

KESEIMBANGAN PEKERJAAN-KELUARGA DAN KEPUASAN PERNIKAHAN PADA ISTRI YANG BEKERJA

Syifa Salsabila¹, Maya Khairani², Kartika Sari³, Zaujatul Amna⁴

¹Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala

¹salsabilasyifa71@gmail.com, ²khairani.maya@usk.ac.id

¹082290447871, ²085261502720

Abstrak

Istri yang bekerja menjadi salah satu isu dalam rumah tangga yang berpotensi menimbulkan konflik dan dapat menyebabkan ketidakpuasan dalam pernikahan. Oleh karena itu dibutuhkan strategi dalam menyeimbangkan karier dan keluarga agar terbentuk keharmonisan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi keseimbangan pekerjaan-keluarga dengan kepuasan pernikahan pada istri yang bekerja. Penelitian korelasional ini menggunakan Work-Family Balance Scale dan ENRICH Marital Satisfaction Scale untuk mengumpulkan data. Sebanyak 101 istri yang bekerja terlibat dalam penelitian dengan kriteria berstatus menikah, berusia 20-40 tahun, memiliki anak, bekerja lima hari dalam satu minggu dan delapan jam dalam sehari. Pemilihan partisipan dalam penelitian ini dilakukan melalui teknik pemilihan sampel purposif. Data kemudian dianalisis dengan teknik korelasi Spearman Rho melalui aplikasi JASP 0.16.4.0 for windows. Hasil analisis menunjukkan korelasi positif dan signifikan antara keseimbangan pekerjaan-keluarga dengan kepuasan pernikahan pada istri yang bekerja.

Kata Kunci: keseimbangan pekerjaan-keluarga, kepuasan pernikahan, istri yang bekerja

Abstract

An employed wives is one of the issues in the household that has the potential to cause conflict and can cause dissatisfaction in the marriage. Therefore, a strategy is needed to balance career and family to create harmony. This study seeks to examine the correlation between work-family balance and marital satisfaction among employed wives. Utilizing a correlational research design, data were collected using the Work-Family Balance Scale and the ENRICH Marital Satisfaction Scale. A total of 101 wives were involved in the study with the criteria of being married, aged 20-40 years, having children, working five days a week and eight hours a day. The selection of participants in this research was carried out using a purposive sampling technique. The data obtained were analyzed using the Spearman Rho correlation technique via the JASP 0.16.4.0 for Windows application. The analysis results indicated a positive and significant correlation between work-family balance and marital satisfaction among employed wives.

Keywords: work-family balance, marital satisfaction, employed wives

Received:
2025-02-10

Revised:
2025-03-15

Accepted:
2025-05-24

Published:
2025-05-28

Sitasi APA: Salsabila, S., Khairani, M., Sari, K., Amna, Zaujatul. (2025). Keseimbangan pekerjaan-keluarga dan kepuasan pernikahan pada istri yang bekerja. *Dinamika Psikologis: Jurnal Ilmiah Psikologis*. 2(1), 57-68. <https://doi.org/10.26486/jdp.v2i1.4723>

PENDAHULUAN

Masa dewasa awal menjadi periode kehidupan penting yang menghadapi individu dengan berbagai keputusan terkait karier dan hubungan antar pribadi (Papalia & Olds, 1998), terutama pada area pekerjaan dan pernikahan (Newman & Newman, 2006). Pernikahan merupakan komitmen legal antara dua individu dengan ikatan emosional untuk saling berbagi keintiman fisik, emosional, tanggung jawab, dan sumber pendapatan (Olson dkk., 2011). Perkembangan ekonomi yang sangat pesat mendorong istri terlibat dalam pemenuhan kebutuhan rumah tangganya (Rizqi & Santoso, 2022) sehingga banyak istri yang bekerja pada sektor publik

(Fala et al., 2020). Hal tersebut menjadi salah satu alasan yang mendorong lebih banyak istri yang bekerja sebagai sarana mengaktualisasikan diri, meraih kebahagiaan, mengisi waktu luang, dan membantu keuangan keluarga (Paputungan, 2013). Hal ini diperkuat dengan hasil survei Angkatan Kerja Nasional pada Agustus 2024 bahwa tingkat partisipasi kerja perempuan mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2023 yaitu dari 54 juta menjadi 57 juta perempuan bekerja (Ketenagakerjaan, 2024).

Peningkatan partisipasi perempuan dalam dunia kerja menyebabkan banyak istri harus menjalani peran ganda sebagai pekerja sekaligus ibu rumah tangga (Larasati et al., 2020). Kondisi ini berpotensi menimbulkan berbagai bentuk konflik serta menuntut pengalokasian waktu dan energi yang lebih besar untuk memenuhi tanggung jawab di ranah publik maupun domestik (Greenhaus et al., 2012). Peran ganda ini dapat memengaruhi kepuasan pernikahan sehingga diperlukan manajemen konflik yang baik untuk menyelesaikan konflik pekerjaan-keluarga (Larasati et al., 2020).

Kepuasan pernikahan merupakan aspek subjektif dalam hubungan suami istri yang mencerminkan perasaan bahagia, rasa puas, serta pengalaman menyenangkan yang dialami bersama dalam kehidupan pernikahan (Fowers & Olson, 1993). Fowers dan Olson (1993) mengemukakan bahwa terdapat sepuluh aspek yang membentuk kepuasan pernikahan, yaitu: masalah kepribadian, kesetaraan peran, komunikasi, penyelesaian konflik, pengelolaan keuangan, kegiatan waktu luang, hubungan seksual, pengasuhan anak, hubungan dengan keluarga dan teman, serta orientasi keagamaan. Kepuasan dalam pernikahan menjadi faktor penting dalam suatu pernikahan (Ardhianita & Andayani, 2005; Veronika & Afdal, 2021). Hal ini membutuhkan usaha resiprokal antara suami dan istri untuk saling memenuhi kebutuhan akan cinta dan kasih sayang dengan saling memberi perhatian (Mubina & Anisatuzzulfi, 2020) sehingga terjaga kelekatan yang menimbulkan kepuasan pernikahan (Fitrizia, 2019; Soraiya et al., 2016). Istri dapat merasakan kepuasan dalam pernikahan jika suaminya lebih komunikatif dan terbuka, baik pikiran maupun perasaannya (Wardhani, 2012) dan menunjukkan bahwa dapat menyesuaikan diri dalam hubungan pernikahan (Retiara et al., 2016). Komunikasi yang efektif, keyakinan beragama, manajemen keuangan dalam keluarga dapat memengaruhi kepuasan pernikahan (Veronika & Afdal, 2021). Kepuasan pernikahan akan tercapai apabila di dalam hubungan pernikahan memiliki keintiman, gairah, dan komitmen sehingga setiap individu menunjukkan kepedulian dan dukungan terhadap pasangannya (Fitrizia, 2019).

Salah satu isu yang berisiko menimbulkan konflik dalam rumah tangga adalah istri yang bekerja sehingga berpotensi menyebabkan ketidakpuasan pernikahan dan konflik pernikahan (Handayani, 2013). Saudi dan Umar (2022) menjelaskan bahwa istri yang bekerja kerap mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan suami dan anak, yang pada akhirnya dapat

memicu ketegangan dalam hubungan pernikahan. Sementara itu, Purba dkk. (2020) melaporkan bahwa proporsi istri bekerja yang mengalami ketidakpuasan pernikahan (54,4 persen) lebih tinggi dibandingkan dengan yang merasa puas dalam pernikahannya (45,6 persen). Temuan ini menunjukkan bahwa istri bekerja dihadapkan pada rutinitas kerja yang padat, seperti keterikatan waktu, beban pekerjaan yang tinggi, serta tuntutan tenggat dan target pekerjaan. Sementara di sisi lain, keluarga juga membutuhkan waktu dan perhatian. Kedua kondisi tersebut dapat memicu konflik. Oleh karena itu, dibutuhkan keseimbangan karier dan pekerjaan dengan waktu untuk keluarga agar tercapai keharmonisan dalam hidup (Puspitasari, 2009).

Setiap pasangan suami istri tentunya mendambakan pernikahan harmonis yaitu kehidupan pernikahan yang mampu beradaptasi, saling menerima, dan saling memahami (Saidiyah et al., 2016). Demikian pula keharmonisan dalam kehidupan keluarga dan pekerjaan menjadi dambaan setiap pasangan. Namun, tidak dipungkiri bahwa setiap individu sering kali kesulitan membatasi antara wilayah kerja dengan wilayah keluarga. Kajian mengenai dinamika antara pekerjaan dan kehidupan keluarga dikenal dengan istilah *work-family balance*, yang menggambarkan dua ranah berbeda namun saling berhubungan. Dalam konteks ini, individu perlu mampu mengatur serta menetapkan batas antara keduanya, sekaligus membangun hubungan dengan orang lain baik di lingkungan kerja maupun di rumah (Clark, 2000). Pada naskah ini penulis menerjemahkan *work-family balance* ke dalam bahasa Indonesia menjadi keseimbangan pekerjaan-keluarga. Grzywacz & Carlson (2007) mendeskripsikan keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga sebagai kemampuan individu untuk memenuhi harapan peran yang telah disepakati dan dibagi bersama pasangannya, baik dalam konteks pekerjaan maupun kehidupan keluarga. Keseimbangan ini mencakup dua dimensi utama, yaitu: a) Konflik pekerjaan-keluarga (*work to family conflict*), yang merujuk pada kondisi ketika individu mengalami kesulitan, keterbatasan waktu, dan tekanan akibat tumpang tindihnya tanggung jawab antara peran di tempat kerja dan dalam keluarga, sehingga menimbulkan konflik; dan b) Pengayaan pekerjaan terhadap keluarga (*work to family enrichment*), yaitu situasi ketika pengalaman atau keterampilan yang diperoleh dari satu peran mampu meningkatkan kualitas hidup dan kinerja individu dalam peran lainnya (Grzywacz & Carlson, 2007).

Keseimbangan pekerjaan-keluarga juga dipahami sebagai kondisi di saat individu dapat mengelola waktu, perhatian, dan energinya untuk mendapatkan hasil memuaskan sehingga pekerjaan dan tugas rumah tangga dapat diselesaikan dengan baik (Handayani, 2013). Istri yang bekerja menghadapi tantangan besar terkait tuntutan dan tekanan dari pekerjaan dan keluarga yang memungkinkan kepuasan terhadap pernikahan akan menurun (Ginanjari et al., 2020). Kepuasan yang dirasakan individu dalam pernikahan menunjukkan terpenuhinya harapan, keinginan, dan tujuan pernikahan, baik secara penuh maupun sebagian (Wijayanti, 2016).

Keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga membantu individu dalam memenuhi tuntutan peran, baik di lingkungan pekerjaan maupun dalam keluarga (Grzywacz & Carlson, 2007).

Berdasarkan pemaparan sebelumnya sudah banyak kajian tentang kepuasan pernikahan yang dihubungkan dengan variabel lain, seperti kelekatan (Fitrizia, 2019; Soraiya et al., 2016), *self-disclosure* (Wardhani, 2012), dan stres (Fala et al., 2020; Mukhtiqal & Khairani, 2023; Novenia & Ratnaningsih, 2017). Begitu pula kajian keseimbangan pekerjaan-keluarga yang dikaitkan dengan variabel kualitas hidup (Greenhaus et al., 2003), dukungan sosial (Novenia & Ratnaningsih, 2017), dan *work engagement* (Nurhidayat, 2018). Namun, penelitian yang menghubungkan keseimbangan pekerjaan-keluarga dengan kepuasan pernikahan di Indonesia sejauh penelusuran peneliti masih terbatas. Penelitian (Ginjar et al., 2020) menemukan bahwa terdapat korelasi yang positif antara keseimbangan pekerjaan-keluarga dan kepuasan pernikahan pada 181 istri yang memiliki pekerjaan di Jabodetabek. Penelitian ini memiliki kesamaan pada variabel yang diteliti, yaitu keseimbangan pekerjaan – keluarga dan kepuasan pernikahan, tetapi yang membedakan yaitu lokasi penelitian di Banda Aceh dan Aceh Besar yang memiliki kultur dan aturan berbeda dengan lokasi penelitian Ginjar dkk. Penelitian ini mengajukan hipotesis bahwa terdapat hubungan positif antara keseimbangan pekerjaan-keluarga dengan kepuasan pernikahan pada istri yang bekerja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini telah melalui proses protokol etik dan memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala tertanggal 3 Januari 2023 dengan nomor surat 103/EA/FK/2022. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional yang melibatkan partisipan sebanyak 101 orang. Partisipan diperoleh dengan teknik pemilihan sampel purposif dengan kriteria perempuan yang berstatus menikah, berusia 20 hingga 40 tahun, memiliki anak, bekerja lima hari dalam satu minggu, delapan jam dalam sehari, berdomisili di Banda Aceh dan Aceh Besar. Secara teknis partisipan dalam penelitian diberikan *informed consent* sebelum diminta mengisi data diri dan mengisi instrumen penelitian.

Data dikumpulkan menggunakan dua instrumen, yaitu Work-Family Balance Scale (Carlson et al., 2009) dan ENRICH Marital Satisfaction (EMS) Scale (Fowers & Olson, 1993). Work-Family Balance Scale terdiri dari 6 butir pernyataan memiliki nilai reliabilitas $\alpha=0,825$ dengan indeks daya beda sebesar 0,527-0,665. Contoh pernyataan Work-Family Balance Scale “Saya dapat memenuhi harapan yang diberikan oleh atasan dan keluarga kepada saya”. Skala EMS terdiri dari 15 butir pernyataan dengan nilai reliabilitas $\alpha=0,902$ dengan indeks daya beda

sebesar 0,268-0,788. Contoh pernyataan Skala EMS “Saya dan pasangan sangat memahami satu sama lain”.

Kedua instrumen yang digunakan merupakan instrumen berbahasa Inggris tetapi dalam penelitian ini instrumen telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia melalui proses *forward* dan *backward translation*, serta telah melalui proses tinjauan ahli. Kedua instrumen juga diujicoba terlebih dulu kepada 60 sampel uji coba sebelum digunakan untuk pengumpulan data penelitian. Analisis data ini menggunakan uji asumsi yaitu uji normalitas dengan teknik Exploratory Data Analysis (EDA) dan uji linearitas ANOVA test for linearity, serta uji hipotesis menggunakan uji non-parametrik dengan teknik Spearman.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pengumpulan data yang dilakukan terhadap 101 istri yang bekerja, dapat dilihat data demografi (usia, pekerjaan, dan domisili) pada tabel 1.

Tabel 1. Data Demografi Sampel Penelitian

Deskripsi	Jumlah	%	Total
Usia			101
26 – 30 tahun	22	21,8	
31 – 35 tahun	34	33,7	
36 – 40 tahun	45	44,6	
Pekerjaan			101
PNS	63	62,4	
Pramubakti	1	1,0	
Tenaga Honor	1	1,0	
Tenaga Kontrak	36	35,6	
Domisili			101
Banda Aceh	74	73,3	
Aceh Besar	27	26,8	

Berdasarkan perolehan data melalui dua skala (Work-Family Balance dan EMS Scale) dapat di lihat kategori keseimbangan pekerjaan-keluarga dan kepuasan pernikahan pada tabel 2.

Tabel 2. Kategorisasi Keseimbangan Pekerjaan- Keluarga dan Kepuasan Pernikahan

Kategori	Keseimbangan Pekerjaan- Keluarga			Kepuasan Pernikahan		
	Rentang Skor	Frekuensi	%	Rentang Skor	Frekuensi	%
Rendah	$X < 14$	3	3,0	$X < 35$	5	5,0
Sedang	$14 \leq X < 22$	25	24,8	$35 \leq X < 55$	38	37,6
Tinggi	$X \geq 22$	73	72,3	$X \geq 55$	58	57,4

Hasil uji normalitas menggunakan teknik EDA yaitu dengan melihat nilai skewness-kurtosis menunjukkan bahwa pada variabel keseimbangan pekerjaan-keluarga pada alat ukur Work-

Family Balance Scale memiliki nilai skewness = -1,91332 dan nilai kurtosis = 1,702991. Adapun variabel kepuasan pernikahan pada alat ukur EMS Scale menunjukkan bahwa nilai skewness = -4,12576 dan nilai kurtosis = 3,572069. Adapun ketentuan pada teknik EDA, suatu data dapat dikatakan normal apabila nilai skewness dan kurtosis tidak melebihi dari skor $\pm 2,58$. Selanjutnya dapat dilihat pada analisis data penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa nilai skewness dan kurtosis pada variabel keseimbangan pekerjaan-keluarga berdistribusi secara normal, sedangkan analisis data penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa nilai skewness dan kurtosis pada variabel kepuasan pernikahan tidak berdistribusi secara normal. Hal ini dapat diartikan bahwa sebaran data dalam penelitian ini, dikatakan tidak berdistribusi secara normal.

Hasil uji linearitas menggunakan ANOVA menunjukkan bahwa keseimbangan pekerjaan-keluarga dengan kepuasan pernikahan memiliki nilai signifikansi $p = 0,005$ ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan terdapat hubungan yang linear antara variabel keseimbangan pekerjaan-keluarga dengan kepuasan pernikahan.

Berdasarkan hasil uji normalitas dan linearitas maka uji hipotesis analisis data penelitian menggunakan teknik korelasi Spearman. Analisis data menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $(r) = 0,279$ dengan nilai signifikansi $(p) = 0,005$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara keseimbangan pekerjaan-keluarga dan kepuasan pernikahan yang berarti semakin tinggi skor keseimbangan pekerjaan-keluarga yang diperoleh, maka semakin tinggi pula tingkat kepuasan pernikahan yang dimiliki oleh istri yang bekerja dan sebaliknya. Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas keseimbangan pekerjaan-keluarga responden penelitian berada pada kategori tinggi sebesar 72,3 persen sisanya pada kategori sedang sebesar 24,8 persen dan kategori rendah sebesar 3 persen. Untuk variabel kepuasan pernikahan, mayoritas responden berada pada kategori tinggi sebesar 57,4 persen, dan sisanya berada pada kategori sedang sebesar 37,6 persen dan rendah sebesar 5 persen.

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara keseimbangan pekerjaan dan keluarga dengan tingkat kepuasan pernikahan pada istri yang bekerja. Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang juga mengidentifikasi adanya korelasi positif antara kedua variabel tersebut (Ginjar et al., 2020; Husna & Karyani, 2022; Yucel, 2017). Penelitian (Ginjar et al., 2020) melaporkan bahwa semakin baik keseimbangan pekerjaan dan keluarga, semakin tinggi pula kepuasan pernikahan yang dirasakan. Sementara itu, (Husna & Karyani, 2022) menemukan bahwa dukungan sosial serta keseimbangan pekerjaan-keluarga berkontribusi positif terhadap kepuasan pernikahan. Selain itu, (Yucel, 2017) menegaskan bahwa kedua dimensi keseimbangan pekerjaan-keluarga—yakni konflik dan pengayaan (*enrichment*)—memiliki pengaruh langsung dan signifikan terhadap kepuasan pernikahan. Temuan ini menggambarkan bahwa ketika tingkat keseimbangan pekerjaan-keluarga tinggi maka tingkat kepuasan pernikahan akan semakin tinggi

pula. Keseimbangan pekerjaan-keluarga menghadirkan berbagai tantangan, baik bagi individu maupun pasangan, yang membebani hubungan dan pernikahan. Kepuasan pernikahan sangat berkaitan dengan cara pasangan menegosiasikan tuntutan dan tanggung jawab pekerjaan-keluarganya (Saginak & Saginak, 2005).

Keseimbangan antar peran dalam keluarga dan pekerjaan berpotensi memberikan pengaruh terhadap tingkat kepuasan pernikahan (Beham & Drobnič, 2010). Kepuasan pernikahan disebut pula sebagai kriteria sebuah pernikahan dapat bertahan lama (Ardhianita & Andayani, 2005). Individu yang mencapai kepuasan dalam pernikahan cenderung memiliki kondisi kesehatan fisik dan mental yang lebih baik (Fatma et al., 2015) serta dapat mengatasi stres dalam hubungan dengan baik (Srisusanti & Zulkaida, 2013). Keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga merupakan kondisi di mana individu mampu menjalankan perannya dengan baik sekaligus merasakan kepuasan terhadap peran tersebut (Handayani, 2013).

(Pujiastuti & Retnowati, 2004) mengemukakan bahwa istri yang bekerja dan sudah berkeluarga cenderung menginginkan pembagian peran yang seimbang sesuai dengan kontribusi sebagai pencari nafkah. Namun, istri yang bekerja mendapat tekanan hidup dengan menghabiskan banyak waktu dan energi yang membuat kesulitan dalam hal membagi peran di pekerjaan dan keluarga (Saudi & Umar, 2022). Selain itu, peran perempuan dalam pekerjaan memberikan dampak yang positif dalam keluarga seperti meningkatkan kesejahteraan keluarga dan dapat memberikan dampak positif bagi perempuan yang bekerja ketika di tempat kerja seperti dapat mengelola stres dan menurunkan tekanan pekerjaan yang menyebabkan stres (Lim et al., 2012).

Secara deskriptif hasil penelitian ini menemukan dominasi sampel penelitian (72,3 persen) memiliki keseimbangan pekerjaan-keluarga yang berada dalam kategori tinggi. Hasil ini mendukung temuan (Ginanjari et al., 2020) bahwa mayoritas istri berada pada kategori keseimbangan pekerjaan-keluarga yang tinggi (70,7 persen). Individu yang mampu menjaga keseimbangan antara pekerjaan-keluarga cenderung mengalami tingkat stres yang rendah dalam melaksanakan perannya serta memiliki kualitas hidup yang lebih baik (Greenhaus et al., 2003). Ketidakmampuan istri dalam menyeimbangkan berbagai perannya dapat membuatnya rentan terhadap stress dan menyebabkan muncul konflik peran (Chen & Li, 2012). Hal ini membuktikan bahwa pada aspek kehidupan keluarga, tuntutan berbagai peran dapat memengaruhi kepuasan keluarga, kepuasan hidup dan kepuasan pernikahan (Waismel-Manor et al., 2016). Penelitian (Mukhtiqal & Khairani, 2023) menemukan bahwa situasi stres pada pasangan berkaitan dengan kepuasan dalam pernikahan.

Berdasarkan hasil penelitian ini menemukan bahwa 58 subjek (57,4 persen) mengalami tingkat kepuasan pernikahan yang tinggi, yang berarti lebih dari setengah partisipan memiliki kepuasan pernikahan yang baik. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang

menunjukkan bahwa wanita cenderung memiliki kepuasan yang tinggi (Sudarto, 2014; Wijayanti, 2016). Begitu pula temuan (Ginanjari et al., 2020) bahwa mayoritas istri merasa puas dengan pernikahannya (84,5 persen).

Dalam proses penelitian, penulis menyadari keterbatasan dan kekurangan yang dihadapi, seperti proses pengambilan data secara tidak langsung pada sebagian sampel penelitian dikarenakan arahan dari pihak instansi pemerintah. Hal ini diasumsikan membuat persepsi yang berbeda terhadap instruksi pengisian alat ukur bila dibandingkan dengan sampel penelitian yang memperoleh instruksi langsung dari tim peneliti. Menurut Azwar (2013) dalam hal ini menjelaskan populasi istri yang bekerja di wilayah penelitian tidak diketahui, ukuran sampel ditetapkan sesuai batas minimal yang direkomendasikan dalam penelitian kuantitatif. Selain itu, penelitian ini sangat terbatas memperoleh informasi terkait data demografi partisipan. Saat pengumpulan data, peneliti hanya menanyakan data usia, pekerjaan dan alamat padahal banyak aspek lainnya dari demografi yang bisa jadi memberikan pengaruh terhadap kondisi istri yang bekerja seperti usia pernikahan, status pernikahan, jumlah anak, lama bekerja dan jenis pekerjaan. Beberapa keterbatasan ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan untuk penelitian selanjutnya.

KONTRIBUSI TEORITIS DAN ATAU PRAKTIS

Penelitian ini memberikan kontribusi secara teoritis kajian kepuasan pernikahan dapat menambah literatur dan menambah pemahaman yang lebih mendalam mengenai konsep tentang kepuasan pernikahan dan faktor-faktor yang memengaruhinya. Implikasi praktis dari hasil penelitian ini bermanfaat untuk merancang program konseling atau intervensi serta penyediaan pedoman bagi pasangan. Kemudian kajian kontribusi secara teoritis pada kajian keseimbangan antara kehidupan profesional perempuan sebagai seorang istri dan ibu dengan kehidupan personal dan keluarganya. Hal ini menjadi menarik karena dua kehidupan ini memiliki keterkaitan dan dapat saling memengaruhi. Kajian ini memiliki daya tarik tersendiri karena dengan perkembangan zaman, seiring meningkatnya jumlah istri yang menjalani peran ganda sebagai pekerja sekaligus ibu rumah tangga, sehingga kondisi kesehatan mental mereka perlu mendapat perhatian. Temuan penelitian ini memiliki manfaat praktis untuk pengembangan program edukasi dan konseling bagi individu atau pasangan yang sudah menikah maupun yang sedang mempersiapkan pernikahan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian dapat disimpulkan bahwa keseimbangan pekerjaan-keluarga berhubungan positif dengan kepuasan pernikahan pada istri yang bekerja. Hal

ini menunjukkan bahwa semakin tinggi keseimbangan pekerjaan-keluarga maka semakin tinggi pula kepuasan pernikahan yang dirasakan individu.

Terdapat beberapa saran dari peneliti, bagi istri yang bekerja diharapkan dapat mengatur prioritas, menjaga hubungan interpersonal yang baik, komunikasi yang terbuka, untuk saling menghargai baik dalam pekerjaan maupun keluarga, dengan cara mengatur peran agar tidak menimbulkan konflik yang dapat memengaruhi kepuasan dalam pernikahan.

Adapun saran ini ditujukan bagi peneliti selanjutnya yang bermaksud melakukan penelitian terkait keseimbangan pekerjaan-keluarga dan kepuasan pernikahan dapat menambahkan variabel mediator atau moderator, memperluas sampel dan konteks penelitian. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat mencatat beberapa informasi yang relevan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardhianita, I., & Andayani, B. (2005). Kepuasan pernikahan ditinjau dari berpacaran dan tidak berpacaran. *Jurnal Psikologi*, 32(2), 101–111.
- Beham, B., & Drobnič, S. (2010). Satisfaction with work-family balance among German office workers. *Journal of Managerial Psychology*, 25(6), 669–689. <https://doi.org/10.1108/02683941011056987>
- Chen, L. H., & Li, T. S. (2012). Role balance and marital satisfaction in taiwanese couples: An actor-partner interdependence model approach. *Social Indicators Research*, 107(1), 187–199. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9836-3>
- Clark, S. C. (2000). *Work/family border theory: A new theory of work/family balance*. Human Relations.
- Fala, M., Sunarti, E., & Herawati, T. (2020). Sumber stres, strategi koping, gejala stres, dan kepuasan perkawinan pada istri bekerja. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 13(1), 25–37. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.1.25>
- Fatma, S. H., Halimatus, E., Fakultas, S., Universitas, P., Negeri, I., Malik, M., & Pengantar, I. M. (2015). Perbedaan kebahagiaan pasangan pernikahan dengan persiapan dan tanpa persiapan pada Komunitas Young Mommy Tuban. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 10(1), 103-114.

- Fitrizia, S. (2019). Hubungan antara gaya kelekatan dan Cinta Sempurna Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan yang Dijodohkan. *Psikoborneo*, 7(1), 29–36.
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1993). ENRICH Marital Satisfaction Scale: A brief research and clinical tool. *Journal of Family Psychology*, 7(ue 2)).
- Ginanjar, A. S., Primasari, I., Rahmadini, R., & Astuti, R. W. (2020). Hubungan antara work-family conflict dan work-family balance dengan kepuasan pernikahan pada istri yang menjalani dual-earner family. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 13(2), 112–124. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.2.112>
- Greenhaus, J. H., Collins, K. M., & Shaw, J. D. (2003). The relation between work-family balance and quality of life. *Journal of Vocational Behavior*, 63(3), 510–531. [https://doi.org/10.1016/S0001-8791\(02\)00042-8](https://doi.org/10.1016/S0001-8791(02)00042-8)
- Greenhaus, J. H., Ziegert, J. C., & Allen, T. D. (2012). When family-supportive supervision matters: Relations between multiple sources of support and work-family balance. *Journal of Vocational Behavior*, 80(2), 266–275. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2011.10.008>
- Grzywacz, J. G., & Carlson, D. S. (2007). Conceptualizing work family balance: Implications for practice and research. *Advances in Developing Human Resources*, 9(4), 455–471. <https://doi.org/10.1177/1523422307305487>
- Handayani, A. (2013). Keseimbangan kerja keluarga pada perempuan bekerja: Tinjauan teori border. *Buletin Psikologi*, 21(2), 90–101.
- Husna, R., & Karyani, U. (2022). Hubungan dukungan sosial, keseimbangan kerja-keluarga, dan lama pernikahan dengan kepuasan pernikahan istri pada pasangan bekerja (dual-earner couple). *Jurnal Psikologi Integratif*, 10(2).
- Ketenagakerjaan, D. S. K. (2024). *Keadaan Angkatan Kerja di Indonesia Agustus 2024*.
- Larasati, D., Adi, M., Priadi, G., & Rossalia, N. (2020). Konflik kerja-keluarga pada istri yang bekerja dan menjalani long distance marriage. *Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA*.

- Lim, D. H., Choi, M., & Song, J. H. (2012). Work-family enrichment in Korea: Construct validation and status. *Leadership and Organization Development Journal*, 33(3), 282–299. <https://doi.org/10.1108/01437731211216470>
- Mubina, & Anisatuzzulfi. (2020). Kepuasan pernikahan pada wanita dewasa awal yang melakukan pernikahan kembali. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi*.
- Mukhtiqal, Z. Z., & Khairani, M. (2023). Dyadic stress dan kepuasan perkawinan pada perempuan muda: Studi di Aceh Selatan. *Syiah Kuala Psychology Journal*. 1(2), 103-116.
- Novenia, D., & Ratnaningsih, I. Z. (2017). Hubungan antara dukungan sosial suami dengan work-family balance pada guru wanita di SMA Negeri Kabupaten Purworejo. *Jurnal Empati*. 6(1), 97-103. <https://doi.org/10.14710/empati.2017.15140>
- Pujiastuti, E., & Retnowati, S. (2004). Kepuasan Pernikahan Dengan Depresi Pada Kelompok Wanita Menikah. *Humanitas: Indonesian Psychology Journal*. 1(2), 1-9.
- Puspitasari, H. (2009). Pengaruh Strategi Penyeimbangan antara Aktivitas Pekerjaan dan Keluarga terhadap Kesejahteraan Keluarga Subjektif pada Perempuan Bekerja di Bogor: Analisis Structural Equation Modelling. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*. 2(2), 111-121. <https://doi.org/10.24156/jikk.2009.2.2.111>
- Retiara, G. S., Khairani, M., & Yulandari, N. (2016). Asertivitas dan Penyesuaian Perkawinan pada Dewasa Awal di Aceh Tengah Assertiveness and Marital Adjustment of Young Adult in Central Aceh. *Jurnal Psikogenesis*, 4(2), 161-169.
- Rizqi, M. A., & Santoso, S. A. (2022). Peran Ganda Wanita Karir Dalam Manajemen Keluarga. *MANAJERIAL*, 9(01), 73. <https://doi.org/10.30587/manajerial.v9i01.3483>
- Saginak, K. A., & Saginak, M. A. (2005). Balancing Work and Family: Equity, Gender, and Marital Satisfaction. *The Family Journal*, 13(ue 2), 162–166. <https://doi.org/10.1177/1066480704273230>

- Saidiyah, S., Julianto, V., Marsda, J., & Yogyakarta, A. (2016). Problem Pernikahan dan Strategi Penyelesaiannya: Studi Kasus Pada Pasangan Suami Istri Dengan Usia Perkawinan Di Bawah Sepuluh Tahun. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(2), 124-133.
- Saudi, A. N. A., & Umar, M. F. R. (2022). Gambaran Kepuasan Pernikahan pada Istri Bekerja di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(1), 81–86. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i1.1436>
- Soraiya, P., Khairani, M., Rachmatan, R., Sari, K., & Sulistyani, A. (2016). Kelekatan dan Kepuasan Pernikahan Pada Dewasa Awal Di Kota Banda Aceh. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(1), 36-42. <https://doi.org/10.14710/jpu.15.1.36-42>
- Srisusanti, S., & Zulkaida, A. (2013). *Studi deskriptif mengenai faktor-faktor kepuasan pernikahan pada istri*. <http://www.tabloid-wanita-indonesia.com>
- Sudarto, A. (2014). Studi Deskriptif Kepuasan Perkawinan pada Perempuan yang Menikah Dini. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3(1), 1-15.
- Veronika, & Afdal. (2021). Analisis kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri yang bekerja. *Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 7(1), 81-85. <https://doi.org/10.29210/202121150>
- Waismel-Manor, R., Levanon, A., & Tolbert, P. S. (2016). The Impact of Family Economic Structure on Dual-Earners' Career and Family Satisfaction. *Sex Roles*, 75(7–8), 349–362. <https://doi.org/10.1007/s11199-016-0620-3>
- Wardhani. (2012). Self-disclosure dan kepuasan perkawinan pada istri di usia awal perkawinan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 1(1), 1-9.
- Wijayanti, I. (2016). Hubungan Antara Konflik Peran Ganda dengan Kepuasan Pernikahan Pada Wanita yang Bekerja sebagai Penyuluh di Kabupaten Purbalingga. *Jurnal EMPATI*, 5(2), 282-286. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15202>

Yucel, D. (2017). Work-family Balance and Marital Satisfaction: The Mediating Effects of Mental and Physical Health. *Society and Mental Health*, 7(3), 175–195.
<https://doi.org/10.1177/2156869317713069>