

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PSYCHOLOGICAL ADJUSTMENT PADA IBU RUMAH TANGGA

Siti Alsurra¹, Raudatussalamah², Mukhlis³, Alma Yulianti⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi,
Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
e-Mail: sitiasurra92@gmail.com

ABSTRACT

Housewives are vulnerable to experiencing emotional disturbances, even severe depression, due to the lack of assistance to alleviate their difficulties or changes in their lives. One of the significant factors related to psychological adjustment is social support. This study aims to determine the relationship between social support and psychological adjustment in housewives. The research design is correlational, using non-probability sampling techniques, and data analysis using Pearson correlation test. The study subjects consisted of 100 housewives in Kampung Tengah, Sukajadi District, Pekanbaru City. Research data were obtained using the Social Provisions Scale to measure social support ($\alpha = 0.931$) and the Psychological Adjustment scale to measure Psychological Adjustment ($\alpha = 0.831$). The analysis technique used was the Pearson product-moment. The results showed that there was a significant correlation between social support and psychological adjustment with a significance value of $P = 0.000$ ($p < 0.05$) with a contribution value of 59.2%. This means that housewives can make psychological adjustments, and the level of social support received by them is high. This study found a positive relationship between social support and psychological adjustment with a correlation coefficient of 59.2%.

Keywords: Social Support, Psychological Adjustment, Housewives

ABSTRAK

Ibu rumah tangga rentan mengalami gangguan emosional hingga depresi yang buruk akibat tidak adanya bantuan yang meringankan kesulitan ataupun perubahan kehidupan yang dialaminya. Salah satu faktor yang berhubungan signifikan dengan penyesuaian psikologis adalah dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian psikologis pada ibu rumah tangga. Desain penelitian ini adalah korelasional, teknik pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* dan analisis data menggunakan uji korelasi *pearson*. Subjek penelitian ini berjumlah 100 ibu rumah tangga di Kelurahan Kampung Tengah Kecamatan Sukajadi Kota Pekanbaru. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan skala *Social Provisions Scale* untuk mengukur dukungan sosial ($\alpha = 0,931$) dan skala *Psychological Adjusment* untuk mengukur *Psychological Adjusment* ($\alpha = 0,831$). Teknik Analisis yang digunakan adalah *pearson product moment*. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dan *psychological adjustment* dengan nilai signifikan sebesar $P = 0,000$ ($p < 0,05$) dengan nilai sumbangsih sebesar 59,2%, ini berarti ibu rumah tangga mampu melakukan penyesuaian psikologis dan tingkat dukungan sosial yang diterima pada ibu rumah tangga tinggi. Pada penelitian ini menemukan adanya hubungan positif antara dukungan sosial dengan *Psychological Adjustment* dengan koefisien korelasi sebesar 59,2%.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, *Psychological Adjustment*, Ibu Rumah Tangga

Pendahuluan

Ibu rumah tangga merupakan salah satu peran gender utama yang dipikulkan pada perempuan. Sebagai seorang ibu rumah tangga, mereka biasanya menghabiskan sebagian besar waktunya di rumah untuk merawat keluarga dan rumah tangga. Terkadang, ini dapat menyebabkan perasaan isolasi atau kebosanan, dan dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang (Kaplan, 2021). Peran sebagai ibu rumah tangga merupakan peran gender berat yang wajib dilakukan oleh hampir semua perempuan, baik mereka bekerja atau tidak, terutama dalam masyarakat patriarkal (Vizard, 2019).

Masyarakat patriarkal ialah masyarakat yang dimana laki-laki memiliki kekuatan dan kontrol. Perempuan biasanya dieksploitasi, dirugikan dan mempunyai status yang lebih rendah. (Israpil, 2017). Budaya dalam masyarakat patriarkal, seringkali mengharapkan perempuan berperilaku pasif, emosional, patuh, dan rela berkorban. Selain itu, perempuan sebagai ibu rumah tangga diharapkan pula dapat memenuhi ekspektasi sosial yang diterapkan pada peran mereka, seperti menjadi ibu yang sempurna dan merawat anak-anak dan keluarga mereka dengan baik. Hal ini dapat menyebabkan stress dan kecemasan yang berlebihan jika mereka tidak dapat memenuhi ekspektasi tersebut (Boz et al., 2018). Harapan-harapan ini, terungkap sejak masa kanak-kanak, diinternalisasi dari waktu ke waktu dan berdampak buruk pada keberadaan perempuan dalam hubungan sosial (Soylu & Kağnıcı, 2015).

Perempuan yang akan menjadi sosok ibu rumah tangga diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan peran baru dalam kehidupan mereka. Sebelum menjadi ibu rumah tangga, ada sebagian perempuan yang bekerja di luar rumah atau menghabiskan waktu di luar rumah dengan teman-teman atau keluarga. Namun setelah menjalani peran sebagai ibu rumah tangga, mereka menghabiskan sebagian besar waktu di rumah, dan kondisi ini dapat menyebabkan masalah mental. Ini sesuai dengan hasil penelitian Klumb dan Lampert (2004) bahwa ibu rumah tangga lebih banyak mengalami gangguan kesehatan mental daripada wanita pekerja. Penyebab yang dapat merusak aspek mental dan emosional ibu rumah tangga adalah karakteristik dan stereotip yang terkait dengan pekerjaan rumah tangga. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa rutinitas, kemonotonan sehari-hari ibu rumah tangga, dan penurunan nilai pada pekerjaan rumah tangga adalah faktor yang telah dibuktikan pengaruh buruknya bagi kesehatan mental.

Penelitian tentang ibu rumah tangga yang dilakukan Panwar dan Srivastava (2019) menemukan hasil bahwa kepuasan hidup ibu rumah tangga lebih rendah dibandingkan ibu bekerja. Kurangnya dukungan keluarga dan diabaikannya kemampuan ibu rumah tangga untuk bekerja merupakan salah satu faktor umum dari rendahnya kualitas hidup mereka. Kegelisahan finansial, ketidaksetaraan di rumah, martabat yang dipandang rendah, ego dari pasangan laki-laki juga ditemukan sebagai faktor penguat stres diantara beberapa ibu rumah tangga. Sumber daya untuk mengatasi stres mencakup atribut sosial dan psikologis yang dapat digunakan seseorang untuk mengelola pemicu stres atau reaksi emosional seseorang terhadap pemicu stres tersebut (Taylor dan Stanton, 2007) Selama proses tersebut, ibu rumah tangga membutuhkan bantuan sosial dan psikologis yang sehat, supaya psikologis ibu rumah

tangga dalam keadaan yang sehat dibutuhkan adaptasi atau penyesuaian dalam menghadapi perubahan kehidupannya. Adaptasi psikologis dalam menghadapi kesulitan yang dialami ibu rumah tangga disebut *Psychological adjustment*.

Psychological Adjustment adalah kemampuan yang memungkinkan ibu rumah tangga mampu mengatasi stres yang dialami dan memastikan keberhasilan mereka menhadapi tantangan secara efektif (Cruz *et al.*, 2020). Ibu rumah tangga dengan *psychological adjustment* yang tinggi memiliki kemampuan untuk memahami realitas dengan akurat dan terbebas dari gangguan pikiran, sehingga memungkinkan mereka mampu mempertahankan keberfungsian mereka. Selain itu, mereka digambarkan dengan harga diri yang tinggi dan memiliki penguasaan terhadap lingkungan. Dengan kondisi itu, maka setiap permasalahan dapat mereka hadapi tanpa harus mengalami kecemasan dan depresi. Dalam hal ini, *psychological adjustment* menjadi penting untuk membantu ibu rumah tangga mengatasi perubahan dan tantangan dalam hidup mereka.

Psychological adjustment ini jika tidak dimiliki oleh ibu rumah tangga, mereka akan dapat mengalami depresi dan ini sangat berbahaya untuk masa depan keluarga. Ibu rumah tangga yang mengalami depresi ditemukan di Pekanbaru, ini seperti kasus yang dialami seorang ibu rumah tangga usia 31 tahun gantung diri karena kesulitan ekonomi dan juga sering bertengkar dengan suami (Baidi, 2021). Kasus lainnya yaitu seorang ibu rumah tangga melakukan tindakan gantung diri setelah membunuh anak-anaknya yang berusia enam tahun dan enam bulan yang disebabkan oleh pertengkaran dengan suami (Asifa dan Tanjung, 2020). Kasus serupa terjadi di tahun 2022, seorang ibu rumah tangga tewas gantung diri akibat stress yang dialaminya (Polda Riau, 2022), kasus lainnya yaitu seorang ibu rumah tangga yang sudah menjanda dengan 2 orang anak melakukan aksi bunuh diri hal ini terjadi karena ibu ini mengalami depresi karena terlilit hutang namun digagalkan oleh warga setempat dan bantuan polisi (JPNN, 2023).

Dalam rangka membantu ibu rumah tangga meningkatkan kemampuan *psychological adjustment*, maka diperlukan atribut sosial salah satu contohnya ialah dukungan sosial. Ini sesuai dengan pernyataan Searle dan Ward (1990) bahwa *psychological adjustment* dapat dipengaruhi oleh perubahan kehidupan, kepribadian, dan dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan salah satu faktor dapat berperan penting dalam membantu individu memiliki kemampuan *psychological adjustment* untuk mengatasi perubahan dan tantangan dalam hidup mereka, sehingga *psychological adjustment* memiliki hubungan yang erat dengan dukungan sosial.

Weiss (1974) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan sebuah proses hubungan interpersonal yang meningkatkan atau mempertahankan kesejahteraan individu saat berhadapan dengan stres. Dukungan tersebut memberikan ibu rumah tangga kenyamanan, bantuan, dan informasi yang diterima melalui hubungan formal atau informal dengan individu lain, sehingga dapat mengurangi beban dan kegelisahan yang mengiringi keseharian mereka yang monoton. Oleh karena itu, penting bagi ibu untuk membangun jaringan dukungan sosial yang kuat dan mencari dukungan sosial ketika dibutuhkan.

Dukungan sosial dapat membantu individu merasa didukung dan diterima, meningkatkan perasaan memiliki kendali dalam hidup, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan (Liu *et al.*, 2014). Ibu rumah tangga yang memperoleh dukungan sosial yang kuat biasanya lebih mampu mengatasi stres dan masalah hidup dengan lebih efektif, serta lebih mampu menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi dalam hidup mereka. Dukungan sosial terbukti memiliki korelasi negatif dengan tingkat stres dan depresi pasca ibu melahirkan (Siew dan Ni, 2011). Dukungan sosial yang diterima dapat membuat ibu rumah tangga merasa tenang, diperhatikan, timbul rasa percaya diri dan merasa kompeten. Ibu yang merasa bahwa ada orang lain yang ikut memperhatikannya, dan mendengarkan keluh kesahnya (Vebrina, 2014).

Dukungan sosial sudah pernah diteliti dan hasilnya cukup berpengaruh mempertahankan kesejahteraan individu saat berhadapan dengan stres yang dialami karena dapat meningkatkan *psychological adjustment* dalam salah satu penelitiannya Sari dan Hurriyati (2022) melaporkan bahwa terdapat hubungan signifikan yaitu sebesar 34,3% antara dukungan sosial dengan *psychological adjustment* pada narapidana wanita. Semakin tinggi bantuan yang diterima oleh seseorang dari lingkungan sosialnya, maka semakin tinggi kemampuan mereka untuk mempertahankan keberfungsian mereka terlepas dari berbagai risiko yang mengancam kesehatan mental. Seseorang dengan dukungan sosial yang tinggi akan mempunyai kemampuan *psychological adjustment* yang tinggi juga dan sebaliknya jika dukungan sosial rendah maka kemampuan *psychological adjustment*nya rendah (Subarkah & Resyanta, 2021)

Penelitian-penelitian terdahulu yang meneliti hubungan *psychological adjustment* dengan dukungan sosial sudah pernah dilakukan, namun belum ada yang spesifik menjadikan ibu rumah tangga sebagai subjeknya. Penelitian yang meneliti hubungan *psychological adjustment* dengan dukungan sosial pernah dilakukan oleh Hapsari (2021) dan Sari dan Hurriyati (2022) yang meneliti Narapidana Wanita. Oleh karena itu penelitian ini dirasa penting untuk diteliti dikarenakan belum banyak penelitian yang membahas mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological adjustment* pada ibu rumah tangga.

METODE PENELITIAN

Responden Penelitian

Responden pada penelitian ini melibatkan 100 Ibu Rumah Tangga di Kampung Tengah Kecamatan Sukajadi Kota Pekanbaru dengan kriteria benar-benar ibu rumah tangga tidak memiliki pekerjaan sampingan dan menikah selama lebih dari 3 tahun.

Instrumen Penelitian

Skala dukungan sosial dalam penelitian ini menggunakan adaptasi dari *Social Provision Scale* (SPS) yang dikembangkan Cutrona dan Russell (1987) dari teori Weiss (1974) yang terdiri dari 24 aitem dengan aspek kelekatan, integrasi sosial, pengakuan akan keberhargaan, rekan yang dapat dipercaya, bimbingan, dan kesempatan untuk membina. Sedangkan Alat ukur

yang digunakan untuk mengukur *psychological adjustment* adalah Skala *Psychological Adjustment* yang dimodifikasi dari skala yang dibuat oleh Aulia (2018) dikembangkan dari teori DeVito (1981). Skala *Psychological Adjustment* terdiri dari aspek persepsi terhadap kenyataan, kecemasan, harga diri, depresi, penguasaan lingkungan, dan kemarahan. Teknik analisis dengan menggunakan Teknik korelasi Pearson Correlation Product Moment dengan bantuan program computer yaitu *SPSS (Statistical Product and Service Solution) versi 24.0 for Windows*.

Hasil

1. Uji Asumsi

Uji Normalitas

Hasil analisis ditemukan rasio skewness untuk variabel *psychological adjustment* berada pada rentang -2 sampai +2 yaitu sebesar -1,941 rasio skewness dan 0,816 rasio *kurtosis* nya, artinya data *psychological adjustment* berdistribusi normal. Rasio skewness untuk variabel dukungan sosial didapat sebesar -0,975 dan rasio kurtosisnya 0,025 artinya data variabel dukungan sosial berdistribusi normal dalam rentang -2 sampai +2.

Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah kedua variabel mempunyai hubungan yang linear. Hubungan antara variable-variabel dikatakan linear apabila berada pada satu garis lurus dengan nilai koefisien $p < 0,05$ dan sebaliknya hubungan antara kedua variabel dikatakan tidak linear apabila $p > 0,05$. Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa nilai *F Linierity* adalah sebesar 54,975 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Sedangkan nilai *F Deviation from Linearity* adalah sebesar 1,234 dengan $p = 0,259$. Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa variable penelitian ini saling berhubungan secara linear atau mengikuti garis lurus. Hasil uji linieritas dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Hasil Uji Linieritas

Variabel		F	p	Keterangan
Dukungan sosial *	<i>Deviation from</i>	1,234	0.259	Linear
<i>Psychological adjustment</i>	<i>linearity</i>			
	<i>Linearity</i>	54,975	0.000	Linear

2. Uji Hipotesis

Hasil analisa koefisien korelasi antara dukungan sosial dengan *psychological adjustment* menunjukkan nilai $r = 0.592$ dan $p = 0.000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan *psychological adjustment* pada ibu rumah tangga sehingga hipotesis diterima.

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Korelasi (r)	Taraf Signifikansi (p)	Keterangan
Dukungan sosial dengan <i>Psychological adjustment</i>	0.592	0.000	Hipotesis diterima

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *psychological adjustment* dengan dukungan sosial pada ibu rumah tangga. Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi *product moment pearson* yang diperoleh bahwa hipotesis diterima yang dibuktikan dengan nilai $p < 0,05$ yaitu $p = 0,000$. yang artinya terdapat hubungan antara *psychological adjustment* dengan dukungan sosial pada ibu rumah tangga. Sehingga semakin tinggi dukungan sosial pada ibu rumah tangga maka semakin tinggi pula *psychological adjustment* nya. Begitupula sebaliknya semakin rendah dukungan sosial pada ibu rumah tangga maka semakin rendah pula *psychological adjustment* nya.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, ditemukan bahwa hipotesis penelitian ini, terdapat hubungan yang positif antara *psychological adjustment* dengan dukungan sosial pada ibu rumah tangga, hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *psychological adjustment* dengan dukungan sosial. Hasil analisis yang menunjukkan korelasi positif antar kedua variabel sejalan dengan penelitian yang dilakukan. Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Sarason (Hartanti, 2002) menyatakan dukungan sosial sebagai suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu, yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya, dari interaksi ini individu menjadi tau bahwa orang lain memperhatikan, menghargai dan mencintai dirinya. Individu yang mendapatkan perhatian seperti ini akan termotivasi untuk mencapai tujuan atau keinginan dengan karena banyak orang yang mendukung dirinya.

Berdasarkan hasil kategorisasi tingkat dukungan sosial pada ibu rumah tangga berada pada kategori tinggi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial yang dimiliki ibu rumah tangga sudah tinggi, hal ini dapat diyakini bahwa berdasarkan karakteristik responden mayoritas adalah berstatus menikah dalam artian masih memiliki keluarga yang lengkap. (Azhima & Indrawati, 2018) menyatakan bahwa kondisi sosio-emosional individu dipengaruhi oleh keluarga yang saling menyayangi dan menerima antar individu sehingga berdampak positif pada kepuasan diri masing-masing individu. Hal ini yang kemudian dapat memengaruhi *psychological adjustment* mereka sebagai ibu rumah tangga.

Selanjutnya Sarafino (dalam Nurmalasari, 2007) menyatakan bahwa tidak semua orang mendapatkan dukungan sosial seperti apa yang diharapkannya. setidaknya ada faktor yang menyebabkan seseorang menerima dukungan, yaitu yang pertama potensi penerima

dukungan. Seseorang tidak mungkin memperoleh dukungan sosial seperti yang diharapkannya jika dia tidak bersosial, tidak pernah menolong orang lain, serta tidak membiarkan orang lain mengetahui bahwa dirinya memerlukan pertolongan. Misalkan saat individu tidak mempunyai hubungan sosial dengan orang lain, individu pasti tidak mempunyai keyakinan kepada seseorang yang dapat diandalkan ketika mengalami masalah, atau individu merasa membutuhkan orang lain saat mengalami masalah tetapi individu tidak ingin menyusahkan atau merepotkan orang lain. Dan yang kedua potensi penyedia dukungan. Seseorang yang seharusnya menjadi penyedia dukungan terkadang tidak mempunyai sesuatu yang dibutuhkan orang lain, atau mungkin mengalami stress sehingga tidak memikirkan orang lain, atau bisa saja tidak sadar akan kebutuhan orang lain. Sarafino berpendapat bahwa kebutuhan atau kemampuan sumber dukungan sosial mengalami perubahan sepanjang hidup seseorang, keluarga merupakan lingkungan pertama individu dalam proses sosialisasinya (Sarafino, 1990).

Tidak hanya berasal dari dukungan keluarga inti saja, dukungan dari lingkungan sekitar juga menjadi pendukung dalam proses pengambilan keputusan. Dukungan dari keluarga menjadi salah satu pendorong alasan wanita untuk menjadi ibu rumah tangga. Dukungan dari keluarga dan lingkungan sosial mampu membantu ibu rumah tangga untuk beradaptasi dengan statusnya yang berubah (Devi & Fourianalistyawati, 2018). Saat keluarga mendukung dan membantu meringankan beban saat proses adaptasi, hal tersebut dapat mempercepat proses adaptasi ibu.

Lebih lanjut, temuan dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui temuan penelitian yang dilakukan oleh Widiyawati dkk., (2021) yang menjelaskan bahwa keuntungan yang diperoleh dari individu yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi salah satunya adalah menjadi individu dengan sifat optimis dalam menghadapi permasalahan dalam hidupnya. Bukan hanya memiliki dampak yang tinggi namun juga mengakibatkan efek yang rendah yaitu kepercayaan tinggi yang dimiliki oleh seseorang yang mengakibatkan mudah mempercayai informasi yang didapatkan meskipun informasi yang diterima merugikan atau bersifat kabur.

Berdasarkan hasil kategorisasi tingkat *psychological adjustment* pada ibu rumah tangga berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan apabila seseorang memiliki *psychological adjustment* yang tinggi maka individu tidak akan mengalami kesulitan seperti ketika menghadapi kecemasan, depresi, menahan amarah dan penguasaan lingkungan. Seperti halnya pada dukungan sosial, kondisi ini juga dapat diartikan aspek- aspek yang terdapat dalam variabel penyesuaian diri yaitu: keharmonisan diri pribadi; keharmonisan dengan lingkungan; kemampuan mengatasi ketegangan, konflik, dan frustrasi belum sepenuhnya menjadi bagian dari perilaku karakter subjek dalam bersosialisasi dengan lingkungan. Menurut Hurlock (2006) individu yang memiliki penyesuaian diri memadai apabila memiliki beberapa karakteristik sebagai berikut: (a) kenyamanan psikis (*psychological comfort*), penyesuaian diri yang berhasil atau memadaikan menimbulkan kepuasan psikis, sedangkan

yang tidak berhasilakan menimbulkan rasa tidak puas, kecewa, gelisah, lesu, dan depresi (b) penerimaan sosial (*social acceptance*), penyesuaian diri berhasil baik apabila menimbulkan sikap setuju atau penerimaan dari masyarakat.

Lebih lanjut, temuan dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui temuan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu dan Arianti (2020) mengemukakan bahwa masalah yang dapat timbul pada individu yang mengalami penyesuaian diri yang rendah yaitu, stress, kurang dapat berinteraksi sosial dengan orang lain dilingkungan sekitar dan muncul rasa kesepian. Nadlyfah dan Kustanti (2020) mengemukakan bahwa penyesuaian diri yang baik adalah ketika individu dapat menunjukkan sikap yang ramah terhadap orang lain, ikut berpartisipasi dan dapat menjalankan perannya dalam suatu lingkungan.

Simpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pembahasan mengenai “hubungan antara dukungan sosial terhadap *psychological adjustment* pada ibu rumah tangga” didapatkan kesimpulan bahwa hasil uji hipotesis menunjukkan terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological adjustment* pada ibu rumah tangga, artinya semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin tinggi pula *psychological adjustment* yang dimilikinya dan berdasarkan hasil deskriptif variabel penelitian, menunjukkan bahwa dukungan sosial yang dimiliki oleh ibu rumah tangga berada pada kategori tinggi, begitu pula dengan *psychological adjustment* berada pada kategori tinggi.

Referensi

- Agung, I.M. (2016). Modul Praktikum SPSS. Pekanbaru : Fakultas Psikologi Uin Suska Riau.
- Ano, G. G., & Vasconcelles, E. B. (2005). Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 61(4), 461–480. <https://doi.org/10.1002/jclp.20049>
- Aulia, A. F. (2018). *Psychological Adjustment dan Resiliensi pada Narapidana Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kleas IIA Malang*
- Assifa, Farid & Idon Tanjung (2020). Kompas.com: Ibu Bunuh 2 Anaknya lalu Gantung Diri, gara-gara Rumah Hendak Dijual. diakses dari <https://regional.kompas.com/read/2020/11/18/05331701/ibu-bunuh-2-anaknya-lalu-gantung-diri-gara-gara-rumah-hendak-dijual?page=all>
- Asiyah, S. nur, & Amalia, R. (2020). Post traumatic growth pada wanita yang bercerai. *Indonesian Psychological Research*, 2(1), 22–28.
- Azhima, D. D. & Indrawati (2018) Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Subjective well being pada Narapidana perempuan di Lembaga permasyarakatan X. *Jurnal Empati*, 308-313.
- Azwar, S. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baidi, Fakhurrodzi. (2021). Selasar Riau, diakses dari <https://kumparan.com/selasarriau/sebelum-gantung-diri-ibu-muda-di-pekanbaru-tulis-pesan-untuk-suaminya-1wgM8znPppH>
- Boz, İ, Özçetin, E., & Teskereci, G. (2018). Becoming a mother after infertility A theoretical analysis. *Current Approaches in Psychiatry*, 10(4), 496–511.
- Cruz, R. A., Peterson, A. P., Fagan, C., Black, W., & Cooper, L. (2020). Evaluation of the Brief Adjustment Scale–6 (BASE-6): A measure of general psychological adjustment for measurement-based care. *Psychological Services*, 17(3), 332–342.
- Cutrona, Carolyn & Russell, Daniel. (1987). *The Provisions of Social Relationships and Adaptation to Stress*. 36-67
- De Ridder, D., Geenen, R., Kuijter, R., & van Middendorp, H. (2008). Psychological adjustment to chronic disease. \
- DeVito, A. J. (1981). *The Measurement of Psychological Adjustment in Hispanics*.
- Devi, Y. R., & Fourianalisyawati, E. (2018). Hubungan antara self esteem dengan penyesuaian diri sebagai peran ibu rumah tangga pada ibu berhenti bekerja di Jakarta. *Psibernetika*, 11(1), 9–20.
- Hurlock, E. B. 2006. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi kelima. Alih bahasa Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga
- Hapsari, Y. T. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga terhadap Psychological Adjustment pada Klien Asimilasi (Studi di Balai Pemasarakatan Kelas II Pati).
- Hartono (2008) *Statistik Untuk Penelitian*. Edisi Cetakan I, Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Hartanti. (2002). Peran Sense of Humor dan Dukungan Sosial Pada Tingkat Depresi pada Penderita Dewasa Pasca Stroke. *Anima . Indonesian Psychological Journal*. Vol.17. No.2.
- Howard LM, Molyneaux E, Dennis CL, Rochat T, Stein A, Milgrom J. Non-psychotic mental disorders in the perinatal period. *Lancet*. 2014 Nov 15;384(9956):1775-88
- Ishak, N. et al. (2011) 'Moderating Effect of Gender and Age on the Relationship between Emotional Intelligence with Social and Academic Adjustment among First Year University Students', *International Journal of Psychological Studies*, 3, pp. 78–79.
- Israpil, I. (2017). *Budaya Patriarki dan Kekerasan Terhadap Perempuan (Sejarah dan Perkembangannya)*. Pusaka, 5(2), 141–150.
- Kartono, Kartini.(1992). *Psikologi Wanita Mengenal Wanita Sebagai Ibu dan Nenek*. Jilid 2. Bandung : Mandar Maju
- Kaplan, V. (2021). The burnout and loneliness levels of housewives in home-quarantine during COVID19 Pandemic. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry and Psychology*, 3(2), 115–122.
- Klumb, P. L. dan Lampert, T. (2004). *Women, work, and well-being*.
- Portal resmi pemerintahan provinsi riau. (2019, 08 february). *Perkembangan tentang pemerintahan di Kota Pekanbaru*. <https://www.riau.go.id/home/content/4/kotapekanbaru>

- Liu, Y., Wang, Z., Zhou, C., & Li. (2014). Affect and self-esteem as mediators between trait resilience and psychological adjustment. *Personality and Individual Differences*, 66. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.03.023>
- Nilakusmawati, D. P. E. & Susilawati, M. (2012). Studi Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Wanita Bekerja di Kota Denpasar. *Piramida: Jurnal Kependudukan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia*, VIII (1), 26-31.
- Nisa, D.S (2023) Pengaruh Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Pengerjaan Skripsi Mahasiswa Fakultas Sains Dan Teknologi Angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
- Ni, P. K., & Siew Lin, S. (2011). The role of family and friends in providing social support towards enhancing the wellbeing of postpartum women: A comprehensive systematic review. *JBIDatabase of Systematic Reviews and Implementation Reports*, 9(10), 313–370.
- Nuryadi, Budiantara. N, TD Astuti, ES Utami. (2017). *Dasar-Dasar Statistik Penelitian*. Yogyakarta: SIBUKU. MEDIA.
- Nurmalasari, Y (2015) Dukungan Sosial Dan Harga Diri Pada Remaja Penderita Lupus. *Jurnal Psikologi* Vol. 8 No. 1 Juni 2015.
- Panwar, N., & Srivastava, S. (2019). Job v/s. home demands: A comparative study between life satisfaction, physical and mental stress in indian housewives and employed women. *Indian Journal of Physiotherapy & Occupational Therapy*, 13(3), 68.
- Peterson, A. P. (2015). *Psychometric Evaluation of the Brief Adjustment Scale-6 (BASE-6): A New Measure of General Psychological Adjustment*. Washington.
- Polda Riau, (2022). Polda Riau: Diduga Stres, IRT Tewas Gantung Diri di Tangga Rumah diakses dari <https://humas.polri.go.id/2022/07/01/diduga-stres-irt-tewas-gantung-diri-di-tangga-rumah/>
- Rahayu M,N,M & Arianti, R (2020) Penyesuaian Mahasiswa Tahun Pertama Di Perguruan Tinggi: Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi* Vol. 4, No. 2, Agustus 2020: 73 – 84
- Sahal, U. (2022). Dosen psikologi: Kenali tanda baby blues pada ibu pasca melahirkan. <https://www.um-surabaya.ac.id/article/dosen-psikologi-kenali-tanda-baby-blues-pada-ibu-pasca-melahirkan>
- Sarafino, E. P. 1990. *Health Psychology*. Singapore : John Wiley and Sons.
- Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. 2011. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 7th edition. Amerika Serikat: John Wiley& Sons, Inc
- Sari, T. A. dan Hurriyati, D. (2022). Dukungan Sosial dan Psychological Adjustment pada Narapidana Wanita.
- Searle, W. & Ward, C. (1990). "The Prediction of Psychological and Socio-cultural Adjustment during Cross-cultural Transition". *International journal of intercultural relations*. 14, 449-464.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.

- Soylu, Y., & Kağnıcı, D. Y. (2015). Predicting marital adjustment according to empathic tendency, communication and conflict resolution styles. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43), 44–54.
- Siyoto dan Ali. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian*. Ebook Literasi Media Publishing : Yogyakarta
- Subarkah, M., & Resyanta, E. M. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga terhadap Psychological Adjustment pada Warga Binaan Asimilasi di Balai Pemasyarakatan Kelas II Pati. *Journal of Correctional Issues*, 4(2), 132-145.
- Sugiyono (2013) *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&B*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif Dan R & D*. Ebook Alfabeta :Bandung
- Vizard, T. (2019). *Families and the labour market*. Office for National Statistics.
- Weiss, R. (1974). The provisions of social relationships. In Z. Rubin (Ed.), *Doing unto others* (pp. 17-26). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Widodo. 2019. *Metodologi Penelitian Populer & Praktis*. Rajawali Pres : Depok
- Widiyawati, W., Devy, S. R., & Yusuf, A. (2021). Modul Model Rehabilitasi Sosial Vokasional Dalam Meningkatkan Kemandirian Activity Of Daily Living (Adl) Instrumental Orang Dengan Gangguan Jiwa (Odj). *Literasi*
- Wiska, N. (2014) *Hubungan Usia, Jenis Kelamin, Masa Studi dan Pengalaman Praktikum di Rumah Sakit dengan Tingkat Kecerdasan Emosional Mahasiswa Ilmu Keperawatan*. Universitas Indonesia.
- Yıldırım, M. & Solmaz, F. (2020). Testing a Turkish adaption of the Brief Psychological Adjustment Scale and assessing the relation to mental health. *Psikoloji Çalışmaları*, <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.18574.59205>.
- Zimet, G.D., Dahlem, N.W., Zimet, S.G. & Farley, G.K. (1998). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1). 30-41.