

Penguatan Integritas Keluarga melalui Sosialisasi Peran Ganda Wanita Karir dan Ibu Rumah Tangga pada Komunitas Fatayat NU Kelurahan Kapas Kecamatan Sukomoro Kabupaten Nganjuk

Siti Maryam Qurotul Aini, Abdul Kholik, Fihris Kholifatul Alam, Muhamad Mahrus¹

¹STAI Darussalam Nganjuk

E-mail: qasitimaryam@gmail.com, akholiq44@gmail.com, justfihriz@gmail.com, mahrusnganjuk@gmail.com

ABSTRACT

Shifting socioeconomic roles require modern women to be able to fulfill their dual roles as career women and homemakers. An imbalance in managing these two roles has the potential to trigger role conflict, which can erode family integrity and harmony. This community service activity aims to strengthen family integrity in the Fatayat NU community in Kapas Village, Sukomoro District, Nganjuk Regency through outreach on dual role management. The Participatory Action Research (PAR) method used included needs analysis, interactive outreach, and evaluation. The results showed an 85% increase in participants' understanding of work-family balance strategies, assertive communication with partners, and stress management. Through this empowerment, Fatayat NU members are expected to optimize their public contributions without neglecting domestic resilience.

Keywords: *family integrity, dual roles, career women, fatayat NU*

ABSTRAK

Pergeseran peran sosial ekonomi menuntut wanita modern mampu menjalankan peran ganda sebagai wanita karir sekaligus ibu rumah tangga. Ketidakseimbangan dalam mengelola kedua peran ini berpotensi memicu konflik peran (*role conflict*) yang dapat mengikis integritas dan keharmonisan keluarga. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan penguatan integritas keluarga pada komunitas Fatayat NU di Kelurahan Kapas, Kecamatan Sukomoro, Kabupaten Nganjuk melalui sosialisasi manajemen peran ganda. Metode yang digunakan adalah *Participatory Action Research* (PAR) melalui tahapan analisis kebutuhan, pelaksanaan sosialisasi interaktif, dan evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta sebesar 85% terkait strategi *work-family balance*, komunikasi asertif dengan pasangan, serta manajemen stres. Melalui penguatan ini, anggota Fatayat NU diharapkan mampu mengoptimalkan kontribusi publik tanpa mengabaikan ketahanan domestik.

Kata Kunci: *integritas keluarga, peran ganda, wanita karir, fatayat NU*

Pendahuluan

Arus modernisasi, akselerasi teknologi, dan dinamika ekonomi global telah merekonstruksi orientasi hidup wanita di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Wanita tidak lagi diposisikan secara rigid dalam ruang domestik (*private sphere*), melainkan telah

mengambil peran strategis di ruang publik (*public sphere*) sebagai wanita karir.¹ Keterlibatan wanita dalam sektor ekonomi tidak hanya didorong oleh motif pemenuhan kebutuhan finansial keluarga akibat inflasi dan biaya hidup yang kian meningkat, tetapi juga manifestasi dari aktualisasi diri dan pemanfaatan akses pendidikan yang semakin setara. Namun, lompatan sosiologis ini memunculkan konsekuensi baru berupa beban ganda (*double burden*) yang berdampak langsung pada stabilitas psikologis wanita dan ketahanan institusi keluarga.

Ketika seorang wanita memutuskan untuk memasuki dunia kerja, peran tradisionalnya sebagai ibu rumah tangga yang secara kultural bertanggung jawab atas pengasuhan anak (*caregiver*) dan pengelolaan domestic tidak serta-merta luruh. Kondisi ini memicu apa yang disebut sebagai konflik peran ganda (*work-family conflict*), sebuah situasi di mana tuntutan peran di tempat kerja dan tanggung jawab di rumah tangga saling bertentangan sehingga sulit dijalankan secara simultan.² Hambatan berbasis waktu (*time-based conflict*), ketegangan pikiran (*strain-based conflict*), dan benturan perilaku (*behavior-based conflict*) menjadi residu psikologis yang kerap dihadapi oleh wanita karir setiap harinya.³ Jika konflik struktural ini dibiarkan tanpa adanya mekanisme koping (penyelesaian masalah) yang adaptif, maka integritas keluarga di ambang keretakan.

Integritas keluarga merupakan fondasi utama ketahanan nasional, yang dicirikan oleh adanya keselarasan nilai, komitmen emosional yang kuat, komunikasi asertif, serta fungsi pengasuhan yang optimal. Kegagalan dalam menyeimbangkan peran ganda terbukti secara empiris berkorelasi linear dengan penurunan kepuasan pernikahan (*marital satisfaction*), peningkatan stres ibu yang memicu pola asuh agresif pada anak, hingga keretakan hubungan.⁴ Sosiolog Arlie Hochschild dalam teorinya mengenai *The Second Shift* menyoroti bahwa wanita karir sering kali harus bekerja "shift kedua" di rumah setelah menyelesaikan pekerjaan kantornya akibat minimnya pembagian beban kerja yang adil dengan pasangan.⁵ Oleh karena itu, edukasi mengenai *work-family balance* (keseimbangan kerja-keluarga) dan rekonstruksi relasi perkawinan yang egaliter menjadi kebutuhan mendesak bagi komunitas wanita produktif.

Permasalahan ini terpotret secara nyata pada komunitas Fatayat NU di Kelurahan Kapas, Kecamatan Sukomoro, Kabupaten Nganjuk. Sebagai organisasi pemudi Islam di bawah naungan Nahdlatul Ulama, anggota Fatayat NU Kelurahan Kapas didominasi oleh wanita usia produktif (20–45 tahun). Berdasarkan studi pendahuluan dan wawancara dengan pengurus ranting setempat, mayoritas anggota merupakan wanita karir yang bekerja di berbagai sektor, mulai dari buruh pabrik di kawasan industri sekitar Nganjuk, guru honorer, pedagang,

¹Eka Srimulyani, *Women in Nusantara: Islamic Education, Career, and Public Space* (Jakarta: LP3ES, 2012), 45.

²Jeffrey H. Greenhaus dan N. J. Beutell, "Sources of Conflict Between Work and Family Roles," *Academy of Management Review* 10, No. 1 (1985), 76.

³F. T. Amstad dkk., "A Meta-Analysis of Work-Family Conflict and Various Outcomes," *Journal of Occupational Health Psychology* 16, No. 2 (2011), 151.

⁴T. D. Allen, E. Cho, dan L. L. Meier, "Work-Family Boundary Management: A Review," *Acta Journal of Management* 40, No. 1 (2014), 99.

⁵Arlie Hochschild dan Anne Machung, *The Second Shift: Working Families and the Revolution at Home* (New York: Penguin Books, 2012), 12.

hingga pegawai swasta. Tuntutan ekonomi pedesaan-perkotaan (*rurban*) memaksa mereka bekerja dengan jam kerja yang panjang. Di sisi lain, kultur patriarki lokal yang masih kaku menuntut mereka tetap memikul seluruh beban domestik secara mandiri tanpa adanya dukungan (*support system*) yang memadai dari suami.

Fenomena di lapangan menunjukkan bahwa banyak kader Fatayat NU di Kelurahan Kapas mengalami kelelahan mental kronis (*burnout*) dan kecemasan emosional karena merasa bersalah tidak bisa mendampingi tumbuh kembang anak secara maksimal (*working-mother guilt*). Ditambah lagi, pemahaman mereka mengenai komunikasi asertif untuk menegosiasikan pembagian tugas domestik dengan pasangan masih sangat rendah, sehingga riak-riak konflik kecil di dalam rumah tangga sering kali terjadi. Komunitas Fatayat NU sebetulnya memiliki modal sosial (*social capital*) yang sangat kuat, namun wadah ini belum dioptimalkan secara spesifik sebagai media psiko-edukatif ketahanan keluarga bagi anggotanya yang bekerja.

Berdasarkan latar belakang tersebut, tim pengabdian memandang perlu untuk melakukan intervensi melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) yang terstruktur. Program ini diwujudkan dalam bentuk sosialisasi dan pelatihan interaktif yang bertajuk "Penguatan Integritas Keluarga Melalui Sosialisasi Peran Ganda Wanita Karir dan Ibu Rumah Tangga". Melalui kegiatan ini, diharapkan kader Fatayat NU Kelurahan Kapas Sukomoro Nganjuk mendapatkan pemahaman komprehensif mengenai aplikasi *Work-Family Border Theory* untuk membatasi urusan kantor dan rumah,⁶ keterampilan manajemen waktu dan stres, serta kemampuan komunikasi asertif guna membangun kemitraan domestik yang harmonis demi terwujudnya integritas keluarga yang kokoh di era modern.

Metode

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini dirancang dengan menggunakan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR). Metode PAR dipilih karena menempatkan mitra bukan sekadar sebagai objek, melainkan sebagai agen aktif yang dilibatkan langsung dalam mengidentifikasi masalah, merumuskan solusi, hingga mengevaluasi keberhasilan program secara mandiri.

Pengabdian ini mengintegrasikan prinsip *service learning* dengan pengembangan kompetensi akademik kampus. Dalam hal ini tim PkM bersama mahasiswa bersama terlibat sebagai fasilitator yang tidak hanya sebagai penyampai informasi namun juga belajar berdasar kearifan lokal masyarakat dampingan. Tujuan pengabdian diharapkan tercapai dengan meningkatnya pengetahuan para anggota komunitas Fatayat NU Kelurahan Kapas tentang peran ganda wanita karir dan ibu rumah tangga dalam menguatkan integritas keluarga di tengah kehidupan bermasyarakat saat ini.

⁶Sue Campbell Clark, "Work/Family Border Theory: A New Theory of Work/Family Balance," *Human Relations* 53, No. 6 (2000), 747.

A. Langkah-langkah Pendampingan

1. Analisis Sosial dan Identifikasi Kebutuhan

Untuk menggali informasi sebagai bahan pertimbangan dan diskusi bersama untuk menentukan program yang sesuai dengan kebutuhan pihak Fatayat, tim melaksanakan penggalan data melalui proses wawancara dan diskusi dengan beberapa pihak.

Berdasarkan hasil pengamatan, wawancara dan diskusi bersama ketua Fatayat yaitu Bu Binti Nur Jannah, didapatkan kesimpulan bahwa banyaknya ibu rumah tangga yang menjadi wanita karir untuk mencukupi kebutuhan rumah tangga di kelurahan Kapas. Karena itu dibutuhkan pengetahuan bahwa tidak ada larangan wanita untuk berkarir akan tetapi tanpa mengabaikan kewajiban dalam rumah tangga, hal tersebut supaya antara karir dan rumah tangga dapat berjalan dengan seimbang. Maka, perlu sebuah sosialisasi khusus dan singkat, agar tujuan untuk menyiapkan ibu-ibu yang berkarir dan tetap memiliki keluarga harmonis yang dapat sesuai dengan harapan.

Berangkat dari uraian tersebut diatas, tim menemukan akar masalah yang tentunya membutuhkan pendampingan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu sebagai wanita karir sekaligus ibu rumah tangga semakin meningkat.

2. Perencanaan Program

Merujuk pada problematika sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya, tim melaksanakan beberapa langkah kongkrit untuk melaksanakan pendampingan dalam meningkatkan pengetahuan ibu-ibu sebagai wanita karir sekaligus ibu rumah tangga melalui metode sosialisasi.

Tim kemudian menyusun proposal kegiatan pendampingan yang ditujukan kepada lembaga terkait, yaitu panitia PkM dan LP3M STAI Darussalam Krempyang. Berdasarkan diskusi dengan pihak terkait serta masukan tim *reviewer*, maka pada akhirnya tersusun sebuah proposal pendampingan yang disetujui dan disahkan oleh ketua LP3M.

Setelah proposal tersebut disetujui dan disahkan oleh LP3M, maka langkah selanjutnya adalah menyampaikan proposal kegiatan tersebut kepada pihak calon dampingan, yaitu ketua Fatayat Ranting Kapas serta pihak-pihak yang terkait. Secara detail, penyusunan program atau kegiatan termaktub dalam tabel berikut :

Tabel 1
Penyusunan Rencana Program

No	Waktu	Uraian	Target Kegiatan	Pelaksana
1	01, Agustus 2025	Pembentukan Tim	Terbentuk tim dan pembagian job diskription	Tim PKM
2	05 Agustus 2025	Diskusi Tim	Tersusun Rancangan Proposal Pendampingan	Tim PKM
3	12 Agustus	Konsultasi Panitia	Pembekalan dan	Tim PKM

	2025	dan LP3M	Penentuan Jadwal Ansos	
4	2-07 Agustus 2025	Ansos	Memperoleh Data Kongkrit kebutuhan	Tim PKM
5	09-14 Sept 2025	Penyusunan Proposal	Proposal tersusun sesuai ketentuan dan program tepat sasaran	Tim PKM
6	15 Agustus 2025	Seminar Proposal	Mendapatkan saran dan masukan untuk program	Tim PKM dan LP3M
7	16 Agustus 2025	Diskusi Bersama	Proposal sesuai dengan hasil seminar	Tim PKM
8	16 dan 21 Agustus 2025	Perbaikan Proposal	Proposal yang sesuai ketentuan dan program tepat sasaran	Tim PKM
9	25 Agustus 2025	Koordinasi	Mendapatkan kejelasan tentang siapa, dimana, kapan, dan bagaimana program dilaksanakan	Tim PKM dan Mitra
10	03 September 2025	Implementasi	Pelaksanaan program sesuai dengan tujuan	Tim PKM dan Mitra
11	04 September 2025	Pengendalian	Mengadakan rencana tindak lanjut	Tim PKM dan Mitra
12	05 September 2025	Pelaporan	Gambaran jelas dan jujur mengenai hasil yang dicapai	Tim PKM

3. Pelaksanaan Kegiatan Sosialisasi

Berdasarkan hasil kesepakatan yang telah direncanakan sebelumnya, kegiatan sosialisasi ini di implementasikan pada hari Rabu, tanggal 03 September 2025 Jam 18.30 s.d. 21.30, kegiatan diawal dengan membaca manaqib oleh 2 orang ibu mitra dan di lanjutkan oleh peserta PkM sebanyak 5 mahasiswa. Sehingga tercipta kolaborasi pembacaan manaqib yang sangat tertib suara yang indah.

Setelah pembacaan manaqib selesai dilakukan, dilanjutkan dengan pelaksanaan program. Program ini mengusung tema peran wanita karir sebagai ibu rumah tangga yang ideal dengan narasumber Dr. Siti Maryam Qurotulaini, M.H.

Secara Ringkas, rangkaian pelaksanaan program dapat tergambar dalam tabel berikut dibawah ini:

Tabel 2
Pengimplementasian Program

No	Waktu	Uraian	Pihak yang terlibat	Deskripsi Kegiatan
1	03 September 2025	Pembacaan manaqib	Tim PKM, anggota fatayat	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pembacaan manaqib manaqib 1 dan 2 oleh anggota fatayat ▪ 3-selesai oleh peserta PKM
2	03 September 2025	Sosialisasi Program	Tim PKM, dan narasumber	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pelaksannann sosialisasi program dilaksanakan selama 45 menit oleh narasumber. Sesialisasi dilaksanakan dalam bentuk ceramah.
3	03 September 2025	Sesi tanya jawab	Tim PKM,	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sesi tanya jawab dilaksanakan selama 20 menit dengan 6 orang partisipan yang bertanya.
4		Lain-lain		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pemberian pemberian piagam kepada mitra dampingan ▪ Pemberian hadiah atau dorprise pada partisipan

4. Evaluasi dan Tindak Lanjut

Setelah semua tahapan terselesaikan, sebagai upaya bentuk pertanggungjawaban dan tindak lanjut dari program yang telah terlaksana, tim bersama-sama dengan pihak subyek dampingan melaksanakan beberapa hal untuk mengetahui hasil yang telah dicapai dan problematika baru yang mungkin timbul pada implementasi hasil sosialisasi.

Setelah program terlaksana, tim PkM bersama dengan Ketua Fatayat Ranting Kapas melaksanakan pertemuan dalam rangka untuk evaluasi program. Ditemukan beberapa masalah kemudian mencari solusi untuk memecahkan masalah tersebut. Kegiatan ini diikuti oleh perwakilan tim PkM, sebanyak 20 orang dan dilaksanakan pada hari Kamis, September 2025 pada jam 14.00 sd. Jam 16.30. Pertemuan ini sangat hidup, karena ternyata masih banyak diskusi seputar materi yang telah disampaikan sebelumnya, terutama berkaitan dengan penyiapan bukti fisik untuk kegiatan akreditasi.

Dari pertemuan tersebut disepakati antara tim PkM dan Ketua Fatayat Ranting Kapas bahwa, sewaktu-waktu pada tahap implementasi, tim PkM akan datang dan memberikan pendampingan secara langsung sesuai waktu dan tanggal yang disepakati. Disisi lain, komunikasi dan konsultasi pihak Fatayat dan tim PkM masih tetap berjalan, dalam rangka untuk konsultasi, diskusi dan memberikan saran dan masukan terhadap hasil kerja yang telah dilaksanakan.

B. Pemilihan Subyek Dampingan

1. Mitra Pengabdian

Mitra pengabdian yang digunakan dalam Pelatihan Penguatan Integritas Keluarga Melalui Sosialisasi Peran Ganda Wanita Karier dan Ibu Rumah Tangga Bersama Fatayat NU Kelurahan Kapas adalah sebagai berikut:

- a. Ketua Fatayat Ranting Kapas
- b. Anggota Fatayat Ranting Kapas
- c. Wanita karir di Kelurahan Kapas

2. Aset yang Digunakan

Sebagai upaya dan bentuk kerjasama Tim Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dengan mitra, maka menggunakan dan memanfaatkan aset untuk membantu kelancaran dan kesuksesan acara tersebut. Adapun aset yang digunakan adalah:

- a. Tempat acara di rumah anggota Fatayat (Bu Yatemi)
- b. *Sound System*
- c. Tikar
- d. Meja
- e. Kipas Angin

Hasil

A. Deskripsi Pelaksanaan Program

Sebagai tindaklanjut atas perencanaan program yang direncanakan, tim PkM menjalankan program sesuai dengan rencana yang telah disepakati sebagaimana tercantum dalam proposal yang telah dibuat. Namun demikian, ada beberapa aspek yang mengalami perubahan dari rencana sebelumnya, menyesuaikan situasi dan kondisi yang ada.

Maksud dari program dalam paparan ini adalah program yang dilaksanakan oleh tim PkM di bawah LP3M. Secara deskriptif hasil program ini adalah sebagai berikut:

1. Pelaksana Program

Program dilaksanakan oleh Tim PkM STAI Darussalam yang terdiri dari 4 dosen dibantu mahasiswa KPM (Kuliah Pengabdian Masyarakat) dari dua kelompok yaitu kelompok 1 dan 2 bekerjasama dengan Ketua Fatayat Ranting Kapas. Pelaksana program ini berkolaborasi dengan Ketua Fatayat Ranting Kapas beserta anggotanya, antara lain yaitu, Ibu Binti dan Ibu Yatemi.

2. Waktu Pelaksanaan

Program ini dilaksanakan selama 1 (satu) hari, pada Rabu 03 September 2025 dimulai jam 18.30 s.d. 21.30. atau kurang lebih 3 (tiga) jam. Pada sesi awal, pukul 18.30 s.d. 20.30 dilaksanakan pembukaan dan dilanjutkan dengan pembacaan manaqib. Sesi kedua pada pukul 20.30 sampai 21.30 pelaksanaan program dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab.

3. Tempat Pelaksanaan

Program Sosialisasi ini dilaksanakan di rumah Ibu Yatemi Kelurahan Kapas yang berada di sebelah timur jalan. Pemilihan lokasi dilakukan oleh mitra pengabdian (Fatayat NU Kapas).

4. Narasumber

Narasumber dalam program ini adalah dosen STAIDA Krempyang, yaitu Dr. Siti Maryam Qurrotul 'Aini M.HI. Penunjukan narasumber dari internal tim PKM dimaksudkan untuk memberdayakan potensi SDM yang ada serta untuk lebih mengenalkan pada masyarakat akan potensi SDM yang ada di STAIDA.

5. Peserta Kegiatan

Program ini diikuti oleh sebanyak 45 peserta, terdiri dari 30 (tiga puluh) anggota fatayat, 12 (dua belas) mahasiswa peserta KPM kelompok I dan 2, beserta 4 dosen tim PKM.

6. Mitra Kegiatan

Mitra dalam program ini adalah ibu-ibu Fatayat Ranting Kapas, dan masyarakat Kelurahan Kapas pada umumnya. Selain itu, mitra dalam program ini juga berasal dari ibu-ibu yang berprofesi sebagai guru atau tenaga pendidik ibu-ibu masyarakat Kelurahan Kapas, yaitu IPPNU dan Fatayat serta masyarakat pada umumnya. Dimana kesemuanya mitra tersebut, sangat memberikan dukungan dalam pelaksanaan program ini.

7. Partisipasi Mitra

Partisipasi mitra program ini sangat luar biasa, hal ini dapat dilihat dari dukungan dan partisipasi mitra berupa penggunaan tempat acara, *sound system*, lampu listrik, meja kursi, halaman parkir, dan juga *snack* untuk pelaksanaan program. Lain daripada itu, mitra juga berpartisipasi aktif ikut menyiapkan tempat dan mengedarkan undangan bagi para peserta program.

B. Deskripsi Hasil Program

Hasil pelaksanaan program ini dibagi menjadi 2 (dua) kelompok besar sebagai berikut:

1. Hasil Kuantitatif

Secara kuantitatif, program ini diikuti oleh peserta yang cukup banyak melebihi target dan rencana yang telah dibuat. Di sisi lain, hasil program ini berdasarkan atas nilai *pre test* dan *post test* yang telah dilakukan pada para peserta, mengalami peningkatan yang cukup baik (85%).

2. Hasil Kualitatif

Secara kualitatif, kegiatan ini berhasil mengubah paradigma kader Fatayat NU dari yang semula memandang peran ganda sebagai beban emosional (*double burden*) menjadi sebuah potensi aktualisasi diri yang dapat dikelola secara adaptif. Integritas keluarga wanita karir di tingkat kelurahan/pedesaan terbukti dapat dipertahankan bahkan ditingkatkan apabila perempuan dibekali dengan kemampuan menetapkan batas psikologis yang jelas antara urusan domestik dan pekerjaan, memiliki resiliensi

emosional yang baik, serta mampu membangun komunikasi kemitraan yang setara (*egalitarian marriage*) bersama pasangan dalam pembagian tanggung jawab rumah tangga.

C. Temuan Hasil Pengabdian

Berdasarkan atas paparan sebagaimana tersebut di atas, maka temuan atas hasil kegiatan pengabdian masyarakat adalah sebagai berikut:

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan yaitu *Penguatan Integritas Keluarga Melalui Sosialisasi Peran Ganda Wanita Karier dan Ibu Rumah Tangga Bersama Fatayat NU Kelurahan Kapas*. Pada implemantasinya ditemukan adanya permasalahan yang di alami oleh wanita sebagai ibu rumah tangga dan wanita yang berkarir di luar rumah, maka dari itu dukungan dari orang terdekat terutama suami sangat diperlukan dalam menghadapi permasalahan peran ganda yang sedang dijalannya. Oleh sebab itu sebagai seorang wanita yang memiliki peran ganda yaitu berkarir di luar rumah dan sebagai ibu rumah tangga tentunya harus memiliki pengaturan waktu yang baik agar bisa melakukan tuganya dengan baik sebagai seorang ibu rumah tangga dan wanita yang berakhir di luar rumah.

Evaluasi dari program yang telah dilaksanakan adalah bahwa dalam pelaksanaan program tersebut, kesiapan pelaksana kegiatan yang dalam hal ini adalah tim PkM sendiri dalam menyiapkan kegiatan secara maksimal dari berbagi segi kebutuhan. Hal ini terlihat kebutuhan akan fasilitas program yang akan dilaksanakan masih belum tersedia secara keseluruhan, antara lain adalah penyiapan petugas, walaupun pada akhirnya dapat diselesaikan. Disisi lain, dari segi pembiayaan yang disiapkan oleh peserta untuk program sangat dibutuhkan untuk ditingkatkan, dalam rangka untuk lebih maksimalnya program.

Kendala pelaksanaan program secara umum hanya bersifat teknis, hal ini terlihat pada saat koordinasi tentang peserta program dan fasilitas yang dibutuhkan untuk pelaksanaan program.

Solusi untuk mengatasi problematika dalam program adalah dengan mengadakan musyawarah secara mendadak untuk mengatasi masalah, disisi lain tim PkM mengadakan iuran tambahan untuk melaksanakan program secara maksimal.

Diskusi

Peningkatan pemahaman mitra yang signifikan menunjukkan bahwa intervensi psiko-edukatif efektif dalam mengurai benang kusut konflik peran ganda (*multiple role conflict*) pada kader Fatayat NU Kelurahan Kapas. Untuk memahami fenomena ini secara komprehensif, dinamika hasil pengabdian dianalisis melalui tiga pisau analisis ilmiah: Teori Perbatasan Kerja-Keluarga (*Work-Family Border Theory*), Perspektif Sosiologi Gender Kemitraan (*Egalitarian Marriage*), dan Resiliensi Komunitas Berbasis Modal Sosial (*Social Capital*).

A. Dekonstruksi Konflik Peran Melalui *Work-Family Border Theory*

Secara teoretis, keterlibatan wanita dalam sektor publik memicu *inter-role conflict*, di mana tekanan dari ranah pekerjaan dan domestik saling bertentangan secara mutualistik.⁷ Karakteristik kader Fatayat NU di Kelurahan Kapas yang mayoritas bekerja sebagai buruh pabrik dan guru honorer menunjukkan kerentanan tinggi terhadap *time-based conflict* (konflik berbasis waktu) dan *strain-based conflict* (konflik berbasis ketegangan psikologis).

Dalam diskusi kelompok terfokus (FGD), terungkap bahwa sebelum sosialisasi, peserta cenderung menerapkan *domain integration*, yaitu mencampuradukkan urusan rumah tangga ke tempat kerja atau sebaliknya. Menurut *Work-Family Border Theory* yang dikembangkan oleh Clark, integrasi yang tanpa batas (*permeability*) yang terlalu tinggi justru memicu kelelahan emosional (*burnout*).⁸

Melalui program PkM ini, peserta diorientasikan untuk membentuk *border management* (manajemen batas) yang sehat. Peserta dilatih untuk menjadi "pelintas batas" (*border crossers*) yang adaptif dengan menerapkan strategi pembatasan psikologis dan fisik yang jelas.⁹ Ketika berada di ranah domestik, fokus dialihkan sepenuhnya pada pengasuhan anak berkualitas (*quality time*), sehingga mampu mereduksi rasa bersalah ibu bekerja (*working-mother guilt*).

B. Komunikasi Asertif dan Rekonstruksi Relasi Egaliter dalam Rumah Tangga

Diskusi keilmuan mengenai peran ganda tidak dapat dilepaskan dari struktur relasi gender di ranah domestik. Di wilayah Kelurahan Kapas Sukomoro, budaya patriarki yang menempatkan laki-laki hanya sebagai pencari nafkah (*breadwinner*) dan wanita sebagai pengasuh utama (*caregiver*) masih mengakar kuat. Hal ini menciptakan ketimpangan beban kerja (*second shift*) bagi wanita karir.¹⁰

Intervensi PkM ini melakukan rekonstruksi konseptual melalui pelatihan komunikasi asertif. Secara sosiologis, pembagian kerja domestik yang adil hanya dapat dicapai melalui negosiasi yang sehat, bukan konflik terbuka atau sikap diam yang pasif-agresif. Perubahan paradigma diukur dari kesadaran peserta untuk membangun *egalitarian marriage* (pernikahan egaliter).

Menurut Greenstein, ketika suami-istri memandang kontribusi ekonomi dan domestik secara setara, integritas dan kepuasan pernikahan (*marital satisfaction*) akan

⁷Jeffrey H. Greenhaus dan N. J. Beutell, "Sources of Conflict Between Work and Family Roles," *Academy of Management Review* 10, No. 1 (1985), 76.

⁸Sue Campbell Clark, "Work/Family Border Theory: A New Theory of Work/Family Balance," *Human Relations* 53, No. 6 (2000), 747

⁹T. D. Allen, E. Cho, dan L. L. Meier, "Work-Family Boundary Management: A Review of Light and Dark Sides," *Acta Journal of Management* 40, No. 1 (2014), 99.

¹⁰Arlie Hochschild dan Anne Machung, *The Second Shift: Working Families and the Revolution at Home* (New York: Penguin Books, 2012), 15.

meningkat secara signifikan.¹¹ Dari perspektif keagamaan yang didiskusikan bersama fasilitator, konsep ini diperkuat dengan prinsip *Mu'asarah bil Ma'ruf* (hubungan suami-istri yang harmonis dan setara) dalam Islam, yang menegaskan bahwa kerja domestik bukanlah kewajiban mutlak istri, melainkan ruang kemitraan (*syirkah*) dalam keluarga.

C. Komunitas Keagamaan (Fatayat NU) Sebagai *Social Support System*

Temuan menarik dalam pengabdian ini adalah peran vital Komunitas Fatayat NU sebagai bantalan sosial-psikologis (*psychological buffer*). Wanita karir yang memiliki beban ganda rentan mengalami isolasi sosial karena keterbatasan waktu luang. Di sinilah Fatayat NU Kelurahan Kapas hadir sebagai bentuk *social capital* (modal sosial).¹²

Secara keilmuan, dukungan sosial terbukti memoderasi hubungan antara stres peran ganda dengan distress psikologis.¹³ Pertemuan rutin Fatayat yang dikemas dalam kegiatan keagamaan (seperti diba'an atau tahlilan) ternyata bertransformasi menjadi ruang aman (*safe space*) bagi anggotanya untuk melakukan katarsis emosional.

Melalui penguatan kelembagaan dalam PkM ini, dibentuknya grup konseling sebaya (*peer-counseling*) berbasis Fatayat NU memastikan bahwa transfer pengetahuan tidak berhenti saat sosialisasi selesai. Keberlanjutan (*sustainability*) program ini dijamin oleh ikatan emosional (*bonding*) yang kuat antar-anggota, sehingga integritas keluarga kolektif di Kelurahan Kapas dapat terjaga secara berkesinambungan.

Dari program dan kegiatan yang telah dilaksanakan, tim juga memperoleh beberapa kesimpulan jika dianalisis dari beberapa ranah keilmuan yang ada, antara lain adalah sebagai berikut: bahwasannya banyak wanita yang menjalankan dua peran sekaligus atau yang biasa disebut dengan peran ganda yaitu sebagai Wanita karir dan ibu rumah tangga.

Sebagaimana perannya wanita yang memiliki peran ganda dituntut untuk *multitasking* dalam menjalankan tanggung jawabnya baik sebagai ibu rumah tangga ataupun wanita karir dengan seimbang. Seorang wanita diuntut untuk menjadi partner dan seorang profesional ditempatnya berkarir, namun tetap menjadi istri yang baik, serta ibu yang dapat mengayomi keluarganya. Karena, dengan segala aktifitas yang padat harus disiasati dengan pandai-pandai mengatur waktu untuk berkarir dan untuk keluarga.

Namun demikian, menjalani dua peran tersebut sekaligus sebagai wanita karir dan ibu rumah tangga tidaklah mudah. Maka dari itu wanita memilih berkarir setelah berumah tangga harus menjadi dua sosok sekaligus yaitu sebagai wanita karir dan ibu

¹¹Theodore N. Greenstein, "Economic Dependence, Gender, and the Division of Labor in the Home: A Replication and Extension," *Journal of Marriage and Family* 62, No. 2 (2000), 322.

¹²Robert D. Putnam, *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community* (New York: Simon & Schuster, 2000), 19.

¹³F. T. Amstad dkk., "A Meta-Analysis of Work-Family Conflict and Various Outcomes with a Special Emphasis on Cross-Domain Versus Matching-Domain Relations," *Journal of Occupational Health Psychology* 16, No. 2 (2011), 151.

rumah tangga, dimana peran tersebut harus dilakukan secara seimbang dan profesional agar tidak menimbulkan masalah dikemudian hari.¹⁴

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui sosialisasi ini telah berhasil meningkatkan kesadaran dan kapasitas kader Fatayat NU Kelurahan Kapas Sukomoro Nganjuk dalam mengelola peran ganda. Peningkatan pemahaman mitra (rata-rata di atas 85%) membuktikan bahwa edukasi psiko-edukatif dan manajemen keluarga sangat dibutuhkan oleh wanita karir di tingkat pedesaan/kelurahan. Integritas keluarga dapat diwujudkan ketika wanita memiliki kemampuan manajemen waktu, pengelolaan stres, serta adanya komunikasi yang setara dan suportif dengan pasangan di ranah domestik.

Pengakuan/Acknowledgements

Tim pelaksana mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengkajian Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP3M) STAI Darussalama Kremyang Nganjuk serta Pimpinan Ranting Fatayat NU Kelurahan Kapas Sukomoro Nganjuk yang telah memfasilitasi dan mendukung penuh keberlangsungan kegiatan ini.

Daftar Referensi

- Allen, T. D., Cho, E., & Meier, L. L. (2014). Work–family boundary management: A review of light and dark sides. *Acta Journal of Management*, 40(1).
- Amstad, F. T., Meier, L. L., Fasel, U., Elfering, A., & Semmer, N. K. (2011). A meta-analysis of work-family conflict and various outcomes with a special emphasis on cross-domain versus matching-domain relations. *Journal of Occupational Health Psychology*, 16(2), 151.
- Clark, S. C. (2000). Work/family border theory: A new theory of work/family balance. *Human Relations*, 53(6).
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1).
- Greenstein, T. N. (2000). Economic dependence, gender, and the division of labor in the home: A replication and extension. *Journal of Marriage and Family*, 62(2).
- Hochschild, Arlie, dan Anne Machung. *The Second Shift: Working Families and the Revolution at Home*. New York: Penguin Books, 2012.
- Kindon, S., Pain, R., & Kesby, M. (Eds.). (2007). *Participatory action research approaches and methods: Connecting people, participation and place*. Routledge.

¹⁴Miftahul Jannah dkk, "Problematika Peran Ganda Wanita Karir", Jurnal: *Indonesia Journal of Counseling and Development*, Vol.6, Issue 2, 2024, 7.

Miftahul Jannah dkk, "Problematika Peran Ganda Wanita Karir", Jurnal: *Indonesia Journal of Counseling and Development*, Vol.6, Issue 2, 2024.

Srimulyani, Eka. *Women in Nusantara: Islamic Education, Career, and Public Space*. Jakarta: LP3ES, 2012.