

WORK LIFE BALANCE PADA IBU TUNGGAL YANG BERPERAN GANDA

**Jeany Putri Yansant Pratiwi
Yanies Novira**

Program Studi Psikologi, Fakultas Bisnis, Psikologi & Komunikasi
Universitas Teknologi Yogyakarta
E-mail : jnyptr27@gmail.com

ABSTRAK

Perceraian merupakan salah satu hal terburuk dari pernikahan. Perceraian mengakibatkan seorang perempuan menjadi ibu tunggal. Seorang wanita yang menjadi ibu tunggal harus mampu berperan ganda, bukan hanya menjadi ibu rumah tangga, namun juga menjadi ayah yang mencari nafkah. Work life balance adalah konsep yang mendukung karyawan untuk mengatur waktu dan energy mereka antara pekerjaan dan aspek penting lain di kehidupan mereka. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana work life balance pada ibu tunggal yang berperan ganda. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek berjumlah tiga (3) orang yang merupakan seorang ibu tunggal yang bekerja dan tiga (3) significant other yang merupakan orang terdekat subjek. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa ketiga subjek masih mengalami gangguan dalam pekerjaan maupun dalam kehidupan pribadi.

Kata Kunci : *Work Life Balance, Ibu Tunggal, Peran Ganda*

WORK LIFE BALANCE IN DOUBLE ROLE SINGLE PARENT MOTHER

**Jeany Putri Yansant Pratiwi
Yanies Novira**

Psychology Study Program, Faculty of Business, Psychology & Communication
University of Technology Yogyakarta
E-mail : jnyptr27@gmail.com

ABSTRACT

Divorce is one of the worst things about marriage. Divorce results in a woman becoming a single parent. A woman who is a single parent must be able to play a dual role not only as a housewife, but also as a father who earns a living. Work life balance is a concept that supports employees to manage their time and energy between work and other important aspects of their lives. The purpose of this study was to determine how the work life balance of single mothers has multiple roles. The research method used is qualitative with a case study approach. Subjects totaled three (3) people who are a single mother who works and three (3) significant other who are the closest person to the subject. The results of the study showed that the three subjects still experienced disturbances at work and in personal life.

Key Word : *Work Life Balance, Single Mother, Double Role*