

PERAN RESILIENSI DAN KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF DALAM MEMPREDIKSI KEBIJAKSANAAN IRT PENUH WAKTU YANG MENGALAMI PARENTAL BURNOUT

Riana Sahrani*, Fransisca Iriani Roesmala Dewi, Liuciana Handoyo Kirana

Program Studi Magister Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara,
Jl. Letjen S. Parman, Jakarta Barat, 10110, Indonesia

*E-mail: rianas@fpsi.untar.ac.id

Abstrak

Penelitian menunjukkan bahwa ibu rumah tangga (IRT) penuh waktu di Indonesia sering mengalami *parental burnout* akibat rutinitas yang berulang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis peran resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu terhadap kebijaksanaan pada IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan teknik *purposive sampling*, melibatkan 347 IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout*. Partisipan terdiri dari IRT penuh waktu yang masih dalam ikatan pernikahan dan memiliki setidaknya satu anak di bawah usia 18 tahun. Instrumen pengukuran yang digunakan meliputi *Brief Self-Assessed Wisdom Scale* untuk mengukur kebijaksanaan, *Connor-Davidson Resilience Scale* untuk mengukur resiliensi, dan *Subjective Well-Being for Mother* untuk mengukur kesejahteraan subjektif ibu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu memiliki pengaruh signifikan terhadap kebijaksanaan pada IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout*. Implikasi dari penelitian ini menekankan pentingnya meningkatkan resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu untuk meningkatkan kebijaksanaan pada IRT yang mengalami *parental burnout*.

Keywords: ibu rumah tangga penuh waktu, kebijaksanaan, kesejahteraan subjektif ibu, *parental burnout* ibu rumah tangga, resiliensi ibu rumah tangga

Wisdom of Full-Time Housewives Experiencing Parental Burnout: Resilience and Subjective Well-Being of Mothers as Predictors

Abstract

Research has shown that full-time housewives in Indonesia often experience parental burnout due to repetitive routines. This study aims to analyze the influence of resilience and mothers' subjective well-being on wisdom among full-time housewives facing parental burnout. A quantitative method and purposive sampling technique were employed, involving 347 full-time housewives experiencing parental burnout. Participants were married full-time housewives with at least one child under the age of 18. The instruments used in this study included the Brief Self-Assessed Wisdom Scale to measure wisdom, the Connor-Davidson Resilience Scale to measure resilience, and the Subjective Well-Being for Mother to measure the mothers' subjective well-being. Results indicate that resilience and mothers' subjective well-being had a significant effect on wisdom in full-time housewives experiencing parental burnout. The implications of this study highlight the importance of enhancing resilience and mothers' subjective well-being to promote wisdom among housewives facing parental burnout.

Keywords: full time mother, housewife parental burnout, housewife resilience, subjective well-being of mothers, wisdom

PENDAHULUAN

Penelitian mengenai hubungan antara kebijaksanaan (*wisdom*) dan kesejahteraan subjektif ibu (*subjective well-being for mother*) menunjukkan bahwa kebijaksanaan dapat berkontribusi positif terhadap kesejahteraan individu dan, secara tidak langsung, terhadap

kesejahteraan subjektif ibu (Intani & Indati, 2019). Demikian juga, peran kebijaksanaan terhadap resiliensi (Mahmoud & Rothenberger, 2019). Penelitian ini mengukur kebijaksanaan pada ibu rumah tangga (IRT), yaitu sejauh mana peran resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu berpengaruh terhadap perolehan kebijaksanaan pada IRT penuh waktu yang mengalami *parental*

Riwayat artikel:

Diterima 15 Juli 2024

Diterima dengan revisi 26 Oktober 2024

Disetujui 31 Oktober 2024

burnout. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa 1–10 persen orang tua mengalami *parental burnout* atau 17.000 orang dari 42 negara, antara lain Amerika, Kanada, Inggris, Belgia, Prancis, Irlandia, Skotlandia, dan negara-negara Eropa lainnya. Partisipan dalam penelitian tersebut berusia antara 20 hingga 59 tahun, memiliki anak berusia dari 0 hingga 39 tahun, serta setidaknya memiliki satu anak berusia di bawah 5 tahun (Roskam *et al.*, 2018). Selanjutnya, berdasarkan analisis selama 10 tahun oleh American Psychological Association (2024), orang tua dengan anak di bawah usia 18 tahun secara konsisten cenderung melaporkan tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan kelompok lain. Pada tahun 2023, sepertiga orang tua menilai stres mereka sangat tinggi (8, 9, atau 10 pada skala 10 poin), sedangkan hanya 20 persen dari populasi lainnya yang melaporkan tingkat stres serupa. Stres ini juga pada akhirnya mengarah kepada *parental burnout*.

Pekerjaan sebagai ibu rumah tangga (IRT) bukanlah sebuah pekerjaan formal; namun menjadi IRT menuntut komitmen untuk selalu siaga untuk memenuhi kebutuhan semua anggota keluarga. IRT penuh waktu juga merasakan tidak mempunyai waktu pribadi dan kehidupan sosial di luar rumah. IRT penuh waktu adalah mereka yang mendedikasikan diri untuk membesarkan anak serta menjaga dan mengatur rumah tangga (Roskam *et al.*, 2022). IRT penuh waktu yang menderita kelelahan fisik, emosional, dan mental sebagai gejala *burnout* dilaporkan mengalami kesulitan dalam memberikan respon emosional yang jelas dan konsisten (Roskam *et al.*, 2018).

Parental burnout adalah kondisi kelelahan emosional yang ekstrem dan berkepanjangan pada orang tua, yang ditandai dengan kelelahan dalam peran pengasuhan, perasaan jenuh, perubahan citra diri, dan adanya jarak emosional dari anak-anak mereka (Roskam *et al.*, 2018). *Parental burnout* berdampak bukan hanya pada IRT penuh waktu yang mengalaminya, tetapi juga pada suami dan anak-anak mereka. *Parental burnout* menyebabkan penggunaan obat-obatan dan gangguan tidur (Roskam *et al.*, 2018), bahkan pemikiran bunuh diri (Mikolajczak *et al.*, 2019). IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout* dapat pula menjadi agresif dan melakukan kekerasan pada anak-anaknya. Anak-anak yang berada dalam pengasuhan ibu yang mengalami *parental burnout* berisiko tumbuh dewasa menjadi orang yang cemas, kesepian, agresif, depresi, dan memiliki masalah kesehatan mental lainnya (Yuan *et al.*, 2022).

IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout* juga akan mengalami peningkatan frekuensi dan intensitas konflik dengan pasangannya (Mikolajczak *et al.*, 2019). Maka dari itu, sangatlah diperlukan kebijaksanaan pada IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout* agar dapat mengelola permasalahan yang ada dengan baik.

Sahrani *et al.* (2014) menyatakan bahwa kebijaksanaan adalah kemampuan untuk menerapkan pengalaman dan pengetahuan dalam memecahkan masalah, termasuk memberikan solusi. Weststrate dan Glück (2017) menambahkan bahwa kebijaksanaan sangat bergantung pada pengalaman, terutama pengalaman dalam menghadapi kesulitan (resiliensi). Dengan demikian, resiliensi dapat menjadi faktor prediktor dalam kebijaksanaan. Resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi keadaan yang mengganggu. Meskipun dalam keadaan yang terganggu, seseorang dapat tetap berfungsi dengan kemampuan beradaptasi, berubah, dan mengatur kembali dirinya untuk mengatasi permasalahan yang terjadi. Resiliensi juga berarti daya lenting dalam menghadapi kesulitan untuk mencapai hasil yang relatif baik (Holz *et al.*, 2020). Individu yang tidak memiliki resiliensi akan rentan terhadap kekecewaan serta frustrasi, sehingga menurunkan kepuasan hidup (Budiarto & Dewi, 2023). Kepuasan hidup berhubungan dengan kebahagiaan, yang erat kaitannya dengan komunikasi, merupakan bagian dari kesejahteraan subjektif ibu (Giri, 2023).

Kesejahteraan subjektif ibu dapat memprediksi peningkatan kebijaksanaan baik pada usia muda (Ardelt *et al.*, 2018) maupun usia lanjut (Ardelt & Edwards, 2016). Kualitas hubungan orang tua-anak juga memengaruhi kesejahteraan ibu (Budiarto *et al.*, 2020). Penelitian lain menunjukkan bahwa kesejahteraan emosional dan fisik ibu bergantung pada kondisi keluarga (Diener & Chan, 2011). Sementara itu, *burnout* memiliki hubungan negatif dengan kesejahteraan individu; semakin tinggi tekanan yang dirasakan, semakin rendah kesejahteraan, dan sebaliknya (Pertwi *et al.*, 2021). Namun, penelitian terdahulu belum mengeksplorasi peran kebijaksanaan individu terkait hal tersebut.

Melalui kebijaksanaan, individu dapat memahami bahwa masalah dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Kondisi ini juga berlaku pada IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout*. Kebijaksanaan sering dikaitkan dengan konsep positif seperti kebahagiaan, kepuasan hidup, empati, rasa

syukur, dan memaafkan diri (Afdal *et al.*, 2022; Bergsma & Ardel, 2012; Booker & Dunsmore, 2016). Kesejahteraan individu juga berhubungan dengan kebijakan; semakin tinggi kesejahteraan individu, semakin tinggi pula kebijakan yang diperoleh (Ardelt & Jeste, 2018; Intani & Indati, 2019). Namun, kebijakan juga terkait dengan kondisi negatif seperti depresi (Lu *et al.*, 2022) dan kesulitan hidup (Ardelt & Ferrari, 2019; Ardel *et al.*, 2022), yang mana makin tinggi kebijakan seseorang, makin rendah depresi dan kesulitan hidup yang dirasakannya, dan sebaliknya.

Hingga saat ini, penelitian yang mengkaji peran resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu terhadap kebijakan pada IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout* belum ditemukan. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan peran resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu terhadap kebijakan pada IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout*. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk penelitian lanjutan dengan variabel yang berbeda, terutama pada IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout*. Selain itu, program intervensi dapat dikembangkan untuk meningkatkan resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu sehingga kebijakan pada IRT penuh waktu juga meningkat. Peningkatan kebijakan ini diharapkan akan membawa dampak positif yang signifikan bagi kualitas keluarga.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah peran resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu terhadap kebijakan IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout*. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat peran resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu terhadap kebijakan IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout*.

METODE

Desain, Teknik Pengambilan Sampel, dan Kriteria Partisipan

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional non-eksperimental. Partisipan penelitian adalah ibu rumah tangga (IRT) penuh waktu di wilayah Jakarta, Bogor, Tangerang, dan Depok, yang dipilih menggunakan metode purposive sampling. Sampel penelitian terdiri dari 347 IRT penuh waktu yang memenuhi kriteria partisipan, yaitu IRT penuh waktu yang masih dalam ikatan pernikahan atau bersuami, serta memiliki setidaknya satu orang anak di bawah usia 18

tahun. IRT penuh waktu yang terlibat dalam penelitian ini juga harus mengalami parental burnout, yang diukur dengan alat ukur *Parental Burnout Assessment* (PBA) dan juga ditanyakan secara langsung dalam data demografi partisipan. Data akan digunakan apabila IRT mengalami parental burnout dengan skor total lebih dari 7 (artinya tingkat parental burnout dalam kategori sedang hingga tinggi). Pengambilan data dilakukan pada bulan April 2024.

Prosedur Pengambilan Sampel

Pengambilan sampel penelitian dilaksanakan setelah memperoleh persetujuan dari Komisi Etik Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, dengan nomor 015-TIM/KEPTM/1299/FPsi-UNTAR/III/2024. Partisipan dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga (IRT) penuh waktu yang masih dalam ikatan pernikahan atau bersuami, serta memiliki setidaknya satu orang anak di bawah 18 tahun. Partisipan juga harus merupakan individu yang pernah bekerja di kantor dan kemudian memutuskan untuk menjadi IRT penuh waktu, serta mengalami parental burnout. Kuesioner disebarkan melalui jejaring sosial WhatsApp dan media sosial. Data awal yang terkumpul sebanyak 514 partisipan. Setelah dilakukan pengecekan atau penyaringan sesuai dengan kriteria yang ditetapkan, diperoleh data dari 347 IRT penuh waktu.

Pengukuran dan Penilaian Variabel

Kuesioner yang digunakan terdiri dari empat jenis kuesioner, yaitu *Parental Burnout Assessment*, *Connor-Davidson Resilience Scale*, *Subjective Well-being for Mother*, dan *Brief Self-Assessed Wisdom Scale*. Dalam penelitian ini, *parental burnout* didefinisikan sebagai sindrom kelelahan fisik, emosional, dan mental orang tua, khususnya ibu, yang terjadi secara berkelanjutan dan diakibatkan oleh stres kronis yang berlebihan dalam peran sebagai orang tua (Roskam *et al.*, 2022). Kondisi ini diukur dengan *Parental Burnout Assessment* (PBA) yang dikembangkan oleh Roskam *et al.* (2018). Alat ukur PBA memiliki empat dimensi, yaitu: (1) *Exhaustion in parental role* (kelelahan fisik dan emosional dalam peran sebagai orang tua), (2) *Contrast with previous self* (membandingkan diri dengan masa lalu), (3) *Feeling of fed up* (perasaan muak), dan (4) *Emotional distancing* (adanya jarak emosi). Contoh butir dalam PBA adalah: "Saya merasakan bahwa saya benar-benar lelah sebagai ibu." Alat ukur PBA ini digunakan untuk menyeleksi dan memastikan bahwa partisipan merupakan IRT penuh waktu

yang benar-benar mengalami parental burnout, dengan nilai skor total lebih dari 7 (kategori sedang hingga tinggi).

Variabel bebas pertama adalah resiliensi, yang didefinisikan sebagai daya lenting dalam mengatasi kesulitan dan stres untuk mencapai hasil yang relatif baik (Holz *et al.*, 2020). Variabel ini diukur menggunakan skor total *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC), yang dikembangkan oleh Connor dan Davidson (2003). CD-RISC adalah instrumen unidimensional yang dirancang untuk mengukur tingkat resiliensi, terdiri dari 25 item. Salah satu contoh item pada alat ukur ini adalah: "Saya cenderung bisa bangkit kembali setelah mengalami sakit atau kesulitan." Skor total yang ditetapkan adalah lebih dari 81 (kategori sedang hingga tinggi).

Variabel bebas kedua adalah kesejahteraan subjektif ibu, yang dimaknai sebagai tingkat di mana anggota keluarga merasakan kepuasan dengan kehidupan keluarga mereka, sering mengalami emosi positif dalam konteks keluarga, dan jarang mengalami emosi negatif. Variabel ini diukur menggunakan skor total *Subjective Well-being for Mother* (SWB-M) yang dikembangkan oleh Diener (dalam Prastuti *et al.*, 2018). Alat ukur SWB-M mencakup 10 dimensi dan 20 butir pertanyaan. Dimensi-dimensinya adalah: (1) *Communication*: komunikasi yang nyaman dengan pasangan ketika mendiskusikan masalah; (2) *Conflict resolution*: penyelesaian konflik dengan solusi yang dianggap melegakan; (3) *Spare time*: IRT penuh waktu memiliki waktu luang untuk melakukan aktivitas yang menyenangkan dan dinikmati bersama dengan pasangan; (4) *Financial management*: adanya kepercayaan dan perencanaan terbuka tentang pengeluaran keluarga; (5) *Sexual relationship*: adanya rasa puas dan pemenuhan kebutuhan dalam hubungan seksual bersama pasangan; (6) *Equality of role*: adanya rasa puas atas pembagian pekerjaan rumah tangga yang seimbang dengan peran masing-masing; (7) *Religious orientation*: adanya persamaan perspektif dan orientasi religius yang sama dengan pasangan; (8) *Personality*: adanya kepuasan terhadap kesamaan kepribadian; (9) *Extended family*: kepuasan atas hubungan yang baik dengan keluarga besar; dan (10) *Parenting*: adanya cara pengasuhan anak yang memaksimalkan potensi dan disiplin anak. Contoh butir dari alat ukur SWB-M adalah sebagai berikut: "Saya merasa puas karena memiliki waktu luang yang dapat saya nikmati bersama pasangan saya." Skor total yang

ditetapkan adalah lebih dari 58 (kategori sedang hingga tinggi).

Selanjutnya, variabel terikat dalam penelitian ini adalah kebijaksanaan, yang didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam mengaplikasikan pengalaman dan pengetahuan yang dimilikinya untuk memecahkan masalah dalam kehidupan. Individu yang bijaksana juga terampil dalam mengintegrasikan pemikiran, perasaan, dan perilakunya dalam menilai dan memecahkan suatu permasalahan (Sahrani *et al.*, 2014). Skor total *Brief Self-Assessed Wisdom Scale* (BSAW; Fung *et al.*, 2020) digunakan untuk mengukur kebijaksanaan, yang terdiri dari 7 item. BSAW merupakan versi ringkas pengukuran kebijaksanaan, setelah sebelumnya sudah ada beberapa alat ukur lain yang memiliki lebih banyak butir (Gluck *et al.*, 2013; Sternberg, 2003; Sternberg, 2005b). Contoh butirnya adalah: "Saya telah belajar pelajaran hidup yang berharga, melalui orang lain." Alat ukur ini bersifat unidimensional. Skor total yang ditetapkan adalah lebih dari 22 (kategori sedang hingga tinggi).

Analisis Data

Data diolah dan dianalisis menggunakan *Microsoft Excel and Statistical Product and Service Solutions* (SPSS) for Windows. Jawaban partisipan diberi skor sesuai skala jawaban setiap variabel. Peneliti melakukan pengkategorian nilai rata-rata pada tiga variabel, yaitu resiliensi, kesejahteraan subjektif ibu, dan kebijaksanaan. Sementara itu, alat ukur *parental burnout* digunakan untuk menyeleksi dan memastikan bahwa partisipan merupakan IRT penuh waktu yang benar-benar mengalami *parental burnout*. Analisis deskriptif digunakan untuk menentukan karakteristik partisipan dan ketiga variabel tersebut. Selanjutnya, peneliti menguji hipotesis dengan melakukan regresi berganda.

HASIL

Gambaran Umum Partisipan

Sebanyak 40 persen partisipan adalah IRT penuh waktu yang berusia 41-45 tahun, dan 73,3 persen di antaranya memiliki pendidikan terakhir S1. Selanjutnya, para partisipan memiliki pengeluaran bulanan terbanyak, yaitu lebih dari enam juta rupiah (79,8%). Hasil keseluruhan mengenai gambaran umum partisipan dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1 Sebaran responden berdasarkan karakteristik keluarga (n=347)
 Table 1 Distribution of respondents based on family characteristics (n=347)

Kategori Category	n	%
Usia (tahun) Age (years old)		
26–30	7	2
31–35	43	12,4
36–40	100	28,8
41–45	139	40,1
46–50	41	11,8
51–55	13	3,7
>55	4	1,2
Pengeluaran rumah tangga tiap bulan (Rp) Household monthly expenditure (IDR)		
>6.000.001	277	79,8
4.000.001–6.000.000	42	12,1
2.000.001–4.000.000	26	8,1
<2.000.000	2	5
Jenjang pendidikan akhir Highest level of education completed		
SD Elementary School	1	0,4
SMP Junior High School	2	0,6
SMA/SMK Senior High School/Vocational School	31	11,7
Strata 1 Bachelor's Degree	256	73,3
Strata 2 Master's Degree	30	6,4

Gambaran Variabel Penelitian

Resiliensi, kesejahteraan subjektif ibu, dan kebijakan yang dimiliki para partisipan berada pada skor di atas rata-rata. Dapat disimpulkan bahwa para IRT penuh waktu dalam penelitian ini cukup memiliki resiliensi, kesejahteraan subjektif, dan kebijakan yang baik. Rincian data ditampilkan pada Tabel 2.

Variabel penelitian dapat diklasifikasikan ke dalam tiga tingkatan, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Variabel parental burnout berada dalam kategori sedang, dengan jumlah IRT penuh waktu sebanyak 260 orang dari total 347 orang (74,9%). Dapat disimpulkan bahwa mayoritas IRT penuh waktu dalam penelitian ini cukup mengalami parental burnout dalam aktivitas sehari-hari mereka. Resiliensi juga berada dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 66,9 persen. Kesejahteraan subjektif ibu juga berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 61,7 persen. Terakhir, kebijakan pada IRT

penuh waktu berada dalam kategori sedang, yaitu sebesar 69,2 persen.

Uji Asumsi Klasik dan Uji Korelasi

Penelitian ini melakukan beberapa uji asumsi klasik untuk memastikan konsistensi hasil pengolahan data. Uji Monte Carlo menunjukkan bahwa variabel berdistribusi normal dengan $p > 0,05$, dan *scatter plot* juga menunjukkan bahwa data bersifat linear. Heteroskedastisitas terkonfirmasi dengan hasil uji Glejser yang menunjukkan $p > 0,05$. Statistik Durbin-Watson sebesar 1,37 menunjukkan tidak ada autokorelasi.

Hubungan Resiliensi dengan Kebijakan

Variabel resiliensi bersifat unidimensi dan memiliki korelasi dengan kebijakan sebesar $r = 0,601$ ($p < 0,01$). Ini menunjukkan bahwa semakin tinggi resiliensi seseorang, semakin tinggi pula tingkat kebijaksanaannya. Selain itu, korelasi antara resiliensi dan kebijakan lebih kuat dibandingkan dengan hubungan antara kesejahteraan subjektif ibu dan kebijakan.

Hubungan Kesejahteraan Subjektif Ibu dengan Kebijakan

Kesejahteraan subjektif ibu juga menunjukkan korelasi signifikan dengan kebijakan, dengan nilai $r = 0,418$ ($p < 0,01$). Ini berarti semakin baik kesejahteraan subjektif ibu seseorang, semakin tinggi pula tingkat kebijaksanaannya. Semua dimensi kesejahteraan subjektif ibu berkaitan dengan kebijakan, yang meliputi: (1) komunikasi, (2) penyelesaian konflik, (3) waktu luang, (4) perencanaan keuangan, (5) hubungan seksual, (6) pembagian tugas rumah tangga, (7) orientasi religius, (8) kepribadian, (9) hubungan dengan keluarga besar, dan (10) pengasuhan.

Hubungan Dimensi-Dimensi Kesejahteraan Subjektif Ibu dengan Kebijakan

Komunikasi. Komunikasi yang baik, seperti kemampuan untuk secara terbuka mengungkapkan perasaan kepada pasangan dan merasa nyaman saat berbicara, mendukung perkembangan kebijakan individu. Terutama, komunikasi yang efektif melibatkan pasangan yang mendengarkan dengan aktif ketika membahas masalah. Korelasi antara komunikasi dalam kesejahteraan subjektif ibu dan kebijakan memiliki nilai $r = 0,307$ ($p < 0,01$), yang menunjukkan hubungan positif antara keduanya.

Tabel 2 Kategorisasi resiliensi, kesejahteraan subjektif ibu, dan kebijaksanaan (n=347)
 Table 2 Categorization of resilience, mothers' subjective well-being, and wisdom (n=347)

Variabel <i>Variable</i>	Rentang Total Skor <i>Total Score Range</i>	n	Persentase (%) <i>Percentage (%)</i>
<i>Parental Burnout</i> ($\alpha = 0.94$)			
Rendah <i>Low</i>	<7	30	8,6
Sedang <i>Moderate</i>	7–53	260	74,9
Tinggi <i>High</i>	>53	57	16,4
Minimum–maksimum <i>Minimum–Maximum</i>		0.04–4.78	
Rata-rata±standar deviasi Mean±Standar Deviation		1.291±0.981	
<i>Resiliensi</i> ($\alpha = 0.93$)			
Rendah <i>Low</i>	<81	59	17,0
Sedang <i>Moderate</i>	81–109	232	66,9
Tinggi <i>High</i>	>109	56	16,1
Minimum–maksimum <i>Minimum–Maximum</i>		2.36–5.00	
Rata-rata±standar deviasi Mean±Standar Deviation		3.782±0.542	
<i>Kesejahteraan Subjektif Ibu</i> ($\alpha = 0.96$)			
<i>Mothers' Subjective Well-Being</i>			
Rendah <i>Low</i>	<58	51	14,7
Sedang <i>Moderate</i>	58–88	223	67,1
Tinggi <i>High</i>	>88	63	18,2
Minimum–maksimum <i>Minimum–Maximum</i>		1.45–5.00	
Rata-rata±standar deviasi Mean±Standar Deviation		3.662±0.763	
<i>Kebijaksanaan</i> ($\alpha = 0.72$)			
<i>Wisdom</i>			
Rendah <i>Low</i>	<22	40	11,5
Sedang <i>Moderate</i>	22–30	240	69,2
Tinggi <i>High</i>	>30	67	19,3
Minimum–maksimum <i>Minimum–Maximum</i>		2.57–5.00	
Rata-rata±standar deviasi Mean±Standar Deviation		3.744±0.547	

Penyelesaian Konflik. Hubungan antara penyelesaian konflik dan kebijaksanaan memiliki korelasi sebesar $r=0,286$ ($p<0,01$). IRT yang bekerja penuh waktu merasa nyaman dengan

cara mereka menyelesaikan masalah sehari-hari, serta menunjukkan adanya kaitan antara kemampuan penyelesaian konflik tersebut dengan tingkat kebijaksanaan yang dimilikinya.

Penggunaan Waktu Luang. Penggunaan waktu luang yang bermanfaat bagi diri sendiri dan orang lain berkorelasi dengan kebijaksanaan sebesar $r=0,274$ ($p<0,01$). IRT yang bekerja penuh waktu masih memiliki kesempatan untuk menikmati waktu luang, terutama dengan melakukan aktivitas yang menyenangkan bersama pasangan atau keluarga. Aktivitas ini tidak hanya memberikan kepuasan pribadi tetapi juga mendukung perkembangan kebijaksanaan melalui interaksi positif dengan orang lain.

Pengaturan Keuangan. Dimensi ini menunjukkan bahwa adanya kepercayaan dan keterbukaan dalam perencanaan pengeluaran keluarga, serta kepercayaan pasangan terhadap IRT dalam mengelola keuangan, berkaitan dengan kebijaksanaan. Ketika IRT penuh waktu merasa diberikan kepercayaan dalam mengatur keuangan keluarga, hal ini berhubungan dengan tingkat kebijaksanaan yang dimilikinya, dengan korelasi sebesar $r=0,378$ ($p<0,01$).

Hubungan Seksual. Perasaan puas terhadap pemenuhan kebutuhan dalam hubungan seksual dengan pasangan memiliki korelasi dengan kebijaksanaan yang dimiliki oleh IRT penuh waktu. Korelasi ini sebesar $r=0,389$ ($p<0,01$), menunjukkan bahwa kepuasan dalam hubungan tersebut berkaitan dengan tingkat kebijaksanaan yang dimiliki IRT.

Kesetaraan Peran. Perasaan puas terhadap pembagian pekerjaan rumah tangga yang seimbang, sesuai dengan peran masing-masing, memiliki hubungan dengan kebijaksanaan IRT penuh waktu. IRT yang merasakan adanya kesetaraan dalam peran rumah tangga menunjukkan korelasi dengan kebijaksanaan sebesar $r=0,206$ ($p<0,01$), yang menunjukkan adanya hubungan positif antara keduanya.

Orientasi Keagamaan. Adanya kesamaan perspektif dan orientasi religius dengan pasangan memiliki korelasi dengan kebijaksanaan sebesar $r=0,354$ ($p<0,01$). Kesamaan dalam hal keyakinan dan pandangan religius ini menunjukkan adanya korelasi positif dengan tingkat kebijaksanaan yang dimiliki oleh individu, yang memperkuat kualitas hubungan dan keputusan bersama dalam konteks kehidupan keluarga.

Kepribadian. IRT penuh waktu yang merasakan kepuasan terhadap kesamaan kepribadian dengan pasangannya menunjukkan hubungan dengan kebijaksanaan sebesar $r=0,337$ ($p<0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa kesamaan sifat dan karakter dengan pasangan berkorelasi positif

dengan tingkat kebijaksanaan yang dimiliki individu, yang berperan dalam memperkuat hubungan interpersonal dan pengambilan keputusan bersama.

Keluarga Besar. Kepuasan IRT penuh waktu terhadap hubungan yang baik dengan keluarga besar memiliki korelasi sebesar $r=0,449$ ($p<0,01$) dengan kebijaksanaan. Ini menunjukkan bahwa hubungan yang harmonis dengan keluarga besar berkaitan dengan tingkat kebijaksanaan yang lebih tinggi, di mana dukungan dan interaksi positif dengan keluarga besar dapat memperkuat perkembangan kebijaksanaan individu.

Pengasuhan. Pada dimensi pengasuhan, IRT penuh waktu merasa telah mencapai tujuan sebagai orang tua, seperti memaksimalkan potensi anak dan mendisiplinkan mereka. Dimensi ini memiliki korelasi paling kuat dengan kebijaksanaan, yaitu $r=0,418$ ($p<0,01$). Salah satu pernyataan yang menggambarkan dimensi pengasuhan ini adalah: "Saya merasa tugas saya sebagai orang tua dalam mengajarkan disiplin kepada anak-anak saya sudah sempurna." Ini menunjukkan bahwa keberhasilan dalam pengasuhan anak sangat berkaitan dengan tingkat kebijaksanaan yang dimiliki.

Secara umum, semua dimensi kesejahteraan subjektif ibu memiliki hubungan dengan kebijaksanaan. Makin tinggi perasaan sejahtera yang dipersepsikan individu dalam keluarganya, makin tinggi tingkat kebijaksanaan yang dimilikinya. Rincian korelasi setiap dimensi dari variabel resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu terhadap kebijaksanaan dapat dilihat dalam Tabel 3. Tabel tersebut memuat korelasi per dimensi yang menggambarkan hubungan positif antara berbagai aspek kesejahteraan subjektif ibu dan kebijaksanaan individu.

Hubungan Resiliensi dan Kesejahteraan Subjektif Ibu dengan Kebijaksanaan

Resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu berkontribusi dalam perolehan kebijaksanaan IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout*. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut, secara bersama-sama, dapat meningkatkan tingkat kebijaksanaan pada IRT penuh waktu.

Tabel 3 Hasil uji korelasi resiliensi, kesejahteraan subjektif ibu, dan kebijaksanaan (n=347)
 Table 3 Correlation results of resilience, mothers' subjective well-being, and wisdom (n=347)

No	Variabel Variable	Rerata Mean	SD	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	Resilensi <i>Resilience</i>	3,782	0,542	1														
2	Kesejahteraan <i>Subjective well-being</i>	3,622	0,763	0,523**	1													
3	Kebijaksanaan <i>Wisdom</i>	3,744	0,547	0,601**	0,418**	1												
4	Resiliensi <i>Resilience</i>	3,782	0,542	1,000**	0,523**	0,601**	1											
5	Komunikasi <i>Communication</i>	3,778	1,001	0,423**	0,859**	0,307**	0,423**	1										
6	Resolusi konflik <i>Conflict resolution</i>	3,640	0,968	0,463**	0,820**	0,286**	0,463**	0,808**	1									
7	Waktu luang <i>Spare time</i>	3,631	1,063	0,401**	0,833**	0,274**	0,401**	0,686**	0,675**	1								
8	Rencana keuangan <i>Financial management</i>	3,842	0,949	0,445**	0,768**	0,378**	0,445**	0,624**	0,588**	- 0,585**	1							
9	Hubungan seksual <i>Sexual relationship</i>	3,679	0,917	0,447**	0,765**	0,389**	0,447**	0,625**	0,584**	0,583**	0,596**	1						
10	Pembagian peran <i>Equality of role</i>	3,598	1,045	0,299**	0,778**	0,206**	0,299**	0,617**	0,610**	0,577**	0,507**	0,538**	1					
11	Orientasi religius <i>Religious orientation</i>	3,892	1,027	0,335**	0,701**	0,354**	0,335**	0,531**	0,528**	0,454**	0,489**	0,503**	0,491**	1				
12	Kepribadian <i>Personality</i>	3,509	0,960	0,362**	0,855**	0,337**	0,362**	0,667**	0,629**	0,648**	0,628**	0,589**	0,727**	0,627**	1			
13	Keluarga besar <i>Extended family</i>	3,476	0,944	0,399**	0,642**	0,349**	0,399**	0,455**	0,495**	0,501**	0,472**	0,447**	0,486**	0,412**	0,582**	1		
14	Pengasuhan <i>Parenting</i>	3,427	0,891	0,525**	0,591**	0,418**	0,525**	0,404**	0,420**	0,435**	0,397**	0,387**	0,382**	0,347**	0,457**	0,399**	1	
15	Kebijaksanaan <i>Wisdom</i>	3,744	0,547	0,601**	0,418**	1,000**	0,601**	0,307**	0,286**	0,274**	0,378**	0,389**	0,206**	0,354**	0,337**	0,349**	0,418**	1

Keterangan [Note]: **Korelasi signifikan pada level 0,01; *korelasi signifikan pada level 0,05; Nomor 5–14 adalah 10 dimensi dari variabel kesejahteraan subjektif ibu; SD=standar deviasi (**Correlation is significant at the 0.01 level; *significant at the 0.05 level; Numbers 5–14 represent the 10 dimensions of the maternal subjective well-being variable; SD=standard deviation)

Tabel 4 Hasil uji regresi resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu terhadap kebijaksanaan (n=347)
 Table 4 Regression results of resilience and mothers' subjective well-being on wisdom (n=347)

Variabel	b	SE	p	T
Resiliensi <i>Resilience</i>	0,531	0,51	0,00	10,519
Kesejahteraan subjektif ibu <i>Mothers' subjective well-being</i>	0,103	0,36	0,04	2,864

Keterangan [Note]: $F(2,344)=103,640$, $p<0,000$, $R^2=0,376$

Pengaruh Resiliensi dan Kesejahteraan Subjektif Ibu terhadap Kebijaksanaan

Hasil uji regresi menunjukkan signifikansi yang tinggi, dengan nilai $F(2,344) = 103,540$, $p < 0,000$. Resiliensi memberikan kontribusi sebesar 35,6 persen ($R^2 = 0,356$, $p < 0,05$) terhadap kebijaksanaan, sedangkan kesejahteraan subjektif ibu berkontribusi sebesar 17,5 persen. Secara simultan, resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu memiliki kontribusi total sebesar 37,6 persen ($R^2 = 0,376$, $p < 0,05$) terhadap kebijaksanaan. Temuan ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara bersama-sama dapat meningkatkan tingkat kebijaksanaan pada IRT penuh waktu. Rincian hasil dapat dilihat pada Tabel 4.

PEMBAHASAN

Hasil dalam penelitian ini relevan dengan hipotesis yang ada, yaitu terdapat peran resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu terhadap kebijaksanaan, terutama pada ibu rumah tangga (IRT) penuh waktu yang mengalami *parental burnout*. Kejenuhan dan kebosanan dalam mengerjakan tugas rumah tangga merupakan salah satu kondisi yang umum dialami oleh IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout*. Kondisi ini diperparah oleh pengalaman IRT penuh waktu yang sebelumnya pernah bekerja kantor, terutama jika mereka pernah memiliki karir yang cukup baik di masa lalu. Hal ini mengindikasikan bahwa perempuan dengan karir dan ambisi yang lebih tinggi mungkin mengalami tekanan sosial yang lebih besar untuk menjadi IRT yang sempurna. Norma sosial menuntut perempuan untuk memprioritaskan keluarga di atas pekerjaan, terutama di negara-negara dengan budaya Timur, termasuk Indonesia. Penyimpangan dari norma-norma tersebut dapat memicu mekanisme sosial terhadap IRT (misalnya reaksi balik, evaluasi negatif, dan sebagainya) sebagai bentuk tekanan untuk menyesuaikan diri (Meeussen & VanLaar, 2018). *Parental burnout* memiliki korelasi negatif dengan kebijaksanaan. Hal ini menunjukkan bahwa *parental burnout* menyebabkan IRT penuh waktu menjadi sangat tertekan sehingga

kurang mampu menunjukkan kebijaksanaan yang dimilikinya.

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa meskipun *parental burnout* menurunkan kualitas hidup dan meningkatkan risiko perilaku destruktif, resiliensi dan kesejahteraan subjektif dapat memprediksi sebagian kecil kebijaksanaan pada IRT penuh waktu. Resiliensi membantu IRT penuh waktu mempertahankan kekuatan mental untuk menghadapi stres berkepanjangan, sementara kesejahteraan subjektif memperkuat kemampuan mereka untuk tetap berfokus pada nilai-nilai pribadi dan kebutuhan keluarga meskipun dalam situasi sulit. *Parental burnout* yang tidak diimbangi dengan resiliensi dan kesejahteraan subjektif berisiko meningkatkan konflik internal dan perilaku maladaptif, termasuk keinginan untuk mengabaikan atau bahkan memperlakukan anak-anak secara negatif (Roskam *et al.*, 2018). Namun, bagi mereka yang memiliki kesejahteraan subjektif dan resiliensi yang tinggi, terdapat kemampuan reflektif yang lebih baik dalam menjaga perilaku bijaksana dan fokus pada kesejahteraan keluarga. Penelitian Mahmoud dan Rothenberger (2019) menekankan pentingnya kesadaran diri dan penerapan rutinitas sehat sebagai penopang kesejahteraan subjektif, yang sangat krusial bagi IRT untuk mempertahankan kebijaksanaan di tengah tantangan *parental burnout*.

Resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu memiliki peran yang penting terhadap kualitas keluarga karena resiliensi sangat diperlukan agar IRT penuh waktu mampu pulih dengan cepat saat mengalami stres dan *burnout*. Keluarga sebagai unit terkecil dalam masyarakat diharapkan dapat mendukung kesejahteraan subjektif ibu, sehingga tercipta generasi yang baik untuk masa depan (Budiarto *et al.*, 2020). Pada IRT, dampak dari kesejahteraan subjektif ibu tidak hanya dirasakan oleh diri ibu itu sendiri, tetapi juga berdampak pada seluruh anggota keluarga. Kesehatan fisik dan mental juga merupakan hasil dari tercapainya kesejahteraan subjektif ibu (Diener & Chan, 2011). Kesejahteraan orang tua dan hubungan suami istri yang harmonis berdampak positif pada tumbuh kembang anak. Jika orang tua, terutama

IRT penuh waktu, mengalami stres dalam menjalankan perannya sebagai ibu, maka anak-anak juga dapat merasakan stres tersebut (Prastuti *et al.*, 2018). Kondisi ini sejalan dengan hasil penelitian Yan *et al.* (2024), yang menunjukkan bahwa *parental burnout* dapat membuat anak kurang menunjukkan perilaku prososial serta memperburuk masalah emosional pada anak.

Pengalaman yang dimiliki IRT penuh waktu dalam melewati masa-masa sulit berdampak pada kemampuan mereka untuk memperoleh kebijaksanaan yang lebih tinggi, serta memiliki refleksi dan strategi dalam menghadapi keadaan sulit (Sahrani *et al.*, 2014). Kebijaksanaan merupakan perpaduan dari aspek kognitif, reflektif, dan afektif (Ardelt, 2003). Individu yang bijaksana memiliki pemahaman mendalam tentang kehidupan serta kemauan untuk mencari kebenaran. Selain itu, individu yang bijak juga mampu memahami makna di balik suatu kejadian, termasuk pengetahuan dan penerimaan terhadap aspek positif dan negatif dari kondisi manusia, serta keterbatasan dan ketidakpastian dalam kehidupan. Orang yang bijaksana memiliki persepsi mengenai fenomena dan kejadian dari berbagai sudut pandang, kebutuhan untuk mengevaluasi diri, serta kepekaan dan pencerahan dalam dirinya.

Selanjutnya, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peran resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu terhadap perolehan kebijaksanaan pada IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout*. Resiliensi memberikan kontribusi yang lebih besar dibandingkan dengan kesejahteraan subjektif ibu. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Shoqeirat *et al.* (2023)), yang menunjukkan bahwa kebijaksanaan berhubungan dengan resiliensi namun tidak selalu berkaitan dengan kesejahteraan individu. Temuan lain yang mendukung bahwa kebijaksanaan erat kaitannya dengan resiliensi adalah bahwa pengalaman hidup dalam mengatasi kesulitan dapat meningkatkan kebijaksanaan (Westrate & Gluck, 2017; Yang, 2014). Dapat dikatakan bahwa sumber internal memiliki peran lebih besar daripada sumber eksternal. Resiliensi merupakan faktor internal yang menjadi potensi untuk menghadapi masalah yang muncul. Kondisi ini sesuai dengan pernyataan Fernandez & Soedagijono (2018) bahwa resiliensi adalah kemampuan untuk beradaptasi, bangkit, dan bertahan dari penderitaan dengan mengandalkan diri sendiri untuk mencapai tujuan hidup. Resiliensi juga dapat dikatakan sebagai keterampilan penting yang dibutuhkan dalam kehidupan untuk mengatasi berbagai

masalah (Afdal *et al.*, 2022). Oleh karena itu, mekanisme internal pada IRT penuh waktu perlu diperkuat terlebih dahulu, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif ibu dan kebijaksanaan yang dimilikinya.

Secara umum, semua dimensi dalam variabel kesejahteraan subjektif ibu berhubungan dengan resiliensi dan kebijaksanaan. Hal ini menunjukkan bahwa kesejahteraan subjektif ibu sangat mendukung seseorang dalam berperilaku bijaksana (Glück *et al.*, 2013). Hubungan ini juga bersifat timbal balik; kesejahteraan subjektif ibu dan resiliensi dapat memprediksi kebijaksanaan, namun kebijaksanaan juga dapat memperkuat kemampuan individu untuk menjadi resiliensi dan akhirnya mencapai kesejahteraan (Ardelt *et al.*, 2022). Dalam kesejahteraan subjektif ibu terdapat 10 dimensi yang berkaitan dengan kebijaksanaan, yaitu komunikasi, resolusi konflik, penggunaan waktu luang, pengelolaan keuangan, hubungan seksual, pembagian peran, orientasi religius, kepribadian, keluarga besar, dan pengasuhan. Setiap dimensi ini berkontribusi secara positif terhadap kebijaksanaan.

Pada dimensi komunikasi dalam variabel kesejahteraan subjektif ibu, ditemukan adanya korelasi dengan kebijaksanaan. Hal ini sejalan dengan penelitian Thomas *et al.* (2019), yang menunjukkan bahwa aspek kebijaksanaan, seperti kemampuan mengatur emosi dan toleransi terhadap ambiguitas, berhubungan erat dengan keterampilan komunikasi. Individu yang lebih bijaksana cenderung mampu berkomunikasi secara efektif dalam situasi kompleks karena mereka dapat mengelola emosi dengan baik dan menyampaikan pemikiran mereka dengan jelas.

Pada dimensi resolusi konflik, terdapat hubungan positif dengan kebijaksanaan. Kebijaksanaan memainkan peran penting dalam penyelesaian konflik interpersonal, terutama dalam konteks kelas sosial yang berbeda. Penelitian Brienza dan Grossmann (2017) menunjukkan bahwa individu yang mampu melihat sudut pandang orang lain cenderung lebih baik dalam menghadapi konflik interpersonal, yang sering kali menjadi bagian dari kebijaksanaan. Selain itu, orang yang bijaksana memiliki kemampuan untuk mengelola emosi dengan baik, mempertimbangkan sudut pandang lain, dan cenderung lebih mudah memaafkan (Grossmann *et al.*, 2016).

Kemampuan individu dalam mengatur waktu, keuangan, dan kehidupan secara umum juga

berhubungan dengan tingkat kebijaksanaan yang dimilikinya (Glück *et al.*, 2022). Individu yang mampu mengelola hidupnya dengan baik akan merasakan kepuasan dalam kehidupan pribadinya, termasuk dalam hubungan sosial seperti dengan pasangan. Kepuasan hidup ini berkorelasi dengan kebijaksanaan. Selain itu, kebijaksanaan terkait dengan keyakinan agama, di mana orientasi religius seseorang dapat menjadi mediasi untuk mencapai tujuan hidup (Ardelt & Ferrari, 2019).

Terdapat keterkaitan antara kepribadian, sebagai bagian dari kesejahteraan subjektif ibu, dengan kebijaksanaan. Hal ini sesuai dengan penelitian Ardel *et al.* (2018), yang menemukan bahwa individu dengan kepribadian terbuka dan siap terhadap pengalaman baru lebih mudah mencapai kebijaksanaan. Kepribadian terbuka memungkinkan seseorang untuk menerima perspektif baru, yang penting dalam pengembangan kebijaksanaan. Dengan demikian, aspek-aspek tertentu dari kepribadian berperan dalam mendukung pertumbuhan kebijaksanaan seseorang dalam kehidupan keluarga dan sosialnya.

Faktor eksternal, seperti komunikasi dengan pasangan dan kepuasan dalam pernikahan, juga memiliki peran terhadap kesejahteraan subjektif ibu. Temuan ini sejalan dengan penelitian Herawati *et al.* (2018), yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dan interaksi keluarga memainkan peran penting dalam menentukan kualitas pernikahan, terutama bagi pasangan suami istri yang bekerja. Dukungan dari lingkungan sosial dan hubungan yang kuat antarindividu dapat meningkatkan kesejahteraan dan kebahagiaan dalam kehidupan seseorang (Igarashi *et al.*, 2018; Indati *et al.*, 2019).

Namun demikian, terdapat temuan menarik dari dimensi kesejahteraan subjektif ibu, yaitu pada dimensi ke-10, yaitu *parenting*. Dimensi *parenting* ini berkorelasi paling besar dengan kebijaksanaan. Kondisi ini dapat terjadi karena dalam *parenting* diperlukan kepercayaan diri yang tinggi dalam mengambil keputusan, yang juga merupakan salah satu aspek kebijaksanaan. Salah satu butir dari dimensi *parenting* ini menyatakan bahwa orang tua merasa yakin dengan keputusannya dalam mendisiplinkan anak. Hal ini sejalan dengan salah satu butir dalam alat ukur kebijaksanaan, yang menegaskan bahwa individu yang bijaksana merasa yakin telah membuat keputusan penting dalam kehidupannya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa makin baik individu menerapkan *parenting*,

maka makin tinggi pula kebijaksanaan yang dimilikinya. Demikian pula sebaliknya, apabila individu memiliki kebijaksanaan yang tinggi, maka makin baik pula *parenting* yang diterapkannya dalam keluarga.

Temuan tambahan adalah bahwa kebijaksanaan tetap ada pada IRT yang mengalami *parental burnout*. Hasil ini bertentangan dengan temuan dari beberapa peneliti (Ardelt & Ferrari, 2019; Ardel *et al.*, 2022; Lee & Kim, 2017; Lu *et al.*, 2022; Wright *et al.*, 2018) yang menemukan bahwa kebijaksanaan berhubungan negatif dengan stres, depresi, dan permasalahan sulit dalam kehidupan. Temuan dari penelitian ini memberikan kontribusi baru bahwa, meskipun seorang individu menghadapi permasalahan dalam kehidupannya, ia masih dapat menggunakan kebijaksanaan yang dimilikinya untuk mengatasi masalah tersebut. Kondisi ini juga tergantung pada resiliensi dan kesejahteraan yang dimilikinya. Dengan demikian, potensi internal dan eksternal saling berperan dalam diri individu. Adanya potensi positif dalam diri individu, ditambah dengan kolaborasi yang positif dengan lingkungan, membuat individu mampu menggunakan potensi dirinya dengan lebih baik, terutama dalam hal kebijaksanaan. IRT penuh waktu yang menerapkan kebijaksanaan dalam dirinya akan berpotensi untuk mencari solusi permasalahan dan mengambil keputusan secara bijak, dengan mempertimbangkan semua kemungkinan yang ada dan menjaga keharmonisan seluruh anggota keluarga.

Selanjutnya, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan dalam hal usia, jenis kelamin, dan pengeluaran rumah tangga terhadap kebijaksanaan IRT yang mengalami *parental burnout*. Maka dapat disimpulkan bahwa kebijaksanaan IRT penuh waktu tidak memiliki perbedaan yang signifikan berdasarkan usia, karena semua individu berpotensi untuk menjadi bijaksana. Namun, IRT penuh waktu juga rentan terhadap *parental burnout*. Hal ini disebabkan oleh mereka yang terus menerus menjalankan peran yang sama sebagai IRT, harus siap dalam segala kondisi, selama 24 jam sehari dan 7 hari seminggu. Hasil ini sejalan dengan penemuan dari beberapa penelitian (Ardelt, 2000; Sternberg, 2005a) yang menunjukkan bahwa usia dan pendidikan relatif tidak berhubungan dengan kebijaksanaan; dengan kata lain, individu dari berbagai usia dapat menjadi bijak.

Kelebihan dalam penelitian ini adalah penemuan resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu sebagai variabel penting untuk meningkatkan

kebijaksanaan seseorang. Selanjutnya, peneliti dapat mengembangkan intervensi berbasis hasil penelitian ini, misalnya dengan mengadakan psikoedukasi atau pelatihan tentang cara meningkatkan resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu, terutama pada IRT penuh waktu. Adapun hal-hal yang perlu dieksplorasi lebih lanjut adalah terkait dengan tingkat parental burnout pada IRT penuh waktu dalam kategori sedang. Penelitian selanjutnya perlu mengkaji lebih lanjut mengenai hal ini pada IRT penuh waktu yang mengalami parental burnout dalam tingkat tinggi atau berat, sehingga dapat lebih dipahami fungsionalitas kebijaksanaan yang dimilikinya dalam kondisi tersebut. Penelitian ini juga akan lebih kaya jika dilakukan dengan metode *mixed-method*, sehingga jawaban responden dapat didalami melalui wawancara.

SIMPULAN DAN SARAN

Temuan penelitian menunjukkan bahwa resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu berperan terhadap kebijaksanaan pada ibu rumah tangga (IRT) penuh waktu yang mengalami *parental burnout*. Variabel resiliensi memiliki kontribusi yang lebih besar terhadap kebijaksanaan dibandingkan variabel kesejahteraan subjektif ibu. Implikasi dari penelitian ini adalah memberikan masukan bagi penyusunan program intervensi guna meningkatkan kebijaksanaan, yaitu melalui pelatihan resiliensi dan kesejahteraan subjektif ibu pada IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout*.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk meneliti IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout* dalam tingkat berat atau menahun, sehingga akan diperoleh hasil yang lebih komprehensif. Peneliti juga dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain yang berperan terhadap kebijaksanaan, seperti *self-compassion*, *mindfulness*, penerimaan diri, pemaafan diri, kepribadian, dan faktor-faktor lainnya. Hal ini mengacu pada peranan resiliensi yang cenderung lebih besar daripada kesejahteraan subjektif ibu. Saran praktis untuk IRT penuh waktu yang mengalami *parental burnout* adalah meningkatkan komunikasi dengan pasangan dan semua anggota keluarga. Kondisi ini terkait sebagai salah satu faktor penentu resilien dan kesejahteraan, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kebijaksanaan pada IRT penuh waktu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti sangat berterima kasih pada seluruh partisipan yang telah berkontribusi dalam penelitian ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) atas dukungan dana penelitian yang diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdal, A., Ramadhani, V., Hanifah, S., Fikri, M., Hariko, R., & Syapitri, D. (2022). Kemampuan resiliensi: Studi kasus dari perspektif ibu tunggal. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 15(3), 218–230.
<https://doi.org/10.24156/jikk.2022.15.3.218>
- American Psychological Association. (2024, July 12). *Parental burnout and stress: Parenting can lead to high stress and potential burnout, but there are strategies that can help parents manage these challenges effectively*. <https://www.apa.org/topics/stress/parental-burnout>
- Ardelt, M. (2000). Intellectual versus wisdom-related knowledge: The case for a different kind of learning in the later years of life. *Educational Gerontology*, 26(8), 771–789.
<https://doi.org/10.1080/036012700300001421>
- Ardelt, M. (2003). Empirical assessment of a three-dimensional wisdom scale. *Research on Aging*, 25(3), 275–324.
<https://doi.org/10.1177/016402750302503004>
- Ardelt, M. & Edwards, C.A. (2016). Wisdom at the end of life: An analysis of mediating and moderating relations between wisdom and subjective well-being. *The Journals of Gerontology: Series B*, 7(3), 502–513.
<https://doi.org/10.1093/geronb/gbv051>
- Ardelt, M., & Ferrari, M. (2019). Effects of wisdom and religiosity on subjective well-being in old age and young adulthood: Exploring the pathways through mastery and purpose in life. *International Psychogeriatrics*, 31(4), 477–489.
<https://doi.org/10.1017/S1041610218001680>
- Ardelt, M., Gerlach, K. R., & Vaillant, G. E. (2018). Early and midlife predictors of

- wisdom and subjective well-being in old age. *The Journals of Gerontology: Series B*, 73(8), 1514–1525. <https://doi.org/10.1093/geronb/gby017>
- Ardelt, M., & Jeste, D. V. (2018). Wisdom and hard times: The ameliorating effect of wisdom on the negative association between adverse life events and well-being. *The Journals of Gerontology: Series B*, 73(8), 1374–1383. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbw137>
- Ardelt, M., Dilip, & Jeste, V. (2022). Wisdom as a resiliency factor for subjective well-being in later life. *Praxis Klinische Verhaltensmedizin und Rehabilitation (Practice of Clinical Behavioral Medicine and Rehabilitation)*, 118, 13-28.
- Bergsma, A., & Ardelt, M. (2012). Self-reported wisdom and happiness: An empirical investigation. *Journal of Happiness Studies*, 13(3), 481–499. <https://doi.org/10.1007/s10902-011-9275-5>
- Booker, J. A., & Dunsmore, J. C. (2016). Profiles of wisdom among emerging adults: Associations with empathy, gratitude, and forgiveness. *Journal of Positive Psychology*, 11(3), 315–325. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1081970>
- Brienza, J. P., & Grossmann, I. (2017). Social class and wise reasoning about interpersonal conflicts across regions, persons and situations. *Proceedings of the Royal Society B: Biological Sciences*, 284(1869). <https://doi.org/10.1098/rspb.2017.1870>
- Budiarto, Y., & Dewi, F. I. R. (2023). The mediating role of negative affect in the relationships between parents conflict styles with adolescents, the satisfaction of three basic psychological needs, and life satisfaction. *Psikologiske Teme*, 32(3), 409–430. <https://doi.org/10.31820/pt.32.3.1>
- Budiarto, Y., Dewi, F. I. R., & Hastuti, R. (2020). The family well-being: A dyadic analysis of parent-child relationship quality. *Psychological Thought*, 13(1), 221–239. <https://doi.org/10.37708/PSYCT.V13I1.424>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Diener, E., & Chan, M. Y. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3(1), 1–43. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x>
- Fung, S. F., Chow, E. O. W., & Cheung, C. K. (2020). Development and validation of a brief self-assessed wisdom scale. *BMC Geriatrics*, 20, 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12877-020-1456-9>
- Fernandez, I. M. F., & Soedagijono, J. S. (2018). Resiliensi pada wanita dewasa madya setelah kematian pasangan hidup. *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia*, 6(1), 27–38. <https://doi.org/10.33508/EXP.V6I1.1788>
- Giri, V. N. (2023). Communication, happiness, and wellbeing. In S. Chetri, T. Dutta, M. K. Mandal, & P. Patnaik (Eds.), *Handbook of happiness* (pp 445–472). Springer, Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-99-2637-4_19
- Glück, J., König, S., Naschenweng, K., Redzanowski, U., Dorner, L., Straßer, I., & Wiedermann, W. (2013). How to measure wisdom: Content, reliability, and validity of five measures. *Frontiers in Psychology*, 4(JUL), 5. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00405>
- Gluck, J., Westrate, N., & Scherpft, A. (2022). Looking beyond linear: A closer examination of the relationship between wisdom and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 23(7), 3285–3313. <https://doi.org/10.1007/s10902-022-00540-3>
- Grossmann, I., Gerlach, T. M., Denissen, J. J. A. (2016). Wise reasoning in the face of everyday life challenges. *Social Psychological and Personality Science*, 1–12. <https://doi.org/10.1177/1948550616652206>
- Herawati, T., Kumalasari, B., Musthofa, M., & Tyas, F. P. S. (2018). Dukungan sosial, interaksi keluarga, dan kualitas perkawinan pada keluarga suami istri bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga dan*

- Konsumen*, 11(1), 1–12.
<https://doi.org/10.24156/jikk.2018.11.1.1>
- Holz, N. E., Tost, H., & Meyer-Lindenberg, A. (2020). Resilience and the brain: A key role for regulatory circuits linked to social stress and support. *Molecular Psychiatry*, 25(2), 379–396.
<https://doi.org/10.1038/s41380-019-0551-9>
- Igarashi, H., Levenson, M. R., & Aldwin, C. M. (2018). The development of wisdom: A social ecological approach. *The Journals of Gerontology: Series B*, 73(8), 1350–1358.
<https://doi.org/10.1093/geronb/gby002>
- Indati, A., Adiyanti, M. G., & Ramdhani, N. (2019). Peran wisdom terhadap life satisfaction pada lansia. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(1), 60–69.
<https://doi.org/10.22146/gamajop.47176>
- Intani, Z. F., & Indati, A. (2019). Peranan wisdom terhadap subjective well-being pada dewasa awal. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 3(3), 141–150.
<https://doi.org/10.22146/gamajop.44105>
- Lee, N. Y., & Kim, H. K. (2017). Analysis on effects of perceived health status, social activities and wisdom of elderly women residing in rural environment on health conservation. *International Journal of Applied Engineering Research*, 12(21), 10701–10710.
https://www.ripublication.com/ijaer17/ijae rv12n21_27.pdf
- Lu, N., Sun, Q., Jiang, N., & Lou, V. W. Q. (2022). Does wisdom moderate the relationship between burden and depressive symptoms among family caregivers of disabled older adults in China? A multiple-group path analysis. *Aging and Mental Health*, 26(8), 1572–1579.
<https://doi.org/10.1080/13607863.2021.1935454>
- Mahmoud, N. N., & Rothenberger, D. (2019). From burnout to well-being: A focus on resilience. *Clinics in Colon and Rectal Surgery*, 32(6), 415–423.
<https://doi.org/10.1055/s-0039-1692710>
- Meeussen, L., & VanLaar, C. (2018). Feeling pressure to be a perfect mother relates to parental burnout and career ambitions. *Frontiers in Psychology*, 9(2) 1–13.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02113>
- Mikolajczak, M., Gross, J. J., & Roskam, I. (2019). Parental burnout: What is it, and why does it matter? *Clinical Psychological Science*, 7(6), 1319–1329.
<https://doi.org/10.1177/2167702619858430>
- Pertiwi, M., Andriany, A. R., Mulamukti, A., & Pratiwi, A. (2021). Hubungan antara subjective well-being dengan burnout pada tenaga medis di masa pandemi Covid-19. *Syntax Idea*, 3(4), 854–855.
<https://doi.org/10.46799/syntax-idea.v3i4.1155>
- Prastuti, E., Maritje, M., Tairas, W., & Hartini, N. (2018). The development and validation: Scale of Subjective Well-Being for Mother (SSWB-M). *Health and Community Psychology*, 7(2), 118–138.
<https://doi.org/10.12928/jehcp.v7i2.10322>
- Roskam, I., Brianda, M. E., & Mikolajczak, M. (2018). A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA). *Frontiers in Psychology*, 9(758), 1–12.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758>
- Roskam, I., Philippot, P., Gallée, L., Verhofstadt, L., Soenens, B., Goodman, A., & Mikolajczak, M. (2022). I am not the parent I should be: Cross-sectional and prospective associations between parental self-discrepancies and parental burnout. *Self and Identity*, 21(4), 430–455.
<https://doi.org/10.1080/15298868.2021.1939773>
- Sahrani, R., Matindas, R. W., Takwin, B., & Mansoer, W. W. (2014). The role of reflection of difficult life experiences on wisdom. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 40(2), 315–323.
<https://jiaap.in/wp-content/uploads/2014/08/17-Riana.pdf>
- Shoqeirat, M., Almatarneh, A., Alkhaldeh, M., Al-Zaben, M., Al Majali, S. & Algaralleh, A. (2023). Married & wise - A correlational study of wisdom, well-being, and resilience in relation to gender, age and marital status. *Journal of Social Studies Education Research*, 14(3), 145–166.
<https://jsser.org/index.php/jsser/article/view/5153/629>

- Sternberg, R. J. (2003). Preface: Wisdom, intelligence, and creativity synthesized intelligence. *Psychology and Education*. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511509612>
- Sternberg, R. J. (2005a). Older but not wiser? The relationship between age and wisdom. *Ageing International*, 30(1), 5–26. <https://doi.org/10.1007/BF02681005>
- Sternberg, R. J. (2005b). WICS: A model of positive educational leadership comprising wisdom, intelligence, and creativity synthesized. *Educational Psychology Review*, 17(3), 191–262. <https://doi.org/10.1007/s10648-005-5617-2>
- Thomas, M. L., Bangen, K. J., Palmer, B. W., Sirkin Martin, A., Avanzino, J. A., Depp, C. A., Glorioso, D., Daly, R. E., & Jeste, D. V. (2019). A new scale for assessing wisdom based on common domains and a neurobiological model: The San Diego Wisdom Scale (SD-WISE). *Journal of Psychiatric Research*, 108, 40–47. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2017.09.005>
- Weststrate, N. M., & Glück, J. (2017). Hard-earned wisdom: Exploratory processing of difficult life experience is positively associated with wisdom. *Developmental Psychology*, 53(4), 800–814. <https://doi.org/10.1037/dev0000286>
- Wright, S. T., Breier, J. M., Depner, R. M., Grant, P. C., & Lodi-Smith, J. (2018). Wisdom at the end of life: Hospice patients' reflections on the meaning of life and death. *Counselling Psychology Quarterly*, 31(2), 162–185. <https://doi.org/10.1080/09515070.2016.1274253>
- Yan, T., Hou, Y., & Deng, M. (2024). The effect of parental burnout on psychological adjustment among Chinese children with developmental disabilities: The roles of parental autonomy support and psychological control. *International Journal of Developmental Disabilities*, 1–14. <https://doi.org/10.1080/20473869.2024.2331830>
- Yang, S. Y. (2014). Wisdom and learning from important and meaningful life experiences. *Journal of Adult Development*, 21, 129–146. <https://doi.org/10.1007/s10804-014-9186-x>
- Yuan, Y., Wang, W., Song, T., & Li, Y. (2022). The mechanisms of parental burnout affecting adolescents' problem behavior. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), 15139. <https://doi.org/10.3390/ijerph192215139>