

**MENJADI  
PEREMPUAN SUKSES  
DALAM  
KELUARGA & KARIR**



**Dr. Rini Nurahaju, M.Si., Psikolog**

**Seminar Persatuan Karyawati Semen Indonesia-Tuban  
Jumat, 15 Desember 2017**

# Pendahuluan



Apakah SUKSES itu?

# lanjutan



- ❧ Dalam teori psikologi perkembangan **Hurlock**, setiap tahapan usia memiliki tugas dan tantangan tersendiri. Jika kita berhasil melalui tugas tersebut, maka kita akan sukses sebagai pribadi yang seutuhnya.
- ❧ Ketika seseorang memasuki usia dewasa muda (awal 20 tahun - 35 tahun), tugas yang harus dilalui adalah merintis karier.
- ❧ Umumnya kita merasa sukses ketika semakin banyak tepuk tangan ditujukan kepada prestasi dan apa yang kita miliki: baik itu materi, jabatan, dan popularitas

# Definisi perempuan sukses

- ❧ Rieny Hassan - Pengasuh Rubrik Konsultasi Psikologi Tabloid NOVA
  - ❧ "Perempuan hebat adalah perempuan yang sering berhenti untuk memikirkan diri sendiri dan sibuk bertanya, 'Apakah aku sudah melakukan hal yang bermanfaat untuk orang lain dan lingkungan hari ini?'"
- ❧ Winda Triana - Medical Account Executive RS Premier Bintaro
  - ❧ "Perempuan hebat adalah perempuan yang dapat bertahan di saat mengalami cobaan, mandiri dan tangguh dalam menjalani hidup, serta selalu optimis dalam mencapai keberhasilan."
- ❧ Prianti Gagarin - Dubes Indonesia untuk Venezuela
  - ❧ "Perempuan hebat adalah perempuan yang sadar akan kodratnya. Selain harus berjuang untuk kemajuan bangsa, ia juga sadar bahwa perempuan harus menjadi ibu yang baik bagi keluarga karena peran ibu sangat besar untuk menunjang kesuksesan suami atau anak-anaknya."
- ❧ Tri Rismaharini - Walikota Surabaya
  - ❧ "Perempuan hebat adalah perempuan yang bisa berarti bagi keluarga, orang lain dan lingkungannya"



# SEHINGGA



☞ Sukses itu sifatnya personal, karena setiap orang punya pengalaman dan penghayatan hidup yang berbeda-beda

# KONDISI SEKARANG



- ❧ Di zaman sekarang ini, semakin banyak wanita keluar dari rumahnya untuk bekerja. Sebagian besar dari mereka bekerja dengan dalih menambah penghasilan karena uang bulanan yang diberikan oleh suaminya tidak mencukupi. Persoalan wanita bekerja di luar rumah populer disebut wanita karir
- ❧ “Karir” menempati 10 besar kekhawatiran perempuan dalam kehidupannya. Hal ini diungkapkkan oleh sekitar 7,7 persen dari 1.301 perempuan yang disurvei oleh MarkPlus Insight (2010)
- ❧ 16,9 % dari 220 perempuan mengaku bahwa berhasil di sektor publik adalah segalanya bagi mereka. Menunjukkan indikasi bahwa karir telah menjadi salah satu salah satu tolok ukur kesuksesan bagi perempuan di Indonesia. Lalu bagaimana dengan keseimbangan antara karir dan keluarga?

# Wanita memutuskan untuk berkarier karena:



- ❧ 1. Wanita single parent, memandang karier sebagai kebutuhan yang harus dilakoni untuk menafkahi hidupnya dan anak-anak.
- ❧ 2. Pendapatan yang diterima suami atau calon pasangan masih minim sehingga wanita merasa perlu berkarier untuk membantu meringankan beban suami atau calon pasangannya.
- ❧ 3. Wanita yang menjadi penopang hidup keluarga besarnya akan memandang berkarier adalah pilihan yang harus diambil sehingga dia bisa mandiri memberikan materi kepada keluarga besarnya tanpa harus meminta kepada suami atau calon pasangan.
- ❧ 4. Wanita yang sudah mapan kehidupan keluarganya memilih berkarier untuk menunjang kebutuhan hidupnya atau lifestyle.

# lanjutan



- ❧ Menjadi wanita pekerja sekaligus ibu rumah tangga bukanlah dua hal yang saling bertentangan.
- ❧ Berbekal pemahaman dari pasangan dan anak-anak, Anda bisa mulai berbagi tanggung jawab mengurus rumah.
- ❧ Anda bisa mendelegasikan sebagian tugas-tugas di rumah kepada asisten rumah tangga, namun fungsi pengawasan oleh Anda dan pasangan harus berjalan sistematis.



# lanjutan



- ❧ Kunci kesuksesan sebagai wanita pekerja dan ibu bagi anak-anak terletak pada kelihaiian Anda membagi waktu antara pekerjaan dan rumah tangga. Keduanya bisa berjalan beriringan tanpa mengorbankan ambisi sebagai wanita karir dan keluarga.
- ❧ Asalkan komunikasi lancar dengan pasangan dan anak-anak serta ada saling pemahaman di antaranya, Anda tidak perlu mengorbankan salah satunya

# Hasil Riset



☞ Shaevitz (1993) dari hasil penelitiannya menyimpulkan bahwa :

(1) cukup banyak bukti yang menerangkan bahwa anak-anak yang ibunya bekerja tidak lebih menderita atau lebih bahagia dibandingkan mereka yang ibunya di rumah;

(2) wanita bekerja ternyata cenderung memberikan waktunya untuk berdua dengan anaknya, sama banyaknya dengan wanita yang di rumah saja;

(3) anak-anak yang ibunya bekerja cenderung punya cita-cita pendidikan yang lebih tinggi

# 5 alasan pentingnya seorang perempuan terkait kodratnya sebagai istri.



1. Sesukses apapun karir anda, tetap hargai kerja keras dan penghasilan suami, ingat seorang wanita bekerja bukan untuk menandingi suaminya tapi untuk membantu perekonomian keluarga

# lanjutan



- ❧ 2. Jangan pernah mendominasi kehidupan rumah tangga, walaupun anda memiliki kedudukan yang mapan di kantor, ingat dirumah anda adalah seorang istri yang harus patuh terhadap suami
  
- ❧ 3. Meski anda memiliki karier yang mapan, tapi anda harus bisa membedakan peran saat dikantor maupun dalam kehidupan rumah tangga



# lanjutan



- 4. Waktu adalah hal penting, aturlah waktu untuk pekerjaan dan rumah tangga dengan seimbang
- 5. Sesibuk apapun, tetaplah ingat ada suami yang menunggu dirumah, jika memang harus bekerja usahakan cari kerja dengan jam kerja yang tak melebihi jam kerja suami

# Tips membagi waktu dengan baik



- ❧ Sebisa mungkin pulang kantor tepat waktu dengan mempertimbangkan waktu perjalanan untuk mencapai rumah.
  - ❧ Tugas kantor di luar jam kerja sebaiknya diminimalkan hanya untuk yang sangat penting. Lembur semestinya tidak dijadikan rutinitas!
- ❧ Usahakan tidak membawa pulang pekerjaan
  - ❧ Jika Anda terpaksa membawa pulang pekerjaan, habiskan waktu seminimal mungkin berkulat pada tugas tersebut, tidak lebih daripada satu jam. Pagi hari sebelum berangkat kerja bisa jadi waktu yang lebih baik pada saat pikiran jernih.

# lanjutan



- ☞ Pandai-pandailah memilih metode yang efisien dan produk yang efektif untuk mengerjakan tugas-tugas rumah tangga
- ☞ Kemampuan *multitasking* atau mengerjakan beberapa tugas sebagai ibu rumah tangga dan wanita karir dalam waktu bersamaan akan sangat menguntungkan.

# lanjutan



- ☞ Manfaatkan waktu sepulang dari kantor untuk kegiatan-kegiatan santai bersama keluarga.
- ☞ Manfaatkan akhir pekan untuk keluarga, sosial, dan diri sendiri
  - ☞ Manfaatkan Sabtu dan Minggu yang berharga ini untuk memaksimalkan kualitas waktu bersama pasangan dan anak-anak.