

**JEBAKAN FLEKSIBILITAS: PENGALAMAN MENTAL PEREMPUAN
PEKERJA KEMENTERIAN LUAR NEGERI DALAM MENJALANI *WORK*
*FROM HOME***



Oleh:
Rina Komaria
NIM: 18200010194

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
TESIS
SUNAN KALIJAGA

Diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk Memenuhi Salah Satu
Syarat guna Memperoleh Gelar Magister dalam Program Studi Interdisciplinary
Islamic Studies Konsentrasi Islam dan Kajian Gender

YOGYAKARTA
2022

PERNYATAAN KEASLIAN

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Rina Komaria
NIM : 18200010194
Jenjang : S-2 / Magister
Prodi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Islam dan Kajian Gender

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya sendiri, kecuali bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 4 Januari 2023

Saya yang menyatakan,

A handwritten signature in black ink is written over a yellow 10,000 Rupiah stamp. The stamp features a portrait of a man and the text 'REPUBLIK INDONESIA', '10000', 'METRASI', and 'TEMPER'. The signature is written in a cursive style.

RINA KOMARIA, SH

NIM: 18200010194

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Rina Komaria
NIM : 18200010194
Jenjang : S-2 / Magister
Prodi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Islam dan Kajian Gender

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika di kemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 4 Januari 2023

Saya yang menyatakan,



10000
141B7AKX164767964

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

RINA KOMARIA, SH
NIM: 18200010194

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-134/Un.02/DPPs/PP.00.9/01/2023

Tugas Akhir dengan judul : Jebakan Fleksibilitas: Pengalaman Mental Perempuan Pekerja Kementerian Luar Negeri dalam menjalani Work From Home

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : RINA KOMARIA, SH
Nomor Induk Mahasiswa : 18200010194
Telah diujikan pada : Kamis, 12 Januari 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I
Dr. Ahmad Fauzi, M.S.I
SIGNED

Valid ID: 63d439b740b62



Penguji II
Dr. Witriani, S.S. M.Hum.
SIGNED

Valid ID: 63d3702e40cc4



Penguji III
Dr. Nina Mariani Noor, SS., MA.
SIGNED

Valid ID: 63d38b5816d7a



Yogyakarta, 12 Januari 2023
UIN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana
Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 63d74024e79cb

NOTA DINAS PEMBIMBING

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr. Wb

Setelah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul Jebakan Fleksibilitas: Pengalaman Mental Perempuan Pekerja Kementerian Luar Negeri dalam menjalani Work From Home yang ditulis oleh:

Nama : Rina Komaria
NIM : 18200010194
Jenjang : S2/Magister
Prodi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Islam dan Kajian Gender

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Studi Islam.

Wassalamualaikum wr. Wb

Yogyakarta, 4 Januari 2023

Pembimbing



• Dr. Witriani S.S., M.Hum

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

It does not matter how slowly you go, as long as you do not stop. ~ Confucious



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Tesis ini saya persembahkan untuk ayahanda Santoso bin Kartodihardjo, suami saya Warih Mahamboro, serta anak-anak saya Sesya dan Azhar



Abstrak

Perempuan mengalami perubahan peran secara signifikan ketika pandemi merebak. Kebijakan *work from home* (WFH) menjadi penyebab utamanya, yakni membuat sekat privat-publik kabur. Bagi perempuan, hilangnya sekat itu menjadikan tugas kantor dan domestik sulit dipisahkan. Menyatunya privat-publik bukan hanya mengubah lanskap peran, tapi juga kejiwaan perempuan. Dari situ, Penulis berusaha menelusuri pengalaman tubuh perempuan selama menjalani WFH beserta pengalaman psikisnya. Kemudian, langkah spiritual perempuan Penulis libatkan untuk mengetahui strategi pengelolaan jiwa secara personal dengan mengenali pengalaman keagamaan dan ketubuhan. Penulis menggunakan metode kualitatif dengan melakukan survei terhadap 191 perempuan di Kementerian Luar Negeri (Kemlu). Kemlu dipilih karena pengalaman penulis bekerja di lingkungan tersebut, menjadikan penulis terlibat langsung sebagai partisipan observer. Penulis mewawancarai 4 perempuan melalui Zoom untuk memperdalam pengalaman spiritualnya, diluar informasi yang diperolehnya melalui perbincangan ringan dengan kolega perempuan, selama bertugas di Kemlu. Dalam proses analisis data, Penulis mengelompokkan pernyataan perempuan dalam survei berdasarkan pengalaman kerja, pengalaman mental, dan pengasuhan. Hasilnya, kondisi mental perempuan selama WFH mengalami penurunan yang diakibatkan oleh 3 faktor, yakni tugas pengasuhan, tuntutan kerja, dan waktu kerja yang tidak teratur. Secara individu, perempuan dapat mengelola mental ketika menghadapi 3 faktor tersebut melalui pendekatan spiritual, dengan menginternalisasi peran gender sebagai jalan spiritual. Namun di sisi lain, laku spiritual perempuan dan peran gender tradisionalnya hanya berfungsi secara praktikal. Selebihnya, laku spiritual itu tidak kompatibel ketika dihadapkan dengan sistem birokrasi kemlu. Dengan demikian, perempuan dengan peran gender tradisional tetap kesulitan menyesuaikan diri dengan sistem kerja fleksibel.

Kata kunci: Kementerian Luar Negeri, kesehatan mental, perempuan pekerja, pengalaman tubuh, dan spiritualitas perempuan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Tesis ini merupakan bagian dari persyaratan memperoleh gelar Magister dalam bidang keilmuan Islam dan Kajian Gender di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Segala puji bagi Allah SWT, kami panjatkan atas segala kekuatan lahir dan batin yang telah dianugerahkan selama menempuh studi S2 serta menyelesaikan tesis ini, di sela-sela kesibukan penulis sebagai ibu bekerja.

Kami hendak menghaturkan banyak terima kasih kepada berbagai pihak atas segala dukungan, bimbingan dan dorongan dalam bentuk apapun selama kami menempuh studi S2 dan penulisan disertasi ini:

1. Dr. Nina Mariyani Noor selaku Dosen Wali yang telah membina dan memotivasi selama penulis menyelesaikan studi S2.
2. Dr. Witriani, S.S, M.Hum, sebagai pembimbing tesis dan teman diskusi di KIJ dan P2GHA yang selalu sabar dalam memberikan bimbingan, dukungan dan bantuannya selama penulisan tesis ini,
3. Dr. Ahmad Fauzi yang telah berkenan menjadi ketua tim penguji yang telah memberikan masukan-masukan konstruktif bagi kesempurnaan tesis ini,
4. Ayunda Prof Dr. Siti Ruhaini Dzuhayatin, M.A yang senantiasa memberikan kesempatan, bimbingan, nasehat, dan dorongan kepada saya untuk senantiasa maju dan berdaya baik sebagai perempuan, diplomat, dan pembelajar,
5. Seluruh mentor saya di KIJ dan P2GHA khususnya Mbak Prof. Alimatul Qibtiyah, Mbak Prof. Ema Marhumah. Terkhusus kepada Mbak Nurul, Mbak Arifa dan Mbak Mayda atas kerelaannya direpoti demi membantu penulis menyelesaikan tesis,
6. Direktur dan staf pengajar dan pengelola program studi S2 Interdisciplinary Islamic Studies yang telah ikhlas mengajar dan membantu penulis menyelesaikan studinya,
7. Untuk Ayahku, Santoso, almarhumah Ibuku, Utju Fatonah dan saudara-saudaraku Teh Tia, Teh Rani dan Mas Ijal yang senantiasa memberi doa dan aspirasi untuk menjadi seorang perempuan yang mandiri dan bermartabat, serta keponakan-keponakanku dan memberi kebahagiaan pada setiap perjumpaan,
8. Rekan-rekan mahasiswa S2 Islam dan Kajian Gender, khususnya Miftahul Huda yang merupakan teman seperjuangan sejak awal yang banyak sekali membantu dalam penulisan tesis ini,
9. Terakhir dan utama, suami dan teman dalam cinta dan cita yang selalu membesarkan hati dan menguatkan tekad dalam masa-masa sulit dan frustrasi.

Kedua sumber inspirasiku, Syawalya Azzukhruf Fairuz dan Al Azhar Raqilla Daniswara atas segala pengertian, pengorbanan dan do`a yang selalu dipanjatkan untuk saya.

Yogyakarta, Januari 2023

Rina Komaria



PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Transliterasi kata-kata Arab yang dipakai dalam penyusunan tesis ini berpedoman pada Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 158/1987 dan 0543b/U/1987.

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Bā'	b	be
ت	Tā'	t	te
ث	Šā'	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jīm	j	je
ح	Ḥā'	h	ha (dengan titik di bawah)
خ	Khā'	kh	ka dan ha
د	Dāl	d	de
ذ	Žāl	ž	zet (dengan titik di atas)
ر	Rā'	r	er
ز	zai	z	zet

س	sīn	s	es
ش	syīn	sy	es dan ye
ص	ṣād	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ذ	ḏād	ḏ	de (dengan titik di bawah)
ط	ṭā'	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	ẓā'	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	,	koma terbalik di atas
غ	gain	g	ge
ف	fā'	f	ef
ق	qāf	q	qi
ك	kāf	k	ka
ل	lām	l	el
م	mīm	m	em
ن	nūn	n	en
و	wāw	w	w
هـ	hā'	h	ha
ء	hamzah	,	apostrof
ي	yā'	Y	Ye

B. Konsonan Rangkap karena Syaddah Ditulis Rangkap

متعددة	ditulis	Muta'addidah
--------	---------	--------------

عَذَّة	ditulis	'iddah
--------	---------	--------

C. *Tā' marbūṭah*

Semua *tā' marbūṭah* ditulis dengan *h*, baik berada pada akhir kata tunggal ataupun berada di tengah penggabungan kata (kata yang diikuti oleh kata sandang “al”). Ketentuan ini tidak diperlukan bagi kata-kata Arab yang sudah terserap dalam bahasa Indonesia, seperti shalat, zakat, dan sebagainya kecuali dikehendaki kata aslinya.

حكمة	ditulis	<i>ḥikmah</i>
عَلَّة	ditulis	'illah
كرامة الأولياء	ditulis	<i>karāmah al-auliā'</i>

D. Vokal Pendek dan Penerapannya

-----َ-----	Fatḥah	ditulis	A
-----ِ-----	Kasrah	ditulis	i
-----ُ-----	Ḍammah	ditulis	u

فَعْل	Fatḥah	ditulis	<i>fa'ala</i>
نُكْر	Kasrah	ditulis	<i>ḥukira</i>
يَذْهَب	Ḍammah	ditulis	<i>yaḥhabu</i>

E. Vokal Panjang

1. fathah + alif	ditulis	<i>ā</i>
جاهلية	ditulis	<i>jāhiliyyah</i>
2. fathah + ya' mati	ditulis	<i>ā</i>
تَنَسَى	ditulis	<i>tansā</i>
3. Kasrah + ya' mati	ditulis	<i>ī</i>
كريم	ditulis	<i>karīm</i>
4. Dammah + wawu mati	ditulis	<i>ū</i>
فروض	ditulis	<i>furūd</i>

F. Vokal Rangkap

1. fathah + ya' mati	ditulis	<i>ai</i>
بينكم	ditulis	<i>bainakum</i>
2. fathah + wawu mati	ditulis	<i>au</i>
قول	ditulis	<i>qaul</i>

G. Vokal Pendek yang Berurutan dalam Satu Kata Dipisahkan dengan Apostrof

أَنْتُمْ	ditulis	<i>A'antum</i>
أَعَدَّتْ	ditulis	<i>U'iddat</i>
لَنْشُكْرْتُمْ	ditulis	<i>La'in syakartum</i>

H. Kata Sandang Alif + Lam

1. Bila diikuti huruf *Qamariyyah* maka ditulis dengan menggunakan huruf awal “al”

القرآن	Ditulis	<i>Al-Qur'ān</i>
القياس	ditulis	<i>Al-Qiyās</i>

2. Bila diikuti huruf *Syamsiyyah* ditulis sesuai dengan huruf pertama *Syamsiyyah* tersebut

السَّمَاء	ditulis	<i>As-Samā'</i>
الشَّمْس	ditulis	<i>Asy-Syams</i>

I. Penulisan Kata-kata dalam Rangkaian Kalimat

Ditulis menurut penulisannya

ذو الفروض	ditulis	<i>Žawi al-furūd</i>
أهل السنة	ditulis	<i>Ahl as-sunnah</i>

DAFTAR ISI

JEBAKAN FLEKSIBILITAS: PENGALAMAN MENTAL PEREMPUAN PEKERJA KEMENTERIAN LUAR NEGERI DALAM MENJALANI <i>WORK FROM HOME</i>	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
Abstrak	viii
KATA PENGANTAR	ix
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN.....	xii
DAFTAR ISI.....	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR TABEL.....	xix
DAFTAR GRAFIK.....	xx
DAFTAR SINGKATAN	xxi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	9
D. Kajian Pustaka.....	10
E. Kerangka Teoretis	13
1. Analisis Mikro-Makro	13
2. Penelusuran Subjektivitas Perempuan	16
F. Metode Penelitian.....	18
G. Sistematika Pembahasan	20
BAB II.....	22
PEREMPUAN DALAM BUDAYA KERJA NEW NORMAL.....	22
A. Pegawai dan Diplomat Perempuan, <i>Before New-Normal</i>	22

B.	Covid-19 dan Kerja New Normal: Mengurai Pola Kerja Perempuan	28
1.	Jebakan <i>Flexible-Working</i> : Dampak Birokrasi-Androsentris terhadap Perempuan.....	28
2.	Dukungan Infrastruktur yang Minim.....	34
C.	Dari Domestik ke Publik Hingga Mencampur Publik dan Domestik	37
1.	Menguatnya Ibuisme di Masa New Normal	39
2.	Kaburnya Ruang Kerja dan Ruang Domestik.....	42
BAB III		47
PENGARUH BEBAN KERJA GENDER TERHADAP KESEHATAN MENTAL. 47		
A.	Kondisi Sosial-Personal Mengguncang Kesehatan Mental.....	47
1.	Flexibel-Working Memicu Stress	48
2.	Riwayat Kesehatan Mental Memperparah Kondisi Perempuan	55
3.	Pandemi Mengubah Lanskap Sosial Keluarga, Berdampak terhadap Kondisi Mental.....	58
B.	Stereotipe, Beban Kerja, dan Pengalaman Tubuh	61
1.	Label Negatif dan Bayang-Bayang Kekhawatiran dalam Dunia Kerja... 63	
2.	Pengalaman Tubuh Menghadapi Fleksibilitas Kerja	66
BAB IV		74
SPIRITUALITAS PEREMPUAN PEKERJA: SOLUSI PERSONAL, PROBLEM STRUKTURAL		74
A.	<i>Personal is Political</i> : Mengelola Kesehatan Mental Melalui Penghayatan Agama	75
B.	Ketidaksesuaian Gender Tradisional dalam Pola Kerja WFH	82
1.	<i>Spiritual-ibuism</i> : Menghayati Peran Gender Tradisional	82
2.	Pengalaman Gender Tradisional Tidak Diakui oleh Birokrasi.....	85
BAB V.....		89
PENUTUP.....		89
A.	Kesimpulan.....	89
DAFTAR PUSTAKA		91
BIODATA PENULIS		99

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Pendekatan integrasi mikro-makro Ritzer dalam analisis sosial. Sumber: Sociological Theory. 15



DAFTAR TABEL

Tabel 1 Sebaran pekerja perempuan di Kemlu berdasarkan zona waktu	<u>34</u>
Tabel 2 Komposisi tanggungan pengasuhan yang dimiliki perempuan di Kemlu.	<u>43</u>



DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 Kendala yang dialami perempuan selama WFH	<u>31</u>
Grafik 2 Skala tingkat stress akibat faktor di luar pekerjaan yang dirasakan setiap perempuan	<u>50</u>
Grafik 3 Skala tingkat stress akibat faktor di dalam pekerjaan yang dirasakan setiap perempuan	<u>52</u>
Grafik 4 Data perbandingan antara diplomat laki-laki dan perempuan sebelum dan sesudah demokratisasi. Sumber: Indonesia's MOFA.	<u>86</u>

DAFTAR SINGKATAN

Amerop	: Amerika dan Eropa
Aspasaf	: Asia Pasifik dan Afrika
CEDAW	: Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination against Women
Covid-19	: Corona Virus Disease 2019
Ditjen	: Direktorat Jenderal
IPG	: Indeks Pembangunan Gender
Kemlu	: Kementerian Luar Negeri
MOFA	: Ministry of Foreign Affairs
ORBA	: Orde Baru
Perpres	: Peraturan Presiden
PKK	: Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga
PTSD	: Post traumatic stress disorder
Pusdiklat	: Pusat Pendidikan dan Pelatihan
WFH	: Work From Home
WFO	: Work From Office
WHO	: World Health Organization

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diperkirakan sejak 20 tahun terakhir, terjadi peningkatan minat perempuan untuk berkarir di dunia diplomasi. Data kepegawaian menunjukkan adanya peningkatan jumlah perempuan yang mendaftar seleksi masuk Kementerian Luar Negeri (Kemlu) setiap tahunnya, yang menunjukkan animo yang cukup besar untuk berkarir di bidang diplomasi. Peningkatan tersebut membuktikan bahwa afirmasi yang selama ini dilakukan telah membuahkan hasil. Terlebih dengan terpilihnya Retno Marsudi sebagai Menteri Luar Negeri (Menlu) perempuan pertama, telah memecah *glass ceiling* yang ada di Kementerian Luar Negeri (Kemlu). Tidak berhenti pada ketercapaian pemimpin perempuan, sosialisasi terhadap pengarusutamaan gender juga digencarkan agar lebih banyak perempuan yang dapat terlibat dalam kerja-kerja diplomasi.¹ Kementerian Luar Negeri sendiri telah bertahap memberikan ruang bagi perempuan untuk menduduki jabatan struktural strategis (Eselon 1 dan 2), meskipun belum setara dengan yang diperoleh laki-laki. Salah satu jabatan strategis yang baru satu kali dijabat perempuan adalah Direktur Keamanan Internasional dan Perlucutan Senjata. Namun demikian, belum semua level kehidupan di lingkungan kerja Kementerian Luar Negeri baik

¹ Wendy Andhika Prajuli, Richa Vidya Yustikaningrum, and Dayu Nirma Amurwanti, "How Gender Socialization Is Improving Women's Representation in Indonesia's Foreign Affairs: Breaking the Ceiling," *Australian Journal of International Affairs* 75, no. 5 (September 3, 2021): 527–545, accessed December 4, 2022, <https://doi.org/10.1080/10357718.2021.1893653>.

secara struktural maupun fungsional dapat dikatakan menguntungkan perempuan. Isu ketimpangan gender yang biasa terjadi di negara berkembang seperti beban ganda, upah yang tidak setara maupun intervensi atas kehidupan personal perempuan masih terjadi. Diantara sekian isu diskriminasi gender tersebut, dari observasi awal penulis, terjadi juga di ranah regulasi. Masih terdapat peraturan yang terang-terangan tidak berpihak pada perempuan, yang berlaku dalam institusi Kemlu. Contohnya adalah Surat Edaran Menteri Luar Negeri No. SE 077/VII/2005/19/02 tentang Perijinan untuk Perkawinan antara Diplomat Wanita Indonesia dengan Warga Negara Asing, yang melarang diplomat wanita Indonesia untuk menikah dengan Warga Negara Asing, dengan alasan yang bersifat pemihakan terhadap nilai-nilai gender tradisional.

Meski simbol pemimpin, dalam hal ini di Kemlu, adalah perempuan, tidak bisa menutup mata bahwa gender tradisional masih diperankan oleh perempuan Indonesia.² Penulis yang juga merupakan diplomat di Kemlu berusaha memeriksa lebih jauh terkait peran gender perempuan, yang menunjukkan masih dominan gender tradisional (perempuan sebagai ibu rumah tangga dan suami sebagai kepala rumah tangga), ketika menghadapi realitas kerja birokrasi Kemlu. Sepintas, perempuan sulit menjalankan peran tersebut karena kerja diplomasi yang menuntut mereka menjalankan pelayanan publik dengan mobilitas tinggi sekaligus menjauhkan mereka dari “habitat” rumah.

² Lihat Saskia Wieringa, “IBU or the Beast: Gender Interests in Two Indonesian Women’s Organizations,” *Feminist Review* 41, no. 1 (July 1, 1992): 98–113, accessed December 4, 2022, <https://doi.org/10.1057/fr.1992.33>; Etin Anwar, *Feminisme Islam: Genealogi, Tantangan, Dan Prospek Di Indonesia*, trans. Nina Nurmila (Bandung: Mizan, 2021); Alimatul Qibtiyah, *Feminisme Muslim Di Indonesia* (Yogyakarta: Suara Muhammadiyah, 2019).

Namun pada kenyataannya, peningkatan jumlah diplomat perempuan bergerak ke arah positif, yang berarti, untuk sementara, perempuan tidak kesulitan menyesuaikan antara peran gender dengan berkarir di birokrasi. Penulis menaruh perhatian pada “keuletan” perempuan dalam memanagerial peran publik-domestik tersebut. Berangkat dari situ, penelitian Penulis berkomitmen mengetengahkan subjektivitas perempuan untuk memeriksa pengaturan tubuh perempuan dalam dua ruang: publik-domestik; sekaligus menelusuri watak birokrasi dalam menyikapi peran gender perempuan.

Penulis perlu membandingkan representasi perempuan dengan ketercapaian kebutuhan strategisnya, secara sederhana. Dengan melihat keterlibatannya, perempuan dinilai cukup representatif di Kemlu dengan jumlah pekerja yang melebihi laki-laki. Pada tahun 2021, penulis pernah melakukan survey dengan demografi dari 375 pekerja Kemlu, 190 pekerja adalah perempuan dan 185 sisanya adalah laki-laki³. Sampling menghadirkan gambaran kasar perbandingan antara jumlah perempuan dan laki-laki di Kemlu.

Dapat disimpulkan bahwa jumlah perbandingan antar gender tersebut telah memenuhi kebutuhan taktis, yaitu tercapainya kuota pekerja perempuan di Kemlu. Langkah strategis, dalam hal ini di sektor kebijakan, harus adil gender. Misalnya, menciptakan iklim kerja yang ramah perempuan dan didukung melalui kebijakan,

³ Rina Komaria, *Designing Flexible Working Arrangement in Ministry of Foreign Affairs*, A final paper submitted in partial fulfillment of requirements for the completion of mid-career diplomatic education and training (SESDILU) (Ministry of Foreign Affairs Republic of Indonesia: The Center for Education and Training Ministry of Foreign Affairs Republic of Indonesia, 2019), 8.

sehingga target efektivitas dan produktivitas bisa tercapai tanpa merugikan perempuan. Sayangnya, salah satu hasil penelitian di Kemlu menunjukkan sebaliknya. Dari 150 perempuan, 73 di antaranya pernah mengalami pelecehan seksual (49%) di Kemlu—di samping itu, dari 49 laki-laki, 4 di antaranya juga pernah mengalaminya.⁴ Itu hanya salah satu kajian yang menunjukkan kerentanan perempuan di Kemlu, dan masih ada berbagai aspek yang perlu ditinjau untuk mendukung perempuan dalam dunia kerja.

Merebaknya pandemi Covid-19⁵ menjadi aspek serius yang perlu dipertimbangkan dalam menciptakan model ruang kerja baru bagi perempuan. Virus tersebut tidak hanya memberi dampak terhadap kesehatan fisik, tapi juga ke ruang sosial. Bagi perempuan, mereka menghadapi beban ganda pengasuhan jika sewaktu-waktu anggota keluarga mereka terpapar virus, sedangkan pekejaan harus tetap dijalankan untuk menjalankan fungsi pelayanan publik. Kondisi tersebut menyebabkan perempuan lebih berpotensi terganggu kesehatan mentalnya.⁶ Survey yang dilakukan Aulia Iskandar menunjukkan bahwa perempuan di Indonesia lebih beresiko terancam kesehatan mentalnya dibandingkan laki-laki, misalnya tingkat kecemasan (*anxiety*)

⁴ Anisa Farida, *Strong Mandate and Strong Actions: Preventing and Handling Sexual Violence within the Ministry of Foreign Affairs*, A final paper submitted in partial fulfillment of requirements for the completion of mid-career diplomatic education and training (SESDILU) (Ministry of Foreign Affairs Republic of Indonesia: The Center for Education and Training Ministry of Foreign Affairs Republic of Indonesia, 2019), 19.

⁵ WHO telah mengumumkan Covid-19 sebagai pandemi yang menyebar secara cepat ke berbagai negara di dunia pada 11 Maret 2020, sejak kemunculannya pertama kali di Wuhan, Cina, pada 2019. Selengkapnya: Helen Branswell and Andrew Joseph, “WHO Declares the Coronavirus Outbreak a Pandemic,” *STAT*, March 11, 2020, accessed April 8, 2021, <https://www.statnews.com/2020/03/11/who-declares-the-coronavirus-outbreak-a-pandemic/>.

⁶ S. Nanthini and Tamara Nair, *COVID-19 and the Impacts on Women* (Singapura: S. Rajaratnam School of International Studies, July 5, 2020), 3, accessed April 8, 2021, <https://www.jstor.org/stable/resrep26875>.

yang tinggi dan kebahagiaan yang rendah.⁷ Ini membuktikan bahwa pandemi Covid-19 tidak netral gender, salah satu gender beresiko terdampak lebih tinggi dibandingkan yang lainnya.

Terkait kelompok usia, menurut penelitian Hario Megatsari dkk.,⁸ ada peluang mengalami *anxiety* 4.330 kali lebih tinggi bagi usia 20-29 tahun dibandingkan kelompok usia di atas 50 tahun. Sementara itu, kelompok usia 40-49 tahun berpeluang mengalami *anxiety* 2.332 kali lebih tinggi dibanding usia di atas 50 tahun. Dan, lagi-lagi perempuan memiliki kemungkinan mengalami *anxiety* tingkat sedang hingga tinggi lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Studi mengungkap, kedewasaan seseorang mampu mempengaruhi cara seseorang menyesuaikan situasi baru dengan pengalaman hidupnya di masa lalu. Berkaitan gender, perempuan memiliki profil yang lebih kompleks daripada laki-laki dalam kasus gangguan neurokognitif, misalnya demensia.⁹ Peluang yang berbeda antara laki-laki dan perempuan dalam menerima gangguan mental ini sangat berpengaruh dalam dunia kerja di masa new normal.

Melalui kebijakan, Kemlu telah merombak model kerja yang sebelumnya bekerja dari kantor (*work from office*—WFO) menjadi kerja dari rumah (*work from*

⁷ Aulia Iskandar and Whisnu Yudiana, "Information Provision about Covid-19, Health Behaviors and Mental Health in Indonesia: Results from a Survey among 3,686 Respondents," *Kementerian Riset Dan Teknologi*, last modified 2020, accessed December 26, 2021, <https://sinta.ristekbrin.go.id/covid/penelitian/detail/319>.

⁸ Hario Megatsari et al., "The Community Psychosocial Burden during the COVID-19 Pandemic in Indonesia," *Heliyon* 6, no. 10 (October 1, 2020): 2, accessed December 27, 2021, <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2405844020319794>.

⁹ Kim M. Kiely, Brooke Brady, and Julie Byles, "Gender, Mental Health and Ageing," *Maturitas* 129 (November 1, 2019): 78, accessed December 27, 2021, <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0378512219306711>.

home—WFH) atau *remote*. Kementerian Luar Negeri (Kemlu) sudah memberlakukan WFH sejak Maret 2020, sebagian pekerja WFO dengan pembatasan.¹⁰ Kebijakan itu dimaksudkan, yang utama, untuk membatasi penyebaran Covid-19 antar-pekerja serta melanjutkan kerja-kerja Kemlu. Namun pandemi tetap menjadi ancaman serius bagi kesehatan fisik dan mental perempuan pekerja, meski dengan melakukan WFO. Beberapa penyebab sosiologisnya adalah berubahnya pola rutinitas yang dilakukan di rumah, yakni membagi waktu kerja dan mengurus keluarga hingga menghadapi informasi terkait ancaman Covid-19 yang berlalu-lalang tanpa filter yang menyebabkan kepanikan dan kelelahan secara psikis. Selain itu, proses isolasi bagi yang terpapar Covid-19 yang membatasi kontak dengan orang terdekat semakin membuat resah dan gelisah. Kemudian, selama menjalani proses (dan pasca) isolasi, stigma kerap dilekatkan kepada penyintas Covid-19, yang memperburuk keadaan fisik dan psikologis, khususnya meningkatkan *anxiety*.¹¹

WFO yang dijalankan Kemlu baru menyelamatkan eksistensi Kemlu sebagai institusi negara, yakni menjalankan kerja diplomasi; sedangkan jaminan keselamatan pekerja, khususnya perempuan, belum betul-betul dijamin oleh institusi. Salah satu penyebabnya adalah terpisahnya kantor secara institusi dengan pekerja itu sendiri yang

¹⁰ Reza Gunadha and Stephanus Aranditio, “50 Persen Pegawai Kemenlu Work From Home, Menlu Retno Rapat via Online,” *suara.com*, last modified March 16, 2020, accessed December 24, 2021, <https://www.suara.com/news/2020/03/16/150246/50-persen-pegawai-kemenlu-work-from-home-menlu-retno-rapat-via-online>.

¹¹ Fransiska Kaligis, Madhyra Tri Indraswari, and Raden Irawati Ismail, “Stress during COVID-19 Pandemic: Mental Health Condition in Indonesia,” *Medical Journal of Indonesia* 29, no. 4 (October 9, 2020): 437, accessed December 27, 2021, <https://mji.ui.ac.id/journal/index.php/mji/article/view/4640>.

berada di rumah. Keterpisahan itu mengabaikan pekerja yang berada di luar jangkauan institusi sehingga apa saja yang terjadi di rumah dan dialami perempuan pekerja belum dihitung sebagai tanggung jawab institusi. Sedangkan, kebijakan WFO memaksa wilayah kerja bercampur dengan wilayah domestik. Akibatnya, perempuan kerap kali melakukan *multitasking* dan tidak jarang pekerjaan mereka terdistraksi, terlebih bagi mereka yang tidak memiliki ruang kerja terpisah di rumah.

Pada kondisi seperti itu, spiritualitas memiliki peran dalam manajemen kesehatan mental perempuan pekerja selama masa new normal, selagi institusi belum menganggap serius isu kesehatan mental. Abdolvahab Vahabzadeh dan Shiva Khalili, dalam Kongres Internasional tentang Agama dan Kesehatan Mental pada 2001, menyampaikan, pendekatan kesehatan mental harus lebih komprehensif, yaitu yang mampu memahami aspek spiritual, sejarah, dan bahkan mitologi manusia. Namun demikian, pemisahan tajam antara sains dan spiritual, yang dianggap memiliki dunianya sendiri-sendiri, membuat spiritual bukan bagian penting dalam isu kesehatan mental.¹² Padahal, kemungkinan, orang beragama memiliki pandangan unik mereka sendiri tentang spiritualitas¹³ dan menggunakannya dalam menghadapi masalah kesehatan mental.

¹² Shiva Khalili et al., "INVITED ESSAY: Religion and Mental Health in Cultural Perspective: Observations and Reflections After The First International Congress on Religion and Mental Health, Tehran, 16-19 April 2001," *The International Journal for the Psychology of Religion* 12, no. 4 (October 1, 2002): 219, accessed January 2, 2022, https://doi.org/10.1207/S15327582IJPR1204_02.

¹³ Cynthia Joan Patel and Armas E. E. Shikongo, "Handling Spirituality/Religion in Professional Training: Experiences of a Sample of Muslim Psychology Students," *Journal of Religion and Health* 45, no. 1 (March 23, 2006): 96, accessed January 2, 2022, <https://doi.org/10.1007/s10943-005-9009-2>.

Spiritual, dalam arti sederhana, tidak dibedakan dengan religious, yang mana religious mendapat stigma “*bad boys*” dan spiritual sebagai “*good boys*”. Keduanya adalah perilaku mengaitkan diri dengan Tuhan, sebagai wujud yang berlimpah kasih, untuk mencapai ketenangan hati dan meredakan kecemasan. Wade C. Rowatt dan Lee A. Kirkpatrick menyebut, secara psikologis, orang-orang menjadikan Tuhan sebagai figur keterkaitan mereka. Artinya, seorang akan merasakan Tuhan menghadirkan rasa aman di saat-saat krisis atau tertekan.¹⁴ Pada masa pandemi Covid-19, saat perempuan pekerja rentan terserang cemas, Tuhan menjadi figur sandaran mereka untuk menenangkan diri dan menaruh percaya bahwa cobaan tidak akan datang melebihi kemampuan seseorang.

Dalam menakar spiritualitas sebagai manajemen kesehatan mental bukan diukur melalui ahli—psikiatri atau psikolog—melainkan proses kreatif perempuan pekerja itu sendiri. Bagaimana perempuan menjadikan aspek spiritual sebagai penguat mental dan mengapa mereka menggunakan spiritualitas untuk menyeimbangkan kondisi mental, adalah pertanyaan yang akan dibahas lebih mendalam dalam penelitian ini. Kemudian, pembahasan akan memeriksa lebih jauh dengan menganalisis kesesuaian antara spiritualitas berbasis peran gender perempuan dengan struktur

¹⁴ Wade Rowatt and Lee A. Kirkpatrick, “Two Dimensions of Attachment to God and Their Relation to Affect, Religiosity, and Personality Constructs,” *Journal for the Scientific Study of Religion* 41, no. 4 (2002): 638–639, accessed January 4, 2022, <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/1468-5906.00143>.

birokrasi. Pertanyaan utama yang Penulis ajukan adalah, sejauh mana birokrasi Kemlu mengakomodir spiritualitas perempuan berbasis pengalaman gender.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana pengalaman kondisi kesehatan mental perempuan di Kementerian Luar Negeri dalam menjalani kebijakan kerja WFH?
2. Mengapa perempuan pekerja di Kementerian Luar Negeri menggunakan aspek spiritual dalam mengontrol kondisi mental mereka selama menjalani WFH?
3. Sejauh mana kesesuaian spiritualitas perempuan pekerja dengan pola kerja birokrasi Kementerian Luar Negeri selama WFH?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa tujuan, yaitu untuk mengetahui bagaimana kondisi mental pekerja perempuan di Kemlu di masa new normal dan mengungkap alasan penggunaan aspek spiritual/agama sebagai pengontrol kondisi mental mereka selama masa new normal.

D. Kajian Pustaka

Studi telah membuktikan bahwa selama pandemi Covid-19 kondisi kesehatan mental perempuan lebih rentan dari pada laki-laki, meski laki-laki lebih rentan terpapar Covid-19.¹⁵ Ada beberapa kondisi yang menempatkan perempuan berada dalam keadaan rentan secara mental, misalnya, memiliki tanggungan memastikan kesehatan keluarga dan ketersediaan makanan di rumah. Layanan kesehatan mental daring (*tele-counseling*) secara gratis telah disediakan oleh beberapa komunitas atau lembaga seperti Ikatan Psikologi Klinis Indonesia¹⁶ dan Fakultas Psikologi UGM.¹⁷ Namun akses internet yang tidak merata ke seluruh daerah dan keterbatasan pengetahuan perempuan menjadi masalah tersendiri, ini belum terhitung bagi beberapa perempuan yang tidak memiliki perangkat telepon untuk mengakses layanan tersebut.

Studi Tabassum Rahman, M. D. Golam Hasnain, dan Asad Islam memperluas perspektif soal kesehatan mental. Rahman dkk. menemukan hubungan negatif secara statistik antara kesehatan dan ketahanan pangan selama pandemi. Menurutnya, perempuan lebih mengutamakan kepastian ketersediaan makanan di rumah daripada

¹⁵ Maddie van Ness, "COVID-19 and Women's Mental Health: The Impact on Wellbeing, Disparities, and Future Implications," *Community Connection Magazine | Baylor University*, last modified April 1, 2021, accessed January 15, 2022, <https://www.baylor.edu/communityconnection/news.php?action=story&story=222809>.

¹⁶ Ikatan Psikolog Klinis Indonesia, "Bantuan (Konseling Daring Gratis) Psikolog Klinis Covid-19 | Ikatan Psikolog Klinis Indonesia," *IPK Indonesia*, last modified March 26, 2020, accessed January 15, 2022, <https://ipkindonesia.or.id/bantuan-konseling-daring-psikolog-klinis-covid-19/>.

¹⁷ Retina Kartika Dewi, "Layanan Konseling Gratis dari Psikolog UGM, Ini Cara Daftarnya!," *KOMPAS.com*, last modified August 15, 2021, accessed January 15, 2022, <https://www.kompas.com/tren/read/2021/08/15/125600465/layanan-konseling-gratis-dari-psikolog-ugm-ini-cara-daftarnya->.

kesehatan mereka. Artinya, Covid-19 bukan ancaman bagi perempuan, namun kebijakan *lockdown* dan *new normal*, yang menghambat mereka untuk keluar rumah dan membatasi pekerjaan mereka, yang lebih membuat perempuan khawatir. Namun, Rahman dkk. sekaligus menemukan keterkaitan kondisi kesehatan mental perempuan dengan ketahanan pangan, yakni perempuan sering merasa cemas ketika ketahanan pangan dan finansial keluarga terganggu, dan potensi stres bisa meningkat tajam ketika mereka harus menjalani karantina.¹⁸ Studi Rahman dkk. ini sesuai dengan studi Craig Hadley dan Crystal L. Patil¹⁹ yang menunjukkan keterkaitan antara kerentanan pangan dengan kondisi kesehatan mental perempuan di negara berkembang.

Covid-19, dalam studi Rahman dkk., menunjukkan sisi lain kesehatan mental perempuan, bukan karena dampak kesehatannya, melainkan dampak sosiologisnya. Kebijakan-kebijakan yang muncul terkait Covid-19 cukup menekan perilaku perempuan di kalangan tertentu. Terkait penelitian ini, tampak ada sedikit perbedaan penyebab gangguan kesehatan mental, yakni terkait status perempuan sebagai pekerja dengan kepastian finansial yang stabil. Status tersebut memberi pengaruh berbeda terhadap tingkat kekhawatiran perempuan atas kerentanan pangan, karena finansial mereka cukup stabil. Pengaruh yang sekaligus menjadi pembeda dengan perempuan

¹⁸ Tabassum Rahman, M. D. Golam Hasnain, and Asad Islam, "Food Insecurity and Mental Health of Women during COVID-19: Evidence from a Developing Country," *PLOS ONE* 16, no. 7 (July 29, 2021): 10–11, accessed January 15, 2022, <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0255392>.

¹⁹ Craig Hadley and Crystal L. Patil, "Food Insecurity in Rural Tanzania Is Associated with Maternal Anxiety and Depression," *American Journal of Human Biology* 18, no. 3 (2006): 359–368, accessed January 15, 2022, <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/ajhb.20505>.

dalam studi Rahman dkk. adalah beban kerja sebagai diplomat. Perempuan dalam penelitian ini, mungkin, ketahanan pangan tidak memengaruhi kesehatan mental mereka, melainkan penyesuaian terhadap budaya kerja baru selama pandemi.

Taufik dan Hardi Warsono²⁰ mengamati perubahan sistem kerja diakibatkan oleh Covid-19, khususnya dalam sektor birokrasi. Perubahan budaya kerja itu bertujuan untuk mengoptimalkan pelayanan publik dengan menyesuaikan sistem kerja dengan kebijakan new normal, seperti pembagian tugas kedinasan di kantor (WFO) dengan penerapan protokol kesehatan ketat dan di rumah (WFH). Budaya kerja baru ini masih sulit diterapkan oleh birokrasi di Indonesia, yang dampaknya dirasakan publik, seperti pelayanan yang berbelit-belit dan lamban. Dari sektor sumber daya manusianya juga butuh penyesuaian ekstra terhadap sistem baru dan perlu mendapat dukungan infrastruktur yang memadai. Desakan sistem kerja tersebut, seperti tuntutan meningkatkan kreatifitas kerja, membuat pekerja tertekan—di satu sisi tertekan oleh peraturan birokrasi, di sisi lain tertekan oleh tuntutan publik.

Studi Prabowo dkk.²¹ menunjukkan hubungan negatif antara WFH dengan kesehatan mental pekerja. Justru penyebab utamanya adalah virus Covid-19 itu sendiri, yang membuat pekerja berpikir lebih sering untuk menghindari virus. Hanya saja,

²⁰ Taufik and Hardi Warsono, “Birokrasi Baru Untuk New Normal: Tinjauan Model Perubahan Birokrasi Dalam Pelayanan Publik Di Era Covid-19,” *DIALOGUE Jurnal Ilmu Administrasi Publik* 2, no. 1 (2020): 1–18.

²¹ Kevin A. Prabowo et al., “Impact of Work from Home Policy during the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Reproductive Health of Women in Indonesia,” *International Journal of Sexual Health* 34, no. 1 (January 2, 2022): 17–26, accessed December 3, 2022, <https://doi.org/10.1080/19317611.2021.1928808>.

metode penelitian kualitatif Prabowo dkk. tidak melibatkan perbedaan pengalaman perempuan pekerja, termasuk peran gendernya. Dengan demikian, penelitian Penulis berusaha mengisi kekosongan penelitian sebelumnya, dengan mengajukan pengalaman perempuan sebagai alat ukur utama kesehatan psikis perempuan selama WFH. Kemudian, spiritualitas perempuan perlu sebagai pendekatan, di mana pada penelitian sebelumnya tidak menyentuh unsur ini. Unsur spiritualitas perempuan menjadi komponen penting dalam penelitian Penulis karena pada penelitian sebelumnya menjadikan struktur sebagai aktor utama penekan individu, tanpa melibatkan agensi perempuan. Dengan demikian, agensi perempuan sangat signifikan untuk mengungkap lebih dalam bagaimana ia bernegosiasi dengan struktur dan kondisi kejiwaan.

E. Kerangka Teoretis

1. Analisis Mikro-Makro

Analisis hubungan mikro-makro (individu-struktur) membantu mengurai kaitan antara struktur birokrasi menlu dengan kondisi mental individu perempuan. Konsep *continuum* subjektif-objektif Ritzer menjadi pondasi awal dalam memahami relasi saling mengikat (*integration*) antara mikro dan makro. Ada 4 level analisi, yakni makro-objektif (berkaitan dengan realitas material skala luas, misalnya birokrasi dan masyarakat), makro-subjektif (berkaitan dengan fenomena realitas non-material, seperti norma dan nilai), mikro objektifitas (berkaitan dengan entitas objektif skala-

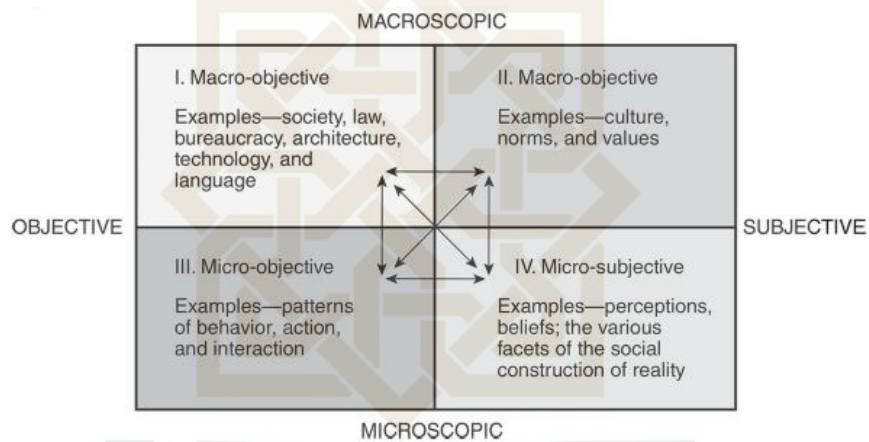
kecil, seperti pola interaksi dan tindakan), dan mikro subjektifitas (berkaitan dengan proses mental skala kecil yang mana seorang mengonstruksi realitas sosial). Empat level tersebut saling berdialektika, baik dua level atau empat level sekaligus (*continuum*) (lihat gambar 1).²²

Empat level tersebut memang berbeda, namun bergerak dalam tujuan yang sama, saling terkait dan berdialektika (*continuum*). Birokrasi kemlu (makro-objektif) memiliki seperangkat aturan untuk menciptakan keteraturan para pekerja dalam menjalankan tugas diplomasi antar-negara sekaligus tugas pelayanan publik. Kebijakan WFH adalah respon kemlu untuk mengatur pola kerja agar pekerja bisa menjalankan tugas pelayanan sekaligus mencegah tertular virus Covid-19. Kebijakan birokrasi itu mengarah pada makro-subjektif, yakni menciptakan norma baru dalam bekerja, seperti tidak bertatap muka secara fisik. Norma baru itu bukan sekadar dilakukan secara sukarela, melainkan ada intervensi birokrasi sebagai pengawas interaksi tersebut. Pada level mikro objektifitas, terjadi perubahan pola interaksi antar pekerja dalam menjalankan tugas, seperti setiap orang hanya berinteraksi lewat *platform* digital dan mengerjakan setiap tugas kantor dari rumah. Sementara pada level mikro subjektifitas terjadi perubahan mental pekerja perempuan akibat dari kebijakan WFH yang membuat aktivitas fisik privat-publik berada di ruang domestik, yang berdampak pada psikis perempuan. Kondisi psikis individu ini kemudian dapat membentuk kondisi

²² George Ritzer and Jeffrey N. Stepnisky, *Sociological Theory*, 10th edition. (Los Angeles: SAGE Publications, Inc, 2017), 496–497.

mental kolektif, karena satu pekerja dengan pekerja lain saling terhubung melalui interaksi kerja. Dan pada akhirnya terhubung pula dengan level makro, yakni mempengaruhi kualitas birokrasi.

Gambar 1 Pendekatan integrasi mikro-makro Ritzer dalam analisis sosial. Sumber: Sociological Theory.²³



Level mikro subjektif mendapat porsi analisis lebih mendalam. Ini berkaitan dengan persepsi pribadi/kepercayaan atas kondisi mental selama menjalani WFH serta hubungannya dengan kemampuan diri dalam mengendalikan ketenangan jiwa. Kemampuan dalam pengendalian diri ketika menghadapi fenomena birokrasi tidak berangkat dari ruang kosong. Melainkan, perempuan memiliki pengalaman kongkrit (subjektif) atas kehidupan privat-domesti, yang dilibatkan dalam dan hingga merespon kondisi sosial hingga individual (kejiwaan).

²³ Ibid., 597.

2. Penelusuran Subjektivitas Perempuan

Tubuh perempuan adalah entitas yang kompleks, dan untuk memahaminya perlu mendalami pengalaman perempuan. Dorothy Smith berpendapat bahwa sudut pandang laki-laki (*male/masculinity bias*) telah mengatur tubuh perempuan sekaligus mengesklusi persepsi perempuan, baik melalui teks agama atau pun kehidupan masyarakat, dan menganggapnya sebagai objek pengaturan.²⁴ Pandangan bias itu telah mengaburkan pengalaman perempuan atas tubuhnya sendiri. Pengebirian kompleksitas pengalaman perempuan, dengan mengaplikasi standar hidup laki-laki, telah menciptakan banyak ketimpangan gender: relasi privat dan publik. Dengan demikian, Smith mendorong feminis *standpoint* sebagai alternatif dalam melihat pengalaman personal gender perempuan di bawah persilangan maskulin, ras, etnis, agama, dan keluarga.²⁵ *Feminist standpoint* di sini sebagai pelengkap kekosongan analisis mikro-makro, khususnya dalam melihat pengalaman perempuan. Secara khusus, posisi *feminist standpoint* akan menjelaskan pengalaman perempuan pekerja dalam menjalani WFH dan kesadarannya atas peran gender serta penilaiannya terhadap kondisi psikis.

Perempuan dialienasikan dari pengalaman domestiknya selama menjalani WFH. Konstruksi dunia kerja yang membagi privat-publik menempatkan pengalaman

²⁴ Michele Dillon, *Introduction to Sociological Theory: Theorists, Concepts, and Their Applicability to the Twenty-First Century*, 1st edition. (Chichester, U.K. ; Malden, MA: Wiley-Blackwell, 2009), 333–334.

²⁵ *Ibid.*, 335.

domestik bukan sebagai urusan publik sekaligus tidak bisa dinominalkan. Anggapan itu mewujud dalam kerja-kerja kemlu selama WFH. Meski pada realitanya perempuan mengalami penumpukan beban akibat kebijakan birokrasi, pengalaman itu tetap tidak diakomodasi.²⁶ Oleh karena itu, sesuai saran Smith, penelitian ini berusaha mengedepankan suara perempuan untuk menangkap pengalaman yang tersembunyi di balik tembok birokrasi.

Selanjutnya mengenai pengalaman psikis perempuan yang tidak terlepas dari pengalaman gendernya. Dalam penelitian ini, untuk menjangkau lebih jauh personalitas perempuan, Penulis menambahkan gagasan psiko-sosial Maykel Verkuyten. Verkuyten meyakini bahwa individu bukan subjek pasif/korban dari keadaan struktur dan fotokopi dari budaya. Lebih dari itu, individu mampu mengenali dan merespon keadaan. Agar dapat menghubungkan tekanan struktur birokrasi dan kondisi mental individu, selain mendekati pengalaman perempuan, psiko-sosial Verkuyten membantu mendalami emosi perempuan dengan meletakkan basis penelitian pada 4 komponen, yakni pikiran, perasaan, tindakan, dan interaksi individu perempuan. 4 komponen itu adalah bentuk kemampuan perempuan mampu memikirkan keadaan (struktur), melakukan, menyikapi, bereaksi, dan menciptakan sesuatu.²⁷ Ini juga dapat menjelaskan ketidakmampuan perempuan (relasi kuasa) mengatasi tekanan birokrasi (seperti tuntutan dari pimpinan), di mana bukan dipahami

²⁶ Ibid., 338.

²⁷ Maykel Verkuyten, *The Social Psychology of Ethnic Identity* (New York: Psychology Press, 2005), 17.

sebagai tindakan pasif dan menerima begitu saja tekanan yang mengganggu psikisnya. Melainkan, perempuan berusaha memahami situasi—seperti relasi kuasa dan pelayanan publik—kemudian mempertimbangkan apa yang dapat dilakukan dan tidak. Penekanan Verkuyten pada keyakinan bahwa tidak ada masyarakat tanpa tindakan individu dan tidak ada individu di luar masyarakat. Keduanya (individu dan masyarakat) berinteraksi dalam relasi sosial, kepercayaan, norma, dan nilai yang direproduksi dan diubah, diaktualisasikan, atau ditantang.²⁸

F. Metode Penelitian

Sebagaimana ditulis pada bagian Latar Belakang, pada pertengahan tahun 2021, penulis telah melakukan penelitian mengenai penerapan kebijakan Work From Home yang berlaku di Kemlu semasa pandemi merebak. Penelitian dilaksanakan untuk memenuhi syarat wajib kenaikan gelar diplomatik bagi pejabat diplomatik. Saat itu penulis sangat tertarik untuk mengangkat tema WFH, karena sifat *novelty* yang mengikutinya. Saat itu terdapat desakan dari para pegawai di Kemlu untuk melahirkan kebijakan implementatif yang memudahkan penerapan WFH. Bagi perempuan khususnya, kebijakan WFH ternyata justru mengakibatkan beban ganda karena berbagai faktor. Salah satunya adalah tuntutan dari suami yang mengharapkan pasangannya dapat lebih berkiprah secara domestik ketika bekerja dari rumah. Padahal,

²⁸ Ibid., 19.

absennya pengaturan kerja dari rumah yang dilakukan secara profesional telah mengaburkan ruang privat dan publik, menimbulkan asumsi bahwa pegawai dapat dituntut untuk bekerja kapan saja sebagai konsekuensi tidak ke kantor. Hasil survey yang dilakukan pada saat itu adalah terungkapnya fakta bahwa WFH tidaklah semudah yang dibayangkan. Fleksibilitas yang ditawarkan dengan WFH justru menjadi jebakan apabila tidak berjalan di bawah regulasi yang mengedepankan kepentingan pegawai.

Penelitian penulis yang pertama tidak memisahkan kesimpulan berdasarkan gender. Namun, dari beberapa jawaban tertulis yang diperoleh, dapat terlihat bahwa perempuan menjadi obyek yang paling terpengaruh dari mekanisme WFH yang dilakukan tanpa pengaturan yang jelas. Asumsi bahwa WFH sangat menguntungkan bagi seorang ibu bekerja, tanpa mengurai dampak dari bercampurnya tugas domestik dan kantor telah menyebabkan menurunnya kesehatan mental perempuan yang diakibatkan stress.

Penelitian lanjutan ini menggunakan metode kualitatif. Untuk mengungkap kesehatan mental dan kaitannya dengan beban gender perempuan pekerja, Penulis melakukan analisis hasil survey dengan memperhatikan status pernikahan, tanggungan anak, dan jabatan. Pernyataan-pernyataan setiap responden terkait beban kerja, kesehatan mental, dan beban gender Penulis analisis secara kritis dengan mencantumkan kode excel row C (yang menunjukkan perempuan) dan kolom nomor (yang menunjukkan perempuan yang berbeda)—misalnya perempuan C5.

Untuk memperdalam dan menggali spiritualitas perempuan dalam menghadapi kerentanan mental, Penulis melakukan wawancara semi-struktural dengan 4 perempuan yang bekerja di kemlu, baik diplomat atau tenaga kesehatan. Selanjutnya, pada pembahasan, 4 responden tersebut Penulis samarkan namanya untuk kepentingan privasi. Pemilihan keragaman perempuan ini untuk mendeteksi apakah perbedaan pengalaman mempengaruhi pengalaman psikis yang berbeda pula. Medium wawancara menggunakan aplikasi Zoom, karena masih tingginya angka penyebaran Covid-19 sekaligus untuk memotong rantai penyebaran virus.

Data-data pendukung dalam proses analisa adalah dokumen atau laporan yang dikeluarkan oleh Kementerian Luar Negeri Indonesia, hasil penelitian, berita online, dan buku yang relevan. Dalam proses analisis, Penulis menghimpun dan mengelompokkan pernyataan dalam data survei berdasarkan tema beban kerja, aspek psikologis, dan beban gender dari setiap perempuan. Proses analisis sepenuhnya mengakui setiap pernyataan perempuan sebagai pengalaman valid. Dari pengakuan tersebut, maka analisis tidak akan menimbulkan bias gender dan pengalaman gender.

G. Sistematika Pembahasan

Penelitian ini terdiri dari lima Bab. Bab I adalah pengantar penelitian yang memuat latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, metode penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, dan sistematika penulisan.

Selanjutnya Bab II akan mengeksplorasi beban kerja perempuan di Kemlu selama masa New Normal dan dampaknya terhadap menguatnya ibuisme. Bab II menjadi pengantar dalam menjawab rumusan masalah dari tesis ini.

Bab III sangat berhubungan dengan pola kerja new normal, hanya saja akan fokus pada kesehatan mental perempuan dalam menjalani budaya kerja baru tersebut. Ini terkait juga dengan pengaturan waktu kerja yang belum menentu serta jebakan kerja fleksibel yang justru menambah beban perempuan dan mengganggu *work-life balance*. Bab ini secara detail menjawab rumusan masalah 1 dari tesis ini, yaitu menggali bagaimana pengalaman kondisi kesehatan mental perempuan di Kemlu dalam menjalani kebijakan kerja WFH.

Lalu di Bab IV mengeksplorasi spiritualitas perempuan dalam menjalani pola kerja yang membuat kehidupan perempuan tidak seimbang. Bagaimana perempuan menggunakan spiritualitas untuk menjaga kesehatan mental tetap stabil, yang merupakan rumusan masalah ke-2 akan dijawab dalam Bab ini. Lebih lanjut, bab ini juga akan menggali rumusan masalah ke-3, yaitu sejauh mana kesesuaian spiritualitas perempuan pekerja dengan pola kerja birokrasi Kementerian Luar Negeri selama WFH.

Bab V, menghadirkan kesimpulan singkat dari temuan-temuan dalam penelitian ini.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berubahnya model kerja WFO ke WFH selama new normal telah mengubah lanskap peran gender perempuan. Ruang privat dan publik yang saling bertemu di dalam rumah, karena pekerjaan kantor berada di rumah, membuat perempuan harus *multitasking* dalam mengerjakan dua tugas ruang tersebut. Kondisi tersebut memberi tekanan pada kesehatan mental pekerja perempuan di kemlu. Ada faktor lain yang mengamplifikasi gangguan kesehatan mental perempuan, yakni berita Covid-19, tugas pengasuhan, bertambahnya beban kerja kantor, aktivitas digital, dan terbatasnya interaksi sosial. Semua faktor itu dapat berlangsung bergantian, tapi sering juga tubuh perempuan mengalami semua faktor tersebut secara bersamaan. Secara singkat, menjawab rumusan masalah 1, perempuan pekerja di Kemlu dipaksa berjibaku untuk menjalankan perannya baik di ruang publik maupun domestik dalam waktu yang bersamaan, yang menyebabkan stress bahkan depresi.

Dari survey yang dilakukan serta hasil wawancara terhadap responden, perempuan pekerja mampu menangani menyeimbangkan kondisi mental selama new normal dengan menggantungkan diri kepada Tuhan. Penyerapan terhadap nilai-nilai agama menjadi pendorong utama perempuan memilih peran gender tradisional, bahkan sebagai laku spiritual. Menjawab rumusan masalah 2, penulis menemukan bahwa susunan aktivitas spiritual selama new normal tersebut sebagai pelarian setelah menghadapi benturan ruang publik-privat, dengan meyakini bahwa apa yang perempuan lakukan adalah ibadah dan sesuai tuntunan agama. Perempuan mengintervensi laku gender tradisional bukan sejumlah penurunan tugas dari maskulin, melainkan ia turut terlibat dalam ruang

interpretasi pengasuhan berdasarkan pengalaman dan kepedulian yang terakumulasi sejak sebelum pandemi.

Namun dari pada itu, laku spiritual tidak memberi solusi strategis dan tidak diadaptasi oleh Kemlu dalam pola kerja birokrasi menjadi sebuah kebijakan yang implementatif. Sebagai contoh, untuk mendapatkan layanan kesehatan mental, perempuan harus memikirkan berbagai kekhawatiran, seperti stigma dan kerahasiaan data pasien. Menjawab rumusan masalah 3, spiritualitas perempuan itu hanya terbatas pada tataran keseimbangan jiwa tubuh perempuan, sedangkan struktur yang menyebabkan kerentanan itu terus berjalan. Melekatnya stigma negatif atas pertolongan psikologis memaksa pekerja untuk tidak menghiraukan kesehatan jiwanya. Bagi para pekerja perempuan, hal itu memaksa mereka untuk melarikan diri pada laku spiritual, dengan penerimaan terhadap identitas dan peran gender tradisional yang tertulis dalam teks agama.



DAFTAR PUSTAKA

- Alcoff, Linda. "Cultural Feminism versus Post-Structuralism: The Identity Crisis in Feminist Theory." *Signs* 13, no. 3 (1988): 405–436. Accessed January 1, 2021. <https://www.jstor.org/stable/3174166>.
- Amelia, Diny Rezky, and Zainul Anwar. "Relasp Pada Pasien Skizofrenia." *Jurnal Ilmiah* 1, no. 1 (2013).
- Anwar, Etin. *Feminisme Islam: Genealogi, Tantangan, Dan Prospek Di Indonesia*. Translated by Nina Nurmila. Bandung: Mizan, 2021.
- Auerbach, R. P., J. Alonso, W. G. Axinn, P. Cuijpers, D. D. Ebert, J. G. Green, I. Hwang, et al. "Mental Disorders among College Students in the World Health Organization World Mental Health Surveys." *Psychological Medicine* 46, no. 14 (October 2016): 2955–2970.
- Bouziri, Hanifa, David R. M. Smith, Alexis Descatha, William Dab, and Kevin Jean. "Working from Home in the Time of COVID-19: How to Best Preserve Occupational Health?" *Occupational and Environmental Medicine* 77, no. 7 (July 2020): 509–510.
- Branswell, Helen, and Andrew Joseph. "WHO Declares the Coronavirus Outbreak a Pandemic." *STAT*, March 11, 2020. Accessed April 8, 2021. <https://www.statnews.com/2020/03/11/who-declares-the-coronavirus-outbreak-a-pandemic/>.
- Cherington, David. *Organizational Behavior: The Management of Individual and Organizational Performance*. USA: Allyn and Bacon Inc, 1994.
- Cohen, Jeffrey R., and Louise E. Single. "An Examination of the Perceived Impact of Flexible Work Arrangements on Professional Opportunities in Public Accounting." *Journal of Business Ethics* 32, no. 4 (2001): 317–328.
- Crosbie, Tracey, and Jeanne Moore. "Worklife Balance and Working from Home." *Social Policy and Society* 3, no. 3 (July 1, 2004): 223–233.
- Dewi, Retina Kartika. "Layanan Konseling Gratis dari Psikolog UGM, Ini Cara Daftarnya!" *KOMPAS.com*. Last modified August 15, 2021. Accessed January 15, 2022. <https://www.kompas.com/tren/read/2021/08/15/125600465/layanan-konseling-gratis-dari-psikolog-ugm-ini-cara-daftarnya->.
- Dillon, Michele. *Introduction to Sociological Theory: Theorists, Concepts, and Their Applicability to the Twenty-First Century*. 1st edition. Chichester, U.K. ; Malden, MA: Wiley-Blackwell, 2009.
- Direktorat Jenderal Amerika dan Eropa. *Laporan Kinerja 2020*. Laporan Kinerja. Jakarta: Kementerian Luar Negeri, January 10, 2021. Accessed March 2, 2022. <https://kemlu.go.id/download/L3NpdGVzL3B1c2F0L0RvY3VtZW50cy9BS0lQL0RpcmVrdG9yYXQIMjBKZW5kZXJhbCUyMEFNRVJPUUC9MS2olMjAyMDIwL0xhcG9yY>

W4IMjBLaW5lcmphJTIwRG10amVuJTIwQW1lcm9wJTIwMjAyMCUyMC0lMjBSaW5na2FzYW4lMjBFa3Nla3V0aWYlMjAtJTIwUmV2aXUIMjBGaW5hbC5wZGY=.

Direktorat Jenderal Asia Pasifik dan Afrika. *Laporan Kinerja 2020*. Laporan Kinerja. Jakarta: Kementerian Luar Negeri, January 11, 2021. Accessed March 2, 2022. <https://kemlu.go.id/download/L3NpdGVzL3B1c2F0L0RvY3VtZW50cy9BS0lQL0RpcmVrdG9yYXQlMjBkZW5kZXJhbCUyMEFTUEFTQUYvMjAyMC9MS2olMjBEaXRqZW4lMjBBc3Bhc2FmJTIwMjAyMCUyMFJldiUyMEZpbmFsKDEpLnBkZg==>.

Else-Quest, Nicole M., and Shelly Grabe. "The Political Is Personal: Measurement and Application of Nation-Level Indicators of Gender Equity in Psychological Research." *Psychology of Women Quarterly* 36, no. 2 (June 1, 2012): 131–144. Accessed July 30, 2022. <https://doi.org/10.1177/0361684312441592>.

Farida, Anisa. *Strong Mandate and Strong Actions: Preventing and Handling Sexual Violence within the Ministry of Foreign Affairs*. A final paper submitted in partial fulfillment of requirements for the complementation of mid-career diplomatic education and training (SESDILU). Ministry of Foreign Affairs Republic of Indonesia: The Center for Education and Training Ministry of Foreign Affairs Republic of Indonesia, 2019.

Fauville, G., M. Luo, A. C. M. Queiroz, J. N. Bailenson, and J. Hancock. "Zoom Exhaustion & Fatigue Scale." *Computers in Human Behavior Reports* 4 (August 1, 2021): 100119. Accessed February 26, 2022. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2451958821000671>.

Fauville, Geraldine, Mufan Luo, Anna Carolina Muller Queiroz, Jeremy N. Bailenson, and Jeff Hancock. *Nonverbal Mechanisms Predict Zoom Fatigue and Explain Why Women Experience Higher Levels than Men*. SSRN Scholarly Paper. Rochester, NY: Social Science Research Network, April 5, 2021. Accessed February 26, 2022. <https://papers.ssrn.com/abstract=3820035>.

Formánková, Lenka, and Alena Křížková. "Flexibility Trap: The Effects of Flexible Working on the Position of Female Professionals and Managers within a Corporate Environment." *Gender in Management: An International Journal* 30, no. 3 (January 1, 2015): 225–238. Accessed February 25, 2022. <https://doi.org/10.1108/GM-03-2014-0027>.

Foucault, Michel. *Society Must Be Defended*. Translated by David Macey. New York: Picador, 2003.

Frost, David M. "Social Stigma and Its Consequences for the Socially Stigmatized." *Social and Personality Psychology Compass* 5 (2011): 824–839.

Gunadha, Reza, and Stephanus Aranditio. "50 Persen Pegawai Kemenlu Work From Home, Menlu Retno Rapat via Online." *suara.com*. Last modified March 16, 2020. Accessed December 24, 2021. <https://www.suara.com/news/2020/03/16/150246/50-persen-pegawai-kemenlu-work-from-home-menlu-retno-rapat-via-online>.

Hadley, Craig, and Crystal L. Patil. "Food Insecurity in Rural Tanzania Is Associated with Maternal Anxiety and Depression." *American Journal of Human Biology* 18, no. 3 (2006):

359–368. Accessed January 15, 2022.
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/ajhb.20505>.

Hall, Calvin S., and Gardner Lindzey. *Theories of Personality*. New York: Wiley, 1957.

Heni. “Wawancara.” Zoom, 10 2022.

Hossain, Fahmida, and Ariel Clatty. “Self-Care Strategies in Response to Nurses’ Moral Injury during COVID-19 Pandemic.” *Nursing Ethics* 28, no. 1 (February 2021): 23–32.

Ikatan Psikolog Klinis Indonesia. “Bantuan (Konseling Daring Gratis) Psikolog Klinis Covid-19 | Ikatan Psikolog Klinis Indonesia.” *IPK Indonesia*. Last modified March 26, 2020. Accessed January 15, 2022. <https://ipkindonesia.or.id/bantuan-konseling-daring-psikolog-klinis-covid-19/>.

Iskandar, Aulia, and Whisnu Yudianta. “Information Provision about Covid-19, Health Behaviors and Mental Health in Indonesia: Results from a Survey among 3,686 Respondents.” *Kementerian Riset Dan Teknologi*. Last modified 2020. Accessed December 26, 2021. <https://sinta.ristekbrin.go.id/covid/penelitian/detail/319>.

Kabullah, Muhammad Ichsan, and M. Nurul Fajri. “Neo-Ibuisism in Indonesia Politics: Election Campaigns of Wives of Regional Heads in West Sumatra in 2019.” *Southeast Asia Affairs* 40, no. 1 (2021): 136–155.

Kaligis, Fransiska, Madhyra Tri Indraswari, and Raden Irawati Ismail. “Stress during COVID-19 Pandemic: Mental Health Condition in Indonesia.” *Medical Journal of Indonesia* 29, no. 4 (October 9, 2020): 436–41. Accessed December 27, 2021. <https://mji.ui.ac.id/journal/index.php/mji/article/view/4640>.

Khalili, Shiva, Sebastian Murken, K. Helmut Reich, Ashiq Ali Shah, and Abdolvahab Vahabzadeh. “INVITED ESSAY: Religion and Mental Health in Cultural Perspective: Observations and Reflections After The First International Congress on Religion and Mental Health, Tehran, 16-19 April 2001.” *The International Journal for the Psychology of Religion* 12, no. 4 (October 1, 2002): 217–237. Accessed January 2, 2022. https://doi.org/10.1207/S15327582IJPR1204_02.

Kiely, Kim M., Brooke Brady, and Julie Byles. “Gender, Mental Health and Ageing.” *Maturitas* 129 (November 1, 2019): 76–84. Accessed December 27, 2021. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0378512219306711>.

Koczberski, Gina. “Women in Development: A Critical Analysis.” *Third World Quarterly* 19, no. 3 (September 1, 1998): 395–410. Accessed December 4, 2022. <https://doi.org/10.1080/01436599814316>.

Krissetyanti, Eurike Prapti L. “Women’s Perception about Glass Ceiling in Their Career Development on Local Bureaucracy in Indonesia.” *International Journal of Administrative Science & Organization* 25, no. 1 (2018): 16–22. Accessed February 26, 2022. <http://www.ijil.ui.ac.id/index.php/jbb/article/viewPDFInterstitial/9643/67546034>.

- Landau, Iddo. *Is Philosophy Androcentric?* USA: The Pennsylvania State University Press, 2006.
- Linawati, Ester. *Ada Serigala Betina Dalam Diri Setiap Perempuan*. Yogyakarta: EA Books, 2020.
- Machdy, Regis. *Loving the Wounded Soul: Alasan Dan Tujuan Depresi Hadir Di Hidup Manusia*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2019.
- Mansour, Fakhri. *Analisis Gender Dan Transformasi Sosial*. Cet. 13. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013.
- Mathew, P.M. "Exploitation of Women Labour: An Analysis of Women's Employment in Kerala." *Social Scientist* 13, no. 10 (1985): 28–47.
- Megatsari, Hario, Agung Dwi Laksono, Mursyidul Ibad, Yeni Tri Herwanto, Kinanty Putri Sarweni, Rachmad Ardiansyah Pua Geno, and Estiningtyas Nugraheni. "The Community Psychosocial Burden during the COVID-19 Pandemic in Indonesia." *Heliyon* 6, no. 10 (October 1, 2020): e05136. Accessed December 27, 2021. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2405844020319794>.
- Mies, Maria. *Patriarchy and Accumulation on a World Scale: Woman in the International Division of Labor*. 3rd edition. New York: Zed Books, 2014.
- Nanthini, S., and Tamara Nair. *COVID-19 and the Impacts on Women*. Singapura: S. Rajaratnam School of International Studies, July 5, 2020. Accessed April 8, 2021. <https://www.jstor.org/stable/resrep26875>.
- Natarajan, Swaminathan. "Covid-19 memicu ide akses internet 'jadi hak asasi manusia', jutaan orang alami kesenjangan hingga harus naik ke atap rumah." *BBC News Indonesia*. Last modified June 27, 2020. Accessed February 26, 2022. <https://www.bbc.com/indonesia/majalah-53189232>.
- van Ness, Maddie. "COVID-19 and Women's Mental Health: The Impact on Wellbeing, Disparities, and Future Implications." *Community Connection Magazine | Baylor University*. Last modified April 1, 2021. Accessed January 15, 2022. <https://www.baylor.edu/communityconnection/news.php?action=story&story=222809>.
- O'Donovan, Jo. "Women and Spirituality." *The Furrow* 40, no. 11 (1989): 651–657. <http://www.jstor.org/stable/27661628>.
- O'Reilly, Claire L., J. Simon Bell, Patrick J. Kelly, and Timothy F. Chen. "Exploring the Relationship between Mental Health Stigma, Knowledge and Provision of Pharmacy Services for Consumers with Schizophrenia." *Res Social Adm Pharm* 11, no. 3 (2015): 101–109.
- Özdin, Selçuk, and Şükriye Bayrak Özdin. "Levels and Predictors of Anxiety, Depression and Health Anxiety during COVID-19 Pandemic in Turkish Society: The Importance of

- Gender.” *The International Journal of Social Psychiatry* 66, no. 5 (August 2020): 504–511.
- Patel, Cynthia Joan, and Armas E. E. Shikongo. “Handling Spirituality/Religion in Professional Training: Experiences of a Sample of Muslim Psychology Students.” *Journal of Religion and Health* 45, no. 1 (March 23, 2006): 93. Accessed January 2, 2022. <https://doi.org/10.1007/s10943-005-9009-2>.
- Pluut, Helen, and Jaap Wonders. “Not Able to Lead a Healthy Life When You Need It the Most: Dual Role of Lifestyle Behaviors in the Association of Blurred Work-Life Boundaries With Well-Being.” *Frontiers in Psychology* 11 (2020). Accessed March 12, 2022. <https://www.frontiersin.org/article/10.3389/fpsyg.2020.607294>.
- . “Not Able to Lead a Healthy Life When You Need It the Most: Dual Role of Lifestyle Behaviors in the Association of Blurred Work-Life Boundaries With Well-Being.” *Frontiers in Psychology* 11 (2020): 1–15. Accessed December 4, 2022. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.607294>.
- Prabowo, Kevin A., Gabriela Ellenzy, Maria C. Wijaya, and Yudhistira P. Klopang. “Impact of Work from Home Policy during the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Reproductive Health of Women in Indonesia.” *International Journal of Sexual Health* 34, no. 1 (January 2, 2022): 17–26. Accessed December 3, 2022. <https://doi.org/10.1080/19317611.2021.1928808>.
- Prajuli, Wendy Andhika, Richa Vidya Yustikaningrum, and Dayu Nirma Amurwanti. “How Gender Socialization Is Improving Women’s Representation in Indonesia’s Foreign Affairs: Breaking the Ceiling.” *Australian Journal of International Affairs* 75, no. 5 (September 3, 2021): 527–545. Accessed December 4, 2022. <https://doi.org/10.1080/10357718.2021.1893653>.
- Pusat Pendidikan dan Pelatihan Kementerian Luar Negeri Republik Indonesia. “Pusdiklat Make the New Normal Together.” *What’s on in Pusdiklat*, May 2020. Accessed March 2, 2022. <https://kemlu.go.id/download/L3NpdGVzL3B1c2F0L0RvY3VtZW50cy9NYWphbGFoL1doYXRzJTlWt24vd28lMjBtZWklMjByZXYlMjA0LnBkZg==>.
- Qibtiyah, Alimatul. *Feminisme Muslim Di Indonesia*. Yogyakarta: Suara Muhammadiyah, 2019.
- Rahman, Tabassum, M. D. Golam Hasnain, and Asad Islam. “Food Insecurity and Mental Health of Women during COVID-19: Evidence from a Developing Country.” *PLOS ONE* 16, no. 7 (July 29, 2021): e0255392. Accessed January 15, 2022. <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0255392>.
- Resti. “Wawancara.” Zoom, 10 2022.
- Ritzer, George, and Jeffrey N. Stepnisky. *Sociological Theory*. 10th edition. Los Angeles: SAGE Publications, Inc, 2017.

- Rohmaniyah, Inayah. "Fatima Mernisi: Menembus Batas, Mendobrak Tradisi Dan Doktrin Agama Patriarki." In *Melintas Batas: Suara Perempuan, Agensi, Dan Politik Solidaritas*, edited by Rachmi Diyah Larasati and Ratna Noviani. Jakarta: KPG, 2021.
- Rowatt, Wade, and Lee A. Kirkpatrick. "Two Dimensions of Attachment to God and Their Relation to Affect, Religiosity, and Personality Constructs." *Journal for the Scientific Study of Religion* 41, no. 4 (2002): 637–651. Accessed January 4, 2022. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/1468-5906.00143>.
- Rowe, Dorothy. *The Way Out of Your Prison*. New York: Routledge, 2003.
- Salari, Nader, Amin Hosseinian-Far, Rostam Jalali, Aliakbar Vaisi-Raygani, Shna Rasoulpoor, Masoud Mohammadi, Shabnam Rasoulpoor, and Behnam Khaledi-Paveh. "Prevalence of Stress, Anxiety, Depression among the General Population during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review and Meta-Analysis." *Globalization and Health* 16, no. 1 (July 6, 2020): 57.
- Salim, Jonathan, Sutiono Tandy, Jannatin Nisa Arnindita, Jacobus Jeno Wibisono, Moses Rizky Haryanto, and Maria Georgina Wibisono. "Zoom Fatigue and Its Risk Factors in Online Learning during the COVID-19 Pandemic." *Medical Journal of Indonesia* 1, no. 1 (2022): 1–7. Accessed February 26, 2022. <https://mji.ui.ac.id/journal/index.php/mji/article/view/5703>.
- Setjen DPR RI. "Pengaruhutamakan Gender, Indonesia Masih Jauh dari Harapan." *Dewan Perwakilan Rakyat Republik Indonesia*. Last modified March 18, 2021. Accessed March 15, 2022. <http://www.dpr.go.id/berita/detail/id/32200>.
- Sidi, Budi Annisa. *Mainstreaming Mental Health Awareness in Human Resources Management within the Ministry of Foreign Affairs of Indonesia*. A final paper submitted in partial fulfillment of requirement for the completion of the mid-carrier diplomatic education and training (SESDILU). Jakarta: Center for Educational and Training the Ministry of Foreign Affairs Republic of Indonesia, 2021.
- Smith, Valerie, Jairus Reddy, Kenneth Foster, Edward T. Asbury, and Jennifer Brooks. "Public Perceptions, Knowledge, and Stigma Towards People with Schizophrenia." *Journal of Public Mental Health* 10, no. 1 (2011).
- Soares, Claudio N., and Brook Zitek. "Reproductive Hormone Sensitivity and Risk for Depression Across the Female Life Cycle: A Continuum of Vulnerability?" *Journal of Psychiatry & Neuroscience* 33, no. 4 (2008): 331–343.
- Song, Li-Yu, Ly-Yun Chang, Chaiw-Yi Shih, Chih-Yuan Lin, and Ming-Jeng Yang. "Community Attitude Toward Th EMentally Ill: The Result of A National Survey of The Taiwanese Population." *International Journal of Social Psychiatry* 51, no. 2 (2005): 162–176.
- Sukandar, Xenia A. Wijayanto, Lestari Nurhajati, Rani Chandra Oktaviani, and Rudi. *Perbincangan Isu Corona COVID-19 di Media Daring dan Media Sosial di Indonesia Big*

- Data Analysis*. LP3M LSPR, 2020. Accessed November 6, 2022. http://elibrary.lspr.edu/index.php?p=show_detail&id=4491&keywords=.
- Suryakusuma, Julia. *State Ibuism: The Social Construction of Womanhood in New Order Indonesia*. Jakarta: Komunitas Bambu, 2011.
- Taufik, and Hardi Warsono. "Birokrasi Baru Untuk New Normal: Tinjauan Model Perubahan Birokrasi Dalam Pelayanan Publik Di Era Covid-19." *DIALOGUE Jurnal Ilmu Administrasi Publik* 2, no. 1 (2020): 1–18.
- Thomas, Zoe. "WHO Says Fake Coronavirus Claims Causing 'Infodemic.'" *BBC News*. Last modified February 13, 2020. Accessed November 6, 2022. <https://www.bbc.com/news/technology-51497800>.
- Tong, Rosemarie. *Feminist Thought: A More Comprehensive Introduction*. Third Edition. United States of America: Westview Press, 2009.
- Trivedi, Madhukar H. "The Link between Depression and Physical Symptoms." *Primary Care Companion to the Journal of Clinical Psychiatry* 6, no. Suppl 1 (2004): 12–16.
- Verkuyten, Maykel. *The Social Psychology of Ethnic Identity*. New York: Psychology Press, 2005.
- Warouw, Nicolaas. "Negotiating Modernity: Women Workers, Islam and Urban Trajectory in Indonesia." *Islam and Cristian-Muslim Relation* 27, no. 3 (2016): 283–302. Accessed December 4, 2022. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/09596410.2016.1177974>.
- Widodo, Yohanes. "Pandemi, Keluarga, Dan Keintiman Digital." *DetikNews*. Last modified February 26, 2021. Accessed November 6, 2022. <https://news.detik.com/kolom/d-5470059/pandemi-keluarga-dan-keintiman-digital>.
- Wieringa, Saskia. "IBU or the Beast: Gender Interests in Two Indonesian Women's Organizations." *Feminist Review* 41, no. 1 (July 1, 1992): 98–113. Accessed December 4, 2022. <https://doi.org/10.1057/fr.1992.33>.
- Xiong, Jiaqi, Orly Lipsitz, Flora Nasri, Leanna M.W. Lui, Hartej Gill, Lee Phan, David Chen-Li, et al. "Impact of COVID-19 Pandemic on Mental Health in the General Population: A Systematic Review." *Journal of Affective Disorders* 277 (December 1, 2020): 55–64. Accessed November 6, 2022. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7413844/>.
- Yoshio, Alfons. "Survei: Work from Home Picu Jam Kerja Bertambah dan Kelelahan Mental." *katadata*. Last modified November 8, 2020. Accessed February 23, 2022. <https://katadata.co.id/ariemega/berita/5fa7cf815a0e8/survei-work-from-home-picu-jam-kerja-bertambah-dan-kelelahan-mental>.
- Yustrianthe, Rahmawati H. "Pengaruh Flexible Work Arrangement Terhadap Role Conflict, Role Overload, Reduced Personal Accomplishment, Job Satisfaction Dan Intention To Stay."

Jurnal Bisnis dan Akuntansi 10, no. 3 (2008). Accessed November 6, 2022.
<https://jurnaltsm.id/index.php/JBA/article/view/226>.

Yusuf, Ah. “Stigma Masyarakat Tentang Gangguan Jiwa” Presented at the Seminar Keperawatan: Peran Perawat dalam Menghadapi Trend dan Issue Kesehatan Jiwa di Era MEA, Surabaya, 2017.

COVID-19 and the Future of Business: Executive Epiphanies Reveal Post-Pandemic Opportunities. USA: IBM Institute for Business Value, 2020.

