

DINAMIKA PSIKOLOGIS *FEMALE BREADWINNERS* DALAM KONSTRUKSI SOSIAL PATRIARKI BALI

Putu Angga Ary Krisnawan¹, I Wayan Nathan Fanza Tanaya²
Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana^{1,2}
e-mail: anggaarykrisnawan@gmail.com

ABSTRAK

Fenomena perempuan sebagai pencari nafkah utama (*female breadwinner*) semakin meningkat di Indonesia, termasuk di Bali. Namun, peningkatan peran ekonomi perempuan tidak selalu diikuti oleh penerimaan sosial yang memadai, khususnya dalam masyarakat yang masih berpegang pada nilai patriarki. Artikel ini bertujuan untuk menganalisis dinamika psikologis *female breadwinner* dalam konteks konstruksi sosial patriarki Bali, mencakup tekanan peran, konflik psikologis, stigma sosial, serta strategi adaptasi melalui dukungan sosial dan *self-compassion*. Metode yang digunakan adalah kajian literatur naratif dengan menganalisis penelitian empiris dan teoritis yang relevan pada rentang tahun 2019–2025. Hasil kajian menunjukkan bahwa perempuan *breadwinner* di Bali menghadapi beban ganda berupa tanggung jawab ekonomi, domestik, dan kewajiban adat, yang memicu *work-family conflict*, rasa bersalah, dan stres emosional. Meskipun demikian, *self-compassion*, *resiliensi*, dan dukungan sosial terbukti menjadi faktor protektif penting yang membantu perempuan beradaptasi dan mempertahankan kesejahteraan psikologisnya. Studi ini menegaskan pentingnya pendekatan multidimensional yang mempertimbangkan aspek psikologis, sosial, dan budaya dalam pemberdayaan *female breadwinner* di Bali.

Kata Kunci: *Female Breadwinner, Patriarki Bali, Dinamika Psikologis*

ABSTRACT

The phenomenon of women becoming primary earners (*female breadwinners*) is increasingly evident in Indonesia, including in Bali. However, the rise of women's economic roles is not always accompanied by adequate social acceptance, particularly within communities that continue to uphold patriarchal values. This article aims to analyze the psychological dynamics of female breadwinners within the context of Bali's patriarchal social construction, including role strain, psychological conflict, social stigma, and adaptive strategies through social support and self-compassion. The method employed is a narrative literature review, examining relevant empirical and theoretical studies published between 2019 and 2025. The findings indicate that female breadwinners in Bali face multiple burdens, encompassing economic responsibilities, domestic duties, and customary obligations, which trigger work-family conflict, guilt, and emotional stress. Nevertheless, self-compassion, resilience, and social support serve as important protective factors that help women adapt and maintain their psychological well-being. This study highlights the importance of a multidimensional approach that considers psychological, social, and cultural aspects in empowering female breadwinners in Bali.

Keywords: *Female Breadwinner, Balinese Patriarchy, Psychological Dynamics*

PENDAHULUAN

Peran perempuan dalam menopang ekonomi keluarga mengalami perubahan signifikan dalam beberapa dekade terakhir. Salah satu fenomena yang semakin nyata adalah munculnya perempuan sebagai pencari nafkah utama atau *female breadwinner* (Kowalewska & Vitali, 2024). Di berbagai belahan dunia, termasuk Indonesia, semakin banyak perempuan yang

mengambil peran ini, baik karena kondisi ekonomi, perceraian, kematian pasangan, maupun karena faktor pilihan hidup. Menariknya, meski kehadiran *female breadwinner* semakin jamak, stigma sosial dan tekanan psikologis yang mereka alami masih menjadi persoalan yang jarang dibahas secara mendalam, terutama karena peran tersebut kerap bertentangan dengan skrip gender tradisional yang mengakar dalam masyarakat (Fisher et al., 2025).

Laporan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2025 mencatat bahwa sekitar 14,37% atau satu dari sepuluh pekerja termasuk dalam kategori *female breadwinners*. Angka ini menunjukkan bahwa kontribusi perempuan dalam menopang ekonomi keluarga bukan lagi sekadar fenomena individual, tetapi telah menjadi bagian penting dari struktur sosial dan ketenagakerjaan nasional (Usmany et al., 2025). Selain itu, penelitian UN Women Indonesia (2020) menunjukkan bahwa perempuan yang menjadi pencari nafkah utama menghadapi beban ganda yang tidak hanya bersifat ekonomi, tetapi juga emosional dan sosial. Mereka sering mengalami konflik peran, tekanan psikologis, hingga stigma masyarakat yang masih memandang laki-laki sebagai sosok ideal penopang keluarga. Di daerah seperti Bali, misalnya, fenomena *female breadwinner* kerap terjadi secara kasat mata maupun terselubung. Meskipun perempuan Bali banyak berperan dalam sektor informal seperti pariwisata, perdagangan, dan usaha kecil, kuatnya budaya patriarki masih membatasi ruang gerak mereka. Perempuan dihadapkan pada beban tiga peran sekaligus, yakni peran domestik, ekonomi, dan sosial yang diatur oleh adat. Di sisi lain, bias gender dan dominasi laki-laki dalam pengambilan keputusan membuat posisi perempuan sebagai pencari nafkah utama kerap dipandang negatif dan dianggap melanggar norma tradisional (Sunia Dewi et al., 2024).

Kondisi ini tidak hanya berdampak pada aspek sosial, tetapi juga menimbulkan dinamika psikologis yang kompleks bagi perempuan. Rasa stres, kelelahan emosional, kecemasan, dan perasaan bersalah sering kali menjadi bagian tak terpisahkan dari pengalaman mereka. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Aarntzen et al. (2019) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *work-family guilt* yang dirasakan oleh ibu pekerja, semakin rendah pula tingkat kesejahteraan psikologis mereka. Dengan kata lain, perasaan bersalah karena merasa tidak dapat memenuhi peran ideal sebagai ibu atau pengurus rumah tangga secara maksimal berdampak negatif terhadap kondisi mental dan emosional perempuan. Hal ini akan merambat ke aspek kariernya, ini adalah bentuk dilema psikologis yang dialami wanita sebagai *female breadwinners* (Shockley et al., 2023).

Isu ini menjadi semakin relevan untuk dikaji mengingat urgensi mengenai gender dan peningkatan kesejahteraan psikologis perempuan pekerja di Indonesia. Posisi perempuan sebagai penopang ekonomi utama keluarga masih sering dipandang sebelah mata dan dibayangi oleh stigma sosial serta tekanan psikologis yang tidak jarang luput dari perhatian publik. Oleh karena itu, berangkat dari realitas tersebut artikel ini akan membahas fenomena *female breadwinner* dengan fokus pada dinamika psikologis yang dialami, tantangan sosial yang dihadapi, serta strategi adaptasi dan dukungan yang dibutuhkan untuk menciptakan keseimbangan psikologis dan sosial bagi perempuan pencari nafkah utama.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur (*literature review*) untuk menganalisis dinamika psikologis perempuan pencari nafkah utama (*female breadwinner*) dalam konteks budaya patriarki Bali. Data dikumpulkan dari berbagai sumber akademik seperti jurnal ilmiah, laporan resmi, prosiding, dan buku yang relevan dengan topik peran gender, budaya Bali, kesejahteraan psikologis perempuan pekerja, serta konsep *self-compassion* dan dukungan sosial. Metode ini dipilih karena mampu memberikan pemahaman komprehensif

mengenai fenomena yang diteliti melalui telaah terhadap temuan ilmiah yang telah ada, serta memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi kesenjangan penelitian sebelumnya dan menawarkan perspektif baru yang kontekstual mengenai peran perempuan dalam struktur patriarki Bali.

Prosedur penelitian dilakukan melalui beberapa tahap. Pertama, peneliti melakukan pencarian literatur menggunakan database online seperti Google Scholar, SINTA, Garuda, ResearchGate, dan ScienceDirect. Kata kunci yang digunakan antara lain: “*female breadwinner*”, “*patriarki Bali*”, “*gender roles*”, “*psychological well-being*”, “*work-family conflict*”, dan “*self-compassion*”. Kedua, literatur yang diperoleh disaring berdasarkan relevansi, kualitas akademik, konteks penelitian, serta tahun publikasi (2019–2025). Ketiga, literatur yang memenuhi kriteria dianalisis dengan proses identifikasi, klasifikasi, dan sintesis temuan-temuan kunci terkait beban peran ganda, konflik psikologis, stigma sosial, dan faktor protektif yang memengaruhi kesejahteraan perempuan *breadwinner*.

Dari proses seleksi tersebut, sebanyak 5 literatur terpilih untuk dikaji secara mendalam dan dijadikan dasar penyusunan artikel ini. Hasil analisis kemudian dirumuskan secara deskriptif analitis untuk memberikan gambaran komprehensif mengenai dinamika psikologis *female breadwinner* dalam konteks konstruksi sosial patriarki Bali.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil kajian literatur yang dilakukan dalam studi ini merangkum lima sumber utama yang membahas konstruksi peran gender, konflik peran ganda, tekanan psikologis, stigma sosial, serta faktor protektif yang berpengaruh terhadap dinamika perempuan pencari nafkah utama dalam konteks budaya patriarki Bali. Untuk memudahkan pemahaman temuan secara komprehensif dan terstruktur, rangkuman setiap literatur disajikan dalam tabel berikut yang memuat judul penelitian, sumber literatur, serta temuan kunci yang relevan dengan fokus kajian.

Tabel 1. Hasil Literature Review Dinamika Psikologis Female Breadwinner dalam Konteks Patriarki Bali

No	Judul	Sumber Literatur	Temuan Kunci
1.	Pengaruh Budaya Patriarki dalam Keluarga Hindu Bali	Widhiyana (2024)	Penelitian ini menguraikan bahwa konsep purusha dan predana membentuk peran laki-laki dan perempuan secara rigid di Bali. Meskipun terjadi perubahan sosial, perempuan yang mengambil peran purusha secara ekonomi tetap dipandang melanggar tatanan normatif. Relevansinya bagi studi ini terletak pada pemahaman bagaimana budaya mempengaruhi stigma terhadap <i>female breadwinner</i> sekaligus menciptakan tekanan psikologis akibat tuntutan peran adat.
2.	<i>How Can Women's Leadership Be</i>	Sunia Dewi et al. (2024)	Temuan utama menunjukkan bahwa perempuan Bali memiliki kontribusi

*Empowered Through
 Religious And
 Cultural Knowledge
 In Bali?*

signifikan dalam ranah ekonomi dan sosial, tetapi sering tidak diakui secara formal dalam struktur adat. Penelitian ini relevan karena menegaskan adanya “ketidakselarasan” antara peran nyata perempuan dan pengakuan sosial, yang memperkuat stigma dan konflik peran pada *female breadwinner*.

- | | | | |
|----|---|---------------------------|--|
| 3. | Gambaran Stres Kerja yang Disebabkan oleh Peran Ganda serta Hubungan antara Work-Family Conflict dan Work-Family Balance pada Ibu Bali Bekerja. | Putri & Prihatmoko (2022) | Penelitian ini menemukan hubungan negatif signifikan antara konflik kerja–keluarga dengan keseimbangan hidup. Artinya, perempuan yang memikul beban ganda cenderung mengalami penurunan kesejahteraan. Sintesis ini sangat relevan bagi <i>female breadwinner</i> di Bali karena menggambarkan bagaimana tanggung jawab ekonomi, domestik, dan adat memicu konflik psikologis yang intens. |
| 4. | Work-family guilt as a straightjacket. An interview and diary study on consequences of mothers' work-family guilt. | Aarntzen et al. (2019) | Penelitian ini menunjukkan bahwa <i>work–family guilt</i> secara langsung menurunkan kesejahteraan psikologis ibu pekerja. Bagi studi ini, temuan tersebut memberikan kerangka untuk memahami rasa bersalah dan tekanan emosional yang dialami <i>female breadwinner</i> , terutama dalam budaya yang menuntut perempuan memprioritaskan ranah domestik. |
| 5. | Resiliensi sebagai mediator hubungan self-compassion dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja | Wahyuni et al. (2023) | Temuan menunjukkan bahwa <i>self-compassion</i> meningkatkan resiliensi dan mengurangi stres perempuan bekerja. Sintesis ini sangat penting karena memberikan basis ilmiah mengenai salah satu faktor protektif utama yang memungkinkan <i>female breadwinner</i> di Bali bertahan menghadapi tekanan emosional dan sosial. |

Pembahasan

Secara definisi, *female breadwinner* merupakan perempuan yang terlibat dalam dukungan finansial yang biasanya menjadi pemberi dukungan finansial utama atau menjadi pendukung finansial terbesar dalam sebuah hubungan rumah tangga (Kowalewska & Vitali, 2021). Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan perempuan menjadi *female breadwinner* seperti kebutuhan ekonomi yang mendesak dan suami yang tidak memiliki penghasilan memadai (Saleh et al., 2022). Di Indonesia, fenomena perempuan sebagai pencari nafkah utama atau *female breadwinner* semakin nyata. Data Badan Pusat Statistik (2022) menunjukkan bahwa hampir 13,37% rumah tangga di Indonesia dipimpin oleh perempuan, baik karena status

sebagai janda, perceraian, maupun faktor lainnya. Di balik angka tersebut, tidak sedikit pula perempuan yang meskipun secara formal bukan kepala keluarga. Kondisi ini juga sangat relevan dalam konteks masyarakat Bali, di mana peran dan posisi laki-laki dan perempuan secara tradisional diatur melalui konsep purusha dan predana. Purusha merujuk pada segala hal yang berkaitan dengan laki-laki, termasuk kewajiban sebagai kepala keluarga dan pencari nafkah, sementara predana mengacu pada aspek perempuan, yang identik dengan peran domestik dan reproduksi sosial (Widhiyana, 2024). Namun, seiring dengan perubahan sosial dan ekonomi, batas-batas antara purusha dan predana semakin kabur. Banyak perempuan Bali yang secara ekonomi memikul peran purusha, yakni sebagai penopang utama ekonomi keluarga, meskipun pengakuan formal maupun sosial atas pergeseran peran ini masih sering dihambat oleh norma budaya yang kuat.

Dalam struktur sosial Bali, perempuan secara tradisional memiliki posisi pada ranah domestik, mengurus rumah tangga, anak, dan memenuhi kewajiban adat serta keagamaan. Pada masyarakat yang kuat nilai patriarkinya, seperti Bali, konstruksi peran gender yang kaku menjadi sumber utama subordinasi perempuan (Darmayoga, 2021). Stereotip bahwa perempuan harus bersikap lemah lembut, penurut, dan tidak ambisius menghambat pengakuan terhadap peran ekonomi perempuan, termasuk mereka yang menjadi *breadwinner*. Selain itu, pembagian peran berbasis gender juga menciptakan tekanan bagi perempuan terutama yang memiliki konflik ganda, penelitian yang dilakukan Pramana et al. (2025), menunjukkan bahwa perempuan Bali yang menjalani peran ganda sebagai pencari nafkah sekaligus kewajiban domestik dan adat mengalami konflik internal yang signifikan dalam upaya mencapai keharmonisan diri. Ketika perempuan Bali berperan sebagai tulang punggung ekonomi keluarga, sering kali muncul stigma bahwa mereka “tidak menjalankan kodrat” atau bahkan melanggar norma adat. Konflik peran perempuan antara pekerjaan dan keluarga menjadi faktor kunci yang memengaruhi kesejahteraan psikologis perempuan pekerja. Penelitian oleh Harini et al. (2025) menemukan bahwa intensitas konflik peran pada perempuan pekerja dipengaruhi oleh faktor keluarga, seperti jumlah anak dan pembagian peran domestik, yang pada akhirnya berdampak pada kelelahan emosional dan stres kronis. Temuan ini memperkuat argumen bahwa peran *female breadwinner* tidak dapat dilepaskan dari struktur relasi gender di dalam keluarga.

Lewat struktur relasi gender yang menyebabkan perempuan *breadwinner* memiliki peran ganda, isu keseimbangan hidup menjadi penting untuk dilihat. Penelitian mengenai keseimbangan hidup perempuan pekerja di Bali menunjukkan fakta menarik terkait tantangan yang mereka hadapi. Putri dan Prihatmoko (2022) menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara konflik peran kerja dan keluarga (*work-family conflict*) dengan keseimbangan hidup (*work-family balance*). Artinya, semakin besar konflik peran yang dialami perempuan, semakin sulit bagi mereka untuk menjaga keseimbangan antara tanggung jawab pekerjaan dan kehidupan pribadi. Pada penelitian lain Utami et al. (2024) juga menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *work-family conflict*, semakin rendah kemampuan perempuan pekerja untuk mencapai keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi. Tekanan yang terjadi tidak hanya berdampak sosial, tetapi juga psikologis. Perempuan *breadwinner* di Bali menghadapi beban ganda (*double workload*), di mana selain menanggung tanggung jawab ekonomi, mereka tetap diwajibkan menjalankan tugas domestik dan adat. Beban ini memicu stres, kelelahan emosional, hingga isolasi psikologis, sebagaimana dijelaskan oleh Pradnyapradipa dan Indrawati (2022) mengenai beban psikologis mengungkapkan bahwa perempuan Bali yang bekerja formal mengalami stres dan menurunnya kepuasan hidup ketika tidak mampu menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan domestik/adat. Dukungan

sosial yang dimiliki perempuan sebagai *female breadwinner* yang kurang mendukung juga akan semakin membuatnya merasa bersalah akan peran yang diambil. Padahal di satu sisi hal tersebut adalah dilema yang dihadapi antara memilih diam atau bergerak sambil melawan stigma.

Menjadi perempuan pencari nafkah utama atau *breadwinner* di keluarga bukan perkara mudah. Di balik senyum dan ketangguhan mereka, tersembunyi cerita tentang tekanan batin, lelah fisik, dan beban sosial yang tak selalu tampak. Apalagi di tengah budaya kita yang masih sering memandang miring perempuan yang "keluar jalur" dari norma tradisional. Tapi jangan salah, para perempuan ini bukannya tak punya cara untuk bertahan. Salah satu kunci penting adalah bagaimana mereka membangun ketahanan psikologis alias mental yang kuat. Penelitian terbaru membuktikan bahwa sikap *self-compassion* atau kemampuan untuk memahami dan memaafkan diri sendiri adalah modal besar dalam menghadapi stres. Wahyuni et al. (2023) menemukan bahwa semakin tinggi tingkat *self-compassion*, semakin kuat pula ketahanan diri perempuan menghadapi tekanan sebagai *breadwinner*. Sederhananya, mereka belajar untuk berkata, "Aku memang tidak sempurna, tapi aku cukup, dan aku berhak untuk istirahat."

Penelitian Rai et al. (2024) di Bali membuktikan bahwa perempuan yang mampu menerapkan *self-compassion* lebih tahan banting secara mental. Dukungan tempat kerja ternyata punya andil besar dalam menumbuhkan *self-compassion* itu, meskipun efeknya ke ketahanan diri tidak terjadi secara langsung. Di tengah norma patriarki yang masih kental, kemampuan ini jadi semacam "senjata rahasia" untuk tetap waras menjalani peran ganda. Tentu saja, kekuatan mental tidak dibangun sendirian. Dukungan orang terdekat, seperti pasangan, keluarga, hingga komunitas, memegang peranan besar. Hal tersebut sejalan dengan yang diungkapkan Putri dan Prihatmoko (2022) di Bali, menunjukkan bahwa perempuan pekerja yang merasa didukung oleh lingkungan sekitar lebih mungkin menjaga keseimbangan hidup dan terhindar dari stres berlebihan. Penelitian lain yang dilakukan Inderasari dan Giyoto (2024) juga menegaskan bahwa perempuan pekerja yang mendapatkan dukungan dari keluarga, pasangan, dan lingkungan kerja cenderung mengalami konflik peran yang lebih rendah. Dukungan ini tidak hanya bersifat instrumental, tetapi juga emosional, yang berkontribusi pada meningkatnya rasa legitimasi terhadap peran publik perempuan. Dalam skala yang lebih besar, penelitian oleh Usmany et al. (2025) menunjukkan bahwa perempuan sebagai *breadwinner* yang berada di lingkungan lebih inklusif cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik terhadap peran ganda yang dimiliki. Dari berbagai temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa transformasi peran gender tidak hanya disebabkan pada individu perempuan melainkan perlu kerjasama dan perubahan struktur sosial yang lebih luas mulai dari tingkat keluarga hingga komunitas atau masyarakat. Dengan demikian, dinamika *female breadwinner* dalam budaya Bali tidak dapat dipisahkan dari struktur patriarki, konstruksi sosial yang kaku, serta beban psikologis akibat peran ganda. Pada saat yang sama, fenomena ini juga membuka peluang pemberdayaan bagi perempuan Bali, sepanjang terdapat dukungan sosial.

KESIMPULAN

Fenomena perempuan sebagai pencari nafkah utama atau *female breadwinner* adalah potret nyata dinamika sosial dan ekonomi yang terus berkembang, baik di Indonesia maupun secara global. Meningkatnya jumlah perempuan yang berperan sebagai tulang punggung ekonomi keluarga mencerminkan perubahan signifikan dalam struktur peran gender tradisional. Namun, dibalik kontribusi besar tersebut, tidak sedikit perempuan yang harus menghadapi tekanan psikologis, konflik peran, hingga stigma sosial yang berakar pada konstruksi budaya patriarkis. Penanganan isu *female breadwinners* tidak bisa hanya berfokus pada aspek ekonomi

semata. Pendekatan psikologis, sosial, dan budaya harus berjalan seiring untuk menciptakan ruang aman dan sehat bagi perempuan dalam menjalani peran ganda mereka.

Penanganan isu *female breadwinner* tidak dapat berfokus pada aspek ekonomi semata, melainkan memerlukan pendekatan multidimensional yang mengintegrasikan aspek psikologis, sosial, dan budaya. Dukungan sosial, penguatan *self-compassion*, serta peningkatan resiliensi terbukti menjadi faktor protektif penting yang memungkinkan perempuan menjalani peran ganda secara lebih adaptif. Harapannya, hasil kajian ini dapat mendorong peningkatan kesadaran masyarakat dan pemangku kebijakan mengenai pentingnya pengakuan dan perlindungan terhadap kesejahteraan psikologis perempuan pencari nafkah utama, sekaligus berkontribusi dalam upaya pengurangan stigma gender di lingkungan keluarga maupun komunitas adat.

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan kajian ini melalui pendekatan empiris, baik kuantitatif maupun kualitatif, dengan melibatkan partisipan perempuan *breadwinner* secara langsung agar diperoleh pemahaman yang lebih mendalam dan kontekstual. Selain itu, hasil penelitian ini berpotensi diaplikasikan sebagai dasar penyusunan program intervensi psikologis, kebijakan ramah gender, serta program pemberdayaan perempuan berbasis komunitas dan budaya lokal. Dengan demikian, perempuan *breadwinner* tidak hanya dipandang sebagai aktor ekonomi, tetapi juga sebagai subjek sosial yang berdaya, sejahtera secara psikologis, dan diakui secara setara dalam struktur sosial masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aarntzen, L., Derks, B., van Steenbergen, E., Ryan, M., & van der Lippe, T. (2019). Work-family guilt as a straightjacket. An interview and diary study on consequences of mothers' work-family guilt. *Journal of Vocational Behavior*, 115, 103336. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2019.103336>
- Badan Pusat Statistik Indonesia. (16 Desember 2022). *Perempuan dan Laki-laki di Indonesia 2022*. Diakses pada 4 Juli 2025, dari <https://www.bps.go.id/id/publication/2022/12/16/a37fb493455d772274cc2314/perempuan-dan-laki-laki-di-indonesia-2022.html>
- BPS-Statistics Indonesia. (March 27, 2025). *Statistics Data Story for Indonesia - Female Breadwinners: The Phenomenon of Women as the Main Breadwinners for the Family*. Retrieved on July 4, 2025, retrieved from <https://www.bps.go.id/en/publication/2025/03/27/1c11ddc250d82e97f1eafe29/cerita-data-statistik-untuk-indonesia---female-breadwinners--fenomena-perempuan-sebagai-pencari-nafkah-utama-keluarga.html>
- Darmayoga, I. K. A. (2021). Perempuan Dan Budaya Patriarki Dalam Tradisi, Keagamaan Di Bali (Studi Kasus Posisi Superordinat dan Subordinat Laki-Laki dan Perempuan). *Danapati: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 1(2), 139-152. <https://jurnal.ekadanta.org/index.php/danapati/article/view/136>
- Fisher, A. N., Stinson, D. A., Kalajdzic, A., Dupuis, H. E., & Lowey, E. (2025). Female breadwinner relationships threaten heterosexual scripts Social stigma and gendered identity outcomes. *Journal of Social and Personal Relationships*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/02654075241234567>
- Harini, N. A. R., De Carvalho, L. S. L., Supraba, D., & Rachmaningrum, R. A. (2024). Analysis of Work-Family Conflict on Working Woman Viewed From The Number of Children. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 21(1), 82-97. <https://doi.org/10.18860/psikoislamika.v21i1.23381>

- Kowalewska, H., & Vitali, A. (2024). The female breadwinner well-being penalty Differences by men's unemployment and country. *European Sociological Review*, 40(2), 293–308. <https://doi.org/10.1093/esr/jcad050>
- Inderasari, E., & Giyoto, G. (2024). Role division and dual-role conflict among female workers observed through gendered expectations. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 19(1), 123–144. <https://doi.org/10.21580/sa.v19i1.21290>
- Pramana, I. B. G. A. Y., Saraswati, I. A. A., & Pradhana, I. P. D. (2025). The Dilemma of Multi-Role Balinese Working Women in Achieving Self-Harmony. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 14(2), 173-180. <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v14i2.19088>
- Putri, N. P. T. W., & Prihatmoko, R. L. E. (2022). Gambaran Stres Kerja yang Disebabkan oleh Peran Ganda serta Hubungan antara Work-Family Conflict dan Work-Family Balance pada Ibu Bali Bekerja. *Suksma: Jurnal Psikologi Universitas Sanata Dharma*, 3(1), 21-45. <https://doi.org/10.24071/suksma.v3i1.4454>
- Pradnyapradipa, I. B. M., & Indrawati, K. R. (2022). Pengalaman Work-life Balance Perempuan Bali yang Bekerja di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Udayana*, 9(2), 156. <https://doi.org/10.24843/JPU.2022.v09.i02.p06>
- Rai, N. G. M., Priyanka, P. A. E., Ninglasari, S. Y., & Bhawika, G. W. (2024). Exploring the Role of Support and Self Compassion in Cultivating Resilience Women Leaders in Bali. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 14(12), 2004–2014. <https://doi.org/10.6007/IJARBS/v14-i12/24159>
- Saleh, A., Kuswanti, A., Amir, A. N., & Suhaeti, R. N. (2022). Determinants of economic empowerment and women's roles transfer. *Jurnal Penyuluhan*, 18(01), 118-133. <https://doi.org/10.25015/18202238262>
- Shockley, K. M., Shen, W., DeNunzio, M. M., Arvan, M. L., & Knudsen, E. A. (2023). Disentangling the relationship between work–family conflict, gender role expectations, and women's psychological well-being. *Journal of Vocational Behavior*, 141, 103826. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2023.103826>
- Sunia Dewi, P. A., Kerthayasa Suyasa, T. M., Abadi, M., & Nur Pratiwi, N. (2024). How Can Women's Leadership Be Empowered Through Religious And Cultural Knowledge In Bali?. *Journal of Religious Policy*, 3(2), 315–340. <https://doi.org/10.31330/repo.v3i2.85>
- UN Women Indonesia. (2020). *COVID-19 response country brief – Indonesia*. UN Women Indonesia. <https://asiapacific.unwomen.org/en/digital-library/publications/2020/06/un-women-indonesia-covid-19-country-brief>
- Usmany, N. W. S., Al-Humaidy, M. A., Efendi, A. N., & Rohman, M. M. (2025). *The role of women as breadwinners: A case study of Konang Galis Village, Pamekasan*. *Adabuna: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran*, 4(2), 59-70. <https://doi.org/10.38073/adabuna.v4i2.2234>
- Utami, D. A., Wahyuningsih, S., & Kesumaningsari, N. P. A. (2021). Hubungan Self-Compassion Dan Workfamily Conflict Pada Ibu Pekerja. *CALYPTRA*, 9(2). <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/5016>
- Wahyuni, C., Syafitri, A., Isnaeni, A., & Rizkyanti, C. A. (2023). Resiliensi sebagai mediator hubungan self-compassion dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja. *INQUIRY Jurnal Ilmiah Psikologi*, 15(2), 1-20. <https://doi.org/10.51353/inquiry.v15i02.983>
- Widhiyana, M. (2024). Pengaruh budaya patriarki terhadap kesetaraan gender dalam keluarga Hindu Bali. *Belom Bahadat*, 14(1), 83–99. <https://doi.org/10.33363/bb.v14i1.1179>