

PENGARUH BUDAYA PATRIARKI DALAM RUMAH TANGGA TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS IBU RUMAH TANGGA

Fatiha Az Zahra Putrina Sujatmiko¹, Hamka², Desti Purnamasari³

Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur^{1,2,3}

e-mail: ¹2211102433109@umkt.ac.id, ²ham807@umkt.ac.id, ³dp657@umkt.ac.id

Diterima: 15/6/2026; Direvisi: 14/7/2026; Diterbitkan: 20/7/2026

ABSTRAK

Fenomena budaya patriarki dalam rumah tangga adalah fenomena yang masih berlaku dalam rumah tangga di Indonesia pada saat ini dan kesejahteraan psikologis yang baik dalam rumah tangga adalah aktualisasi diri secara positif untuk kebutuhan hidup dalam mengembangkan potensi diri secara optimal. Namun kenyataannya, budaya patriarki menghambat pencapaian kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga terutama di daerah seperti Kalimantan Timur, di mana mengakibatkan peran *gender* yang tidak setara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa pengaruh budaya patriarki terhadap kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan teknik *snowball sampling* dengan menjangkau jumlah kecil kemudian sampel diminta untuk meneruskan secara berulang hingga menjadi berkembang. Pengumpulan data menggunakan skala budaya patriarki dan skala kesejahteraan psikologis dan analisis data menggunakan regresi linear. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh signifikan antara pengaruh budaya patriarki terhadap kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga dengan kontribusi pengaruh sebesar 3.5%. Temuan ini mengimplikasikan pentingnya meningkatkan kesadaran mengenai pemberdayaan perempuan sebagai upaya untuk mendukung kesejahteraan psikologis serta meningkatkan kualitas hidup ibu rumah tangga.

Kata Kunci: *Budaya Patriarki, Kesejahteraan Psikologis, Ibu Rumah Tangga.*

ABSTRACT

The phenomenon of patriarchal culture in the household is a phenomenon that still prevails in households in Indonesia today, and good psychological well-being in the household is a positive self-actualization for the needs of life in developing one's potential optimally. However, in reality, patriarchal culture hinders the achievement of psychological well-being of housewives, especially in areas such as East Kalimantan, which results in unequal gender roles. This study aims to determine the extent of the influence of patriarchal culture on the psychological well-being of housewives. This study uses a quantitative correlational method with a snowball sampling technique by reaching a small number of samples then asked to continue repeatedly until it develops. Data collection uses a patriarchal culture scale and a psychological well-being scale and data analysis uses linear regression. The results of the study indicate a significant influence between the influence of patriarchal culture on psychological well-being in housewives with a contribution of 3.5%. This finding implies the importance of increasing awareness of women's empowerment as an effort to support psychological well-being and improve the quality of life of housewives..

Keywords: *Patriarchal Culture, Psychological Well-being, Housewives*

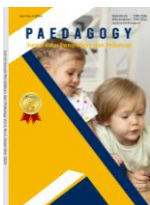


PENDAHULUAN

Budaya patriarki hingga kini masih menjadi realitas sosial yang berlaku kuat di tengah keberagaman masyarakat Indonesia dan memberikan dampak signifikan terhadap kondisi mental ibu rumah tangga. Di dalam tatanan keluarga yang ideal, kehidupan rumah tangga diidealkan mampu menghadirkan keharmonisan, rasa ketenteraman, serta kasih sayang yang saling mendukung untuk mencapai kesejahteraan psikologis yang positif. Pengondisian lingkungan domestik yang kondusif diidealkan bertindak sebagai ruang aman yang memfasilitasi kebutuhan pengaktualisasian diri, pengembangan potensi pribadi, dan pembagian peran yang berkeadilan gender. Keharmonisan komunikasi antar pasangan dan dukungan emosional yang seimbang dipandang sebagai pilar utama untuk menciptakan ketahanan mental, mendongkrak ketenangan jiwa, serta memberikan jaminan kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga secara holistik (Abdilah et al., 2024; Octavia & Fauziah, 2024; Winarni et al., 2024). Melalui penerapan nilai-nilai religius dan kesadaran spiritual yang utuh, setiap istri diidealkan mampu meraih kelimpahan ketenangan batin, motivasi hidup yang kuat, serta keberkahan dalam menjalankan peran domestik tanpa merasa tertekan oleh dominasi hierarkis eksternal (Indonesia et al., 2025; Lubis, Pane, et al., 2025; Lubis, Paner, et al., 2025). Di sisi lain menurut Kandiyoti (1998) di dalam perpektif di Indonesia istri atau ibu rumah tangga menganggap dan menggambarkan Istilah "*patriarchal bargain*" yaitu perempuan untuk memaksimalkan kesepakatan keamanan dan otonomi dalam sistem patriarki tertentu untuk mendapatkan keuntungan dan keamanan ekonomi, dengan menggunakan struktur patriarki ini untuk mendapatkan keamanan sosial, stabilitas rumah tangga, dan status. Konsep ini digunakan untuk memaknai peran tradisional budaya di Indonesia sebagai sesuatu yang menguntungkan dalam konteks budaya tertentu, dengan demikian, yang di mana ibu rumah tangga memungkinkan adanya keamanankeamanan yang dilibatkan oleh ibu rumah tangga terhadap pengaruh budaya patriarki agar tetap stabil dan sejahtera dengan memaknai konsep tersebut.

Namun demikian, terdapat kesenjangan yang sangat nyata antara idealisme keharmonisan rumah tangga tersebut dengan kenyataan objektif yang berlangsung di tataran praktis operasional masyarakat saat ini. Kondisi ideal menghendaki agar posisi ibu rumah tangga dihargai secara bermartabat melalui pembagian tanggung jawab yang setara dan komunikatif. Sayangnya, fakta empiris di lapangan menyingkapkan bahwa budaya patriarki kerap menempatkan perempuan pada posisi subordinat yang hanya berfokus pada fungsi reproduksi dan beban domestik tunggal. Kesenjangan ini memicu timbulnya ketimpangan relasi kuasa, dominasi penuh laki-laki dalam pengambilan keputusan, hingga maraknya tindakan kekerasan dalam rumah tangga. Ketiadaan kepedulian publik terhadap keadilan gender menyebabkan timbulnya kelesuan kesehatan mental, tingginya tingkat kecemasan, stres, trauma, serta penurunan harga diri pada wanita bersuami. Apabila ketimpangan peran dan penindasan psikologis ini terus dibiarkan tanpa adanya intervensi pemikiran yang mencerahkan, maka tingkat kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga akan mengalami degradasi yang sangat memprihatinkan (Abdilah et al., 2024; Erni et al., 2021; Yosita et al., 2022)

Kondisi kesenjangan relasi gender serta kelesuan tingkat kesejahteraan psikologis tersebut terkonfirmasi secara nyata melalui fenomena sosial yang melanda wilayah perkotaan maupun perdesaan di kawasan timur Nusantara. Di dalam ekosistem domestik tersebut, tampak jelas bahwa subjek penelitian yang merupakan para ibu rumah tangga di Kalimantan Timur senantiasa menghadapi tantangan tekanan psikososial yang sangat kompleks. Berdasarkan data pengamatan awal, subjek penelitian menunjukkan keterbatasan ruang gerak dalam



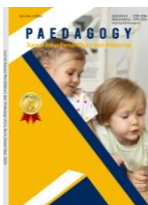
mengutarakan pendapat serta rentan mengalami gangguan mental akibat penumpukan beban pengasuhan dan pekerjaan rumah tangga secara sepihak. Keterbatasan pemahaman masyarakat terhadap *psychological well-being* menyebabkan subjek penelitian berada dalam posisi yang kurang menguntungkan dan terus dibayangi risiko diskriminasi gender. Fenomena maraknya tindakan *domestic violence* dan tingginya tekanan mental yang melanda subjek penelitian di Kalimantan Timur ini menjadi penanda kuat bahwa pengujian pengaruh norma sosial patriarki terhadap kondisi psikologis wanita bersuami sangat mendesak untuk dilaksanakan (Kusumawardani & Siregar, 2024; Rossevelt et al., 2023; Uns, 2024)

Guna meretas belenggu ketimpangan gender dan mengurai krisis kesehatan mental pada subjek penelitian tersebut, penelusuran ilmiah mengenai dampak budaya patriarki terhadap kesehatan jiwa menjadi sebuah kebutuhan akademis yang mutlak. Pendekatan ini membedah sejauh mana doktrin kepatuhan dan keharmonisan berbasis perspektif religius mampu dimaknai secara positif sebagai sumber daya spiritual yang memperkuat daya tahan emosional ibu rumah tangga. Kebanyakan studi terdahulu mengenai ketimpangan gender umumnya masih didominasi oleh metode pengumpulan data yang dangkal, bias wilayah di kawasan pulau utama, serta mengabaikan analisis interaksi psikologis secara menyeluruh. Kajian spesifik yang secara khusus menguji hubungan kausalitas antara norma patriarki lokal dan kesejahteraan psikologis perempuan dalam lingkup geografis Kalimantan Timur masih relatif terbatas. Penguraian rantai persepsi masyarakat terhadap peran ganda wanita ini dipandang sangat vital untuk merumuskan pola pendampingan keluarga yang inklusif (Agustina et al., 2025; Siregar & Hasanah, 2025; Utami & Mukdin, 2026)

Berpijak pada seluruh rangkaian latar belakang dan pemetaan masalah tersebut, penelitian ini hadir dengan membawa nilai kebaruan serta inovasi berupa verifikasi empiris yang komprehensif mengenai dinamika psikologis ibu rumah tangga di lingkungan patriarki. Nilai inovasi dari kajian ini memfokuskan sasarannya pada pembongkaran mekanisme bagaimana norma patriarki dan nilai kepatuhan keagamaan dipersepsikan oleh wanita hingga memengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis mereka secara objektif. Fokus subjek penelitian ini diarahkan secara spesifik untuk menganalisis, menguji, dan mendeskripsikan pengaruh signifikan budaya patriarki terhadap kesejahteraan psikologis pada para ibu rumah tangga di Kalimantan Timur tanpa keterikatan pada nama sekolah ataupun kurikulum tahun ajaran sekolah dasar/menengah. Kebaruan riset ini bersumber dari penyajian kerangka konseptual yang mengintegrasikan aspek sosiokultural daerah dengan indikator kesehatan mental secara utuh, sebuah dimensi praktis yang luput dari perhatian periset terdahulu. Melalui pembuktian ilmiah terhadap subjek penelitian ini, luaran riset diharapkan dapat menyajikan rekomendasi penataan ketahanan keluarga.

METODE PENELITIAN

Riset kuantitatif ini mengandalkan pengumpulan data digital secara daring melalui media *google forms* guna menjangkau subjek tanpa harus turun langsung ke lapangan. Berpatokan pada tabel Isaac dan Michael dalam Haryani (2019) dengan 5 persen dari estimasi total populasi 500 ribu jiwa, peneliti menetapkan ukuran sampel akhir sebanyak 348 responden menggunakan teknik *snowball sampling*. Kriteria responden meliputi ibu rumah tangga berusia 25 sampai 55 tahun, menetap di wilayah Provinsi Kalimantan Timur, serta memiliki suami yang menerapkan kultur patriarki di rumah. Data primer dihimpun memakai instrumen skala kesejahteraan psikologis adaptasi yang memuat 48 butir pernyataan berskala Likert 5 pilihan jawaban, dengan koefisien reliabilitas *cronbach's alpha* bernilai 0,912 912 yang berada pada kategori tinggi



dengan rentang nilai validitas isi sebesar 0,305-0,580 menurut penelitian Arsi (2021) bahwa nilai validitas r hitung $> r$ tabel berdasarkan uji signifikan 0.05 artinya bahwa aitem-aitem tersebut dinyatakan valid dan pengerjaan menggunakan skala *likert* dengan lima jawaban. Contoh pernyataan pada skala kesejahteraan psikologis seperti “Saya cenderung khawatir tentang apa yang orang lain pikirkan terhadap saya” dan “Sulit bagi saya untuk mengemukakan pendapat sendiri terhadap sesuatu yang sifatnya bertentangan.”

Skala budaya patriarki yang disusun oleh Maharani (2016) terdiri 18 aitem, reliabilitas *cronbach's alpha* sebesar 0,818 yang berada pada kategori tinggi dengan rentang nilai validitas isi sebesar 0,356-0,636, menurut penelitian Amanda (2019) apabila r hitung yang diperoleh $> r$ tabel, maka instrument atau aitem pertanyaan berkorelasi signifikan terhadap skor total dinyatakan valid dan pengerjaan menggunakan skala *likert* dengan empat jawaban yaitu skor 1: SS (Sangat Setuju), skor 2: S (Setuju), skor 3: TS (Tidak Setuju), dan skor 4: STS (Sangat Tidak Setuju). Contoh pernyataan pada skala patriarki seperti, “Seorang istri harus patuh kepada suami” dan “Perempuan hendaknya bekerja di dalam rumah saja.”

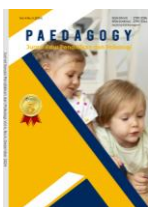
Rincian *blueprint* skala kesejahteraan psikologis dan skala budaya patriarki pada tabel berikut:

Tabel 1. *Blueprint* Skala Kesejahteraan Psikologis

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		F	UF	
1.	<i>Self Acceptance</i> (Penerimaan diri),	32,36,39,40,43	41,42,44	8
2.	<i>Positive Relation with Others</i> (Hubungan positif dengan orang lain)	22,26,29,48,46	21,24,25,47	9
3.	<i>Autonomy</i> (Kemandirian)	-	1,2,7,9	4
4.	<i>Environmental Mastery</i> (Penguasaan lingkungan)	8,10,12,13	3,4,5,6,11,15	10
5.	<i>Purpose in Life</i> (Tujuan dalam hidup)	28,30,31,33,35	27,34,37,38,45	10
6.	<i>Personal Growth</i> (Pengembangan diri)	14,16,19,20	17,18,23	7
Jumlah		23	25	48

Tabel 2. *Blueprint* Skala Budaya Patriarki

No	Aspek	Nomor Aitem (F)	Jumlah
1.	Pembagian Kerja	3	1
2.	Peluang	7,11	2
3.	Pola Pengambilan Keputusan	1,2,6,8,12,17,	6
4.	Tindakan	4,5,9,10,13,14,15,16,18	9
Jumlah			18



HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 3. Identitas Responden

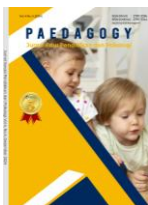
Aspek	Kategorisasi	N	N%
Domisili	Balikpapan	243	70%
	Samarinda	46	13%
	Kutai kartanegara	10	3%
	Paser	19	5%
	Bontang	18	5%
	Berau	2	1%
	Kutai Timur	5	1%
	Kutai Barat	2	1%
Usia	25-35	177	51%
	36-45	97	28%
	46-55	74	21%
Pekerjaan	Ibu rumah tangga	249	72%
	Karyawan swasta	41	12%
	Bidang kesehatan	29	8%
	Pns	29	8%

Diperoleh data mayoritas responden berada di Kota Balikpapan yang mencapai 243 responden dengan persentase sebesar 70%, sedangkan responden terendah terdapat di Kabupaten Berau dan Kutai Barat dengan persentase sebesar 1-2% saja. Usia mayoritas responden berada pada rentang usia 25-35 berjumlah 177 dengan besaran persentase 51%, sedangkan yang terendah pada rentang usia 46-55 berjumlah 74 dengan besaran persentase 21%. Mayoritas responden merupakan ibu rumah tangga berjumlah 249 responden dengan persentase sebesar 72%, sedangkan pekerjaan dengan responden terendah merupakan pekerja bidang kesehatan dan PNS yang berjumlah 29 dengan persentase sebesar 8%.

Tabel 4. Uji Deskriptif

Variabel	Mean	SD	Mean	SD
	Empirik	Empirik	Hipotetik	Hipotetik
Kesejahteraan Psikologis	148.3	19.735	144	32
Budaya Patriarki	41.3	7.287	45	9

Setiap *mean* skor empiris yang secara signifikan lebih tinggi dari rerata hipotetik dapat diinterpretasikan sebagai indikasi tingginya keadaan variabel dalam kelompok subjek yang diteliti, demikian pula sebaliknya. Berdasarkan tabel 4 diatas dapat diketahui *mean* empirik dan *mean* hipotetik. Berdasarkan hasil pengukuran yang telah disajikan, variabel kesejahteraan psikologis diperoleh nilai *mean* empirik 148.3 yang mana lebih tinggi dari *mean* hipotetik 144 dengan status kategori tinggi. Selanjutnya variabel budaya patriarki dengan perolehan nilai *mean* empirik sebesar 41.3 yang mana lebih rendah dari *mean* hipotetik 45 dengan status kategori rendah. Hal ini membuktikan bahwa subjek berada pada kategori tingkat kesejahteraan



psikologis tinggi dan tingkat budaya patriarki rendah.

Tabel 5. Uji Asumsi Normalitas

Variabel	P
Kesejahteraan psikologis – Budaya patriarki	0.213

Berdasarkan tabel 5 di atas, didapatkan hasil bahwa uji asumsi normalitas residual antara budaya patriarki dengan kesejahteraan psikologis menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.213 ($p > 0.05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa residual dalam penelitian ini berdistribusi normal.

Tabel 6. Uji Asumsi Linearitas

Variabel	P
Kesejahteraan psikologis – Budaya patriarki	0.05

Berdasarkan tabel 6 di atas, didapatkan hasil bahwa uji asumsi linearitas antara budaya patriarki dengan kesejahteraan psikologis menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.05 ($p > 0.05$) yang berarti pengaruhnya dinyatakan linear.

Tabel 7. Uji Asumsi Homogenitas

Variabel	P
Kesejahteraan psikologis – Budaya patriarki	0.31

Berdasarkan tabel 7 di atas, didapatkan hasil bahwa uji asumsi homogenitas antara budaya patriarki dengan kesejahteraan psikologis nilai signifikansi sebesar 0.31 ($p > 0.05$) yang berarti data dinyatakan homogen.

Tabel 8. Analisis Regresi Linear

Aspek	R	R ²	F	T
Kesejahteraan Psikologis	0.186	0.35	12.444	28.192
Budaya Patriarki			1.522	-3.528

Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana, diperoleh nilai R^2 sebesar 0,035 yang menunjukkan bahwa budaya patriarki memberikan kontribusi pengaruh sebesar 3.5% terhadap kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga. Hasil uji F menunjukkan nilai F sebesar 12.444 dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$) sehingga budaya patriarki dapat dinyatakan berpengaruh secara signifikan terhadap kesejahteraan psikologis. Selanjutnya, hasil uji t menunjukkan nilai t sebesar -3.528 dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 sehingga dapat disimpulkan bahwa budaya patriarki memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga.

Pembahasan

Tujuan penelitian ini berfokus untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh signifikan budaya patriarki terhadap kesejahteraan psikologis secara positif pada ibu rumah tangga di Kalimantan Timur, karena budaya patriarki di dalam rumah tangga sering menempatkan posisi



ibu rumah tangga yang terbatas dalam pengambilan keputusan dan pembagian tugas peran dalam rumah tangga. Berdasarkan hasil penelitian terdapat pengaruh yang signifikan budaya patriarki terhadap kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga di Kalimantan Timur. Hasil pengujian menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara variabel budaya patriarki dengan kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga tetap dapat terjaga karena adanya pemenuhan penerimaan diri, hubungan sosial yang kondusif, serta kemampuan mengelola lingkungan keluarga. Implikasi praktis dari temuan ini menunjukkan bahwa dukungan psikologis internal memegang peranan penting dalam menjaga kesehatan mental ibu rumah tangga. Keterbatasan penelitian ini terletak pada ketersebaran domisili responden yang sangat terpusat di satu kota, sehingga belum merepresentasikan variasi kondisi di daerah kabupaten lain (Calista et al., 2020; Qodariah et al., 2020; Ramadhani et al., 2026). Menurut Nezlek et al. (2025) meskipun ibu rumah tangga hidup dalam budaya patriarki, kesejahteraan psikologis mereka dapat tetap terjaga, karena memiliki penerimaan diri, hubungan sosial yang baik, kemampuan mengelola lingkungan keluarga, dan memiliki sumber daya psikologis dan dukungan sosial yang memadai.

Pemenuhan kebutuhan dasar menjadi faktor pendukung utama yang memperkuat kesejahteraan psikologis para responden dalam menghadapi tatanan keluarga patriarki. Kebutuhan fisik seperti kesehatan tubuh serta kebutuhan rohani berupa ketenangan emosional dan stabilitas jiwa terbukti telah terpenuhi dengan baik. Selain itu, jaminan nafkah finansial yang diberikan oleh suami serta upaya kolaboratif dalam mengelola beban kerja domestik memberikan kontribusi nyata terhadap penciptaan iklim rumah tangga yang harmonis. Implikasi dari kondisi ini menegaskan pentingnya pembagian peran yang adil dan berimbang antara pasangan suami istri untuk menekan potensi stres psikologis dalam keluarga. Kendati demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan analisis karena tidak mengukur secara khusus besaran pendapatan riil keluarga, yang sebenarnya dapat menjadi variabel mediasi dalam memengaruhi tingkat kepuasan hidup dan kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga secara keseluruhan (Chen et al., 2023; Pradinaningsih & Wafiroh, 2022; Suryadie & Lutfi, 2023).

Perbedaan wilayah domisili memperlihatkan adanya variasi tingkat kesejahteraan psikologis, di mana responden asal Kota Balikpapan mencatatkan tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi dibandingkan dengan wilayah lainnya. Lingkungan sosial dan fisik kota yang lebih maju menyediakan ketersediaan sumber daya psikologis dan fasilitas publik yang lebih memadai bagi tumbuh kembang individu. Dominasi responden pada kelompok usia produktif awal juga mencerminkan tingkat adaptasi yang baik terhadap tekanan hidup serta kemampuan pengelolaan stres yang relatif matang. Keterlibatan sebagian ibu rumah tangga dalam kegiatan produktif seperti bekerja sampingan di sektor swasta atau kesehatan turut memperkuat kemandirian dan makna hidup mereka. Implikasi metodologis dari dinamika ini mendorong pentingnya memperhatikan faktor lingkungan perkotaan dalam studi kesehatan mental. Namun, keterbatasan riset ini bertumpu pada ketiadaan pemetaan proporsi beban kerja antara aktivitas domestik dan pekerjaan sampingan, sehingga dampak ganda peran wanita belum teranalisis secara mendalam (Carneiro et al., 2023; Molarius & Metsini, 2023; Thakur & Goyal, 2025).

Pelaksanaan penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan teknis yang memengaruhi proses pengumpulan data di lapangan. Penggunaan formulir digital secara *online* menimbulkan kendala bagi sebagian ibu rumah tangga yang memiliki keterbatasan latar belakang pendidikan dalam memahami maksud dari butir pernyataan kuesioner. Selain itu, topik budaya patriarki dan ranah domestik masih dianggap sebagai hal yang sensitif serta tabu untuk diungkapkan secara terbuka kepada pihak luar oleh sebagian besar responden. Implikasi dari keterbatasan





ini menuntut perbaikan strategi pengumpulan data pada riset ke depan, seperti penggunaan kuesioner cetak langsung yang didampingi oleh fasilitator atau penggunaan teknik wawancara mendalam (Bere et al., 2022; Harsoyo & Suparno, 2021; Suryadie & Lutfi, 2023). Keterbatasan sampel yang hanya berfokus pada wilayah Kalimantan Timur juga menyebabkan temuan penelitian ini belum dapat digeneralisasi pada konteks budaya masyarakat di luar Pulau Kalimantan.

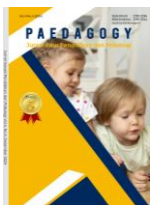
Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memberikan kontribusi teoretis dan praktis dalam memahami dinamika hubungan antara struktur budaya patriarki dan kesehatan mental wanita pengurus rumah tangga. Temuan ini membuktikan bahwa faktor penguat psikologis pribadi serta dukungan lingkungan sosial mampu meminimalkan dampak negatif dari pembatasan peran gender tradisional. Implikasi kebijakan sosial menekankan pentingnya edukasi publik mengenai kesetaraan relasi keluarga guna mendukung terciptanya lingkungan rumah tangga yang sehat secara mental. Sementara itu, keterbatasan utama dari riset ini terletak pada desain penelitian kuantitatif sederhana yang belum mampu menggali pengalaman subjektif ibu rumah tangga secara komprehensif, sehingga bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menerapkan pendekatan kualitatif atau metode campuran guna memperoleh pemahaman fenomena yang lebih kaya dan mendalam.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan budaya patriarki terhadap kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga di Kalimantan Timur. Hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa peningkatan kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga perlu memperhatikan faktor-faktor pendukung lainnya seperti dukungan sosial, spiritualitas, kebermaknaan hidup, dan hubungan keluarga yang positif. Oleh karena itu, upaya penerapan kepada keluarga, masyarakat, dan pemerintah untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental ibu rumah tangga di seluruh Indonesia. Saran yang diperlukan yaitu penelitian selanjutnya harus lebih luas tidak hanya di Kalimantan Timur saja, mencari responden yang memiliki pendidikan yang tinggi, pengambilan data dilakukan secara *offline*, metode wawancara, dan alat yang digunakan dalam pengisian kuesioner berupa lembar pengisian yang dirancang untuk memudahkan ibu rumah tangga dalam memahami dan menjawab setiap pernyataan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, S. V., Anthony, S. A., Hayati, S. R., Agustin, S. D., Shilvia, S., Alifah, S., & Abdillah, R. (2024). Meningkatkan kesejahteraan psikologis ibu rumah tangga melalui psikoedukasi manajemen stress. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(5), 1580–1584. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v2i5.1069>
- Agustina, D., Masry, R., Rahmadani, A. D., Karolina, J., Panggabean, A. W., Zahra, A., & Rambe, R. H. (2025). Peran kesetaraan gender dalam keluarga sebagai pilar keadilan sosial. *Jurnal Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan*, 4(2), 23–42. <https://doi.org/10.55606/klinik.v4i2.3866>
- Amanda, L., Yanuar, F., & Devianto, D. (2019). Uji validitas dan reliabilitas tingkat partisipasi politik masyarakat kota Padang. *Jurnal Matematika UNAND*, 8(1), 179–188.
- Arsi, A. (2021). Langkah-langkah uji validitas realibilitas instrumen dengan menggunakan SPSS. *Validitas Realibilitas Instrumen Dengan Menggunakan Spss*, 1.



- Bere, A. B. M., Andriana, M., Kamila, M. R., Budiono, S., & Noerlina, N. (2022). Analisa faktor dan perkembangan tren fintech di Indonesia. *Business Economic Communication and Social Sciences (BECOSS) Journal*, 4(3), 145–156. <https://doi.org/10.21512/becossjournal.v4i3.8584>
- Calista, A. P., Sariatmi, A., & Budiyaniti, R. T. (2020). Pengaruh dukungan sosial dan proses adaptasi dengan status kesehatan mental ibu rumah tangga akibat kebijakan pembatasan sosial berskala besar di Kota Jakarta Timur. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*, 8(3), 197–206. <https://doi.org/10.14710/jmki.8.3.2020.197-206>
- Carneiro, C. M. M., Pinho, P. de S., Teixeira, J. R. B., & Araújo, T. M. de. (2023). Trabalho doméstico não remunerado: Persistência da divisão sexual e transtornos mentais. *Revista de Saúde Pública*, 57(1), Artikel 31. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2023057004502>
- Chen, B., Gong, W. J., Lai, A. Y. K., Sit, S. M. M., Ho, S. Y., Yu, N. X., Wang, M. P., & Lam, T. (2023). Family context as a double-edged sword for psychological distress amid the COVID-19 pandemic with the mediating effect of individual fear and the moderating effect of household income. *Frontiers in Public Health*, 11, Artikel 1109446. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1109446>
- Erni, S., Hasgimianti, H., & Hardani, S. (2021). Penguatan dimensi sosial keluarga melalui teknik reframing untuk meningkatkan kemampuan problem solving kelompok ibu rumah tangga Perumahan Gemilang. *Sosial Budaya*, 18(1), 44–54. <https://doi.org/10.24014/sb.v18i1.13032>
- Harsoyo, H., & Suparno, S. (2021). Public satisfaction with public services (Study at the Department of Population and Civil Registration of Semarang City). *Jurnal Sosial Humaniora*, 14(1), 123–132. <https://doi.org/10.12962/j24433527.v14i1.8447>
- Haryani, D. S. (2019). Pengaruh persepsi risiko terhadap keputusan pembelian online di Tanjungpinang. *Jurnal Dimensi*, 8(2), 198–209.
- Kandiyoti, D. (1988). *Bargaining with patriarchy*. *Gender & Society*.
- Kusumawardani, A. P., & Siregar, M. A. P. (2024). Interseksionalitas dalam ketimpangan gender: Menggali suara perempuan dan teman-teman disabilitas di Tarakan. *Serunai*, 4(2), 71–79. <https://doi.org/10.63019/serunai.v4i2.75>
- Lubis, S. E., Pane, R. M., & Kurniawan, C. S. (2025a). The wife's contribution to the enhancement of her husband's religiosity. *International Journal of Social Science and Human Research*, 8(12), 415–424. <https://doi.org/10.47191/ijsshr/v8-i12-07>
- Lubis, S. E., Pane, R. M., & Kurniawan, C. S. (2025b). Women's spiritual agency in marriage: Enhancing husbands' religiosity in contemporary contexts. *Takuana: Jurnal Pendidikan Sains dan Humaniora*, 4(3), 852–865. <https://doi.org/10.56113/takuana.v4i3.241>
- Lubis, S. E., Pane, R. M., & Kurniawan, C. S. (2025c). *The wife's contribution to the enhancement of her husband's religiosity* (Naskah repositori). Zenodo. <https://doi.org/10.5281/zenodo.17798073>
- Molarius, A., & Metsini, A. (2023). The association between time spent in domestic work and mental health among women and men. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), Artikel 4948. <https://doi.org/10.3390/ijerph20064948>
- Nezlek, J. B., Cyprianska, M., & Gutral, J. (2025). *Environmental Mastery Mediates*



Relationships Between Mindsets and Well-Being. PLOS ONE.

- Octavia, V., & Fauziah, M. (2024). Spiritual resilience as immunity to stress during COVID-19 pandemic: A sociological perspective. *JISPO: Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, 13(1), 61–82. <https://doi.org/10.15575/jispo.v13i1.23725>
- Pradinaningsih, N. A., & Wafiroh, N. L. (2022). Pengaruh literasi keuangan, sikap keuangan dan self-efficacy terhadap pengelolaan keuangan ibu rumah tangga. *E-Jurnal Akuntansi*, 32(6), 1518–1528. <https://doi.org/10.24843/eja.2022.v32.i06.p10>
- Qodariah, L., Abidin, F. A., Lubis, F., Anindhita, V., & Purba, F. D. (2020). Socio-demographic determinants of Indonesian mothers' psychological distress during COVID-19 pandemic. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 24(2), 101–112. <https://doi.org/10.7454/hubs.asia.2201020>
- Ramadhani, S. N., Anakaka, D. L., Pello, S. C., & Kerat, A. (2026). Skrining kesehatan mental pada ibu rumah tangga di Desa Roboaba, Kecamatan Sabu Barat, Kabupaten Sabu Raijua. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 6(1), 142–152. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1.8973>
- Rossevelt, F. A., Aisyah, D., Nadeak, P. C. U., Zahrahni, N., Dwiriani, P. N., Achmad, N. F. A., Siregar, H. A., Simamora, V. A., & Siallagan, A. F. M. (2023). Analisis pengaruh budaya patriarki terhadap kekerasan perempuan di dalam rumah tangga. *SAJJANA: Public Administration Review*, 1(2), 1–13. <https://doi.org/10.32734/sajjana.v1i2.19627>
- Siregar, N., & Hasanah, U. (2025). Peran ganda istri dalam budaya patriarki: Analisis kesetaraan gender dan perspektif maqasid syariah. *Terang: Jurnal Kajian Ilmu Sosial Politik dan Hukum*, 2(4), 333–345. <https://doi.org/10.62383/terang.v2i4.1505>
- Suryadie, F. A. P., & Lutfi, L. (2023). Determinan kesejahteraan keuangan: Peran mediasi perencanaan keuangan. *E-Jurnal Akuntansi*, 33(2), 284–294. <https://doi.org/10.24843/eja.2023.v33.i02.p01>
- Thakur, A., & Goyal, S. (2025). The intersection of paid employment and unpaid household work: Review of literature on the impact of double burden on women's mental health. *Research Journal of Humanities and Social Sciences*, 16(1), 13–18. <https://doi.org/10.52711/2321-5828.2025.00003>
- Uns, S. (2024). Tragedi di balik dinding rumah: Dinamika psikologis dan kriminologi pada kasus pembunuhan berencana dalam budaya patriarki. *Lentera: Journal of Gender and Children Studies*, 4(2), 286–296. <https://doi.org/10.26740/lentera.v4i2.33280>
- Utami, M. A. F., & Mukdin, K. (2026). Beban ganda perempuan dalam cengkeraman budaya patriarki. *BIOTIK: Scientific Journal of Biology, Technology and Education*, 14(1), 88–96. <https://doi.org/10.22373/rxvgn741>
- Winarni, L. M., Arabella, S., Pratiwi, A., & Kusumastuti, N. A. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis pada ibu rumah tangga di Tangerang tahun 2023. *Binawan Student Journal*, 6(2), 88–95. <https://doi.org/10.54771/7xh6y661>
- Yosita, T. L., Wismanto, Y. B., & Yudiati, E. A. (2022). Kesejahteraan psikologis pada ibu yang berperan ganda ditinjau dari dukungan suami dan tekanan psikologis. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 8(1), 71–81. <https://doi.org/10.22146/gamajop.68548>