

Studi Kasus Strategi *Work-Life Balance* Pilot Perempuan yang Mempunyai Multi Peran

Abstrak

Kompleksitas multi peran yang dimiliki oleh pilot perempuan akan menimbulkan *stressor* yang berdampak pada munculnya gangguan-gangguan fisik, mental, maupun dalam interaksi sosial. Hal ini merupakan masalah utama yang dapat menimbulkan kerugian; fisik, psikologis maupun materi baik bagi diri pribadi maupun organisasi. Untuk mengatasi permasalahan tersebut diperlukan adanya upaya (strategi) untuk menyeimbangkan tuntutan peran pada pilot perempuan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi yang digunakan pilot perempuan dalam membangun *work-life balance* dan fakto-faktor yang mempengaruhi tercapainya *work-life balance*. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan desain penelitian *case study* dan melibatkan empat pilot perempuan. Hasil penelitian menunjukkan adanya strategi *work-life balance* yang digunakan oleh partisipan untuk mengatasi konflik pekerjaan, keluarga, diri sendiri dan sosial. Strategi tersebut yaitu memiliki komitmen terhadap keluarga dan pekerjaan, berpegang pada nilai-nilai agama, mempermudah aktivitas sesuai kebutuhan, mendelegasikan tugas untuk aktivitas tertentu, melakukan beberapa aktivitas dalam waktu bersamaan, mengerjakan hobi dan melakukan aktivitas sosial. Selain itu juga ditemukan faktor-faktor yang mendukung tercapainya *work-life balance*, yaitu dukungan keluarga, dukungan organisasi dan dukungan sosial.

Kata Kunci : Strategi *work-life balance*, pilot perempuan, multi peran

Case Study of the Women's Pilot Work-Life Balance Strategy Which Has Multi Roles

Abstract

The multi-role complexity possessed by woman pilot will cause stressors that have an impact on the emergence of physical, mental, and social interactions. This is the main problem that cause physical, psychological and material harm to both individuals and organizations. To overcome this problem, strategies are needed to balance the demands of the role of the woman pilot. This study aims to determine the strategies used by woman pilot in building work-life balance and the factors that influence the achievement of work-life balance. This research is a qualitative research with a case study research design and involves four women pilot. The results of the study indicate the existence of a work-life balance strategy used by participants to overcome work, family, self and social conflicts. The strategies are having commitment to family and work, adhering to religious values, facilitating activities as needed, delegating tasks for certain activities, carrying out several activities at the same time, doing hobbies and doing social activities. In addition, there are also factors that support the achievement of work-life balance; family support, organizational support and social support.

Keywords: Work-life balance strategy, woman pilot, multi roles