

Di Balik Bakti dan Patriarki: *Double Burden* pada Anak Perempuan *Single Bekerja* yang Tinggal Bersama Orang Tua

Nashriyah Ummuhany,^{1*} Antari Ayuning Arsi¹

¹Program Studi Pendidikan Sosiologi dan Antropologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Negeri Semarang, Indonesia
Email: nashriyah12@students.unnes.ac.id, antari.ayu@mail.unnes.ac.id

*Korespondensi

Article History: Received: 23-01-2026, Revised: 03-03-2026, Accepted: 04-03-2026, Published: 31-03-2026

Abstrak

Kondisi *double burden* pada perempuan bekerja tidak hanya dialami oleh perempuan menikah, namun juga anak perempuan belum menikah, kondisi ini terjadi ketika anak perempuan menopang beban kerja untuk ekonomi keluarga dan beban domestik di rumah. Budaya tugas domestik sebagai sesuatu yang alami bagi perempuan karena telah disosialisasikan sejak dini. Penelitian ini bertujuan mengkaji pengalaman *double burden* yang dialami anak perempuan *single* bekerja yang tinggal bersama orangtua, serta mengetahui strategi upaya yang dilakukan anak perempuan dalam menghadapi *double burden* tersebut. Pendekatan kualitatif digunakan sebagai metode, melalui teknik analisis interaktif Miles dan Huberman. Hasil penelitian menunjukkan anak perempuan *single* dapat mengalami kondisi *double burden* dilatarbelakangi oleh faktor kondisi sosial ekonomi keluarga. Kondisi keluarga yang memiliki keterbatasan ekonomi akan lebih menuntut anak perempuan bertanggung jawab dalam pemenuhan finansial keluarga, sehingga orientasi bekerja lebih ditekankan karena bakti dan perintah orang tua saja. Kondisi keluarga yang mewajarkan tanggung jawab domestik sebagai tugas alami perempuan juga menjadi penyebab utama anak perempuan mengalami *double burden*. Sebagai upaya mengurangi beban ganda anak perempuan membentuk dua jenis strategi. Strategi pertama dilakukan untuk mengurangi beban domestik, berupa pembagian pekerjaan rumah dengan anggota keluarga lain, serta menggunakan alat dan jasa bantu domestik. Strategi kedua dilakukan dalam mengurangi tekanan dari *double burden*, meliputi mencari hiburan, mencari pasangan, dan mencari dukungan sosial.

Kata Kunci:

anak perempuan; *double burden*; sosial-ekonomi keluarga

Abstract

The condition of double burden among working women was not only experienced by married women but also by unmarried (single) daughters. This condition occurred when daughters bore the burden of supporting the family's economy and carrying out domestic responsibilities at home. A cultural belief that domestic work is assigned to women because it has been socialized from an early age. This study aimed to examine the naturally experiences of double burden among single working daughters who lived with their parents and to identify the strategies they used to cope with this condition. A qualitative approach was employed, using the interactive data analysis technique proposed by Miles and Huberman. The results show that single daughters experience double burden mainly due to their family's socio-economic conditions. Families with economic limitations tend to demand greater financial responsibility from daughters, so work orientation is emphasized not merely as an act of filial piety but also as an obligation imposed by parents. Family norms that justify domestic responsibilities as women's natural duties also constitute a major factor

contributing to the double burden experienced by daughters. To cope with this situation, daughters adopt two type of strategies. The first strategy aimed to cope domestic workloads, including sharing household tasks with other family members, also using domestic tools and paid services. The second strategy focused on cope the pressure resulting from the double burden, which included seeking recreation, finding a partner relationship, and obtaining social support.

Keywords:

daughters; double burden; family's socio-economic



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Pendahuluan

Sosialisasi peran gender dimulai sejak masa kanak-kanak, dan keluarga menjadi agen utama dalam membentuk identitas, serta ekspektasi peran gender pada anak. Proses ini terjadi melalui interaksi sehari-hari antara orang tua dan anak, termasuk penugasan aktivitas berdasarkan jenis kelamin, pemberian mainan yang berbeda, serta norma perilaku yang dianggap sesuai bagi perempuan dan laki-laki (Siregar et al., 2025). Selain itu, aktivitas pembagian tugas domestik atau publik yang dilakukan orang tua, juga memberikan contoh pada anak tentang peran yang “seharusnya” dijalankan oleh perempuan dan laki-laki, sehingga anak secara alami menginternalisasi aktivitas tersebut sebagai bagian dari dirinya (Kurdnac & Davenport, 2025). Sosialisasi gender ini berakar dari nilai dan budaya patriarki yang telah lama dianut masyarakat. Patriarki memperkuat stereotip mengenai peran domestik bagi perempuan dan peran publik bagi laki-laki, sehingga sejak dini anak telah belajar menerima perbedaan peran sebagai suatu yang wajar dan alami (Arisa et al., 2025).

Proses sosialisasi gender membangun konstruksi bahwa perempuan lebih sesuai dan ahli di ranah domestik dibandingkan dengan ranah publik, sebab segala aktivitas domestik telah disiapkan sejak dini kepada anak perempuan daripada anak laki-laki. Akibat konstruksi gender ini, perempuan sering kali mengalami keterbatasan untuk bergerak di publik. Kondisi ini membuat akses perempuan dalam pendidikan tinggi dan dunia kerja menjadi lebih sempit dibandingkan laki-laki (Nugroho, 2020). Hingga terjadinya perubahan sosial-ekonomi, peran perempuan yang sebelumnya hanya sebatas ranah domestik saja saat ini menjadi terlibat di ranah publik. Faktor bergesernya peran perempuan yang terlibat bekerja di ranah publik ini biasanya dilatarbelakangi oleh desakan kebutuhan ekonomi, meningkatnya status pendidikan perempuan, serta adanya kesadaran akan kesetaraan gender (Rajab, 2018; Nurfitra & Febrianti, 2025).

Nilai-nilai domestik yang telah disosialisasikan sejak dini tetap melekat meskipun perempuan telah terlibat bekerja di sektor publik, sehingga masih terus dipandang sebagai tanggung jawab wajib perempuan. Kondisi ini kemudian melahirkan beban ganda atau *double burden* pada perempuan. *Double burden* terjadi ketika beban yang dialami perempuan lebih besar dibanding laki-laki (Cesar-Vs et al, 2022). Beban tersebut merujuk pada beban pekerjaan ganda, yaitu pekerjaan *paid* (di publik) dan pekerjaan *unpaid* (domestik dan reproduksi) (Thakur & Goyal, 2025). Barrett (1980), *double burden* pada perempuan dapat membuat perempuan dalam kondisi *dualism cultural*, yaitu kondisi domestik *sphere* (tradisi) dan publik *sphere* (transisi). Domestik *sphere* (tradisi) dimaknai perempuan sebagai istri dan ibu rumah

tangga yang bertanggung jawab pada pekerjaan rumah tangga, sedangkan publik *sphere* (transisi) diartikan perempuan sebagai tenaga kerja yang terjun ke dunia pekerjaan, dengan tujuan untuk memenuhi kebutuhan ekonomi.

Ibu rumah tangga menjadi kelompok yang paling rentan mengalami *double burden* karena secara sosial dan kultural paling dilekatkan pada tanggung jawab utama atas pekerjaan domestik dan tanggung jawab anak (Sabrina et al, 2024). Dalam keluarga patriarkal, peran sebagai istri dan ibu dipahami sebagai peran utama perempuan, sehingga pekerjaan rumah tangga seperti memasak, membersihkan rumah, serta merawat anak dianggap sebagai kewajiban yang tidak dapat ditinggalkan, meskipun perempuan juga bekerja di ranah publik (Nasrulloh & Hidayat, 2022). Identitas “keibuan” pada perempuan memperkuat ekspektasi sosial, bahwa perempuan dianggap paling baik dalam menguasai tanggung jawab domestik, mengurus dan membesarkan anak, serta menjaga keharmonisan keluarga (Williamson et al, 2022; Thorsteinsen et al, 2022). Fenomena *double burden* umumnya dialami oleh ibu rumah tangga yang bekerja produktif di publik dan reproduktif di rumah. Hal ini dilatarbelakangi karena ibu rumah tangga diposisikan sebagai penanggung jawab utama pekerjaan domestik sekaligus pengasuhan anak, sementara juga dituntut untuk berkontribusi secara ekonomi melalui pekerjaan di luar rumah (Rohman, 2024; Mardani, Okianna & Astari, 2025; Suhertina & Darni, 2024).

Menurut penelitian Aulani & Nadhiroh (2022) kondisi bekerja saat sudah menikah dan punya anak dirasa memiliki tanggung jawab yang lebih berat daripada belum menikah. Penelitian yang dilakukan (Chandra & Fatmariza, 2020; Nengsih 2020; Zuliawati & Jatiningsih 2023; Kamilah 2024; Sabrina et al 2024; Megasari, 2024) juga menyebutkan, istri yang terlibat membantu suami dalam pemenuhan ekonomi keluarga, lebih beresiko mengalami tekanan *double burden*. Selain itu, Li et al (2024) menyebutkan *double burden* atau *work-family conflict* lebih kuat dialami oleh perempuan menikah dan memiliki anak, karena mengalami beban kerja sekaligus beban mengasuh anak dan mengasuh suami.

Penelitian sebelumnya lebih banyak memusatkan *double burden* pada perempuan menikah atau ibu rumah tangga bekerja, di mana fokus tersebut secara tidak langsung membatasi pemahaman mengenai siapa saja yang sebenarnya rentan mengalami *double burden*. Padahal, sosialisasi peran gender tidak dimulai ketika perempuan menikah atau menjadi ibu, melainkan telah berlangsung sejak masa kanak-kanak di dalam keluarga. Anak perempuan sejak dini telah dibiasakan dengan aktivitas domestik, sehingga tanggung jawab ini tetap melekat hingga perempuan dewasa, baik sudah menikah maupun belum menikah. Kondisi ini menunjukkan bahwa *double burden* juga berpotensi dialami oleh anak perempuan.

Dengan demikian, peneliti tertarik mengkaji fenomena *double burden* yang dialami anak perempuan bekerja, belum menikah (*single*) dan masih tinggal bersama orangtua melalui analisis konsep *double burden* dari Hocschild & Machung (1989; 2012). Adapun tujuan penelitian ini, ialah mengkaji pengalaman *double burden* pada anak perempuan *single*, serta mengetahui upaya strategi yang dilakukan anak perempuan *single* dalam menghadapi *double burden*. Penelitian ini diharapkan dapat memperluas kajian dan pemahaman *double burden* dalam konteks perempuan belum menikah (*single*), di mana selama ini lebih banyak difokuskan pada perempuan menikah saja. Hasil penelitian ini penting untuk memahami faktor penyebab perempuan belum menikah (*single*) dapat mengalami *double burden*, tingkat kondisi *double burden* yang dialami, serta strategi untuk menghadapi *double burden*.

Metode

Metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memahami fenomena *double burden* pada anak perempuan *single* pekerja yang masih tinggal bersama orang tua. Pendekatan kualitatif digunakan untuk menghasilkan deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati (Moelong, 2010). Melalui pendekatan kualitatif deskriptif ini peneliti dapat menggali persepsi, perasaan serta strategi anak perempuan *single* dalam menghadapi beban ganda di kehidupan sehari-hari, yaitu melalui serangkaian proses mengamati, mewawancarai, atau interaksi partisipatif dengan subjek penelitian (Neuman, 2014).

Lokasi penelitian dilakukan di wilayah Kranji, Kota Bekasi, dipilih karena merupakan kawasan urban dengan tingkat aktivitas ekonomi yang cukup tinggi serta keragaman jenis pekerjaan perempuan. Subjek penelitian terdiri atas empat informan utama perempuan *single* yang bekerja dan masih tinggal bersama keluarga, yaitu RO (20 tahun) dan FT (20 tahun) sebagai buruh pabrik, AD (21 tahun) sebagai operator layanan SPBU, serta AN (24 tahun) sebagai pegawai administrasi bank. Selain informan utama, penelitian ini juga melibatkan beberapa informan pendukung, seperti orang tua dan anggota keluarga, untuk memperoleh pemahaman yang lebih kompleks mengenai pembagian peran dan dinamika domestik dalam keluarga. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan model interaktif Miles dan Huberman (Saleh, 2017) yang meliputi tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan atau verifikasi. Reduksi data dilakukan dengan cara memilih, memfokuskan, menyederhanakan, serta mengelompokkan data hasil wawancara dan observasi yang berkaitan dengan pengalaman *double burden* pada anak perempuan. Data yang telah direduksi kemudian disajikan dalam bentuk narasi deskriptif dan matriks. Tahap terakhir penarikan kesimpulan data di lapangan yang dilakukan secara bertahap dan diverifikasi secara berulang agar temuan penelitian bersifat konsisten.

Hasil dan Pembahasan

Profil Anak Perempuan *Single* Bekerja yang Tinggal Bersama Orang Tua

AD (21 tahun) bekerja sebagai pegawai SPBU Pertamina di Kranji, Bekasi. Dalam sehari AD menghabiskan waktu selama 7 jam untuk bekerja, dengan kurun waktu enam hari mulai senin hingga sabtu. Pendapatan yang diperoleh AD menjadi seorang pegawai service SPBU sebesar 2,5 juta setiap bulannya. Lama AD bekerja sebagai pegawai SPBU kurang-lebih sudah berjalan selama satu tahun. Sebelum bekerja di SPBU, AD pernah bekerja di salah-satu usaha percetakan di pusat gudang Bizzpark Bekasi selama satu setengah tahun, alasan AD memutuskan resign dari tempat tersebut dan memilih untuk mencari pekerjaan baru, adalah karena adanya ketidaksesuaian gaji dengan apa yang dikerjakan. AD merasa jenis pembagian pekerjaan tidak sesuai dengan kemampuan perempuan, baik pekerja laki-laki maupun perempuan sama-sama dikerjakan untuk mengoprasikan alat berat, ditambah tidak disesuaikan dengan gaji atau pendapatan yang sepadan. Dampaknya AD jadi sering terluka dan penyakit asma yang dimilikinya menjadi mudah muncul karena kelelahan berlebihan, selain itu pendapatan yang diperoleh dinilai belum cukup untuk memenuhi ekonomi keluarga.

Sejak lulus SMK, AD langsung bekerja di sektor publik atas dorongan orangtua agar dapat segera berkontribusi dalam pemenuhan ekonomi keluarga. Harapan

tersebut telah ditanamkan sejak AD duduk di bangku SMP, sehingga orangtua mewajibkan anak-anaknya melanjutkan pendidikan ke jenjang SMK agar siap bekerja setelah lulus. AD merupakan anak ketiga dari empat bersaudara, dengan dua kakak yang telah menikah dan tidak lagi tinggal bersama orangtua, sementara adik bungsunya masih balita dan membutuhkan perhatian orang dewasa. Kondisi ini menjadikan AD satu-satunya anak perempuan dewasa yang tinggal di rumah dan memiliki peran dominan dalam perekonomian keluarga. Ibu AD berperan sebagai ibu rumah tangga, sedangkan ayahnya bekerja secara freelance sebagai kuli bangunan. Dalam pengelolaan pendapatan, AD mengalokasikan sebagian kepada ibu untuk uang 'bakti', kebutuhan rumah tangga, serta pemenuhan keperluan adik, sementara kepada ayah hanya diberikan secara situasional ketika dalam kondisi 'kepepet', yaitu tidak memperoleh pekerjaan. "40% pendapatan dibagi ke mamah, buat makan sama include buat adek. Kalo ayah aku ga ngasih, tapi kalo lagi ga ada kerjaan kadang aku suka kasih misal buat beli rokok" (Wawancara dengan AD, 22 September 2025).

RO (20 tahun) bekerja sebagai buruh di PT Matel Indonesia. Lokasi kerja yang dekat dengan tempat tinggal membuat RO memilih tetap tinggal bersama orangtua meskipun telah bekerja. Dalam kesehariannya, RO bekerja sekitar 8–10 jam per hari selama enam hari dalam seminggu dengan pendapatan berkisar Rp5–6 juta perbulan. Untuk menuju tempat kerja, biasanya RO menggunakan kendaraan pribadi atau transportasi umum. Sebelumnya, RO memiliki pengalaman kerja di tiga tempat berbeda, yakni satu kali sebagai karyawan PT dan dua kali sebagai pegawai di sektor F&B. Perpindahan kerja tersebut dilatar belakangi karena sistem kontrak, serta jumlah pendapatannya yang dinilai belum cukup untuk membantu memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga.

RO merupakan anak kedua dari dua bersaudara dan memiliki seorang kakak perempuan yang juga belum menikah, bekerja, serta masih tinggal bersama orangtua. Kakak RO bekerja merantau di sektor F&B dengan pendapatan sekitar Rp3–4 juta per bulan, yakni lebih rendah dibandingkan pendapatan RO. Besarnya pendapatan RO membuatnya harus membagikan sebagian pendapatan untuk keluarga sebagai kebutuhan house hold, 'bakti', dan hutang orangtua. Saat ini, anggota keluarga yang tinggal bersama hanya RO, kakak perempuan, dan ibu, karena ayah RO telah meninggal dunia pada tahun 2024. Semasa hidup, ayah RO bekerja sebagai penjahit rumahan, namun usaha tersebut kini tidak lagi beroperasi karena seluruh anggota keluarga memilih bekerja di sektor formal. Ibu RO bekerja sebagai buruh di usaha distributor batu alam di Bekasi dengan pendapatan sekitar Rp2–3 juta per bulan yang sepenuhnya digunakan untuk kebutuhan house hold dan tanggungan hutang. Besarnya beban ekonomi keluarga mendorong orangtua RO mengharuskan anak-anaknya untuk bekerja sejak lulus SMA, dan kurang mendukung pendidikan ke perguruan tinggi. RO sendiri sempat menempuh pendidikan tinggi selama satu semester melalui program beasiswa, namun terpaksa berhenti karena kebutuhan ekonomi keluarga yang mendesak, sehingga memutuskan untuk bekerja di sektor publik. "Lulus SMA dapet PTN sama KIP, akhirnya boleh kuliah tapi cuma 1 semester. Tetep ga bisa, mau ga mau wajib ikut andil kerja karena tanggungan rumah gede banget" (Wawancara dengan RO, 8 Juni 2025)

AN (24 tahun) bekerja sebagai pegawai administrasi di Bank Syariah Indonesia dengan pendapatan setikar 5-6 juta perbulan, dengan waktu bekerja selama delapan jam per hari, dari Senin hingga Jumat. AN memiliki dua pengalaman kerja

sebelumnya yang dijalani sambil berkuliah, sedangkan pekerjaan yang dijalannya saat ini merupakan pekerjaan pertamanya setelah menyelesaikan pendidikan tinggi. Pengalaman pertama AN bekerja, yaitu sebagai buruh di PT. Epson Indonesia, dan pengalaman kedua menjadi buruh di PT. Anara. Alasan AN memutuskan tidak melanjutkan pekerjaan di kedua PT tersebut, di antaranya karena habisnya masa kontrak kerja dan beban kerja yang tinggi, karena kondisinya dibersamai dengan kegiatan perkuliahan.

AN anak kedua dari lima bersaudara. Kakak perempuannya telah menikah dan sudah tidak tinggal bersama orangtua, sementara adik laki-laknya yang pertama sudah bekerja, dan dua adik laki-laki lainnya masih bersekolah. AN menjadi salah satu anggota keluarga yang memiliki peran penting dalam menopang kondisi ekonomi keluarga. Ibu AN berperan sebagai Ibu rumah tangga, sedangkan ayahnya memiliki usaha kusen furniture yang kondisinya sudah tidak ramai konsumen, sehingga pendapatan yang diperoleh semakin menurun dan tidak pasti. Latar belakang penyebab usaha kusen sepi ini, dikarenakan usia ayah yang sudah tua dan sering sakit, sehingga praktik usaha jarang dibuka, serta model kusen milik ayah dirasa sudah tertinggal dan tersaingi oleh kusen modern saat ini, karena masih berbasis pada model dan teknik lama. Pendapatan orangtua yang tidak stabil ini membuat AN membagi penghasilannya, yaitu kepada ibu sebagai uang 'bakti', biaya kebutuhan rumah tangga, serta biaya sekolah adik-adiknya. Pola yang sama juga dilakukan oleh adik laki-laki AN yang bekerja. Meskipun tidak ada tuntutan langsung dari orangtua, kontribusi tersebut didorong oleh kesadaran AN dengan kondisi ekonomi keluarga yang terbatas.

FT (20 tahun) bekerja sebagai buruh di salah satu PT di Bekasi dengan pendapatan setara UMR setempat, yakni sekitar Rp5–7 juta per bulan. FT telah bekerja selama satu tahun sejak lulus SMA dengan jam kerja 8 jam per hari, dari Senin hingga Jumat. Untuk menuju tempat kerja, FT biasa memanfaatkan fasilitas bus jemputan dengan titik penjemputan yang dekat dari tempat tinggalnya. Keputusan bekerja sepenuhnya didasari keinginan pribadi untuk memiliki penghasilan sendiri dan memperoleh kemandirian finansial. Orangtua memberikan keleluasaan bagi FT untuk memilih antara bekerja atau melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi, dan FT memilih bekerja terlebih dahulu sambil tetap merencanakan kuliah di masa mendatang.

Di keluarga, FT adalah anak ketiga dari empat bersaudara. Dua kakak perempuannya telah menikah dan tidak lagi tinggal bersama orangtua, sementara adik bungsunya masih bersekolah, sehingga saat ini FT menjadi satu-satunya anak perempuan dewasa yang tinggal bersama orangtua. Ibu FT berperan sebagai ibu rumah tangga, sedangkan ayahnya memiliki usaha kontrakan sebagai sumber utama ekonomi keluarga, yang turut didukung oleh praktik TPQ anak-anak di rumah. Kondisi ekonomi keluarga yang relatif tercukupi membuat orangtua tidak mewajibkan FT membagi pendapatannya. Meski demikian, FT secara sukarela memberikan sebagian penghasilannya kepada orangtua sebagai bentuk 'bakti'. FT juga tidak memiliki kewajiban membiayai pendidikan adiknya, namun memberikan sebagian kecil sebagai wujud kedekatan dan nilai kekeluargaan yang dirinya anut. Latar belakang Orangtua FT tidak pernah menuntut kontribusi ekonomi dari FT karena orangtuanya memiliki pandangan, bahwa setiap keputusan hidup merupakan hak anak, mengingat anaklah yang menjalani kehidupan tersebut, dan selama FT merasa bahagia dengan pilihannya, orangtua akan selalu memberikan dukungan.

"Saya mah terserah anaknya, mau kerja apa mau kuliah, selama anak saya bahagia saya dukung terus. Kerja juga hasilnya buat FT sendiri, ga tega liat anak udah kerja capek-capek kalo ga dinikmatin sama dia sendiri" (Wawancara orang tua FT, 26 September 2025).

Double Burden pada Anak Perempuan Single

Kondisi *double burden* yang dialami informan anak perempuan dalam penelitian ini berbeda satu sama lain, ada yang mengalami *double burden* paling berat hingga tidak mengalami sama-sekali. Perbedaan ini dilatarbelakangi oleh faktor perbedaan orientasi, dinamika, dan kondisi keluarga setiap anak perempuan. Untuk memahami bagaimana *double burden* terbentuk dan dialami dalam kehidupan sehari-hari, peneliti menelusuri kisah empat anak perempuan dengan latar belakang keluarga, kondisi ekonomi, dan pola relasi gender yang saling berbeda.

AD menjadi anak perempuan yang mengalami *double burden* paling berat di antara informan lainnya. Sejak awal, orientasi AD bekerja bukan didorong oleh keinginan pribadi, melainkan karena tuntutan ekonomi keluarga. Setiap bulan, 40% dari pendapatannya harus selalu diserahkan kepada ibu. Kondisi ayah yang hanya bekerja sebagai kuli bangunan dan ibu yang tidak memiliki pekerjaan tetap yaitu sebagai ibu rumah tangga (IRT) biasa menjadikan AD sebagai penopang utama ekonomi keluarga saat ini. "Orangtua kan udah afal tanggal gajian, jadi kalo ga dikasih atau telat ngasih ya dimarahin. Abis siapa lagi yang ngasih mereka uang, yang kerja kan cuma aku" (Wawancara dengan AD, 22 September 2025).

Setiap hari nya AD bekerja sebagai operator pengisian BBM di SPBU dari pukul 11.00 hingga 17.00 WIB. Jarak tempat kerja yang cukup dekat membuatnya harus berjalan kaki, ditambah AD yang tidak memiliki kendaraan pribadi. Di tempat kerja, AD tidak terlalu merasakan tekanan fisik karena sistem kerja yang relatif sederhana dan adanya rekan kerja yang saling *support*. Akan tetapi situasi dapat berubah ketika SPBU sedang ramai *customer*, apalagi jika kondisinya saat AD berada pada awal masa menstruasi, kelelahan yang dirasakan dapat menjadi berlipat. Pada kondisi ini biasanya AD akan meminta izin kepada rekan kerja untuk beristirahat sejenak di ruang ganti.

Beban terbesar yang dirasakan justru saat dirinya tiba di rumah, AD juga harus mengemban tanggung jawab domestik bersama ibunya, mulai dari membersihkan rumah, dan mencuci pakaian pribadi dan adik, hingga membantu merawat adik yang merupakan penyandang autisme, sehingga membutuhkan perhatian khusus. Aktivitas domestik ini membuat waktu istirahat AD semakin sempit, sementara tuntutan fisik dan emosional terus menumpuk.

Situasi tersebut tentu tidak muncul secara tiba-tiba, sejak masih anak-anak dan duduk di bangku sekolah, AD sudah terbiasa dilibatkan dalam pekerjaan rumah tangga bersama ibu dan kakak perempuannya. Dirinya sudah dibiasakan membantu menyapu, membersihkan rumah, dan pekerjaan domestik ringan lainnya sebagai bagian dari rutinitas sehari-hari. Sejak masa itu pula, AD melihat secara langsung bahwa kewajiban domestik sepenuhnya dilekatkan pada anggota keluarga perempuan saja. Ayah dan kakak laki-lakinya tidak pernah dilibatkan dalam urusan rumah tangga. Pola pengasuhan ini membentuk pemahaman AD bahwa pekerjaan domestik merupakan tanggung jawab perempuan, sehingga ketika dewasa dan menghadapi beban ganda, kondisi tersebut terasa seperti sesuatu yang "wajar" untuk diterima, meskipun berat secara fisik dan mental.

Kondisi *double burden* yang dialami AD saat ini semakin memburuk ketika ibu AD memutuskan untuk merantau ke luar daerah akibat konflik rumah tangga, sekaligus untuk mencari pekerjaan tambahan. Sejak saat itu, AD tinggal hanya bersama ayah, sementara adik ikut bersama ibu. Kepergian ibu membuat seluruh urusan domestik yang sebelumnya dikerjakan bersama harus ditanggung AD seorang diri. Beban kerja yang semula berat berubah menjadi jauh lebih berat, karena tidak lagi ada pembagian tugas di dalam rumah. Ayah AD hanya membantu ketika kondisi benar-benar mendesak, seperti saat AD sakit. Beratnya beban kerja dan domestik ini berdampak pada asma yang dimiliki AD semakin sering kambuh, hingga membuatnya harus beberapa kali masuk rumah sakit. Dalam kondisi seperti inilah ayah baru mengambil peran membantu pekerjaan rumah. AD sebenarnya kerap mengeluhkan kelelahan yang dialaminya, tetapi respons ayah sering kali hanya diam atau bahkan marah, sehingga membuat AD merasa segan dan takut untuk meminta bantuan.

Jika AD menghadapi *double burden* paling berat, maka RO berada pada posisi berikutnya. Kondisi yang dialami RO memang tidak seberat AD, namun tetap menunjukkan tekanan yang kuat. Sama seperti AD, orientasi RO bekerja juga bukan berasal dari keinginan pribadi, melainkan atas perintah orang tua. Padahal, RO sebenarnya ingin melanjutkan pendidikan tinggi dan bahkan sempat berkuliah selama satu semester dengan beasiswa. Namun, besarnya tanggungan hutang keluarga memaksanya berhenti kuliah dan mengharuskannya masuk ke dunia kerja.

Sebagai karyawan PT. Matel Indonesia, hanya 50% dari pendapatan RO yang dapat dinikmati untuk dirinya sendiri. Sisanya diserahkan kepada ibu untuk kebutuhan rumah tangga, cicilan hutang, dan biaya hidup sehari-hari. Pendapatan ibu dan kakak dinilai belum mencukupi, sehingga kontribusi RO menjadi yang terbesar di dalam keluarga. Posisi ini membuat RO memikul tanggung jawab ekonomi yang jauh lebih besar dibandingkan anggota keluarga lainnya. RO menghabiskan delapan hingga sepuluh jam setiap hari di tempat kerja dengan sistem target yang menuntut kecepatan dan ketelitian. Lingkungan kerja yang kurang suportif membuat RO jarang meminta bantuan meskipun mengalami kesulitan. Jarak tempuh ke tempat kerja sekitar 40 menit hingga satu jam dengan sepeda motor atau transportasi umum kereta commuterline. Meski melelahkan, RO tetap memilih pulang-pergi setiap hari demi menghemat biaya pengeluaran.

Di rumah hanya RO dan ibu yang mengurus rumah, karena ayah telah meninggal dan kakak merantau untuk bekerja. Usia ibu yang sudah semakin tua membuatnya lebih mudah sakit atau kelelahan, pada kondisi ini biasanya RO mengambil alih seluruh pekerjaan domestik, mulai dari memasak, mengepel, menjemur pakaian, hingga membantu merawat ibu secara fisik. “Kalo dibilang capek ya aku juga capek banget, tapi mamah kan udah tua mana tega, apalagi sekarang cuma tinggal berdua, kalau bukan aku yang ngerjain siapa lagi?” (Wawancara dengan RO, 8 Juni 2025).

Pengalaman *double burden* yang dialami RO saat ini, berakar dari proses sosialisasi domestik yang diperolehnya sejak kecil. Sejak masih bersekolah, RO sudah dilibatkan dalam pengelolaan rumah tangga bersama ibu dan kakak perempuannya. RO terbiasa membantu menyapu, mencuci piring, dan pekerjaan domestik lainnya setelah pulang sekolah. Ayah RO juga tidak jarang turut membantu dalam pekerjaan rumah, namun keterlibatannya lebih bersifat situasional, yaitu hanya ketika usaha jahit yang dijalaninya sedang sepi atau tidak ramai. Pola ini

secara tidak langsung menegaskan bahwa tanggung jawab utama pekerjaan domestik berada di tangan perempuan, sementara peran laki-laki bersifat membantu jika ada waktu luang. Sosialisasi inilah yang kemudian membuat RO memandang keterlibatan dalam urusan rumah adalah hal yang sewajarnya dilakukan oleh dirinya sebagai anak perempuan.

Berbeda dengan AD dan RO, AN merupakan anak perempuan yang pernah mengalami *double burden*, namun kini telah berhasil keluar dari kondisi tersebut. Pada masa bekerja di PT. Epson dan PT. Anara, AN menjalani peran sebagai buruh pabrik, anak perempuan dewasa, sekaligus mahasiswa. Orientasi AN bekerja sejak awal didorong oleh keinginan pribadi, bukan tuntutan keluarga, akan tetapi dirinya tetap memberikan 40% pendapatan kepada ibunya untuk biaya sekolah adik dan membantu melunasi hutang keluarga. “Kalau diminta secara langsung si, orangtua ga pernah minta. Tapi ngeliat adik semuanya masih sekolah, orangtua juga dikit pemasukan kan, ya uang dari mana lagi kalo bukan dari aku?” (Wawancara dengan AN, 7 desember 2025).

Burden yang dialami AN lebih besar berasal dari beban pekerjaan pabrik yang berat, lingkungan kerja yang individualistik, serta tuntutan akademik di akhir pekan. Kelelahan fisik membuat AN sering sakit dan tidak jarang absen kuliah. Di rumah, AN juga turut membantu pekerjaan domestik meskipun hanya aktivitas domestik ranah pribadi, karena kepengurusan rumah tangga sepenuhnya dihandle oleh ibu saja.

Kondisi tanggung jawab domestik yang dialami AN berbeda dengan AD dan RO, sejak kecil AN tidak tumbuh dalam situasi yang sejak awal membiasakannya terlibat dalam pekerjaan domestik. Pada masa kecil, keluarganya memiliki Asisten Rumah Tangga, sehingga kepengurusan rumah tidak pernah menjadi tanggung jawabnya. AN hanya diminta untuk mengurus kebutuhan pribadi, seperti kamar dan barang-barangnya sendiri yang kerap kali masih dibantu ART. Namun kondisi tersebut berubah setelah ayah kandungnya meninggal dan situasi ekonomi keluarga menurun, sehingga keluarga tidak lagi menggunakan ART. Sejak saat itu, ibu mulai menangani pekerjaan rumah tangga secara penuh.

Meskipun ibu tidak pernah secara eksplisit meminta AN membantu pekerjaan domestik, AN mulai melibatkan diri karena merasa menjadi satu-satunya perempuan dewasa yang tinggal di rumah setelah ibunya, karena kakak sudah menikah dan tidak tinggal bersama lagi. Dorongan ini semakin kuat ketika AN juga melihat adik-adik laki-laknya sama sekali tidak terlibat dalam urusan rumah. Bahkan ketika salah satu adik laki-laknya telah dewasa dan bekerja, serta ibu telah menikah kembali dengan ayah sambung, pola pembagian kerja domestik tetap tidak berubah. Pekerjaan rumah tetap sepenuhnya dihandle oleh anggota keluarga perempuan, yaitu ibu dan AN. Kondisi ini menunjukkan bagaimana norma patriarki tetap bekerja secara halus, dengan menempatkan perempuan sebagai penanggung jawab utama ranah domestik, meskipun tidak selalu diungkapkan dalam bentuk perintah langsung.

“Pembagian kerja di rumah tuh belum adil, karena untuk yang cowok-cowok ga ada turut andil. Pembagian kerja yang bener harusnya dibagi-bagi ke semua anggota rumah, maupun itu yang masih kecil atau besar, yang kerja atau ga kerja, yang laki-laki atau perempuan, selama orang itu ikut tinggal di dalam rumah, berarti harus ngerjain kerjaan rumah” (Wawancara dengan AN, 7 Desember 2025).

Saat ini, kondisi *double burden* yang sebelumnya dialami telah berubah. Setelah lulus kuliah, AN bekerja sebagai pegawai administrasi di Bank Syariah Indonesia

dengan jam kerja lebih singkat, beban fisik yang ringan, pendapatan lebih tinggi, serta akses transportasi yang lebih mudah. Pembagian kerja domestik di rumah pun mulai terasa lebih ringan, karena pendapatan yang dimilikinya saat ini lebih tinggi, membuat AN memutuskan membeli barang dan alat domestik yang dapat membantu meringankan pekerjaan, seperti mesin cuci, atau menggunakan jasa laundry. Kondisi memiliki pacar juga turut membantu AN keluar dari kondisi *burden*, karena selain memperoleh dukungan emosional, dirinya juga kerap kali memperoleh dukungan finansial. Hilangnya beban kuliah, perubahan jenis pekerjaan, meningkatnya pendapatan, serta dukungan pasangan menjadi faktor utama lepasnya AN dari kondisi *double burden*.

Sementara itu, FT menjadi anak perempuan yang sejak awal tidak pernah merasakan kondisi *double burden*, meskipun sama-sama bekerja di sektor publik dan tinggal bersama keluarga. Pengalaman FT memperlihatkan bahwa keterlibatan perempuan dalam pekerjaan publik tidak selalu otomatis menghasilkan beban ganda, terutama ketika faktor orientasi kerja, dukungan keluarga, serta pembagian kerja domestik berjalan adil.

Sejak awal, keputusan FT untuk bekerja sepenuhnya didasarkan pada keinginan pribadi, bukan karena tuntutan ekonomi keluarga. Orang tua tidak pernah mewajibkan FT untuk berkontribusi dalam keuangan rumah tangga, sehingga bekerja dipahami FT sebagai sarana memperoleh kemandirian finansial, bukan sebagai kewajiban dari keluarga. Kondisi ini membuat FT menjalani pekerjaannya dengan perasaan lebih ringan tanpa tekanan. Meskipun demikian, FT tetap menyisihkan sekitar 30% dari pendapatannya untuk diberikan kepada ayah dan ibu sebagai bentuk 'bakti'. Pemberian ini dilakukan atas dasar kesadaran dan niat pribadi, bukan permintaan orang tua. Perbedaan ini menjadi faktor penting yang membedakan kondisi FT dengan informan lain, karena tanggung jawab ekonomi yang ditanggung tidak bersifat mengikat dan memaksa, melainkan sukarela.

Dari sisi pekerjaan, FT memang bekerja dalam sistem yang cukup berat karena berbasis alat berat dan target produksi. Namun, beban tersebut terasa lebih ringan karena lingkungan sosial di tempat kerja dinilai suport. Selain itu, perusahaan juga menyediakan fasilitas bus antar-jemput bagi karyawan, sehingga membuat FT tidak perlu mengeluarkan biaya transportasi sendiri dan tidak harus menguras tenaga untuk perjalanan jauh setiap hari. Tidak adanya tuntutan ekonomi keluarga, dukungan fasilitas kerja, serta lingkungan sosial kerja yang positif, menjadi faktor utama yang membuat FT tidak mengalami beban kerja di ruang publik.

Ketika pulang ke rumah, FT tidak dihadapkan pada tuntutan pekerjaan domestik yang besar. Aktivitas domestik yang dilakukan hanya terbatas pada ranah pribadi, seperti membersihkan kamar pribadi dan mencuci pakaian pribadi. Sementara itu, pekerjaan rumah secara keseluruhan lebih banyak ditangani oleh ibu dan ayah. Pada kondisi tertentu, seperti ketika penyakit diabetes ibu kambuh FT memang turut membantu pekerjaan rumah, namun situasi ini tidak berlangsung lama karena FT memutuskan menyewa asisten rumah tangga untuk mengurus kebutuhan domestik keluarga. Dengan kondisi ini, FT dapat menjalani peran sebagai pekerja publik tanpa harus menghadapi beban ganda dari ranah domestik.

Sejak kecil, FT sebenarnya telah memahami bahwa dalam budaya masyarakat sekitarnya, aktivitas domestik umumnya dilekatkan pada perempuan. Namun dalam praktik di keluarganya, dirinya tidak pernah dipaksa untuk terlibat dalam pekerjaan rumah. Hal yang sama juga dialami oleh kakak perempuan dan adiknya. Orang tua

FT lebih menekankan agar anak-anaknya fokus pada pendidikan saja. Kepengurusan rumah tangga sehari-hari sudah ditangani oleh ibu, dengan bantuan ART saja. Pola pengasuhan ini membuat FT tidak tumbuh dengan beban moral bahwa pekerjaan domestik adalah kewajiban anak perempuan.

Tabel 1. Pengalaman *double burden* anak perempuan *single*

Informan	Kondisi <i>double burden</i>	Orientasi bekerja	Beban di sektor publik	Beban domestik	Sosialisasi domestik	Budaya patriarki di rumah
AD	Mengalami (sangat berat)	Tuntutan orangtua	Sedang (pegawai SPBU)	Sangat berat (menangani seluruh tugas domestik sendirian)	Sejak kecil dilibatkan tugas domestik bersama ibu dan kakak perempuan	Anggota keluarga laki-laki (ayah & kakak) tidak terlibat domestik
RO	Mengalami (berat)	Tuntutan orangtua	Berat (Pegawai pabrik)	Berat (menangani tugas domestik bersama ibu)	Sejak kecil dilibatkan tugas domestik bersama ibu dan kakak perempuan	Anggota keluarga laki-laki (ayah) tidak terlibat domestik
AN	Mengalami (berat)	Keinginan pribadi	Berat (Pegawai pabrik)	Ringan-sedang (menangani tugas domestik ranah pribadi & situasional tugas domestik skala besar)	Tidak dilibatkan tugas domestik sejak kecil, karena memiliki ART	Anggota keluarga laki-laki (ayah & adik) tidak terlibat domestik
AN	Tidak mengalami	Keinginan pribadi	Ringan (Pegawai adm bank)			
FT	Tidak mengalami	Keinginan pribadi	Berat - sedang (Pegawai pabrik)	Ringan (menangani tugas domestik ranah pribadi saja)	Tidak dipaksa terlibat tugas domestik sejak kecil	Anggota keluarga laki-laki (ayah) terlibat domestik

Sumber: Data Penelitian 2025

Pengalaman *double burden* pada anak perempuan *single* menguatkan konsep *double burden* atau *second shift* yang dikemukakan oleh Hochschild dan Machung (1989), yaitu dijelaskan bahwa perempuan menjalani kerja ganda di ranah publik dan domestik secara simultan. Dalam konteks penelitian ini, anak perempuan *single* dari keluarga dengan keterbatasan ekonomi telah memasuki pola *double burden* sejak sebelum menikah, yakni dengan bekerja untuk menopang ekonomi keluarga

sekaligus tetap memikul tanggung jawab domestik di rumah. Selain itu, sosialisasi aktivitas domestik sejak kanak-kanak dan tidak dilibatkannya anggota keluarga laki-laki selaras dengan penjelasan Hochschild & Machung tentang *gendered division of labor* dalam konsep *double burden* atau *second shift*, yaitu pembagian kerja berbasis jenis kelamin yang menempatkan pekerjaan rumah sebagai tanggung jawab “alami” perempuan, sehingga proses sosialisasi ini membentuk internalisasi peran dan perempuan menerima beban domestik sebagai sesuatu yang wajar. Dengan demikian, *double burden* yang dialami anak perempuan dalam penelitian ini bukan semata akibat tekanan ekonomi keluarga saja, tetapi juga merupakan hasil dari konstruksi peran gender dan budaya patriarki yang mereproduksi ketimpangan kerja domestik, sebagaimana dijelaskan dalam konsep *double burden* atau *second shift* Hochschild & Machung.

Strategi Anak Perempuan dalam Menghadapi *Double Burden*

Double burden yang dialami terus-menerus tentunya menciptakan dampak yang kurang baik bagi anak perempuan sendiri, yaitu minimnya kesejahteraan bagi anak perempuan, munculnya tekanan fisik dan psikologis yang besar, serta dapat menciptakan ketegangan dan konflik dalam hubungan antar anggota keluarga. Dalam situasi ini, anak perempuan tidak semata-mata menjadi subjek yang terus menerima beban, melainkan juga aktif berupaya mempertahankan kesejahteraan dirinya. Seperti halnya keempat anak perempuan dalam penelitian ini, juga membagikan pengalamannya dalam berupaya meringankan atau bahkan menghilangkan *double burden* yang dialami melalui berbagai macam bentuk strategi, antara lain sebagai berikut.

Strategi Mengurangi Beban Domestik

Pembagian tugas domestik menjadi strategi yang paling awal dan umum dilakukan. AD menceritakan ketika masih tinggal bersama ibunya, pekerjaan rumah tangga dibagi berdasarkan kapasitas tenaga masing-masing. AD pada hari-hari biasa hanya mengerjakan aktivitas domestik ringan sementara pekerjaan yang membutuhkan tenaga lebih besar, masih ditangani oleh ibunya. Kondisi tersebut dirasakan AD jauh lebih ringan dibandingkan situasinya saat ini, ketika seluruh pekerjaan domestik harus ditangani sendiri setelah ibunya tidak lagi tinggal bersama. Pengalaman serupa juga disampaikan oleh RO. Menurut RO, pekerjaan rumah akan terasa lebih ringan apabila dikerjakan bersama anggota keluarga lain. Jam kerja ibu RO yang lebih pendek membuat RO biasanya hanya ditugaskan mengerjakan pekerjaan domestik ringan, sementara pekerjaan lainnya tetap ditangani oleh ibu. Selain itu, pada saat kakaknya pulang dari perantauan, beban domestik juga menjadi semakin berkurang karena adanya tambahan tenaga yang membantu mengurus rumah.

Penggunaan alat bantu domestik modern juga menjadi strategi penting dalam meringankan beban pekerjaan rumah tangga. Alat-alat seperti mesin cuci, vacuum cleaner, atau spinner mop memungkinkan pekerjaan domestik diselesaikan dengan lebih cepat dan mengurangi kelelahan fisik. AN menceritakan bahwa pada masadepoknya masih mengalami *double burden*, pekerjaan rumah terasa lebih berat karena sebagian besar dilakukan secara manual. Namun, setelah kondisi finansialnya lebih stabil, AN mampu membeli mesin cuci dan spinner mop, sehingga aktivitas domestik menjadi lebih ringan dan tidak lagi menyita banyak tenaga maupun waktu.

Kondisi ini bahkan telah dialami FT sejak kecil. Penggunaan alat bantu domestik seperti mesin cuci, vacuum cleaner, dan sejenisnya sudah menjadi kebiasaan, sehingga keterlibatan FT dalam pekerjaan rumah sangat minim.

Bantuan lain yang digunakan adalah jasa laundry dan ART. AN, saat ini, memilih menggunakan jasa laundry untuk mencuci pakaian miliknya dan anggota keluarga, sehingga tanggung jawab mencuci dan menyetrika pakaian tidak lagi menjadi beban domestik yang harus dikerjakan. RO juga dalam beberapa situasi, ketika merasa kelelahan atau saat ibunya sakit, memilih menggunakan jasa laundry. Selain itu, keberadaan ART turut menjadi faktor mengurangi keterlibatan anak perempuan dalam urusan domestik. AN pada masa kecil tidak dilibatkan dalam pekerjaan rumah, karena keluarganya memiliki ART. Hal serupa juga dialami FT, dirinya memutuskan menyewa ART untuk membantu ibunya yang sakit dalam mengurus domestik. Keputusan ini tidak hanya bertujuan menjaga kesehatan ibu, tetapi juga membuat FT tidak perlu menggantikan peran ibu dalam kepengurusan domestik.

Strategi Mengurangi Tekanan *Double Burden*

Anak perempuan juga menerapkan strategi mencari hiburan sebagai bentuk menghilangkan dampak *double burden* dalam dirinya. Hiburan ini dilakukan melalui berbagai aktivitas yang bersifat personal maupun sosial, seperti menekuni hobi misalnya bermain musik dan berolahraga. Seperti halnya FT, ketika sudah merasakan tekanan biasanya melakukan olahraga lari atau *jogging* di sela-sela waktu kosong meskipun tidak secara rutin. Aktivitas lari ini, tujuannya bukan hanya sebagai upaya menjaga kesehatan fisik, namun, juga dimaksudkan sebagai bentuk menghindari tanggung jawab domestik di rumah. Selain itu, menonton film, drama, dan konten *tiktok* atau *youtube* juga menjadi pilihan hiburan yang dilakukan semua informan anak perempuan dalam penelitian ini. Aktivitas mencari hiburan lainnya adalah menghabiskan pendapatan pribadi dalam nilai besar dengan berbelanja. Adapun menurut RO dan AN tindakan ini tujuannya sebagai bentuk kompensasi atau *self reward* atas beban yang selama ini dirasakan. “Biasanya biar puas tuh self reward, spending uang kita sendiri sebanyak-banyaknya. Check-out baju, skincare, make-up, sepatu, barang ini itu” (Wawancara dengan RO, 8 Juni 2025).

Kondisi *double burden* yang dialami anak perempuan berstatus *single* sering kali dirasakan lebih berat karena minimnya dukungan emosional dari lingkungan terdekat, sehingga perasaan kesepian menjadi lebih dominan dan tekanan akibat tuntutan kerja serta tanggung jawab domestik semakin terasa. Dalam situasi ini, sebagian anak perempuan memutuskan strategi mencari pasangan, dengan harapan memperoleh *support system* dari luar, terutama ketika dukungan emosional dari keluarga dinilai kurang memadai. Proses pencarian pasangan biasanya dilakukan melalui aplikasi *dating online* yang dianggap lebih mudah diakses dan sesuai dengan keterbatasan waktu anak perempuan. Sebagaimana dilakukan oleh RO dan FT secara aktif memanfaatkan *dating app* untuk membangun hubungan interpersonal dengan lawan jenis. “*For fun* aja main bumble, ya harapannya kan emang biar dapet cowok yang kalo kita keluh kesah bisa disayang. Tapi kalo ga berhasil dapet pacar juga gapapa, main gitu aja biar hiburan kalo capek kerja aja” (Wawancara dengan RO, 8 Juni 2025).

Upaya selanjutnya yang dilakukan anak perempuan yaitu mencari validasi atau dukungan sosial sebagai bentuk pemenuhan kebutuhan emosional. Salah satu cara

yang sering dilakukan adalah menggunakan akun media sosial kedua (*second account*), terutama di *Instagram* yang biasanya diisi dengan aktivitas curhat dan berkeluh-kesah. Melalui unggahan atau cerita tersebut, tidak sedikit diperoleh respon berupa empati, dukungan, dan pengakuan beban yang dialami. Selain melalui media sosial, pencarian dukungan sosial juga dilakukan secara langsung melalui kegiatan nongkrong atau kumpul bersama teman dekat, yang kemudian diikuti dengan sesi curhat secara langsung. Interaksi ini membantu anak perempuan merasa didengar dan dipahami. Di samping itu, curhat kepada pacar juga menjadi bentuk pencarian dukungan yang tidak kalah penting, karena pasangan seringkali diposisikan sebagai pihak yang dapat memahami kondisi emosional pasangannya.

Kesimpulan

Hasil temuan pengalaman *double burden* pada setiap anak perempuan saling berbeda-beda, mulai dari ringan hingga berat, bahkan ada yang tidak mengalaminya sama sekali. Perbedaan ini berkaitan erat dengan latar belakang kondisi sosial ekonomi keluarga. Anak perempuan yang mengalami *double burden* dalam penelitian ini sebagian besar berasal dari keluarga dengan keterbatasan ekonomi, sehingga dirinya lebih rentan memikul tanggung jawab ganda. Faktor keterlibatan anak perempuan dalam menopang ekonomi keluarga, dilatarbelakangi karena kurangnya pemasukan keuangan orangtua, selain itu juga dilekatkan pada budaya 'bakti', yaitu pandangan bahwa anak turut bertanggung jawab memenuhi ekonomi keluarga saat sudah dewasa dan belum menikah, sebagai wujud terima kasih dan kepatuhan anak kepada orangtua. Selain itu, faktor tanggung jawab beban domestik yang dijalani, juga berakar dari keluarga yang telah mensosialisasikan aktivitas domestik sejak perempuan anak-anak. Akibatnya, ketika anak perempuan memasuki usia dewasa dan bekerja, tanggung jawab domestik tetap melekat dan dianggap sebagai kewajiban yang 'wajar' bagi perempuan.

Untuk menghadapi tekanan *double burden* yang dialami, anak perempuan membentuk dua kategori strategi sebagai upaya dalam mengurangi beban dan mempertahankan kesejahteraan dirinya. Strategi pertama dilakukan untuk mengurangi beban domestik, berupa pembagian pekerjaan rumah dengan anggota keluarga lain dan menggunakan alat dan jasa bantu domestik. Strategi kedua dilakukan dalam mengurangi tekanan dari *double burden*, meliputi mencari hiburan, mencari pasangan, dan mencari dukungan sosial.

Referensi

- Arisa, A. J., Meifiana, N. E., Novitasari, R. P., & Al Habsy, B. (2025). Peran dan Sosialisasi Gender dalam Perspektif Budaya. *Jurnal Studi Multidisipliner*, 9(5), 111-117. <https://sejurnal.com/pub/index.php/jsm/article/view/7454>.
- Aulani, Y. F., & Nadhiroh, A. M. (2022). Gambaran Kejadian Wanita dengan Double Burden di Kabupaten Bangkalan. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(3), 120-122. <https://doi.org/10.30651/jkm.v7i3.17674>.
- Barrett, M. (1980). *Women's Oppression Today: The Marxist/Feminist encounter*. Verso Books.
- Cezar-Vaz, M. R., Xavier, D. M., Bonow, C. A., Vaz, J. C., Cardoso, L. S., Sant'Anna, C. F., and da Costa, V. Z. (2022). Domains of Physical and Mental

- Workload in Health Work and Unpaid Domestic Work by Gender Division: A Study with Primary Health Care Workers in Brazil. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), 9816. <https://doi.org/10.3390/ijerph19169816>.
- Chandra, K. Y., & Fatmariza, F. (2020). Beban Ganda: Kerentanan Perempuan Pada Keluarga Miskin. *Journal of Civic Education*, 3(4), 430–439. <https://doi.org/10.24036/jce.v3i4.412>.
- Hochschild, A. R., & Machung, A. (2012). *The Second Shift: Working Families and The Revolution At Home*. Penguin Books.
- Hochschild, A. R., & Machung, A. (1989). *The second shift*. Avon.
- Kamilah, U. N. (2024). *Analisis Faktor Penyebab Beban Ganda (Double Burden) pada Istri dalam Kerangka Analisis Harvard*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
- Kurniawati, N., & Istiana, F. (2020). Double Burden pada Wanita Pekerja Sektor Publik: Analisis terhadap Faktor Pendukung dan Penghambat. *Jurnal Sosial Humaniora*, 10(2), 89-102.
- Khalik, R., & Sari, Y. P. (2024). Women's Double Burden: Environmental Responsibility and Gender Inequality. *Journal of Sumatra Sociological Indicators*, 3(2), 318–324. <https://doi.org/10.32734/jssi.v3i2.18718>.
- Kudrnáč, A., & Davenport, A. (2025). The Role Of Parental Attitudes and Behaviour in The Development of Adolescents' Gender Housework Stereotypes. *European Sociological Review*, jcaf040, 1-18. <https://doi.org/10.1093/esr/jcaf040>.
- Li, Z., Fan, J., Xing, Y., Peng, G., & Zhang, X. (2024). The Impact Of Work-Family Conflict On Chinese Women's Fertility Intention: The Role of Fertility Attitude, Income Class, and Child-Rearing Burden. *BMC Women's Health*, 24, 57. <https://doi.org/10.1186/s12905-024-03401-8>
- Mardani, M., Okianna, O., & Astari, Z. (2025). Analisis Peran Beban Ganda pada Ibu Rumah Tangga Pekerja dalam Menunjang Ekonomi Keluarga. *DANGO: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Humaniora*, 1(2). <https://journal.cidari.com/index.php/dgo/article/view/10>.
- Megasari, S. (2024). Teori Darajat: Penyeimbang Double Burden. *Jurnal Budi Pekerti Agama Islam*, 2(1), 41-55. <https://doi.org/10.61132/jbpai.v2i1.53>.
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nahar, K. (2024). Double Burden of Working Mothers in Balancing Family and Workplace: A Qualitative Analysis. *International Journal of Social Science & Human Research*, 7(11), 823–828. <https://doi.org/10.47191/ijsshr/v7-i11-36>.
- Nasrulloh, M. N., & Hidayat, T. (2022). Budaya Patriarki dalam Rumah Tangga (Pemahaman Teks Al-Qur'an dan Kesetaraan Gender). *Yudisia: Jurnal Pemikiran Hukum dan Hukum Islam*, 13(1), 139-158. <https://journal.iainkudus.ac.id/index.php/yudisia/article/view/14325>.

- Nisa, S. K., Atieq, M. Q., & Supriyadi, S. (2024). Peran Karyawan Perempuan dalam Membantu Meningkatkan Perekonomian Keluarga di Pasar Kliwon Kabupaten Kudus. *JEBISKU: Jurnal Ekonomi dan Bisnis Islam IAIN Kudus*, 2(3), 356-367. <https://doi.org/10.21043/jebisku.v2i3.2571>.
- Nengsih, N. 2020. Beban Ganda Perempuan: Penguatan Ekonomi Perempuan Melalui Inklusi Keuangan Syariah di Minangkabau. *Al-Maiyyah (Media Transformasi Gender dalam Paradigma Sosial Keagamaan)*, 13(2), 172-183. <https://doi.org/10.35905/al-maiyyah.v13i2.728>.
- Neuman, W. L. (2014). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches*. Pearson Education Limited.
- Nugroho, A. (2020). Konstruksi Sosial Peran Gender dalam Keluarga Patriarkal. *Jurnal Sosiologi Pendidikan Humanis*, 5(2), 85–96. <https://ejournal1.unud.ac.id/index.php/humanis/article/download/2128/1232/10833>
- Nurfita, A., & Febrianti, K. U. W. (2025). Transformasi Peran Perempuan dalam Dunia Kerja di Era Modern. *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial*, 7(1), 11-27. <https://doi.org/10.6578/triwikrama.v7i1.10336>.
- Rahmawati, D. (2022). Beban Ganda Perempuan Bekerja dalam Keluarga. *Jurnal Sosiologi Reflektif*, 16(2), 213–228.
- Rajab, R. (2018). *Pergeseran Peran Perempuan Pedagang Kaki Lima dari Ranah Domestik ke Ranah Publik dan Dampak Sosial Ekonomi Keluarga*. Skripsi. Universitas Negeri Makassar.
- Rohman, K. (2024). Peran Ganda Ibu Rumah Tangga yang Bekerja: Studi Pada Perempuan Pekerja Harian Di Batik Tulis Jatipelem. *IJouGS: Indonesian Journal of Gender Studies*, 3(2), 1-10. <https://doi.org/10.21154/ijougs.v3i2.4836>.
- Sabrina, L., Putri, A. T. R., Sudarsono, S., Amal, I., & Al Farizi, M. G. (2024). Perempuan Ibu Rumah Tangga dan Pencari Nafkah dalam Membangun Self Love; Analisis terhadap Pedagang Perempuan di Pasar Manis Purwokerto Barat. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, 6(1), 102-111. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i4.3913>
- Saleh, S. (2017). *Analisis Data Kualitatif*. Pustaka Ramadhan.
- Siregar, H., Ginting, R. R., Sembiring, H. Z., & Situmorang, P. J. G. (2025). Sosialisasi Gender dalam Keluarga: Peran Orang Tua dalam Membentuk Identitas Gender Anak. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(2), 22566–22569. <https://doi.org/10.31004/jptam.v9i2.30195>.
- Suhertina, S., & Darni, D. (2024). Fenomena Double Burden Perempuan Pemulung Muslim dalam Pengelolaan Ekonomi Keluarga. *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama dan Jender*. <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/marwah/article/view/4842>.
- 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>.

Thorsteinsen, K., Blix, E., & Bøe, T. D. (2022). Mothers' Domestic Responsibilities and Well-Being During The COVID-19 Lockdown: The Moderating Role of Gender Essentialist Beliefs About Parenthood. *Sex Roles*, 87(9–10), 613–626. <https://doi.org/10.1007/s11199-022-01307-z>.

Williamson, T., Wagstaff, D. L., Goodwin, J., & Smith, N. (2022). Mothering Ideology: A Qualitative Exploration Of Mothers' Perceptions of Navigating Motherhood Pressures and Partner Relationships. *Sex Roles*, 88, 101–117. <https://doi.org/10.1007/s11199-022-01345-7>.

Zuliawati, M., & Jatiningsih, O. (2023). Persepsi Suami dan Istri Terkait Beban Ganda Istri dalam Keluarga Buruh Tambak di Desa Pangkah Wetan Kecamatan Ujungpangkah Kabupaten Gresik. *Kajian Moral dan Kewarganegaraan*, 11(1), 114-129. <https://doi.org/10.26740/kmkn.v11n1.p114-129>.