

Penguatan Kognitif Dan Emosional Ibu Dengan Peran Ganda Dalam Mempertahankan Rumah Tangga

Windy Sasmita¹, Syamsul Hadi²

^{1,2} Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Mataram

Article Info

Article history:

Received Oct 12th, 2023

Revised Nov 15th, 2023

Accepted Dec 27th, 2023

Kata Kunci:

Penguatan Kognitif,
Penguatan Emosional,
Ibu Peran Ganda,
Konseling kelompok,
Organisasi Masyarakat Sipil

ABSTRAK

This research was carried out using group counseling services provided by Civil Society Organizations (CSOs). The group counseling process aims to help mothers with multiple roles in maintaining their household and resolving the problems they face. This research uses a qualitative descriptive approach. The research subjects consisted of 3 mothers with dual roles aged 33-46 years and working as cadres in OMS. The data analysis used is data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results of the research show that cognitive and emotional strengthening efforts begin with the pre-counseling process, the initial stage, the work stage and the final stage. Mothers with multiple roles receive education and positive enthusiasm while participating in group counseling activities held at OMS. Apart from that, mothers with dual roles felt that while attending group counseling mothers with dual roles were able to solve problems because there were many solutions and motivation provided so that mothers with dual roles were able to think rationally in making decisions in an effort to maintain their household.



© 2023. Windy Sasmita. Published by Islamic Guidance and Counseling Study Program of Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. This is an open access article under the CC BY license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

Corresponding Author:

Windy Sasmita,
Email: windisasmita877@gmail.com

Pendahuluan

Keluarga merupakan kelompok primer yang terpenting dalam masyarakat. Secara histori keluarga terbentuk dari satuan yang merupakan organisasi terbatas, dan mempunyai ukuran yang minimum, terutama pihak-pihak yang pada awalnya mengadakan suatu ikatan. Keluarga tetap merupakan bagian dari masyarakat total dan lahir dan berada di dalamnya. Keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari suami istri, dan anaknya atau ibu dan anaknya. Dalam kehidupan berkeluarga, setiap anggota keluarga

memiliki hak dan kewajiban serta peran masing-masing. Peran adalah aspek dinamis kedudukan. Peran adalah proses pelaksanaan hak dan kewajiban seseorang sesuai dengan kedudukan yang sedang dijalani. Peran juga sangat mempengaruhi sikap, sifat serta perilaku seseorang yang sedang menjalani suatu peran. Peran sangat penting dalam menentukan sesuatu yang harus dilakukan seseorang kedepannya guna bisa memanfaatkan segala peluang serta kesempatan-kesempatan yang ada. Dalam kaitannya dengan peran keluarga, maka setiap aspek dalam keluarga juga mempunyai fungsi serta peran yang berbeda. Peran bapak tidak sama dengan seorang ibu, tapi tidak menutup kemungkinan adanya proses pertukaran peran antar keduanya.

Peran Bapak sangat besar dan penting dalam kehidupan suatu keluarga. Seorang Bapak adalah kepala keluarga yang memimpin, membimbing, dan melindungi keluarga dari gangguan lahir dan batin, serta mencari nafkah dan keperluan lainnya untuk anak dan istrinya. Namun tidak jarang dalam proses penerapannya, sering kali kita temui dalam kehidupan sehari-hari bahwa seorang bapak sebagai kepala keluarga tidak menjalankan kewajiban sebagaimana mestinya. Banyak ditemukan, justru yang menjalani sebagian dari tanggung jawab seorang bapak sebagai kepala keluarga adalah ibu (Stevin M.E. 2017). Dalam kodratnya seorang ibu tidak dapat dilepaskan dari perannya sebagai seorang ibu dan juga istri, ibu dianggap makhluk sosial dan budaya yang utuh apabila telah memainkan kedua peran tersebut dengan baik karena peran utama ibu adalah sebagai ibu rumah tangga yang harus memberikan tenaga dan perhatiannya demi kepentingan keluarga tanpa boleh mengharapkan imbalan, prestisi serta kekuasaan. Kondisi seperti ini juga dapat dikatakan bahwa seorang ibu melakukan peran ganda yang merupakan perilaku atau tindakan sosial yang diharapkan dapat menciptakan stabilitas dan harmoni keluarga. Bagi keluarga yang penghasilan rendah, umumnya melakukan peran ganda karena tuntutan kebutuhan hidup bagi keluarga. Meskipun suami berkewajiban sebagai pencari nafkah yang utama dalam keluarga, hal ini tidak menutupi kemungkinan bagi istri untuk bekerja, sebagai penambahan penghasilan dan tentunya untuk mencapai tingkat kesejahteraan (Ubaid Al Faruq 2018).

Kewajiban seorang ibu diantaranya adalah berbelanja, memasak, mencuci, berdandan, mengatur keuangan, dan melahirkan, serta merawat anak dan lain-lain, yang menjadikan seseorang ibu mempunyai peran yang lebih dominan dalam kehidupan suatu keluarga dibandingkan dengan peran suami (Ubaid Al Faruq 2018). Dalam praktiknya, peran terkadang tidak sesuai sebagaimana harusnya. Seperti penulis telah jabarkan

sebelumnya. kurangnya kesadaran seorang suami dengan perannya dalam keluarga, menjadikan peran seorang ibu bertambah dan terkesan berperan ganda.

Peran ganda adalah dua peran atau lebih yang dijalankan dalam waktu yang bersamaan. Dalam hal ini, peran yang dimaksud adalah peran seorang istri bagi suaminya, bagi anak-anaknya, dan peran sebagai istri yang memiliki karir atau pekerjaan di luar rumah. Peran ganda ini dijalani bersamaan dengan peranan seorang istri sebagai ibu dalam keluarganya, seperti menjadi mitra suami dalam membina rumah tangga, menyediakan kebutuhan rumah tangga, serta mengasuh dan mendidik anak-anak. Itulah yang menjadikan seorang ibu lebih berpotensi menjalani peran ganda ketimbang seorang suami (Ubaid Al Faruq 2018). Banyaknya kegiatan atau peran yang dilakukan oleh seorang istri menandakan bahwa istri tersebut mengalami beban ganda istri dalam kehidupannya. Berbagai penyebab keikutsertaan istri dalam mencari nafkah dikarenakan banyaknya kebutuhan-kebutuhan yang harus dipenuhi dalam rumah tangga, ditambah penghasilan dari pihak suami yang kurang mencukupi, atau bahkan mencukupi tetapi melainkan istri menginginkan juga untuk bekerja dan mendapatkan penghasilan sendiri (Ubaid Al Faruq 2018).

Banyaknya permasalahan yang muncul tentang peran ganda dan potensi pengaruhnya terhadap psikologi seorang yang menjalaninya maka penulis tertarik meneliti permasalahan tentang konseling kelompok sebagai upaya penguatan kognitif dan emosional ibu dengan peran ganda untuk mempertahankan rumah tangga di Organisasi Masyarakat Sipil (OMS) . Dimana di Organisasi Masyarakat Sipil (OMS) ibu dengan peran ganda ini sangat banyak kita temui, salah satu faktor yang mempengaruhi adalah kurangnya kesadaran seorang suami dengan peran yang di milikinya. Sehingga sebagai istri terpaksa menjalankan dua peran sekaligus karena jika tidak begitu maka kebutuhan hidupnya tidak tercukupi. Di Organisasi Masyarakat Sipil (OMS) ibu-ibu dengan peran ganda ini sangat membutuhkan bimbingan untuk bisa bertahan dengan rumah tangga yang mereka jalani karena tidak sedikit diantara mereka yang mengeluh dengan peran ganda yang mereka jalani sebab meskipun mereka sudah berperan ganda alam kehidupan keluarganya namun suami mereka tidak menghargai bahkan selalu berfikir negatif tentang istrinya yang bekerja di luar rumah.

Semua itu yang membuat ibu dengan peran ganda ini tidak sedikit ingin bercerai namun ada beberapa faktor yang membuat ibu dengan peran ganda di Organisasi Masyarakat Sipil (OMS) bertahan dengan rumah tangga yang mereka jalani salah satunya adalah anak dan keluarga mereka. Sehingga meskipun mereka sudah tidak ingin bertahan

dengan rumah tangganya namun mau tidak mau mereka harus tetap mempertahankan rumah tangganya dengan menjalankan semua kehidupan dengan ikhlas dan demi anak-anaknya. Anak merupakan salah satu motivasi terbesar mereka untuk mempertahankan rumah tangga mereka karena dengan melihat anak-anaknya semua lelahnya seharian bekerja menjadi hilang seketika. Tidak hanya itu untuk menghilangkan stres yang mereka alami akibat suami mereka yang tidak menjalankan tugas sebagaimana mestinya mereka selalu meluangkan waktu untuk berkumpul dengan teman-temannya sekali waktu setidaknya dengan hal itu sudah membuat para ibu dengan peran ganda ini merasa lebih tenang meskipun para ibu dengan peran ganda ini tau jika dia kembali kerumah rasa stres yang mereka alami akan terasa lagi.

Semua permasalahan yang dihadapi oleh ibu dengan peran ganda di atas maka dari pihak Organisasi Masyarakat Sipil (OMS) memberikan bimbingan konseling kelompok sebagai upaya penguatan kognitif dan emosional untuk tetap menjalankan kehidupan mereka dan mempertahankan rumah tangga mereka. Dimana konseling kelompok merupakan suatu upaya pembimbingan untuk menyelesaikan permasalahan individu yang dialami oleh masing-masing kelompok melalui kegiatan berkelompok agar tercapai perkembangan yang optimal. Itulah salah satu bimbingan yang diberikan kepada para ibu dengan peran ganda di Organisasi Masyarakat Sipil (OMS) (Ayu Ningtiyas 2020). Konseling kelompok yang diberikan oleh pihak OMS ini seperti diskusi dimana para ibu dengan peran ganda diberikan kesempatan untuk bercerita tentang apa yang terjadi pada dirinya masing-masing kemudian tutor hanya mendengarkan dan memberikan kesimpulan lalu dari cerita tersebut tutor mampu memberikan solusi kepada para ibu dengan peran ganda tersebut. Tidak hanya itu tutor juga memberikan kesempatan kepada para ibu dengan peran ganda bertanya tentang masalah yang dihadapinya lalu tutor menjawab pertanyaan tersebut.

Penguatan kognitif dan emosional adalah mengacu pada penguatan pada aspek yang sama yaitu penguatan pola pikir. Karena emosi manusia berkaitan dengan tiga aspek penting yaitu: persepsi, pengalaman, dan proses berpikir maka, dalam pengimplementasiannya, emosi terbentuk karena adanya proses berpikir yang terjadi. Dengan adanya penguatan dari segi kognisi maka, perilaku atau emosi yang tercipta dan ditampilkan juga akan mengarah ke emosi dan perilaku positif. Penguatan kognitif dan emosional yang diberikan oleh pihak Organisasi Masyarakat Sipil (OMS) adalah yang berkaitan dengan emosi seseorang seperti motivasi bagaimana tutor memberikan motivasi.

Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian dengan pendekatan deskriptif. Pendekatan deskriptif merupakan pendekatan yang bertujuan untuk mengumpulkan seluruh informasi mengenai gejala-gejala dan fenomena yang ada, dimana bahwa keadaan gejala tersebut berdasarkan dengan kondisi apa adanya saat melakukan penelitian ini (Suharsimi A 2002). Alasan peneliti menggunakan pendekatan ini adalah karena pendekatan deskriptif ini mampu mengumpulkan seluruh informasi mengenai semua hambatan peristiwa yang terjadi di lapangan.

Penelitian ini bermaksud untuk memahami peristiwa sosial yang ada menggunakan teori dan pengumpulan data. Objek dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana fungsi konseling kelompok terhadap upaya penguatan kognitif dan emosional ibu dengan peran ganda dalam mempertahankan rumah tangga. Subyek dalam penelitian ini berjumlah 3 orang ibu dengan peran ganda yang berusaha untuk mempertahankan rumah tangganya. Dan juga pihak Organisasi Masyarakat Sipil (OMS) dengan menggunakan teknik wawancara, observasi dan diskusi kemudian melakukan dokumentasi terhadap subjek yang terkait. Penelitian ini dilakukan di Organisasi Masyarakat Sipil (OMS) Perumahan Lantana Garden Blok C 13, Labuapi, Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat. Alasan peneliti mengambil lokasi ini karena lokasi ini mudah dijangkau, juga mudah untuk mendapatkan data subjek penelitian dan lokasi ini merupakan tempat yang sesuai dengan judul yang diangkat peneliti. Teknik pengumpulan data adalah sebuah cara untuk mendapatkan data-data di lapangan agar hasil penelitian dapat bermanfaat dan menjadi teori baru atau penemuan baru. Adapun teknik pengumpulan data yang dimaksud adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi (Anwar Mujahidin 2019)

Hasil Dan Pembahasan

Proses konseling kelompok sebagai upaya penguatan kognitif dan emosional ibu dengan peran ganda dalam mempertahankan rumah tangga di organisasi masyarakat

Proses konseling kelompok yang diadakan di Organisasi Masyarakat Sipil (OMS) merupakan suatu bantuan pada seorang individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Lesmana mengutip pada buku Winkel mengartikan bahwa konseling kelompok sebagai hubungan membantu dimana salah satu pihak (konselor) bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dan fungsi mental pihak lain (klien)

agar mampu menghadapi permasalahan atau konflik yang dihadapi dengan baik. Konseling kelompok juga merupakan upaya bantuan yang bersifat pencegahan, pengembangan kemampuan pribadi sebagai pemecahan masalah secara kelompok atau bersama-sama dari seorang konselor kepada klien (2016). Selain itu konseling kelompok merupakan kegiatan yang bertujuan untuk memberikan pertolongan kepada individu yang bersifat kelompok dilakukan secara berdiskusi. Secara umum bahwa layanan konseling kelompok merupakan suatu layanan yang diberikan individu dengan cara berkelompok yang bertujuan membantu individu dalam menyelesaikan masalah yang mereka hadapi dengan menggunakan penguatan kognitif (Prayitno dan Eman Amti 2004).

1. Tahapan dan cara tutor dalam menggali permasalahan ibu-ibu dengan peran ganda pada saat konseling kelompok

Konseling kelompok yang diadakan di Organisasi masyarakat Sipil (OMS) diawali dengan pengenalan masing-masing individu yang dimana maksudnya adalah ibu-ibu dengan peran ganda. Ibu-ibu dengan peran ganda kemudian dibagikan kelompok agar ibu-ibu dengan peran ganda ini mampu berkomunikasi dengan baik dan akan saling membantu satu dengan lainnya dengan teman kelompoknya. Setelah itu tutor memberikan kenyamanan serta pikiran positif kepada ibu-ibu dengan peran ganda agar mampu menceritakan semua permasalahan yang mereka hadapi. Setelah itu tutor memberikan materi tentang kesetaraan gender, peran ganda, bagaimana peran istri dan peran suami, hak-hak perempuan. Setelah itu tutor membagikan kelompok kepada masing-masing ibu-ibu dengan peran ganda kemudian tutor mulai menggali permasalahan yang dihadapi dari masing-masing ibu-ibu dengan peran ganda tersebut. tidak hanya itu tutor juga memberikan *roll play* yaitu bermain peran sesuai dengan permasalahan yang dialami, tujuannya adalah agar ibu-ibu dengan peran ganda ini mengetahui bagaimana perannya sebagai istri dalam rumah tangga sehingga ibu-ibu dengan peran ganda ini mampu untuk berfikir luas dan terbuka dalam mengambil keputusan dari masalah yang dihadapinya.

Menurut Corey dan Yalom membagikan tahapan pada saat konseling kelompok yaitu prakonseling dimana pada tahap ini sebagai seorang tutor membagikan kelompok, kemudian tahap permulaan yaitu tahap yang ditandai dengan pembentukan struktur kelompok, kemudian beralih ke tahap transisi atau peralihan dimana sebagai seorang tutor mampu membuka permasalahan-permasalahan masing-masing kelompok. Selanjutnya ke tahapan kerja dimana pada

saat ini konselor sudah mengetahui penyebab dari permasalahan yang dihadapi klien. Kemudian tahap akhir dimana pada tahap ini seorang klien mampu mendapatkan pelajaran dari permasalahan kelompok lain untuk memperbaiki dirinya (Prayitno dan Eman Amti 2004). Secara umum layanan konseling kelompok merupakan suatu layanan yang diberikan individu dengan cara berkelompok yang bertujuan membantu individu dalam menyelesaikan masalah yang mereka hadapi dengan menggunakan penguatan kognitif (Prayitno dan Eman Amti 2004).

2. Pemecahan masalah yang diberikan oleh tutor pada saat konseling kelompok

Pemecahan masalah yang diberikan oleh tutor pada saat konseling kelompok setelah menggali atau mengetahui permasalahan yang di hadapi oleh masing-masing ibu-ibu dengan peran ganda ternyata ibu-ibu dengan peran ganda ini membutuhkan motivasi, support serta teman untuk bercerita dan orang yang paham tentang permasalahan yang dihadapi. Oleh karena itu tutor memberikan motivasi-motivasi atau penguatan kognitif dan emosional, suport serta solusi dari semua persoalan yang di hadapi oleh ibu-ibu dengan peran ganda sehingga mampu membantu ibu-ibu dengan peran ganda ini untuk tetap mengubah cara pola pikir yaitu berfikir luas dan berfikir terbuka serta mengah pemikiran negatif menjadi positif dalam mengambil keputusan. Tidak hanya pemecahan masalah yang diberikan oleh tutor melainkan dari masalah ibu-ibu dengan peran ganda yang juga dijadikan sebagai pelajaran agar mampu menerima masalah keluarga yang dihadapi oleh ibu-ibu dengan peran ganda.

Gadza menyatakan bahwa konseling kelompok merupakan suatu sistem layanan bantuan yang amat baik untuk membantu. Menurut Natawidjaja R. Juga menyatakan bahwa konseling kelompok diartikan sebagai upaya bantuan kepada beberapa individu yang bertujuan untuk memberi kemudahan dalam berbagai aspek perkembangan dan pertumbuhannya. Selain itu konseling kelompok kognitif merupakan salah bentuk terapi psikososial yang bertujuan untuk mengubah pola pikir dari masing-masing individu kelompok dari negatif menjadi positif (Faizatul Amilin 2014). Selain itu pemberian konseling kelompok dengan penguatan kognitif untuk membantu setiap anggota keluarga sebagai satu kesatuan kolektif dari berbagai individu yang berbeda pemahaman dan persoalan yang berbeda dalam rumah tangga. secara lebih khusus dalam penanganan persoalan atau permasalahan dalam rumah tangga atau kehidupan berkeluarga mendapat peran penting dalam konseling untuk membantu memecahkan masalah dengan solusi serta motivasi dan pelajaran

yang didapatkan dari masalah masing-masing klien yang dilakukan oleh konselor (Ulfiah, 2021).

Hasil konseling kelompok sebagai upaya penguatan kognitif dan emosional ibu dengan peran ganda dalam mempertahankan rumah tangga di Organisasi Masyarakat Sipil (OMS)

Kondisi kognitif ibu Riska saat ini adalah ibu Riska merasa sudah terbiasa dan lebih ikhlas untuk menjalankan kehidupan rumah tangganya serta perannya sebagai ibu rumah tangga dan kepala keluarga, tidak hanya itu ibu Riska juga merasa takut untuk bekerja karena dilarang oleh suaminya namun karena keadaan membuat ibu Riska untuk tetap bekerja. Sedangkan kondisi emosional dari ibu Riska adalah ibu Riska sekarang lebih pasrah dan tetap semangat menjalankan kehidupannya bersama anak-anaknya dan juga ingin mencari hiburan dengan cara kumpul dengan teman-temannya sambil berkeluh kesah. Adapun aspek-aspek kognitif dan emosional yang dijadikan sebagai acuan dalam menjalankan peran yang di hadapi oleh ibu Riska adalah aspek kognitif yaitu aspek mengelola informasi dimana bahwa ibu Riska sekarang lebih memilih untuk mrngambil informasi informasi yang berkaitan dengan masalah yang dihadapinya yang bisa dijadikan sebagai motivasi dan solusi dalam menyelesaikan permasalahan rumah tangganya. Sedangkan aspek emosional yang ibu Riska gunakan sebagai acuan adalah aspek aktivitas mental dan juga pemecahan masalah dimana aktivitas mental ibu Riska saat ini adalah bahwa ibu Riska merasa lelah dengan peran yang dijalankan namun karena sudah terlalu lama menjalankan dua peran tersebut ibu Riska merasa nyaman dan terbiasa. Sedangkan aspek pemecahan masalalah ibu Riska sekarang lebih menjalankan dan lebih terima dengan peran ganda yang dijalani tidak hanya itu ibu Riska merasa bahwa sekarang dia lebih memikirkan kedepannya seperti masa depan anak-anak dan bagaimana cara membagi waktunya dengan anak-anaknya karena harus bekerja di luar.

Penelitian terdahulu menyatakan bahwa dalam menjalankan peran ganda bahwa kerap akan merasa kewalahan sehingga ibu dengan peran ganda ini harus mengatur strategi agar dapat membagi waktu dengan anak-anaknya dan juga pekerjaannya. Ibu dengan peran ganda juga memiliki dilema karena tidak bisa membagi waktunya namun mau tidak mau ibu dengan peran ganda ini harus tetap menjalani demi memberikan yang terbaik seperti pendidikan dan juga nafkah yang baik untuk anak-anaknya (Yola Ardila Putra 2022). Keadaan kecerdasan emosional ibu dengan peran ganda ini terbilang rendah sehingga mudah larut dan dikuasai oleh emosi yang dirasakan oleh ibu dengan peran ganda sehingga

membutuhkan hiburan terhadap dirinya sendiri serta memiliki keyakinan terhadap dirinya sendiri untuk memberikan yang terbaik kepada dirinya sendiri (Yola Ardila Putra 2022) keadaan kognisi atau kognitif bahwa ibu dengan peran ganda merasa takut karena mendapat tekanan dan juga larang untuk tidak bekerja sehingga muncul rasa takut untuk memilih apakah lanjut untuk bekerja atau tidak namun keadaan membuat ibu dengan peran ganda ini harus tetap memilih untuk bekerja (Yola Ardila Putra 2022).

Kondisi kognitif ibu Alda adalah dimana bahwa ibu Alda sekarang lebih menikmati dan juga sudah terbiasa dengan peran yang dijalankan bahkan dia merasa bangga dengan dirinya yang sekarang. Sedangkan kondisi emosional ibu Alda adalah ibu Alda merasa dirinya lebih semangat bahkan lebih menerima kehidupannya yang dijalani meskipun terkadang dia sangat sedih mengingat perlakuan suaminya yang tidak adil memberikan nafkah untuk dirinya dengan orang tua dan saudara suaminya tidak hanya itu ibu Alda juga merasa kesal karena ibu Alda juga di selingkuhi oleh suaminya, namun dari masalah tersebut ibu Alda mendapatkan ikmah sehingga sekarang ibu Alda berfikir harus memiliki keslingan dengan suaminya. Adapun aspek-aspek kognitif dan emosional dari ibu Alda adalah aspek kognitif yaitu pengolahan informasi dimana pada aspek ini bahwa ibu Alda ngerasa banyak sekali pelajaran-pelajaran yang bisa di ambil dari informasi-informasi yang didapatkan dari luar sehingga banyak memberikan solusi serta motivasi untuk dirinya. Sedangkan aspek emosional yaitu aktivitas mental dan pemecahan masalah. Aktivitas mental yaitu ibu Alda merasa sangat senang bahkan dia sangat menikmati perannya sebagai ibu rumah tangga serta kepala keluarga meskipun kadang kala dia juga merasa lelah namun karena keadaan dia tetap menjalankan perannya demi anak-anaknya. Sedangkan pemecahan masalah ibu Alda banyak mengambil pemecahan masalah dari masalah orang lain yang tidak jauh berbeda dengan masalah yang dihadapi sehingga ibu Alda mampu menyelesaikan permasalahan rumah tangganya tanpa bercerai dengan suaminya (Yola Ardila Putra 2022).

Awaru mengemukakan bahwa partisipasi wanita dalam dunia kerja telah memberikan kontribusi yang besar terhadap kesejahteraan keluarga. Keadaan tersebut membuat para wanita memiliki dua peran sekaligus, sebagai ibu rumah tangga dan juga kepala rumah tangga. Nurliana berpendapat bahwa bekerjanya kaum wanita membuat para wanita lebih maju, tangguh, semangat dan lebih mandiri dalam bergerak maupun berfikir. Semua ini berbanding terbalik dengan perempuan biasanya dimana bahwa perempuan lain lebih memilih untuk kecantikan, kehalusan, dan kerajinan. Namun peran ganda ini berbeda karena harus mengerjakan dua peran sekaligus (Yola Ardila Putra 2022)) Terakhir Kondisi

kognitif ibu Aminah adalah ibu Aminah merasa bahwa dia lebih pasrah dan sudah terbiasa karena sudah lama menjalankan perannya sebagai ibu rumah tangga dan ibu kepala keluarga sehingga ibu Aminah lebih memilih untuk jalani saja dengan ikhlas. Namun ibu Aminah juga merasa takut untuk bekerja karena suaminya yang melarang dan juga selalu mencurigai ibu Aminah bahwa ibu aminah tersebut berselingkuh sehingga membuat ibu Aminah menjadi stress. Sedangkan kondisi emosional ibu Aminah adalah ibu Aminah merasa sedih dan sangat capek dengan masalah keluarganya namun karena anak-anaknya dan orang tuanya ibu Aminah tetap semangat menjalankan perannya sebagai ibu rumah tangga dan ibu kepala keluarga. Adapun aspek-aspek kognitif dan emosional yang dijadikan sebagai acuan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi adalah aspek kognitif yaitu mengelola informasi dimana ibu Aminah lebih memilih untuk memilih dan memilah informasi yang bisa dijadikan sebagai motivasi serta solusi dalam membantu untuk tetap mempertahankan rumah tangganya. Sedangkan aspek emosional yaitu aktivitas mental dan pemecahan masalah. Aktivitas mental dimana bahwa ibu Aminah merasa sangat lelah bahkan hampir ingin menyerah dan sangat stres namun ibu Aminah tetap menjalankan perannya dengan ikhlas dan pasrah demi anak-anaknya, dan ibu Aminah juga tetap semangat demi masa depan dan mental anak-anaknya. Sedangkan pemecahan masalah. Ibu Aminah mengambil pelajaran dari apa yang dihadapinya sebagai solusi dan motivasi dan tetap bersyukur dengan masalah kehidupan yang di jalani agar rumah tangganya tetap utuh dan ibu Aminah juga merasa bahwa tidak semua masalah rumah tangga penyelesaiannya adalah perceraian. Sehingga ibu Aminah mampu menyelesaikan masalahnya.

Dari penelitian terdahulu keadaan kognisi atau kognitif bahwa ibu Aminah dengan peran ganda merasa takut karena mendapat tekanan dan juga larang untuk tidak bekerja sehingga muncul rasa takut untuk memilih apakah lanjut untuk bekerja atau tidak namun keadaan membuat ibu dengan peran ganda ini harus tetap memilih untuk bekerja. Rasa stress pun muncul akibat semua tekanan dan larang tersebut namun harus dituntut bekerja oleh keadaan. Tidak hanya itu rasa stres juga timbul dari dalam keluarga ditambah lagi dengan perlakuan suami yang melarang bekerja karena dia takut istrinya berselingkuh namun suami ini tidak mau mencari nafkah untuk istrinya. Menurut Hardja merupakan salah satu gejala dari stress yaitu gelisah, depresi, mudah marah, maupun mudah tersinggung. Semua sesuai dengan stres yang dijalani oleh masing-masing ibu dengan peran ganda yang diakibatkan karena faktor keadaan, dimana suaminya tidak mau menjalankan

tugasnya mencari nafkah (Nyoman Dita Wira Diputra Dan Made Diah Lestari). Konseling kelompok yang di adakan oleh pihak OMS berhasil karena dilihat pada saat kegiatan konseling kelompok sampai selesai bahkan sampai saat ini terlihat jelas ketiga responden ini memiliki perubahan yang sangat banyak dalam kehidupan rumah tangganya. Bahkan mereka sudah mulai menerima semua masalah yang mereka hadapi dengan ikhlas dan semangat. Mereka juga banyak mengambil pelajaran dan pengalaman yang dijadikan sebagai motivasi dan solusi dari masalah rumah tangga yang mereka hadapi sehingga mereka mampu mempertahankan rumah tangga mereka. Yang menjadi alasan mereka untuk tetap mempertahankan rumah tangga adalah anak-anaknya dan orang tuanya. Mereka tidak mau melihat mental anak-anaknya dan masa depannya rusak karena perbuatan yang dilakukan oleh mereka sebagai orang tua dan alasannya yang terakhir adalah orang tua mereka. Dan mereka juga berfikir jika ada penyelesaian masalah dengan cara lain buat apa harus dengan perpisahan.

Kesimpulan

Proses konseling kelompok yang diadakan di Organisasi Masyarakat Sipil (OMS) Desa Labuapi Kab. Lombok Barat berupa Konseling kelompok yang diadakan di Organisasi Masyarakat Sipil (OMS) merupakan kegiatan yang diawali dengan kegiatan prakonseling, tahap kerja dan tahap akhir. Proses prakonseling yakni assessment kebutuhan, identifikasi masalah, perencanaan layanan, pelaksanaan dan evakuasi. Ibu dengan peran ganda menggunakan semua pemahaman dan materi yang diberikan sebagai pelajaran dan penyelesaian masalah mereka dalam mempertahankan rumah tangga.

Hasil dari konseling kelompok sebagai upaya penguatan kognitif dan emosional ibu dengan peran ganda dalam mempertahankan rumah tangga di OMS berupa ibu dengan peran ganda ini mampu mempertahankan rumah tangganya sampai saat ini meskipun ibu dengan peran ganda ini merasa bahwa tidak ada kecocokan lagi, mati rasa bahkan tidak ada rasa sayang dan juga cinta kepada suaminya. Namun ada beberapa faktor yang membuat ibu dengan peran ganda ini mempertahankan rumah tangganya yaitu anak-anak dan orang tua mereka. Tidak hanya itu dari beberapa pemecahan masalah yang diberikan oleh pihak OMS juga membuat ibu peran ganda ini memiliki pemikiran yang luas dan berfikir positif dalam mengambil keputusan dalam permasalahan rumah tangga yang mereka hadapi. Mereka juga banyak mengambil pelajaran pada saat kegiatan konseling kelompok untuk

lebih ikhlas dalam menjalankan perannya sebagai ibu dengan peran ganda. Keadaan kognitif dan emosional ibu dengan peran ganda ini adalah pada awalnya ibu dengan peran ganda ini sudah lelah, kecewa bahkan ingin menyerah namun dengan adanya konseling kelompok yang diadakan oleh pihak OMS, ibu dengan peran ganda ini lebih ikhlas, lebih menerima bahkan memiliki pemikiran luas dan berfikir positif dalam mengambil keputusan.

Daftar Pustaka

- Ade Nurcahya, Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran Pemberian Penguatan (reinforcement) dan kreatifitas Mengajar Guru Sebagai Determinan Motivasi Belajar Siswa, Vol.5, No.1, Januari 2020, hlm 86-87
- Akhmad Fajar Prasetya (2018). M.Pd, Mengelola Emosi, Yogyakarta: K-Media.
- Ayu Ningtiyas, Layanan Konseling Kelompok Dalam Upaya Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik, Vol.1, No.1, 2020, hlm 14
- Chadek Novi Charisma Dewi, Pengaruh Stres Kerja Dan Kepuasan Kerja Karyawan Pada Bagian Tenaga Penjualan U.D Surya Raditya Negara, E-jurnal, Vol. 2, Thn 2014.
- Djunedi, Peran Ganda Dalam Keharmonisan Rumah Tangga, Jurnal Administrasi, Vol. 5, No. 1.
- Farida Nugrahani (2014), Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa, Surakarta.
- Faizatul Amilin, Jurnal Penerapan Konseling Kelompok Kognitif Perilaku Untuk Menurunkan Kecenderungan Menarik diri (Withdrawl) Pada Siswa Kelas X MIA 4 SMA NEGERI 1 Mantup Lamongan, Vol.04, No.03, 2014.
- Femmy C.M.Tasik, Jurnal Acta Diurna, Peran Ganda Ibu Rumah Tangga Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga Di Desa Allude Kecamatan Kolongan Kabupaten Taulud, Vol.VI, No.2, 2017.
- Haris Herdiansyah (2015), Wawancara Observasi dan Focus GROUPS , Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

- Hijriati, Tahapan Perkembangan Kognitif Pada Masa Early Childhood, Vol.1, No.2, Januari-Juni 2016.
- Ikhsan M Yusuf yang berjudul “Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Gangguan Emosional Siswa Di Sekolah Menengah Pertama 14 Pekanbaru (UIN Suka Riau 2021)
- Imam Gunawan (2013), Metode Penelitian Kualitatif, Jakarta:PT Bumi Aksara.
- Leni Marinda, Jurnal kajian perempuan dan keislaman, Teori Perkembangan Kognitif Jean Pieaget dan Problematikanya Pada Anak Usian Sekolah Dasar, Vol.13, No.1, April 2020.
- M. Hamdi (2018). Bimbingan dan Konseling Kelompok, Jakarta: Bumi Aksara.
- Mera Hartuti yang bebrjudul “Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII SMPN 28 Bandar Lampung (UIN Raden Intan Lampung 2017)
- Namora Lumongga Lubis Hasnida (2016), Konseling Kelompok, Jakarta: KENCANA.
- Niwayan Karang Muliayati, Hubungan Pemberian Penguatan (Reinforcement) Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Pada Siswa VIII Semester Genap SMP 2 Banyuwangi, Vol.8, No.1, Tahun 2019.
- Nyoman Dita Wira Diputra Dan Made Diah Lestari, Koping Stress Dalam Menjalani Peran Ganda Wanita Hindu Di Denpasar, Jurnal Psikologi Udayana, Vol. 2, No. 2, Thn 2015.
- Prayitno dan Eman Amti (2004), Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling, Jakarta: Rieneka Cipta.
- Riski Purnama Sari Dan Anggi Agustan, Judul Peran Ganda Ibu Rumah Tangga Studi Kasus Pada Tukang Cuci Mobil/Motor, Jurnal Of Sociology, Education Review, Vol. 1, No. 1, 2-Juli-2021.
- Samsidar, Peran Ganda Wanita dalam Rumah Tangga, Vol.12, No. 2, Desember 2019.
- Siti Ermawati, Jurnal Edutama, Peran Ganda Wanita Karir, Vol.2.No.2, Januari 2016.

- Stevin M.E. Tumbage, Peran Ganda Ibu Rumah Tangga Dalam Meningkatkan Kesejahteraan Keluarga Di Desa Allude Kecamatan Kolongan Kabpaten Talaud, Jurnal acta Diurna, Vol.6, No.2, 2017.
- Suharsimi Arikunto (2013)., Prosedur Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek, (Jakarta, PT.Rieneka Cipta 2002) hlm. 234 Imam Gunawan, Metode Penelitian Kualitatif, Jakarta:PT Bumi Aksara.
- Syamsul Hadi, Jurnal Sabilitas Emosi Perilaku Pernikahan Dini Dalam Mendidik Anak Balita, Vol. 13, No. 2, Desember 2019.
- Ubaid Al- Faruq, Peran Ganda Ibu Rumah Tangga Pada Sektor Ekonomi Informal Untuk Meningkatkan Family Welfare: Studi Pada Ibu Rumah Tangga Di Kelurahan Serua Indah Kecamatan Ciputat Yang Bekerja Sebagai Pedagang Busana, Jurnal Pendidikan, Vol. 1, No. V, Thn Mei 20118.
- Ujang Khaiyarusoleh, Konsep Dasar Perkembangan Kognitif Pada Anak Menurut Jean Pieget, Vol.5, No.1, Maret 2016.
- Yahdinil Firda Nadiroh, Jurnal Saintifika Islamica, Pengendalian Emosi, Vol.2, No.1, januari-juni 2015, hlm 56
- Yola Ardila Putra Dan , Judul Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Konflik Peran Ganda Ibu Bekerja Saat Pandemi Covid-19 di Kecamatan IV Koto Aur Malintang, Jurnal Pysicological Students, Vol. 1, No. 2, Tahaun 2022.