus pada pengalaman subjektif individu. Selain itu arti Fenomenologi merupakan salah satu studi bidang filsafat yang mengkaji manusia sebagai fenomena. Fenomenologi dikaitkan dengan hermeneutik dalam filsafat pada umumnya, yang mana ilmu ini lebih mempelajari makna daripada fenomena. Fenomenologi merupakan salah satu metode penelitian kualitatif yang

⁶³ Sugiyono. *“Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan RAD”*. (Bandung: CV Alfabeta). (Edisi kedua, 2022). Hal.12

⁶⁴ Martini, L. (2021). *Resiliensi Orangtua Terhadap Kematian Anak (Studi Kasus Terhadap Kecelakaan Lalu Lintas di Desa Air Napal Kecamatan Air Napal Kabupaten Bengkulu Utara)* (Doctoral dissertation, UIN Fatmawati Sukarno)

digunakan untuk menggali pengalaman umum yang menjadi inti suatu konsep atau fenomena yang dialami secara langsung dan unik oleh setiap individu dalam kehidupan sehari-harinya. fenomenologi pertama kali diperkenalkan sebagai kajian filsafat oleh Edmund Husserl (1859–1938).⁶⁵

Pendekatan fenomenologi sendiri yaitu pengalaman individu atau cara agar dapat memahami bagaimana seseorang secara subjektif dapat merasakan pengalaman tersebut dan memberikan arti dari fenomena tersebut.⁶⁶ Pada penelitian tentang *double burden* pada mahasiswi menikah pendekatan fenomenologis ini membantu peneliti memahami bagaimana mereka menyikapi *double burden* yang dialami oleh perempuan khususnya pada mahsiswi. Dan juga merupakan salah satu cara manusia belajar memahami kejadian maupun pengalaman nyata.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi

Pada penelitian skripsi yang berjudul “Dinamika Psikologis pada Mahasiswi yang Mengalami *Double Burden*”, peneliti mengambil lokasi penelitian di UIN Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Pemilihan lokasi ini dikarenakan mudah dijangkau oleh peneliti sehingga memudahkan peneliti untuk terjun ke lokasi penelitian dan fenomena pernikahan yang sering terjadi dikalangan mahasiswi UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Kemudian untuk memenuhi data penelitian peneliti mengambil data di lokasi tersebut dan beberapa lokasi yang disepakati oleh peneliti dan informan.

2. Waktu

Waktu pada penelitian disini dilakukan mulai dari bulan juni 2024 hingga selesainya penelitian dilakukan.

⁶⁵ Suryanto. Fenomenologi sebagai Metode dalam Penelitian Pertunjukan Teater Musikal, LAKON, *Jurnal Pengkajian & Penciptaan Wayang*. Vol. XVI No. 1, Juli 2019. Hlm. 27.

⁶⁶ Rahmadi. (2011). Pengantar Metodologi Penelitian. (Banjarmasin: Antasari Press). Hlm. 13.

C. Subjek dan Objek Penelitian.

1. Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini yaitu orang, benda, atau tempat yang mana akan menjadi sasaran dalam penelitian. Menurut Idrus, subjek penelitian adalah individu, benda maupun yang lainnya yang dijadikan sumber informasi untuk memperoleh atau mengumpulkan data penelitian.⁶⁷ Subjek dalam penelitian ini dipilih dengan tujuan dapat memperoleh informasi yang relevan dengan tujuan penelitian. Dimana kriteria subjek dalam penelitian ini yaitu: Perempuan yang masih aktif menjadi mahasiswa dan sudah menikah. Dari kriteria tersebut kemudian didapatkan ke tiga subjek, yaitu: LL, NH, dan AK.

a. Inisial LL

LL merupakan salah satu mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang telah menjalankan pernikahan pada saat masih aktif menjalankan studi tepatnya ketika masih menginjak semester 4.

b. Inisial NH

NH merupakan salah satu mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang juga menjalankan pernikahan pada saat masih ber status mahasiswa yang mana tepatnya pada saat semester 5.

c. Inisial AK

AK merupakan salah satu mahasiswa UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yang menjalankan pernikahan pada masa studi menjadi seorang mahasiswa, tepatnya pada saat semester 6 menuju 7.

2. Objek Penelitian

Objek pada penelitian adalah masalah yang sedang diselidiki. Menurut Husein Umar, objek yang diteliti menggambarkan apa atau siapa yang menjadi objek pada penelitian tersebut juga di mana dan kapan penelitian itu dilakukan. Hal-hal lain dapat ditambahkan jika diperlukan.⁶⁸ Objek dalam penelitian ini

⁶⁷ Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif* (Jakarta: Erlangga, 2009), Hlm. 91.

⁶⁸ Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif* (Jakarta: Erlangga, 2009), Hlm.29

adalah *double burden* mahasiswi menikah di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto yaitu inisial LL, NH dan AK.

D. Data dan Sumber Data

Penelitian ini diperoleh melalui 2 sumber data yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder. Arikunto menjelaskan bahwa data primer merupakan data yang berbentuk verbal atau kata-kata yang diucapkan secara lisan, perilaku atau gerak-gerik yang dilakukan oleh subjek yang terpercaya, dalam hal ini adalah subjek penelitian (informan) yang berkenaan dengan variabel yang diteliti.⁶⁹ Sumber data primer dalam penelitian ini didapat dari hasil wawancara dengan informan yaitu LL, NH, dan AK. Sedangkan Data Sekunder Menurut Sugiyono, merupakan sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data.⁷⁰ Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari Jurnal, artikel, Skripsi, Buku, dan media online yang membahas mengenai motivasi perilaku alturistik relawan.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi adalah metode penelitian di mana peneliti secara langsung atau tidak langsung mengamati fenomena untuk mengumpulkan data secara rinci. Tujuannya adalah untuk mendeskripsikan lingkungan yang diteliti, aktivitas yang terjadi di dalamnya, individu yang terlibat beserta perilaku dan kegiatan mereka, serta memahami makna dari kejadian tersebut menurut perspektif orang-orang yang terlibat di dalamnya. Teknik observasi memiliki karakteristik unik dibandingkan dengan metode pengumpulan data lainnya, seperti wawancara dan kuesioner. Sementara wawancara dan kuesioner melibatkan interaksi dengan individu, observasi mencakup tidak hanya komunikasi dengan manusia, tetapi juga pengamatan terhadap objek-objek alam lainnya.⁷¹

⁶⁹ Indonesia Michael Page, „Dampak Pandemi Covid-19 Pada Kegiatan Ekspor Impor (Studi Pada PT. Pelabuhan Indonesia II (PERSERO) Cabang Teluk Bayur)“, 22 (2022), 117–26.

⁷⁰ Sugiyono. “*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan RAD*”. (Bandung: CV Alfabeta). (Edisi kedua, 2022).

⁷¹ Ultavia, Anelda. et.al., (2023). Kualitatif: Memahami Karakteristik Penelitian Sebagai Metodologi. Jurnal Pendidikan Dasar. Vol.11. No.2, Hal.343.

Observasi dalam penelitian ini dilakukan sebanyak 2 kali di rumah masing-masing informan yaitu di desa gunung lurah pada Kamis, 5 September 2024, di Purbalingga kulon pada Rabu, 4 September 2024. Karena pada salah satu informan tidak berkenan dikunjungi rumahnya maka hanya sebatas bertemu di kampus UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Selain itu observasi pada subjek dilakukan pada 4 juli 2024 – 6 september 2024 secara bergantian dengan ke 3 subjek.

2. Wawancara

Wawancara adalah proses interaksi yang melibatkan pertukaran berbagai aturan, tanggung jawab, perasaan, keyakinan, motif, dan informasi. Sebagai metode pengumpulan data, wawancara banyak digunakan dalam hampir semua jenis penelitian kualitatif. Dalam penelitian ini, wawancara digunakan untuk mengumpulkan data melalui pertanyaan yang telah disetujui oleh responden.⁷²

Selain itu wawancara adalah teknik pengumpulan data dengan interview pada satu atau beberapa orang yang bersangkutan.⁷³ Pada wawancara yang digunakan dalam penelitian ini yaitu wawancara tidak terstruktur. Wawancara tidak terstruktur yang berarti pertanyaan-pertanyaan di dalamnya sangat terbuka, jarang mengarah (tidak ada pedoman), dan tentunya jawaban responden atau orang yang diwawancara sangat luas dan bervariasi.⁷⁴ Instrumen wawancara dalam penelitian ini menggunakan pedoman wawancara meliputi aspek kognitif yang dialami, jenis emosi, konflik peran yang dihadapi, dan bentuk manajemen diri dalam upaya menghadapi *double burden*.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan pengumpulan informasi atau data dengan menggunakan dokumen foto yang diambil secara langsung di

⁷² Ultavia, Anelda. et.al., (2023). Kualitatif: Memahami Karakteristik Penelitian Sebagai Metodologi. Jurnal Pendidikan Dasar. Vol.11. No.2, Hal.343.

⁷³ T. Ahmad, Metodologi Penelitian Praktis, (Yogyakarta: Teras, 2011), hlm 89.

⁷⁴ Putri restiani Ajeng dengan judul "Peran Ganda Perempuan (Studi Kasus Dosen Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto)", dimuat dalam skripsi. (purwokerto: Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H Saifuddin Zuhri, 2023), hlm, 11.

lapangan.⁷⁵ Dalam penelitian ini, dokumentasi mencakup bukti komunikasi digital antara peneliti dan subjek yang dilakukan secara online, pengambilan foto saat wawancara dan observasi penelitian sebagai bukti pendukung.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah metode yang digunakan untuk mencari dan menyusun data yang diperoleh dari wawancara dan dokumentasi secara terstruktur. Proses ini melibatkan pengklasifikasian data, mengorganisasikan informasi ke dalam kategori yang relevan, serta menguraikannya dalam bentuk item yang sesuai. Selanjutnya, teknik ini membantu dalam menentukan aspek yang akan dipelajari dan menarik kesimpulan berdasarkan hasil yang didapatkan, sehingga memudahkan pemahaman baik untuk diri sendiri maupun orang lain.⁷⁶ Dalam proses analisis data yang akan dilakukan peneliti, yaitu: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.⁷⁷

1. Reduksi Data

Reduksi data adalah langkah penting dalam proses analisis data. Ini melibatkan analisis yang bertujuan untuk memperjelas, memilih, memusatkan, menyingkirkan, dan mengatur data sedemikian rupa sehingga memungkinkan penarikan kesimpulan yang jelas dan verifikasi yang akurat.⁷⁸ Data yang kita peroleh saat wawancara dilapangan masih harus diolah untuk bisa menjadi data sesuai keinginan penelitian. Pada proses ini kita akan memilah dan menganalisis, supaya mendapatkan hasil yang matang dan utuh.

2. Penyajian Data

Penyajian data adalah proses menyusun dan menyajikan kumpulan informasi untuk mengambil keputusan atau tindakan. Dalam data kualitatif, format penyajian bisa berupa teks naratif seperti catatan lapangan, serta bisa

⁷⁵ Najila Indah Nurani, Din Azwar Uswatun, and Luthfi Hamdani Maula, „Analisis Proses Pembelajaran Matematika Berbasis Daring”, *Jrnal PGSD*, 6.1 (2020), 54–56.

⁷⁶ Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*. cet ke-21. (Bandung : Alfabeta, 2015). hal.335

⁷⁷ Fadli, Muhammad Rijal. (2021). *Memahami desain metode penelitian kualitatif*. Universitas Negeri Yogyakarta

⁷⁸ Muri yusuf, *Metode Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan)*, Jakarta, penerbit kencana 2014, hlm. 408

berupa matriks, grafik, jaringan, dan diagram.⁷⁹ Penyajian data kualitatif biasanya berbentuk teks naratif yang terbuat dari hasil catatan di lapangan, lalu dalam penelitian kualitatif ini data yang dihasilkan diolah dan dilakukan penyajian data menjadi bentuk narasi atau teks deskriptif.

3. Penarikan Kesimpulan

Pada tahap ini peneliti akan menyajikan kesimpulan dari data yang diperoleh. Peneliti berusaha menemukan makna dari data yang telah dianalisis secara mendalam. Penarikan kesimpulan ini yang nantinya akan menunjukkan bagaimana dinamika psikologi seorang mahasiswi menikah dan mengalami *double burden*.

G. Teknik Keabsahan Data

Teknik pemeriksaan keabsahan data tidak hanya digunakan untuk menyanggah apa yang telah ditanyakan kepada konsep penelitian kualitatif, yang mengatakan bahwa penelitian ini tidak bersifat ilmiah, tetapi teknik pemeriksaan keabsahan data ini merupakan sebagai tahapan yang tidak dapat dipisahkan dari tubuh pengetahuan pada penelitian kualitatif. Salah satu teknik keabsahan data adalah Triangulasi. Triangulasi diartikan juga sebagai kegiatan pengecekan data melalui beragam sumber, triangulasi di dalam penelitian ini menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi data sekunder.⁸⁰

Triangulasi sumber adalah melakukan pengecekan data yang telah diperoleh melalui berbagai sumber. Triangulasi sumber dalam penelitian ini dilakukan dengan cara membandingkan antara informasi yang disampaikan oleh subjek utama dengan yang dinformasikan oleh subjek pendukung melalui wawancara dengan subjek pendukung yaitu suami para subjek utama untuk mencari informasi mengenai kevalidan jawaban dari subjek utama. Data yang telah dianalisis tersebut dapat menghasilkan suatu kesimpulan yang selanjutnya dapat dilakukan kesepakatan (member check) dengan sumber-sumber tersebut

⁷⁹ Rijali, A..2019. ."Analisis data kualitatif. Alhadharah *Jurnal Ilmu Dakwah*, 17(33), 81-95.

⁸⁰ Arnild Augina Mekarisce, „Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Pada Penelitian Kualitatif Di Bidang Kesehatan Masyarakat“, *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT : Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 12.3 (2020), 145–51 .

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Informan

1. Deskripsi Data Informan LL

Inisial : LL istri dan AD suami

Domisili : kec. Cilongok, Banyumas

Deskripsi singkat : suami LL bekerja di BPBD kabupaten Banyumas, dan LL merupakan seorang mahasiswi UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto sekaligus memiliki bisnis online sendiri yang dikerjakan dirumah. Mereka saling kenal satu sama lain adalah pada saat sekolah tingkat SMA dan mereka merupakan teman satu sekeolah. Awal mula memutuskan menikah karena sudah cukup lama menjalin asmara (pacaran), karena dorongan orang tua yang khawatir akan menimbulkan hal yang tidak diinginkan seperti zina dan lain-lain, dan juga mereka merasa mampu akan finansial yang memadai maka mereka akhirnya memutuskan untuk menikah dan menjalankan hidup bersama sebagai suami dan istri. Sekarang mereka telah dikaruniai seorang anak perempuan yang sudah berumur 1 thn.

Selain sibuk kuliah LL juga aktif berjualan online yang dia kembangkan sendiri dari sebelum memiliki suami. Karena terjadi ekonomi yang naik turun maka pekerjaan LL ini dapat sedikit membantu suaminya. Selain itu LL juga membantu ibunya mengerjakan pekerjaan rumah tangga seperti menyiapkan sarapan untuk keluarga, berangkat ke kampus, belum lagi harus berbagi tugas dengan suami, mengurus bisnis olshop dan lain sebagainya.

Sebagai manusia biasa apalagi remaja zaman sekarang sudah tentu LL ingin terlihat eksis seperti teman-temannya juga lingkungannya, hal ini juga yang kerap dirasakan oleh LL. disamping itu banyak pertimbangan bagi LL untuk mengambil keputusan untuk hanya sekedar mengikuti keinginan. Hal ini seperti pada pernyataan LL dalam wawancaranya:

“Ya perasaan sekedar ingin jalan-jalan atau ketemu nongkrong sama teman-teman pasti ada lah, ya wajar namanya juga remaja, sebagai manusia juga pasti punya rasa bosan. Tapi yan itu ri, aku sekarang sudah nikah dan sudah punya anak lebih baik untuk menghindari hal-hal yang ngga di inginkan aku lebih milih dirumah saja jaga anak. Lagian aku juga punya olshop juga dirumah dan harus jaga anak kalo aku masih ingin jalan-jalan dan nongkrong kaya begitu nanti anak aku bagaimana.”

Dari hasil wawancara tersebut LL juga ingin seperti teman-teman seumurannya namun LL sadar akan posisinya sekarang, dia sudah tidak bisa seperti sebelum memiliki suami yang bisa bebas keluar keluar jalan dengan teman-temannya kecuali dengan izin suami ataupun pergi dengan suami. Hasil wawancara tersebut juga dikuatkan oleh argumen subjek pendukung:

“Bener mba, setelah menikah dan punya anak istri saya jadi lebih sering dirumah, lebih suka ngurus bisnis olshopnya dari rumah, untuk para pembeli juga sekarang banyak yang ambil barang sendiri kerumah, kalo ada costumers yang gabisa kerumah baru istri saya mau COD keluar rumah. Jadi kalo saya libur biasanya saya ajak jalan sekalian nyenengin anak”⁸¹

Dari hasil wawancara tersebut LL tidak menyesalinya walau banyak rintangan yang harus dia hadapi, satu persatu pasti akan berlalu dan akan menemukan jalan keluarnya.

2. Deskripsi Data Informan NH

Inisial : NH istri dan WY suami

Domisili : kec. Purbalingga Wetan , kab. purbalingga.

Deskripsi singkat : suami NH bekerja sebagai IT Support FTF Globalindo Indonesia dan NH sendiri adalah seorang mahasiswi yang masih aktif di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Awal mula kenal adalah NH mengaku melalui aplikasi islam bukan dijodohkan, dan akhirnya memutuskan untuk menikah karena ingin menghindari pacaran. Keputusan menikah ini adalah murni kemauan dari NH sendiri dan WY. Mereka mengaku bahkan menikah dengan menggunakan dana sendiri tanpa biaya dari orang tua, dan orang tua membantu hanya sekedar tenaga.⁸²

⁸¹ Hasil wawancara dengan subjek pendukung suami LL pada 19 Oktober 2024

⁸² Hasil wawancara dengan NH melalui media whatsapp, pada tanggal 5 Juli 2024.

NH menikah tepatnya pada semester 5. Karena adanya pernikahan pada saat kuliah NH mengaku sedikit kesulitan untuk menyelesaikan perkuliahan tepat waktu. Namun, dengan adanya dukungan suami dan keluarga ia berhasil lulus tepat waktu pada semester 8. Hal ini juga tak lain adalah salah satu privilege mempunyai suami yang mau mensupport setiap hal yang dilakukan istri. Setelah menikah NH dan suami yang bekerja diluar kota juga memutuskan untuk tinggal di Purbalingga berdua walupun hanya mengontrak, karena NH belum lulus dan memiliki tanggung jawab di Purwokerto maka mau tidak mau NH harus mau bolak balik dari Purbalingga ke Purwokerto. Karena setelah menikah ini NH dan WY memutuskan untuk hidup mandiri tidak bersama orang tua maupun mertuanya. Dengan begitu NH bisa belajar hidup mandiri sebagai istri yang baik, dan yang paling utama adalah menghindari konflik baik dengan keluarganya maupun keluarga dari suaminya.

Kehidupan NH baik sebelum atau sesudah menikah tidak banyak perubahan. Penyesuaiannya dengan suami berjalan dengan mudah karena mereka sudah sepakat dari sebelum menikah tentang bagaimana mereka akan menjalankan rumah tangga. Dan memang dari dulu NH maupun suaminya sudah terbiasa hidup mandiri dari sebelum menikah. Hal ini selaras dengan pernyataan NH dalam wawancaranya:

“Untuk perbedaan ga ada perbedaan yang sangat menonjol, untuk hidup mandiri pun saya maupun suami memang sudah terbiasa ketika dulu merantau, maksudnya ga ikut orang tua baik aku atau suami, terlebih lagi alhamdulillah juga aku waktu semester 5 sebelum menikah itu dapet beasiswa dari BAZNAZ yang sangat membantu, dan alhamdulillah semuanya diberi kelancaran.”⁸³

Dari pernyataan tersebut NH memang sudah bmandiri dan tidak merasakan perubahan besar yang terjadi setelah menikah. sekarang NH telah lulus kuliah, dan menjadi ibu rumah tangga dan paling kegiatan lainnya mengajar ngaji di TPQ dekat kontrakannya untuk mengisi kegiatan selain menjadi ibu rumah

⁸³ Hasil wawancara dengan NH di kampus UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal, 4 September 2024

tangga karena dia belum memutuskan mencari pekerjaan dan bekerja. Hasil wawancara tersebut juga dikuatkan oleh subjek pendukung:

“Untuk keputusan tinggal berdua memang sudah dibicarakan, dan perubahan setelah menikah menurut saya ngga ada yang menonjol juga. Karna sebelum menikah saya juga sudah biasa mandiri dan alhamdulillah untuk kebutuhan lainnya tercukupi.”⁸⁴

3. Deskripsi Data Informan AK

Inisial : AK istri dan LM suami

Domisili : kec. Tonjong , kab. Brebes

Deskripsi singkat : suami AK merupakan seorang buruh/wiraswasta dan AK sendiri adalah seorang mahasiswi yang masih aktif di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Perkenalan pertama mereka yaitu melalui temannya yang kemudian menjalin pacaran. AK dan suami akhirnya memutuskan untuk menikah walaupun AK masih menempun pendidikan di perguruan tinggi. Selain itu keputusan AK untuk menikah karena tidak ingin membebani kedua orang tuanya, karena masih memiliki adik-adik yang menjadi tanggungan orang tuanya. Keluarga AK pun menyetujui pernikahan AK karena masing-masing keluarga sudah mengetahui dan mengenal, karena mereka menjalin kedekatan cukup lama karena itu juga orang tua mereka sudah mengetahui satu sama lain.

Setelah menikah AK ikut suaminya untuk kerja karena sudah terlanjur mengajukan cuti kuliah yang mana akan dilanjut pada semester baru. Setelah memasuki semester baru dan AK mulai aktif lagi berkuliah maka dia kembali ke Purwokerto dan melanjutkan kembali studinya. AK terpaksa harus tinggal berjauhan dengan suaminya. Seluruh biaya hidupnya kini ditanggung oleh suaminya, bahkan biaya untuk kuliah. Karena cuti yang dilakukan AK maka mata kuliah yang harus diselesaikan oleh AK masih banyak dan jadwal untuk ke kampus tentunya akan padat. Hal ini juga yang memaksa mereka untuk tinggal berjauhan. Kemudian ketika ada kepentingan atau tidak ada mata kuliah sesekali AK pulang kerumah dari Purwokerto ke Brebes.

“Setelah saya aktif kuliah lagi juga kami jadi jarang ketemu, ketemu suami seminggu sekali itu saja kalo kita sama-sama libur. Atau ngga kalo suami

⁸⁴ Hasil wawancara dengan subjek pendukung suami NH pada 20 Oktober 2024

main ke purwokerto. Karena waktu itu cuti jadi kuliah aku masih full, jadi aku mutusin untuk tinggal dirumah ibuku, nanti kalo kuliah sudah longgar, atau mata kuliah sudah ga banyak lagi baru aku pulang ke tempat suami lagi.”⁸⁵

Dari hasil wawancara tersebut AK yang masih menempuh pendidikan dan menikah harus berjauhan dengan suaminya karena tuntutan keadaan. Hasil wawancara tersebut juga dikuatkan oleh subjek pendukung:

“Waktu istri masih padet kuliahnya saya LDR mba, saya di Brebes karena punya kerjaan dan istri di purwokerto. Saya sama istri ketemu ya kalo ada libur saja sama waktu senggang.”⁸⁶

Setelah AK aktif kembali pada tugas utamanya menjadi mahasiswi yang harus menyelesaikan tugas agar kuliahnya segera selesai dan tidak lagi meninggalkan suaminya. Namun pada saat kuliah sudah longgar Ak memutuskan untuk kembali tinggal dengan suaminya di Brebes yang mengharuskan dia serumah dengan mertuanya.

B. Dinamika Psikologis

1. Kognitif

Pada mahasiswi menikah merujuk pada cara mereka berpikir, memproses informasi, dan membuat keputusan dalam konteks peran yang mereka jalani. Mahasiswi menikah sering kali harus mengelola informasi dari berbagai sumber baik dari kuliah, tugas rumah tangga, hingga ekspektasi sosial. Kemampuan mereka untuk menyaring dan memprioritaskan informasi ini sangat penting untuk keberhasilan mereka dalam kedua peran.

Mahasiswi menikah sering mengalami perubahan dalam identitas dan bagaimana mereka melihat diri mereka. Mengintegrasikan peran sebagai mahasiswa dan istri dapat mempengaruhi bagaimana mereka memahami dan memandang diri sendiri. Kemampuan kognitif untuk mengidentifikasi sumber stres dan mencari cara untuk menghadapinya sangat penting. Ini termasuk strategi coping yang efektif, seperti perencanaan, organisasi, dan meminta

⁸⁵ Hasil wawancara dengan AK di kampus UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal, 4 September 2024

⁸⁶ Hasil wawancara dengan subjek pendukung suami AK pada 20 Oktober 2024

dukungan. Dalam penelitian ini dukungan suami sangat berpengaruh terhadap pengambiolan keputusan para informan, selain menjadi suami mereka juga merupakan salah satu motivasi terbesar para informan masih bertahan menempuh pendidikan. Hal ini selaras dengan ungkapan LL:

“Waktu abis punya anak kan saya cuti kuliah dan kebetulan ekonomi lagi ngga stabil, waktu itu juga saya sempet ingin udhan saja nkuiahnya biarr memperbaiki ekonimi sama bisa jaga anak saja, tapi sama suami ngga di bolehin.”

Hasil wawancara tersebut juga diperkuat oleh sub jek pendukung :

“Waktu abis melahirkan dan sempet cuti istri saya pernah ingin sudah saja kuliahnya biar bisa urus anak sama olshopnya. Jadi biar bisa bantu saya mengurus ekonomi yang memang naik turun. Tapi saya ga setuju biar istri saya menyelesaikan apa yang sudah dia mulai.”⁸⁷

Hasil wawancara tersebut juga selaras dengan ungkapan AK dalam wawancaranya :

“Waktu masih cuti sebenrnya saya sudah ingin keluar kuliah saja namun sumi melarang dan akhirnya pas semester depan saya kembali kuliah.”

Pada wawancara tersebut dikuatkan oleh subjek pendukung:

“Iya mba dulu memang istri sempet mau keluar saja ngga kuliah, tapi kan sayang udh bentar lagi mau lulus udh semester akhir jadi saya dukung terus biar selesai kuliahnya saja.”⁸⁸

2. Emosi

Menurut Hude emosi adalah suatu gejala psikofisiologis yang menimbulkan efek pada persepsi, sikap, dan tingkah laku. Emosi pada prinsipnya menggambarkan perasaan manusia menghadapi berbagai situasi yang berbeda. Emosi juga merupakan reaksi manusiawi terhadap berbagai situasi nyata maka sebenarnya tidak ada emosi baik atau emosi buruk Emosi memberi warna dalam kehidupan manusia. Pengalaman emosional juga dapat menjadi motivator penting perilaku.⁸⁹

⁸⁷ Hasil wawancara dengan subjek pendukung suami LL pada 19 Oktober 2024

⁸⁸ Hasil wawancara dengan subjek pendukung suami LL pada 19 Oktober 2024

⁸⁹ Darwis Hude.(2006). Emosi-Penjelajahan Religio-Psikologis tentang Emosi Manusia Dalam Al Qur'an. Jakarta: Erlangga, hlm. 18

Dapat dipahami bahwa emosi yaitu perasaan yang sangat kuat dan tidak terkendalikan oleh seseorang yang mana diikuti dengan perubahan psikologis baik itu luapan kemarahan, sedih, gembira, yang tidak bisa dikontrol oleh seseorang apabila datang dari dalam diri sendiri maupun dari lingkungan. Emosi juga merupakan suatu gejala psiko-fisiologis yang menimbulkan efek pada persepsi, sikap, dan tingkah laku. Emosi yang terdapat pada mahasiswi yang mengalami *double burden* ini selaras dengan emosi yang ada di dalam Al-Quran terkait langsung dengan perilaku manusia meliputi beberapa macam diantaranya:⁹⁰

- a. Emosi Senang, mahasiswi yang mengalami *double burden* disini memiliki rasa senang dalam pernikahan maupun peran yang dijalanninya. Pada awal pernikahan LL merasa bahagia dan masih merasa mampu bahwa pernikahan yang dilaluinya tidak akan berdampak apapun karna sebelum menikah LL sudah mempunyai tabungan dan suami pun sudah bekerja. Hal ini selaras dengan yang disampaikan oleh LL salah satu mahasiswi menikah:

*“Pas awal pernikahan juga saya bahagia sekali. Karna bisa nikah sama seorang yang aku cintai. Selain itu aku juga jadi ada teman ngobrol keluh kesah, yang ngedukung aku selain orang tua dan lain-lainnya.”*⁹¹

NH juga mengungkapkan bahwa dia bahagia dapat menikah karena menghindari hal-hal yang tidak diinginkan ketika pacaran seperti zina dan perbuatan lainnya yang tidak diinginkan. Hal ini juga selaras dengan yang disampaikan oleh NH salah satu informan mahasiswi menikah:

“Alhamdulillah untuk pernikahan yang saya jalani saya merasa bahagia, terlebih lagi suami yang juga memiliki prinsip sama. Memang dari awal aku udh gamau pacaran makannya saya kenal suami terus ga lama langsung menikah.”(subjek NH)

Adapun AK yang juga mengatakan bahwa dia bahagia menikah dengan suaminya karena merasa ada yang bertanggung jawab akan diirnya,

⁹⁰ Darwis Hude.(2006). Emosi-Penjelajahan Religio-Psikologis tentang Emosi Manusia Dalam Al Qur'an. Jakarta: Erlangga, hlm. 137-214

⁹¹ Hail wawancara dengan LL melalui media watsapp pada tgl 5 juli 2024.

dan mau menanggung semua kebutuhannya. Hal ini selaras dengan yang disampaikan AK salah satu informan mahasiswi menikah:

“Saya bahagia mba dengan pernikahan yang saya lakukan. Alhamdulillah juga karena pernikahan ini jadi ada yang membiayai saya dan sedikit mengurangi beban orang tua saya.”

Dari beberapa pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa disamping mahasiswi yang mengalami *double burden* mereka memiliki emosi bahagia yang terlibat didalamnya.

- b. Emosi Marah, pada mahasiswi menikah disini perasaan marah akan keadaan terladang meliputinya. Tindakan marah yang dilakukan LL yaitu diam dan menenangkan dirinya. Hal ini selaras dengan yang disampaikan oleh LL:

“Kadang kalo lagi cape dan dirumah lagi banyak kerjaan yang bikin aku marah dan stres aku Cuma bisa diem mba. Mau marah juga percuma karna ngga akan ada artinya. Jadi saya diem saja biar sedikit mereda kemarahan dna emosi saya.”

Adapun AK yang terkadang marah kan hal yang terjadi, seperti kelelahan jika pulang kuliah dan harus membantu mertuanya mengurus rumah dan lain sebagainya. Hal ini selaras dengan yang diungkapkan AK

“Kadang aku marah banget mba kalo lagi cape tapi dirumah kaya ngga ada yang ngertiin aku. Jadi aku kadang diem saja sebentar dan kadang juga ngmong ke suami kalo aku lagi cape dan ngga ingin di ganggu. Tapi kadang juga Cuma bisa negbatin saja mba soalnya kan aku tinggal sama mertua.”

- c. Emosi Sedih, hal yang membuat orang bisa bersedih seperti kegagalan, kesulitan, kecelakaan, dan kematian. Dalam peristiwa *double burden* pada mahasiswi menikah perasaan sedih kerap menyertai mereka. pada emosi ini mahasiswi yang menikah kerap kali merasakan kesedihan akan peran atau perilaku orang disekitarnya. Hal ini selaras dengan ungkapan LL dalam wawancaranya:

“Aku kadang sedih banget mba kalo ninggalin anak dirumah, aku sedih kadang takut ngga bisa jadi ibu yang baik buat anak aku. Apalagi suami aku kadang ngga ke urus kalo aku lagi subuk sama kuliah dan olshop .”

Selain LL, AK juga mengaku kerap sedih akan keadaan yang ada dalam rumah tanganya, setelah menikah dia juga harus berjauhan dengan suaminya karena keadaan. Hal ini selaras dengan pernyataan AK dalam wawancananya:

“Setelah nikah kan saya masih ambil cuti karena yang pertama orang tua saya sudah ga sanggup, sedih sebenarnya kalo inget itu. Setelah saya aktif kuliah lagi juga kami jadi jarang ketemu, ketemu suami seminggu sekali itu saja kalo kita sama-sama libur. Atau ngga kalo suami main ke purwokerto. Karena waktu itu cuti jadi kuliah aku masih full, jadi aku mutusin untuk tinggal dirumah ibuku, nanti kalo kuliah sudah longgar, atau mata kuliah sudah ga banyak lagi baru aku pulang ke tempat suami lagi.”⁹²

Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan terdapat emosi sedih yang menyertai mahasiswi menikah yang menjalankan *double burden*. Selain harus menjalankan peran ganda yang mereka alami, mereka juga dituntut untuk mengerti akan keadaan hyang menimpa mereka.

- d. Emosi Takut, Emosi takut merupakan salah satu emosi yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena berperan penting dalam mempertahankan diri dari persoalan yang bisa mengancam kehidupan. Emoi takut kerap terjadi pada mahasiswi menikah, seperti pada LL yang memiliki rasa takut tentang bagaimana mengelola tanggung jawab sebagai istri sekaligus mahasiswa, termasuk tugas rumah tangga dan studi. Hal ini selaras dengan pernyataan LL pada wawancaranya:

“Ketakutan aku akan menikah dan punya ank ini pasti ada lah, kya aku itu takut kalo aku gabisa membagi waktuku antara rumah tangga sama kuliah. belum lagi aku kan ada anak ri jati ketakutan itu tambah ke masa depan anak aku.”

3. Konflik Peran Ganda

Adanya konflik peran yang dialami oleh mahasiwi menikah akan berpengaruh dengan kepuasan dan keharmonisan mereka dalam keluarga. Perempuan bekerja pada umumnya akan merasa puas pada pernikahannya,

⁹² Hasil wawancara dengan AK di kampus UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal, 4 September 2024

karena ia dapat melakukan apa yang dia mau dan melepas ketergantungan yang lebih pada suaminya, berpenghasilan sendiri, serta memiliki pergaulan atau relasi yang lebih luas dan beragam. Selain pendapat tersebut seorang perempuan yang bekerja secara tidak langsung merasakan bahwa dirinya lebih berarti dan mempunyai harga diri yang tinggi. Kendala yang mungkin dihadapi dalam keluarga meliputi konflik dalam komunikasi, masalah ekonomi, dan kebutuhan psikologis, yang dapat menyebabkan timbulnya permasalahan. Sebuah pernikahan yang dimulai dengan saling menyembunyikan sifat-sifat masing-masing akan berpotensi memunculkan masalah dalam aspek ekonomi, komunikasi, dan kebutuhan biologis. Hambatan dalam komunikasi dapat menyebabkan kehidupan pernikahan dalam keluarga menjadi tidak harmonis, seperti hubungan yang buruk antara orang tua dan anak, serta konflik antara suami dan istri.

Dalam peran ganda disini terdapat konflik yang dapat dialami oleh individu atau mahasiswa menikah yaitu, ada tiga:⁹³

- a. Konflik pada peran itu sendiri (*person role conflict*). Ekspektasi sosial. Ada harapan dari lingkungan sekitar, seperti keluarga dan masyarakat, mengenai peran ideal sebagai istri dan mahasiswa, yang kadang bertentangan satu sama lain. Hal ini selaras dengan ungkapan LL salah satu informan:

“kalo dirumah pasti tetangga sekitar selalu kaya nuntut aku buat mandiri sama suami, karna ya mereka taunya aku udh nikah.”

Dalam ungkapan LL warga sekitar menganggap bahwa setiap anak yang sudah berkeluarga dituntut untuk mandiri dalam hal finansial maupun yang lainnya. Hal tersebut dikuatkan oleh subjek pendukung:

“Iya mba kalo warga sekitar khususnya tetangga pasti kaya selalu ngira kita gaboleh dibantu sama orang tua, kita yang harusnya selalu ngasih. Tapi pada kenyataannya kan kita juga masih belajar membangun rumah tangga.”

⁹³ Ahmad, Aminah, Ngah, Noryati, Role Conflict, Work-Family Conflict and Job Satisfaction among Single Mother Employees, (The International Journal of Humanities: 2008), hlm. 9-11

Selaras juga dengan ungkapan NH salah satu informan pada wawancranya:

“Kalo ada kegiatan pengajian atau yang lainnya, dan aku ngga ikut pasti langsung ada yang ngmong kalo bermasyarakat itu penting harus mengikuti kegiatan di lingkungan dan sebagainya.”

Menurut ungkapan diatas terdapat tekanan sosial yang menuntut mereka untuk mengikuti setiap kegiatan yang ada, namun disisi lain mahasiswi yang menikah memiliki tanggung jawab di kuliah yang biasanya menguras energi mereka. hasil wawancara tersebut dikuatkan oleh subjek pendukung:

“Iya mba kadang tetangga kalo istri ngga ikut pasti langsung tanya ke saya kenapa istri ngga ikut pengajian atau kegiatan lain yang ada di masyarakat. Ya saya Cuma bisa bilang cape buu abis kuliah.”

- b. Konflik intra peran (*intra role conflict*). Perbedaan harapan keluarga, teman, dan masyarakat mungkin memiliki pandangan berbeda tentang apa yang seharusnya dilakukan oleh mahasiswi menikah. Misalnya, ada yang mungkin menganggap bahwa fokus utama harus pada pendidikan, sementara yang lain lebih menekankan pentingnya peran sebagai istri. hal tersebut selaras dengan ungkapan NH salah satu informan:

“Kadang teman-teman dikampus sih yang kaya nuntut aku walopun udah nikah harus tetap fokus sama kuliah.”

Hasil wawancara tersebut dikuatkan oleh subjek pendukung:

“Istri biasanya cerita kalo di kampus lagi banyak tugas atau yang lainnya namun kadang kalo istri ijin buat ngga ikutan tugas atau kegiatan dan disitu kadang ada teman yang ngmong kalo dia itu harus bisa bagi waktu dan memprioritaskan pendidikannya.”

- c. Konflik antar peran (*inter role conflict*). Konflik ini terjadi ketika individu menghadapi peran ganda. Hal tersebut selaras dengan ungkapan LL, NH dan AK yang mengalami *double burden* atau peran ganda:

“Sebenarnya aku disuruh nikah tapi juga dituntut untuk selesainkuliah sama orang tua. Tapi kan keadaan yang ngga memungkinkan buat aku apalagi sekarang sudah punya anak semakin sulit.”(subjek LL)

Hasil wawancara tersebut dikuatkan oleh subjek pendukung:

“Waktu awal nikah memang dari keluarga maunya istri selesai kuliah dan menikah namun pas pertengahan pernikahan yang ekonomi anjlok dan punya anak yang bikin istri semakin kewalahan.”⁹⁴

“Karena nikah kan kemauan aku jadi dari orang tua dan keluarga dari awal sudah menegaskan buat harus selesai tepat waktu karna mengingat aku kan dapet bantuan dari BAZNAZ.” (subjek NH)

Hasil wawancara tersebut dikuatkan oleh rubjek pendukung:

“Dari awal mau nikah istri sudah menegaskan mau lulus tepat waktu makannya saya sama istri sepakat buat ngga punya anak dulu.”⁹⁵

“Teman-teman di kampus biasanya nu tut aku buat fokus saja sama pendidikan karna sudah dibiayai suami padahal disisi lain aku ngrasa kalau ngga enak sama suami makannya aku kadang lebih mentingin suami daripada kuliah aku.” (subjek AK)

Hasil wawancara tersebut dikuatkan oleh rubjek pendukung:

“Kalo istri lagi ngeluh katanya ngrepotin saya pasti selalu saya bantah, karena saya menikah juga niatnya mau sedikit membantu dia biar bisa melanjutkan pendidikannya.”⁹⁶

C. Double Burden pada Mahasiswi Menikah

Double burden atau peran ganda yang dialami para mahasiswi menikah yaitu inisial LL, NH dan AK mencerminkan bagaimana kehidupan mereka setelah menikah, terutama bagi mahasiswi yang menikah sudah memiliki anak yang mana selain bertanggung jawab atas pekerjaan rumah dan statusnya menjadi mahasiswi dia juga harus menjadi peran ibu yang baik bagi anaknya. Peran ganda yang dialami para mahasiswi menikah ini terutama pada inisial LL, NH dan AK merupakan masalah utama yang mana didalamnya terdapat juga konflik yang mewarnai perjalanan rumah tangga mereka. peran ganda yang dialami oleh LL adalah bagaimana dia harus bisa mengatur ekonomi keluarganya, menjalankan tugas perkuliahan yang banyak tertinggal dan yang paling berat adalah tidak tega meninggalkan anaknya saat ada kegiatan kuliah yang menyita waktu cukup lama sampai sehari-hari. Seperti pada ungkapan LL sebagai berikut:

⁹⁴ Hasil wawancara dengan subjek pendukung suami LL pada 19 Oktober 2024

⁹⁵ Hasil wawancara dengan subjek pendukung suami NH pada 20 Oktober 2024

⁹⁶ Hasil wawancara dengan subjek pendukung suami AK pada 20 Oktober 2024

“Apalagi waktu udah punya anak ri, aku ngrasa berat banget ninggalin anak sendirian terus di titipin sama ibu. Kaya ngrasa ga tegaa saja gitu.”⁹⁷

Hasil wawancara tersebut juga dikuatkan oleh argumen subjek pendukung:

“semenjak punya anak kalo istri mau kuliah atau kegiatan diluar rumah pasti kaya berat banget nitipin anak ke ibu katanya kasian ditinggal terus, istri juga pernah bilang kalo ditinggal berhari-hari pasti kepikiran banget.”⁹⁸

Sementara itu bagi AK juga merasakan peran ganda tersebut namun karena belum adanya buah hati dalam pernikahan mereka peran ganda yang terjadi pada mereka yaitu keluarga, ekonomi, gelisah dan kekurangan waktu. Karena adanya hal tersebutlah yang membuat AK terlambat untuk menyelesaikan tugasnya sebagai mahasiswa

“Sebenarnya berat apa engganya ya berat mba, apalagi kadang kasian sama suami yang kerja terus harus membiayai hidup aku juga belum lagi buat kuliah.”⁹⁹

Hasil wawancara tersebut juga dikuatkan oleh argumen pendukung:

“kalo istri lagi cape terus kepikiran yang ngga-ngga, stress pasti selalu bilang kasian ke aku karna sudah mau membiayai dia. Padahal itu kan sudah termasuk tanggung jawab saya sebagai suami.”¹⁰⁰

NH yang menikah karena adanya keinginan dari diri sendiri, dan kesiapan mental serta finansial yang tercukupi membuat NH bersama suaminya menjalankan peran ganda dengan perasaan tenang dan tidak terlalu membuat beban. Tetap tidak dapat dipungkiri terdapat konflik yang terjadi dalam rumah tangga mereka, namun karena adanya manajemen dan pembagian kerja yang baik antara suami dan istri maka beban tersebut merasa lebih ringan dan hal ini juga yang membuat konflik dalam rumah tangga semakin mengecil.

“Alhamdulillah mba, suami saya mau membantu dan bekerja sama dalam hal rumah tangga. Kalo aku lagi banyak tugas dan cape maka suami mau ganttin aku kadang hanya sekedar nyapu atau ngurus hal yang ringan, jadi buat aku peran ganda adaa cuman selalu dibawa dengan hati yang sabar dan mau satu sama lain melengkapi. Jadi peran ganda yang aku alami sebagai mahasiswa

⁹⁷ Hasil wawancara dengan LL di wisma unggul sumampir pada tanggal, 26 juli 2024.

⁹⁸ Hasil wawancara dengan subjek pendukung suami LL pada 19 Oktober 2024

⁹⁹ Hasil wawancara dengan AK di kampus UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal, 4 September 2024

¹⁰⁰ Hasil wawancara dengan subjek pendukung suami AK pada 20 Oktober 2024

menikah sedikit berkurang. Tapi ya tetap saja mba pasti ada saja yang bikin jadi beban kaya pandangan negatif orang pada pernikahan saya, apalagi saya kan masih kuliah jadi pasti ada saja yang ngira yang ngga-ngga.”

Hasil wawancara tersebut juga dikuatkan oleh subjek pendukung:

“Kalo istri lagi riweh banyak tugas dari kampus saya ikhlas bantu istri, kadang juga istri cerita kalo ada yang ngmongin kenapa masih kuliah mau nikah dan sebagainya.”¹⁰¹

Dari pernyataan diatas *double burden* yang dialami sangat bervariasi, mulai dari keluarga, perkuliahan, ekonomi dan mereka dituntut oleh keadaan yang mengharuskan mereka menjadi dewasa karena sudah menikah dan harus siap beradaptasi dengan lingkungan baru, belajar untuk mandiri sebagai istri dan masyarakat. Adapun ekonomi keluarga yang naik turun dapat menyebabkan istri maupun suami merasa stress dan bingung bagaimana mengatasinya. Sebagai seorang wanita yang menikah sudah tentu memiliki peran serta tanggung jawab yang besar pada keluarganya. Tanggung jawab menjadi ibu rumah tangga yang mengerjakan pekerjaan rumah, pada suami dan anaknya, peran ibu yang baik, harus mendidik anaknya, merawat serta memberikan kasih sayang terhadap anak-anaknya. Hal ini selaras dengan ungkapan LL dan AK, informan dalam penelitian ini sebagai berikut.

“Kadang bingung mba kalo ekonomi lagi nga stabil, belum lagi aku kan masih ikut ibu makannya jadi ya mau ngga mau harus manut orang tua, membantu kegiatannya dan kadang juga ngrasa ga enak ngrepotin ibu terus.”¹⁰²

Hasil wawancara tersebut dikuatkan oleh subjek pendukung:

“Namanya rumah tangga ya mba, pasti ada aja masalah ekonomi yang naik turun. Saya sebagai suami juga kadang ikut stress kalo lagi cape sama banyak pikiran.”¹⁰³

Dari hasil wawancara tersebut faktor ekonomi yang naik turun akan mengakibatkan istri maupun suami mengalami stress atau merasa gelisan, hal ini umum terjadi dalam rumah tangga.

¹⁰¹ Hasil wawancara dengan subjek pendukung suami NH pada 20 Oktober 2024

¹⁰² Hasil wawancara dengan LL di wisma unggul sumampir pada tanggal, 26 juli 2024

¹⁰³ Hasil wawancara dengan subjek pendukung suami LL pada 19 Oktober 2024

“Karena masih tinggal sama mertua mau ngga mau saya harus sangat menjaga setiap perbuatan maupun ucapan mba, belum lagi aku juga harus beradaptasi lagi sama masyarakat sekitar.”¹⁰⁴

Hasil wawancara tersebut juga dikuatkan oleh subjek pendukung:

“Istri kalo ke ibu pasti sopan banget dia nurut kalo dibilangin, sekarang juga istri sudah mulai mau berbaur sama tetangga. Misal kalo ada tukang sayur atau acara di tetangga dia pasti diajak ibu biar belajar beradaptasi juga.”¹⁰⁵

Bagi NH yang sudah menikah dan tinggal hanya dengan suami konflik yang terjadi antara ibu ataupun mertua tidak dialaminya. Peran sebagai anggota baru masyarakat yang dia alami sebagai seorang wanita yang sudah menikah. Banyak perasaan campur aduk yang mereka alami baik perasaan bahagia, sedih dan senang perasaan tersebut mewarnai rumah tangga mereka. adanya kehadiran suami dan kasih sayang yang diberikan membuat mereka merasa lebih dihargai menjadi seorang istri.

Pada umumnya faktor yang paling penting bagi perempuan yang menjalankan peran ganda antara berkeluarga dan bekerja adalah adanya dukungan dari pasangan atau suami mereka. Karena dukungan pasangan inilah seorang wanita atau istri akan merasa lebih dihargai dan akan berpengaruh lebih baik bagi wanita untuk meneruskan apa yang di cita-citakan.¹⁰⁶ Seperti yang dialami LL, NH, dan AK yang mana pasangan mereka sangat mendukung apa yang mereka jalani. Menurut ilham adriyusa dalam jurna Rika Dkk, kesulitan ekonomi merupakan sebab terjadinya pernikahan dikalangan remaja. Karena rendahnya tingkat ekonomi yang menyebabkan orang tua beranggapan bahwa dengan menikah anak akan mengurangi beban hidup keluarga, sehingga banyak remaja yang dinikahkan walaupun terkadang juga belum cukup usia.¹⁰⁷ Hal ini selaras dengan ungkapan AK salah satu informan:

¹⁰⁴ Hasil wawancara dengan AK di kampus UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal, 4 September 2024

¹⁰⁵ Hasil wawancara dengan subjek pendukung suami AK pada 20 Oktober 2024

¹⁰⁶ Saman Abdul, “Pengaruh Motivasi Kerja Dan Dukungan Suami Terhadap Stres Konflik Peran Ganda Dan Kepuasan Perkawinan Pada Wanita Karir”, dimuat dalam *jurnal Psikologi: Teori Dan Terapan*, Vol 2, No.2, 2012, hlm 94

¹⁰⁷ Rika, Eviliyanto, and Dian Equanti,. Analisis Faktor-Faktor Penyebab Pernikahan Usia dini (studi Kasus di Desa balaban, Kec. Murau, kab. Ketapang), *Jurnal Pendidikan Geografi dan Pariwisata*, Vol. 3 No. 3 Desember 2023 Geo Khatulistiwa.

“Hambatan bagi saya di faktor ekonomi, dari keluarga saya waktu itu kurang mencukupi dan saya juga masih punya adik yang masih sekolah dan membutuhkan biaya. Makannya saya sempet cuti kuliah dan akhirnya menikah dengan suami.”¹⁰⁸

Adanya kemauan dari diri sendiri karena menikah bagi sebagian orang dapat memberikan dukungan emosional dan stabilitas yang dianggap penting bagi beberapa individu. Dukungan pasangan dapat membantu mengatasi stres dan tantangan akademik. Beberapa mahasiswi mungkin memiliki komitmen pribadi atau keyakinan yang kuat tentang pernikahan, dan melihatnya sebagai bagian dari rencana hidup mereka meskipun sedang menjalani studi.¹⁰⁹

Menurut pengertin diatas terdapat banyak faktor-faktor yang melatar belakangi terjadinya *double burden* pada mahasiswi menikah diantaranya pada LL, NH, dan AK. Faktor utama dan terpenting dari adanya *double burden* ini adalah pernikahan dikalangan mahasiswi yang mereka lakukan, selain itu adanya dukungan suami yang mana menjadikan semangat tersendiri dan merasa dicintai sebagai istri, selain itu dukungan kedua orang tua sangat berarti. Tidak dapat dipungkiri faktor ekonomi, kemauan diri sendiri, dan kenakalan remaja yang menyebabkan mahasiswi menikah pada saat menempuh perkuliahan juga ikut menyertai, namun pada subjek yang saya temukan tidak ada faktor kenakalan remaja yang menyebabkan pernikahan dikalangan mahasiswa. Selain itu manajemen diri dan pengelolaan waktu antara rumah tangga dan perkuliahan, terlebih lagi bagi mahasiswi yang menikah dan memiliki anak, mereka harus lebih effort terhadap pembagian waktu yang harus diterapkan

D. Upaya Manajemen Diri dalam Menghadapi *Double Burden*

Dalam penelitian ini, manajemen diri subjek lebih berfokus pada pemahaman diri dan kesehatan mental mereka. Untuk menghadapi beban ganda yang dialami para mahasiswi yang sudah menikah, penting bagi mereka untuk berpikir positif dan menciptakan suasana hati yang rileks. Mereka juga perlu menciptakan

¹⁰⁸ Hasil wawancara dengan AK di kampus UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto pada tanggal, 4 September 2024

¹⁰⁹ Yannas, Azzahra, Annisa, Hubungan Antara Komitmen Pernikahan dengan Kepuasan Pernikahan pada Istri Generasi Milenial di Desa Prapat Janji Buntu Pane Kab. Asahan, *di muat dalam skripsi*. (Medan: Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, 2022).

lingkungan yang mendukung ketenangan, seperti mengatur waktu untuk beristirahat dan bersantai. Bagi LL, menjaga pikiran positif dan ketenangan dapat dilakukan dengan berkumpul dan jalan-jalan bersama suami dan anak. Hal ini selaras dengan ungkapan LL salah satu informan:

“Biasanya biar aku ngga suntuk dan bisa refreshing sama suami ya kalo weekend aku sama suami sempetin waktu buat sama keluarga wakau sekedar jalan-jalan, nemenin anak ke playground, liat anak seneng saja aku sebagai ibu udh seneng banget hehe, dan kadang hal kecil kaya begitu yang bikin aku sama suami lebih semangat lagi untuk bisa membangun keluarga yang harmonis.”

Hasil wawancara tersebut dikuatkan oleh argumen subjek pendukung:

“biasanya kalo weekend aku ngajak istri sama anak buat refreshing keluar, sekalian biar ngga suntuk dirumah saja. Sama itung-itung menghabiskan waktu sama keluarga.”

Menurut LL dan suami hal gtersebut dapat menambah kehangatan dalam keluarga, selain itu kedekatan bersama anak akan semakin tertanam. Yang mana anak akan merasa disayangi secara utuh oleh orang tuanya. Sementara itu, NH mendapatkan ketenangan dengan bertemu teman-temannya dan menghabiskan akhir pekan bersama suaminya. Hal ini selaras dengan pernyataan NH salah satu informan:

“Kadang mba kalo aku lagi suntuk terus bosen ya aku main lah keluar sama teman kalo abis kuliah, atau aku pulang kerumah ibu nengok orang tua dirumah, kadang kalo suami gabisa ya aku sendiri kalo suami senggang ya sama suami mba.”¹¹⁰

Hasil wawancara tersebut dikuatkan oleh argumen subjek pendukung:

“Biasanya kalo istri lagi bosen dirumah pasti dia ijin pengen main sama temennya sehabis kuliah. tapi istri juga ngga lupa sama tanggung jawab kaya misal pulang pasti sebelum aku pulang jadi dia udh nyiapin makan atau kebutuhan yang aku butuhkan.”¹¹¹

Menurut NH dan suami hal tersebut juga yang membuat hubungan suami istri semakin berkualitas, yaitu mencari kesibukan masing-masing namun tidak lupa akan tanggung jawab dan peran yang mereka jalani sekarang. lain halnya dengan

¹¹⁰ Hasil wawancara dengan NH pada 4 September 2024

¹¹¹ Hasil wawancara dengan subjek pendukung suami NH pada 20 Oktober 2024

yang diungkapkan NH untuk upaya manajemen diri dapat dilakukan dengan istirahat dan melakukan hal yang disukai. Hal ini selaras dengan pernyataan AK :

“Kalo lagi cape aku biasanya istriragat saja mba di kamar, atau kadang kalo abis kuliah aku kumpul dulu sama teman-teman biar ngga kepikiran sama pekerjaan rumah terus dan bisa sedikit menenangkan pikiran deh.”

Hasil wawancara tersebut dikuatkan oleh argumen subjek pendukung:

“Kalo istri lagi cape dia ngmong si ke aku ingin istirahat, atau engga sesekali waktu dia pulang dari kampus ingin pamit ingin main sama teman kuliahnya. Itujuga selalu aku ijinin biar bisa sedikit mengurangi rasa bosannya.”

Dari hasil wawancara tersebut AK menciptakan ketenangan dengan cukup istirahat, bertemu teman, dan melakukan pekerjaan yang disukainya. Berdasarkan pernyataan para informan tersebut terdapat beberapa upaya manajemen diri untuk menghadapi *double burden* yang ada pada mahasiswi menikah. Dengan cara ini, tertawa tidak hanya menciptakan kenangan indah, tetapi juga meningkatkan suasana hati dan mempererat hubungan interpersonal. Dengan pendekatan yang holistik dan positif, kita dapat lebih baik mengelola stres dan menghadapi tantangan sehari-hari.¹¹² Selain manajemen diri terdapat beberapa upaya untuk menghadapi *Double Burden*, diantaranya yaitu:

1. Manajemen Waktu

Manajemen waktu merupakan strategi yang penting dalam menjalankan peran ganda, karena hal ini memudahkan seorang istri untuk melaksanakan aktivitas sehari-harinya dengan teratur dan terjadwal. Seperti pada subjek LL, NH dan AK menyadari betapa pentingnya manajemen waktu, yang berdampak signifikan pada kehidupan rumah tangga mereka. Oleh karena itu, sangat penting bagi pasangan suami-istri untuk saling mendukung dalam mengelola waktu. Dengan manajemen waktu yang baik, seorang istri dapat membagi waktu antara pekerjaan, tanggung jawab rumah tangga, dan waktu untuk diri sendiri. Ini membantu mengurangi stres dan meningkatkan produktivitas.

¹¹² Dewi Rosiana, Mengatasi Konflik Peran Sebagai Karyawan dan Ibu Rumah Tangga Pada Tenaga Kerja Wanita Di Indonesia, (*Jlimbar*, Vol. 23 No. 2 April- Juni 2007: 271-287), hlm 285.

2. Manajemen keluarga

Peran ganda dalam pernikahan memiliki dampak sangat berarti pada hubungan suami-istri dan keluarga kecil mereka. Seperti subjek berinisial LL yang sudah memiliki anak menerapkan manajemen keluarga dalam rumah tangga mereka. Dalam keluarga, tanggung jawab tidak hanya terletak pada suami sebagai kepala keluarga atau pencari nafkah, tetapi juga melibatkan istri dan anak-anak agar rumah tangga tetap harmonis dan damai. Subjek LL dalam penelitian ini menerapkan prinsip ini dengan baik, karena LL menginginkan kehidupan rumah tangga yang seimbang dan tidak ada pihak yang merasa dirugikan, terutama istri yang masih menjadi seorang mahasiswi yang menjalankan peran ganda. Bagi mereka mahasiswi yang telah menikah harus mampu mengatur situasi keluarga baik di dalam maupun di luar rumah serta pada saat menjalankan perkuliahan.

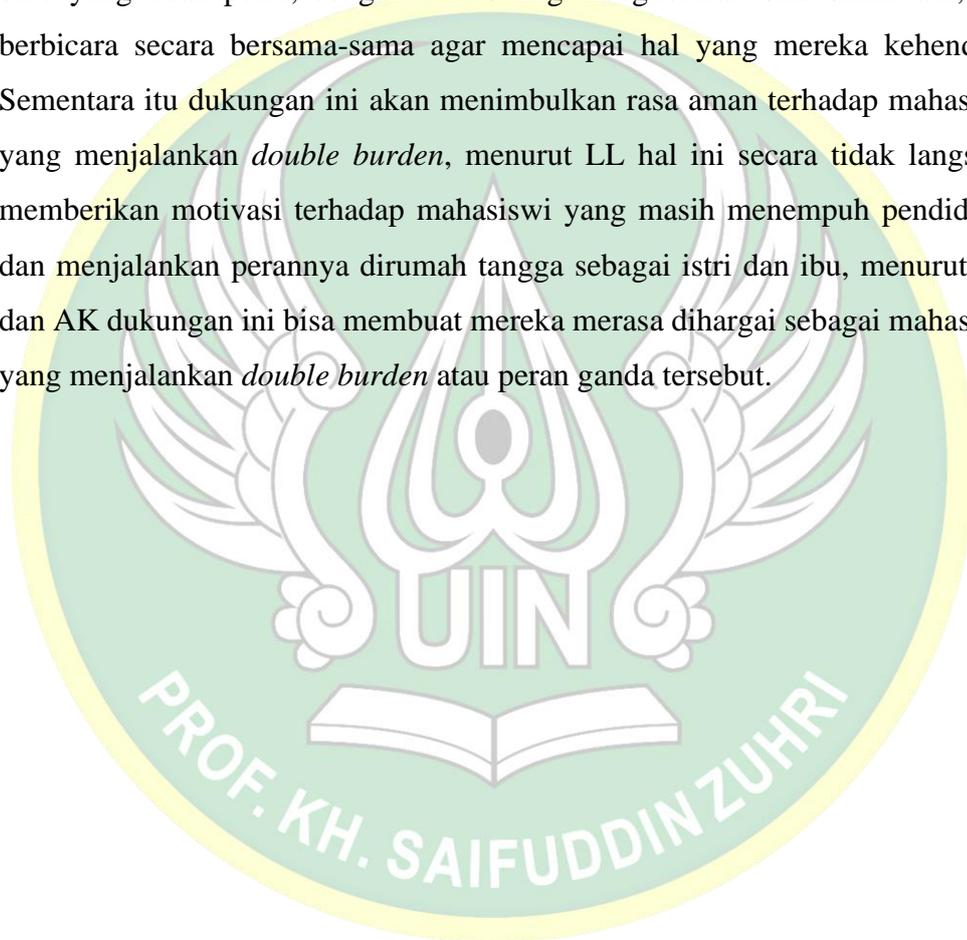
3. Manajemen Pekerjaan

Dalam upaya memastikan dapat menyempatkan *quality time* bersama keluarga, suami dan istri harus menjadi lebih efisien dan produktif dalam pekerjaan mereka. Efisiensi dan produktivitas yang tinggi memungkinkan mereka menyelesaikan tugas-tugas dengan lebih cepat dan efektif, sehingga menyisakan lebih banyak waktu berkualitas untuk keluarga. Dalam penelitian ini baik subjek LL, NH, maupun AK juga mengatur waktunya untuk pekerjaan dan keluarga, disini baik mereka para istri maupun suami sepakat untuk saling meluangkan waktu untuk sekedar bersama suami, istri, maupun anak untuk istirahat menenangkan pikiran agar mereka tidak merasa bosan atau suntuk. Selain itu pembagian tanggung jawab yang adil antara suami dan istri dapat membantu meringankan beban ganda. Suami dan istri sebaiknya saling berbagi tugas dalam hal pengasuhan anak, ekonomi, dan peran domestik untuk memastikan beban dibagi secara merata.¹¹³

¹¹³ Ningtyas, Bingar, Eva, and Dr. Muis Tamsil, *Study of Self-Management on Students That Already Married of Education State University of Surabaya*. (Studi Tentang Self-management Mahasiswa yang Sudah Menikah di Fakultas Ilmu Pendidikan Unesa)

4. Dukungan Sosial

Dalam upaya mengatasi *double burden* dikalangan mahasiswi menikah disini peran dukungan sosial sangat penting. Dengan memelihara dukunga sosial atau hubungan baik dengan keluarga, maupun teman, dan lingkungan sekitar sangat penting karena hal tersebut juga bisa mencegah sebuah permasalahan baru yang tidak perlu, dengan cara saling menghormati satu sama lain, dan berbicara secara bersama-sama agar mencapai hal yang mereka kehendaki. Sementara itu dukungan ini akan menimbulkan rasa aman terhadap mahasiswi yang menjalankan *double burden*, menurut LL hal ini secara tidak langsung memberikan motivasi terhadap mahasiswi yang masih menempuh pendidikan dan menjalankan perannya dirumah tangga sebagai istri dan ibu, menurut NH dan AK dukungan ini bisa membuat mereka merasa dihargai sebagai mahasiswi yang menjalankan *double burden* atau peran ganda tersebut.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Dapat disimpulkan Dinamika Psikologis yang terjadi pada mahasiswi yang mengalami *Double Burden* atau peran ganda dalam penelitian ini yaitu, adanya aspek Kognitif dan Emosi yang menyertai mereka. terdapat pengambilan keputusan yang diambil bersama, perasaan bahagia, marah, sedih, takut yang juga meliputi peran mereka sebagai istri maupun sebagai mahasiswi.
2. Dapat disimpulkan bahwa upaya manajemen diri untuk menghadapi *Double Burden* dalam penelitian ini yaitu, para informan harus lebih fokus terhadap pemahaman diri dan kesehatan mental mereka. Penting bagi para mahasiswi yang sudah menikah untuk berpikir positif dan menciptakan suasana hati yang tenang. Mereka juga perlu menciptakan lingkungan yang mendukung ketenangan seperti mengatur waktu untuk beristirahat dan bersantai. Selain manajemen diri terdapat beberapa upaya untuk menghadapi *Double Burden*, diantaranya yaitu manajemen waktu yang baik, manajemen keluarga yang teratur, manajemen pekerjaan yang tersusun rapih, dan tentunya dukungan sosial baik dari suami, teman, orang tua, dan bahkan keluarga dekat, serta masyarakat sekitar.

B. Saran

1. Bagi Mahasiswi yang menikah diharapkan dapat membuat keputusan yang tepat dengan mempertimbangkan risiko dan manfaatnya, serta menjalankan peran ganda dengan baik, sesuai dengan hak dan kewajiban masing-masing. Bagi mahasiswi yang belum menikah disarankan untuk mempertimbangkan dengan matang jika ingin menikah selama studi. Menjalani peran ganda memerlukan pembagian waktu, energi, dan keuangan yang cukup besar agar dapat dilakukan dengan baik.
2. Bagi keluarga diharapkan memberikan dukungan yang besar kepada mahasiswi yang sudah menikah, karena menjalankan berbagai peran secara bersamaan

tidaklah mudah tanpa bantuan dari orang-orang terdekat. Dukungan ini dapat meningkatkan pengembangan diri dan menjaga kesehatan mental mereka.

Salah satu keterbatasan penelitian ini adalah kurangnya waktu penelitian yang mengakibatkan subjek terbatas. Oleh karena itu peneliti selanjutnya diharapkan melibatkan subjek yang lebih beragam. Dan menambahkan aspek lain yang terkait dengan dinamika psikologi. Serta melakukan wawancara yang mendalam kepada setiap subjek untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih maksimal.



DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, H. Maslow. 1994. *Motivasi dan Kepribadian (Teori Motivasi dengan Pendekatan hierarki Kebutuhan Manusia)*. Jakarta: PT PBP.
- A Galuhpritta and Astuti. Dwi. Yulianti. *Pernikahan di Kalangan Mahasiswa S-1. Jurnal Psikolog Proyeksi*, Vol. 6 (2) 2011, 21-33
- Ahmad, Aminah, Ngah, Noryati, Role Conflict, Work-Family Conflict and Job Satisfaction among Single Mother Employees, (*The International Journal of Humanities*: 2008), hlm. 9-11
- Aisyah. Nur, “*Relasi Gender dalam Institusi Keluarga (Pandangan Teori Sosial dan Feminis)*”, dimuat dalam *jurnal Muwazah*, Vol 5, No.2, Desember 2013, hlm 206.
- Al-ansahari. Zakaria. Syekh, Fathul Wahab, Beirut, Darul Fikr, 1994, juz II, hal. 38
- Al-din. Zayn, Fathul Mu'in, hlm. 298
- Amin, Syahrudin, M., Perbedaan Struktur Otak dan Perilaku Belajar Antara Pria dan wanita; Eksplanasi dalam Sudut Pandang Neuro Sains dan Filsafat. *Jurnal Filsafat Indonesia*, Vol 1No 12018.
- Anonim, “*Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan dan Kompilasi Hukum Islam*“, (Bandung: Citra Umbara, 2017), hlm. 2.
- Ard., Privilese Muslimah dalam Pandangan Islam, kajian aisyah, Retrieved from <https://news.uad.ac.id/privilese-muslimah-dalam-pandangan-islam/#:~:text=Posisi%20perempuan%20dalam%…>; 2022.
- A. Yusri. Muhammad, and Malik. Abdul. *Dampak Pernikahan dalam Masa Studi pada Perkuliahan Mahasiswa diSkolah Tinggi Agama Islam Darud Dakwah Wal Irsyad (STAI DDI) MAROS. Jurnal pendidikan dan keguruan*, Vol 1, No. 01, (April 2023) ISSN 2460 – 4186, hlm. 91.
- Darwis Hude.(2006). *Emosi-Penjelajahan Religio-Psikologis tentang Emosi Manusia Dalam Al Qur'an*. Jakarta: Erlangga, hlm. 18
- Depdikbud., *Kamus Besar bahasa Indonesia.*, (cetakan 1, edisi 4)., (jakarta : Gramedia Pustaka Utama, 2008), hlm. 372.
- Dimas Satria Banyumas, “Jumlah Mahasiswa dan Tenaga Pendidik Program Studi Negeri dan Swasta Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Banyumas”,
<https://dimassatria.banyumaskab.go.id/gerbangdata/statictable/28/pendidika>

[n/517/program-studi-negeri-dan-swasta-di-bawah-kementerian-pendidikan-kebudayaan-riset-dan-teknologi-di-kabupaten-banyumas-semester-ganjil-20222023](https://doi.org/10.517/program-studi-negeri-dan-swasta-di-bawah-kementerian-pendidikan-kebudayaan-riset-dan-teknologi-di-kabupaten-banyumas-semester-ganjil-20222023). (diakses pada 10 juni 2024, pukul 17.59).

- Dr. H. Zuhri Ahmad, Lc., and MA Hj. Yumni Auffah, MA, Hak Perempuan dalam Beragama dan sebagai Anggota Masyarakat menurut Al-Qur'an, (Yogyakarta: Diandra, cet pertama, Maret 2023).
- Ervin. Nurul., Makna Konflik Peran Ganda Pada Mahasiswa Dengan Peran Ganda, Wahana Vol. 68 No. 1, hlm. 24
- Fakih Mansour., "Analisis Gender dan Transformasi Sosial". Yogyakarta: penerbit INSISTPress, hlm, 8-9.
- Ginti M.N.K., & Azis, A. (2014). Hubungan Antara Lingkungan Belajar dan Manajemen Waktu Dengan Motivasi Menyelesaikan Studi. Jurnal Magister Psikologi UMA, 6(2), 91–97.
- Hadist Imam Al Bukhori, dalam terjemahan al Qur'an Surat Al Ahzab ayat 33.
- HAKIM, MUHAMMAD FIKRI. *Peran Ganda Suami Dan Istri Dalam Pernikahan Di Kalangan Mahasiswa Strata-1 (Studi Kasus Di IAIN Ponorogo Dan UNMUH Ponorogo*. Diss. IAIN PONOROGO, 2023.
- Hidayati. Nurul. *Beban Ganda Perempuan Bekerja (Antara Domestik dan Publik)*, jurnal muzawah, Volume 7, Nomor 2, Desember 2015
- Hikmawati Fenti. (2017). Metode Penelitian, Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar. Vol. 6, Hlm. 84.
- Hurlock, Elizabeth B. 1980. Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta : Gramedia. Hlm. 231
- Idrus. Muhammad, *Metode Penelitian Ilmu Sosial Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif* (Jakarta: Erlangga, 2009), Hlm. 91.
- Inayah. Rohimatun, "Double Burden Pengusaha Batik Perempuan di Desa Bentasari Perspektif Gender (Studi Kasus Desa Bentasari Kecamatan Salem Kabupaten Brebes). Dimuat dalam skripsi (purwokerto: Fakultas Syariah Universitas Islam Negeri Prof. K.H Saifuddin Zuhri, 2023) hlm, 53-54
- Juliawati. Dosi, and Hardianti Marsela. Studi Kasus Terhadap Mahasiswa yang Menikah saat Menempuh Masa Kuliah, Jurnal Tarbawi, Vol. 13, No. 02, Juli - Desember 2017
- King, Laura. A. Psikologi Umum, Jakarta: Salemba Humanistik, 2007, hlm. 98

- Kompas data, "Tren Menikah Turun (angka pernikahan indonesia 2016-2023)". https://data.kompas.id/data/detail/kompas_statistic/65f11a29c4e9d38f008cafcc(diakses pada 10 juli 2024, pukul 16.09)
- Lewicki, R.J., B. And Saunders, D.M. (2015). *Negosiasi*. Edisi 6Buku 1: Salemba Humanika Jakarta.
- Michelle, Z. R., & Louise, L. (1997). *Women, culture and socyety*. Stanford cal: Stanford Univesity Press.
- Moleong, L. J., & Edisi, P. R. R. B. 2004. "*Metodelogi penelitian*". Bandung: Penerbit Remaja Rosdakarya. Hlm 23
- Mulyana. Dedy 2013. *Metodologi Penelitian Kualitatif: Paradigma Baru Ilmu Komunikasi Dan Ilmu Sosial Lainnya*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, hlm. 86-87.
- Nainggolan, Elizon, and Mega, Putri, Peran Wanita Karier Dalam Melaksanakan Keluarga Harmonis di Nagari Ganggo Hilia Kecamatan Bonjol Kabupaten Pasaman, (*Jendela PLS: Vol. 7 No. 1, 2022*), hlm. 64.
- Ningtias. Setia. Indra, Faktor yang Mempengaruhi Penurunan Angka Pernikahan di Indonesia, *Jurnal Registratie* 4 (2), November 2022: 87-98
- Nurhasinah. Yuli, "Mayoritas Pemuda Indonesia Menikah Muda" <https://indonesiabaik.id/infografis/mayoritas-pemuda-di-indonesia-menikah-muda> (diakses pada 10 juni 2024, pukul 15.50).
- Nurhayati, eti, *Memahami Psikologi Perempuan (integrasi & Intercomplementer Perspektif Psikologi dan Islam)*, cet. 1. (Batusangkar, STAIN Batusangkar Press, 2016), hlm. 245.
- Olson, D.H., DeFrain, J., Skogrand, L. (2011). *Marriages and Families: Intimacy, Diversity and Strength*. New York: Mc-Graw Hill, hal. 192-218.
- Putri. Restiani. Ajeng dengan judul "*Peran Ganda Perempuan (Studi Kasus Dosen Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto)*" dimuat dalam skripsi (purwokerto: Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H Saifuddin Zuhri, 2023). Hlm. 31
- reenhaus, J.H., & Buetell, N.J Sources of Conflict Between Work and Family Roles, (*Academy of Management Review Vol. 10 No. 1, 1985*), hlm. 67-69
- Rijali, A..2019. "*Analisis data kualitatif*". Alhadharah Jurnal Ilmu Dakwah, 17(33), 81-95.
- Rika, Eviliyanto, and Dian Equanti,. Analisis Faktor-Faktor Penyebab Pernikahan Usia dini (studi Kasus di Desa balaban, Kec. Murau, kab. Ketapang), *Jurnal*

Pendidikan Geografi dan Pariwisata, Vol. 3 No. 3 Desember 2023 Geo Khatulistiwa.

- Rosiana, Dewi, Mengatasi Konflik Peran Sebagai Karyawan dan Ibu Rumah Tangga Pada Tenaga Kerja Wanita Di Indonesia, (*Jlimbar*, Vol. 23 No. 2 April- Juni 2007: 271-287), hlm 283.
- Rusyadi, S. H. (2012). Hubungan antara Manajemen Waktu dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa. 1-3.
- Salsabiilaa. K.B.D. *Faktot yang Mempengaruhi Persepsi Remaja Terhadap Pernikahan Dini di Kecamatan Bogor Selatan Kota Bogor. Jurnal Keluarga Berencana* Vo.8 No.1 (2023) 48-58
- Santrock. J.W. (2003). *Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Edisi keenam. Jakarta: Erlangga
- Saman Abdul, "Pengaruh Motivasi Kerja Dan Dukungan Suami Terhadap Stres Konflik Peran Ganda Dan Kepuasan Perkawinan Pada Wanita Karir", dimuat dalam jurnal Psikologi: Teori Dan Terapan, Vol 2, No.2, 2012, hlm 94
- Sears, dkk. (1999). *Psikolog Sosial (Terjemahan) Jilid 2 (edisi ke-5)*. Jakarta: Erlangga
- Siti M, J and Puji L, M. Hum. *Wome's Dual Roles in Family Econpmic Life (Case Study: Women Laborers in The Wood Factory PT Albasia Bhumiphala Persada, Temanggung, Jawa Tengah)*, jurnal pendidikan sosiologi.
- Sobri. Ali, and Noviani, *Teori Drajat : Penyeimbang Double Burden*, jurnal kajian penelitian pendidikan dan kebudayaan., Vol.1, No.4 Oktober 2023
- Suarya, L. M., Astiti, D.P., Lestari, M.D & Indrawati, K.R. (2017). *Bahan ajar psikologi perempuan*. Denpasar: Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
- Sugiarti, Ati., Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Pernikahan Dini pada Kalangan remaja (Studi Kasus Di Kelurahan Gegunung, Kecamatan Sumber Kabupaten Cirebon), *jurnal pengembangan Masyarakat islam*, Vol 2, No 2 (2017)
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*. cet ke-21. (Bandung : Alfabeta, 2015). hal.335
- Suhertina, and Darni. "Fenomena *Double Burden* Perempuan Pemulung Muslim dalam Pengelolaan Ekonomi Keluarga." *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama dan Jender* 17.2 (2019): 183-194.
- Supartiningsih, Peran Ganda Perempuan, Sebuah Analisis Filosofis Kritis, Jurnal

Filsafat, April 2003, jilid 33, nomor 1, hlm, 43.

Susilawati, Try B, f. *Marginalisasi perempuan dalam pernikahan di kalangan mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Imam Bonjol Padang*. Jurnal Studi Islam, Gender, dan Anak. Vol. 18 No. 1 Juni 2023

T. Ahmad dan M. Khoridatul, *Pernikahan dan Hikmahnya Perspektif Hukum Islam*, jurnal Yudisia, Vol. 5, No. 2, Desember 2014, hlm. 305-306

Taminingsih. Alifiulahtin., *Gender dan Wanita Karir* (Malang: UB Press, 2017), hlm. 94

Tanzeh. Ahmad, *Metodologi Penelitian Praktis*, (Yogyakarta: Teras, 2011), hlm 89.

Ultavia, Anelda. et.al., (2023). *Kualitatif: Memahami Karakteristik Penelitian Sebagai Metodologi*. Jurnal Pendidikan Dasar. Vol.11. No.2, Hal.343.

Umari Chintan., D. kk., “Peran Ganda Perempuan Pelaku Usaha Mikro dalam Meningkatkan Ekonomi Keluarga di Pasar Tradisional Srono Kabupaten Banyuwangi”. Jurnal Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Jember 2019.

Walgito, Bimo, *Psikologi Sosial (Suatu Pengantar)*, Yogyakarta: C.V Andi Offset, 2003. Hlm. 15

Wibowo. Edi. Dwi, “Peran Ganda Perempuan dan Kesetaraan Gender”, dimuat dalam *jurnal Muwazah*, Vol 3, No.1, Juli, 2011, hlm 362.

Yannas, Azzahra, Annisa, *Hubungan Antara Komitmen Pernikahan dengan Kepuasan Pernikahan pada Istri Generasi Milenial di Desa Prapat Janji Buntu Pane Kab. Asahan*. Dimuat dalam skripsi. (Medan: Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, 2022).

Yuliana dengan judul “Beban Ganda Perempuan (Studi kasus: Kajian Sosiologi Gender Masyarakat Bontobahari Kabupaten Bulukumba)”, dimuat dalam skripsi. (makasar: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Makasar, 2018).

Yusuf Muri, *Metode Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan)*, Jakarta, penerbit kencana 2014, hlm. 408



Lampiran-Lampiran

*Lampiran 1***PANDUAN WAWANCARA**

1. Sejak kapan menikah?
2. Pada saat itu usia berapa dan masih semester berapa?
3. Apa yang membuat mbak memutuskan untuk menikah? Padahal masih kuliah?
4. Bagaimana cara memberitahu orang tua tentang keinginan untuk menikah?
5. Bagaimana tanggapan keluarga suami mengenai status yang masih mahasiswa?
6. Apakah ada halangan dari pihak suami dengan kegiatan mbak sehari-hari?
7. Bagaimana cara beradaptasi dengan keluarga dan lingkungan baru?
8. Bagaimana caranya membagi waktu antara keluarga dan kuliah?
9. Ketika bersama teman-teman di kampus yang masih single, apakah menyesal telah menikah dan sudah tidak sebebaskan lagi?
10. Bagaimana tanggapan keluarga (orang tua) mengenai kehidupan yang dijalani?
11. Apa perbedaan setelah menikah dan sebelum menikah?
12. Bagaimana cara menghadapi dan mengatasi *double burden* (peran ganda) yang dialami

Lampiran 2

Dokumentasi





*Lampiran 3***DAFTAR RIWAYAT HIDUP****1. Data Pribadi**

Nama : Riyadhoturrohmah
 Tempat dan Tanggal Lahir : Cilacap, 06 Agustus 2001
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Agama : Islam
 Status Pernikahan : Belum Menikah
 Warga Negara : Indonesia
 Alamat : Wanadadi RT 01/ RW 01, Cisumur, Kec.
 Gandrungmangu, Kab. Cilacap, Jawa
 Tengah
 Email : riyadohrohmah@gmail.com
 No. HP : 0898-5516-292

2. Riwayat Pendidikan

SD/MI : MI Ma'arif NU 01 Cisumur
 SMP/MTS : Mts Ma'arif NU 01 Sidareja
 SMA/SMK : Islamic Boarding School SMA Islam Al Kahfi
 Somalangu Kebumen
 Perguruan Tinggi : UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto

3. Pengalaman Organisasi

Sekretaris Panitia Pemilihan Mahasiswa (2022)
 Anggota Kementerian Advokasi dan Kajian Dema Eksekutif Mahasiswa
 Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri
 Purwokerto (2022-2023).
 Anggota Kementerian Keperempuanan Dema Eksekutif Mahasiswa
 Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. (2023-2024)
 Pengurus Rayon PMII Dakwah (2022-2023)