



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 4 Tahun 2023 Page 2836-2849

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Hubungan Dukungan Sosial Keluarga (Family Social Support) Terhadap Work Family Balance Pada Karyawan Yang Sudah Menikah

Icha Mayesti Sinaga

Fakultas Psikologi, Universitas HKBP Nommensen, Medan, Indonesia

Email : Mayestiicha21@gmail.com

Abstrak

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga (Family Social Support) terhadap Work Family Balance pada Karyawan yang Sudah Menikah. Data penelitian ini diolah dan dianalisis menggunakan analisis deskriptif dan statistic inferensial. Teknik pengambil sample yang digunakan dalam penelitian ini adalah propability sampling tepatnya menggunakan dengan teknik simple random sampling. Adapun karakteristik sampling yang digunakan oleh penulis yaitu : Wanita yang bekerja sekaligus menjadi ibu rumah tangga di Kota Medan. Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala psikologi, dimana responden diminta untuk memilih salah satu jawaban sesuai dengan karakteristik dirinya dengan cara memberi tanda silang (x). Berdasarkan hasil analisis korelasi Pearson Product Moment antar variabel Dukungan Sosial Keluarga dengan Work Family Balance, diketahui $r = 0,423$ dengan taraf signifikansi 0,000. Signifikansi atau p yang diperoleh sebesar 0,000 atau $p < 0,05$. Berdasarkan hasil penelitian, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima artinya terdapat hubungan signifikan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Work Family Balance pada karyawan yang sudah menikah di Kota Medan.

Kata Kunci: *Dukungan Sosial, Keluarga, Work Family Balance, Karyawan*

Abstract

The purpose of this study was to determine the relationship between Family Social Support and Work Family Balance among married female employees. The research data were processed and analyzed using descriptive analysis and inferential statistics. The sampling technique used in this study is probability sampling, precisely using simple random sampling technique. The sampling characteristics used by the author are: Women who work as well as being housewives in the city of Medan. The data collection technique used to obtain data in this study is to use a psychological scale, in which respondents are asked to choose one of the answers according to their characteristics by giving a cross (x). Based on the results of the Pearson Product Moment correlation analysis between the variables Family Social Support and Work Family Balance, it is known that $r = 0.423$ with a significance level of 0.000. The significance or p obtained was 0.000 or $p < 0.05$. Based on the results of the study, the hypothesis proposed in this study was declared accepted, meaning that there was a significant relationship between Family Social Support and Work Family Balance for married women in Medan City.

Keywords: *Social Support, Family, Work Family Balance, Employees*

PENDAHULUAN

Ditengah-tengah dinamika dunia yang terus berkembang, fenomena perempuan yang bekerja bukanlah hal yang baru dalam masyarakat. Seiring dengan perkembangan zaman dan pertumbuhan penduduk, kebutuhan akan pekerjaan untuk memenuhi biaya hidup semakin meningkat, oleh karena itu bekerja merupakan hal yang sangat penting (Josefsso et al., 2019). Dulu banyak yang berpandangan bahwa pria lebih aktif dalam kegiatan mencari nafkah, sedangkan wanita dikaitkan sebagai orang yang mengelola dan mengurus rumah tangga. Namun berdasarkan fakta dilapangan, banyak wanita yang selain melakukan pekerjaan rumah tetapi juga ikut aktif dalam mencari nafkah agar kebutuhan rumah tangga dapat terpenuhi dan untuk kebutuhan mengaktualisasikan diri (Diananda, 2019). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sofia (IN Estikasari & Pudjiati, 2021) alasan wanita bekerja yaitu untuk pemenuhan kebutuhan finansial, mengembangkan pengetahuan dan wawasan, memungkinkan aktualisasi kemampuan, memberikan kebanggaan diri dan kemandirian serta untuk kebutuhan aktualisasi diri. Hal ini sejalan dengan data yang dikeluarkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat, persentase wanita yang menjadi tenaga kerja profesional telah mencapai 35,57% pada 2022. Nilai ini meningkat dari tahun 2020 dengan presentase wanita bekerja sebesar 34,65%.

Wanita yang sudah menikah dan bekerja tidak luput dari permasalahan dan konsekuensi-konsekuensi sebagai ibu rumah tangga dan sebagai pekerja. Menurut noval (2014) masalah yang sering dialami wanita yang bekerja adalah persaingan dalam lingkungan

kerja, kesulitan dalam membagi waktu antara pekerjaan dengan keluarga terlebih lagi jika sudah mempunyai anak, kurang menikmati waktu luang, kurang bersosialisasi dengan lingkungan sosial serta perubahan terhadap gaya dan pola hidup. Namun tuntutan dari dalam diri dan pemenuhan kebutuhan finansial secara alami mendorong untuk membuat pilihan dalam mengambil dua peran yang berbeda di rumah dan di tempat kerja. Tuntutan ini menyerukan hal yang sama yaitu keberhasilan dalam dua peranan tersebut. Namun dalam hal ini wanita yang bekerja dan sudah menikah, tentu mempunyai peranan dan tugas-tugas rumah tangga yang sulit untuk diabaikan, sejalan dengan Viranda dan Sahrah (IN D.W.S, 2018) bahwa bekerja di luar rumah dapat menimbulkan masalah yang membuat wanita dilema apalagi pada wanita yang sudah menikah, akankah tetap dapat konsisten mengurus rumah tangga dan mengurus keluarga atau tetap bekerja sebagai wanita karir (Rohma & Syah, 2021).

Kedua peran tersebut membutuhkan tenaga, waktu dan perhatian karena aktivitasnya sehari-hari terpusat pada dua kegiatan dan di dua tempat yang berbeda. Di satu sisi, karyawan merupakan bagian dari sebuah instansi perusahaan atau organisasi tempat mengabdikan diri dan mencari penghasilan. Sementara itu, di sisi yang lain seorang pegawai juga menjadi bagian dan bertanggung jawab atas keluarga yang dimilikinya. Konsentrasi dan pembagian waktu harus dilakukan oleh pegawai agar keduanya dapat berjalan dengan seimbang (Sarina, 2018).

Keseimbangan antara pekerjaan dengan tanggung jawab sebagai ibu rumah tangga disebut sebagai work family balance. Work family balance merupakan sebuah keadaan dimana wanita merasa terikat dan puas terhadap perannya dalam pekerjaan maupun di keluarga (Widhigdo & Erawan, 2020). Selain itu, McDonald & Bradley (2005) menyatakan work family balance adalah sejauh mana individu merasa puas dan terlibat secara seimbang pada peran-perannya dalam pekerjaan maupun kehidupan lainnya di luar pekerjaan. Sedangkan Hudson mendefinisikan work family balance sebagai keterlibatan yang memuaskan atau kesesuaian antara berbagai peran dalam kehidupan seseorang. Greenhaus, Collins & Shaw (in Situngkir, 2018) menyebutkan bahwa terdapat tiga komponen dalam work family balance, yaitu: a) Keseimbangan waktu komponen ini menyangkut adanya keseimbangan antara waktu yang digunakan untuk melakukan peran individu dalam pekerjaan dan peran dalam keluarga; b) Keseimbangan keterlibatan komponen ini berkaitan dengan seimbangny keterlibatan individu secara psikologis dan komitmennya terhadap peran dalam pekerjaan maupun peran dalam keluarga; c) Keseimbangan kepuasan, komponen ini menekankan pada tingkat kepuasan individu yang seimbang dalam menjalankan perannya pada pekerjaan maupun peran dalam keluarga (Agustina, 2018).

Namun pada kenyataannya cukup sulit bagi wanita pekerja membagi waktu untuk pekerjaan, keluarga, dan diri sendiri serta membutuhkan usaha lebih besar untuk menyelesaikannya (Rahmahdianti & Rusli, 2020). Hal ini dibuktikan pada penelitian yang dilakukan oleh Khusdiana (2019) serta Bintang dan Astiti (2016) yang mengatakan bahwa karyawan wanita belum sepenuhnya memiliki keseimbangan kerja dan kehidupan yang dimana masih sulit membagi peran di dalam pekerjaan maupun di luar pekerjaan. Tuntutan kerja yang dimiliki oleh karyawan wanita seringkali membuat kesulitan untuk memenuhi tanggung jawabnya pada aspek kehidupan lain, seperti pada keluarga.

Ketidakmampuan individu dalam mencapai work family balance akan menimbulkan tingkat stres yang tinggi, kualitas hidup yang rendah dan efektivitas kerja yang menurun, sehingga berdampak pada meningkatnya intensitas turnover pada karyawan (Annishaliha, 2018).

Menurut Handayani, Alfiatin, Adiyanti & Himam (in Selan et al., 2020) untuk mencapai work family balance dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pengaturan waktu, tuntutan kerja dan dukungan sosial. Tercapainya work family balance pada wanita bekerja seringkali tidak terlepas dari adanya berbagai bentuk dukungan sosial. Menurut Sarafino dan Smith (2011) Salah satu jenis dukungan sosial adalah dukungan keluarga. Dukungan keluarga adalah kenyamanan, perhatian, penghargaan, pertolongan dan penerimaan dari keluarga yang membuat individu merasa dicintai dan menurut Friedman (in Faizati et al., 2022). Family Support adalah pemberian bantuan berupa perhatian, perilaku, materi, atau membina hubungan social yang baik (akrab) dari suami, anak, mertua, orang tua kandung dan sanak family sehingga individu merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai.

Terdapat penelitian terdahulu oleh Novenia, Ratnaningsih (2017) yang berjudul "Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami Dengan Work Family Balance Pada Guru Wanita Di SMA Negeri Kabupaten Purworejo". Penelitian ini dilakukan pada 100 orang guru wanita yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial suami dengan work-family balance pada guru wanita di SMA. Hasil uji penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial suami dengan work-family balance, $r_{xy} = 0,65$ dengan $p = 0,00$ ($p < 0,001$). Dukungan sosial suami memberikan sumbangan efektif sebesar 42,4% terhadap work family balance, sedangkan sisanya sebesar 57,6% dipengaruhi oleh faktor lain.

Menyadari arti pentingnya work family balance dalam menunjang keseimbangan kerja karyawan maka dari itu berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti ingin mengkaji lebih dalam mengenai hubungan family social support (dukungan keluarga) terhadap work family balance (Pelupessy et al., 2020). Dengan adanya family social support (dukungan

keluarga) tersebut sehingga perempuan, istri atau ibu yang bekerja agar dapat memiliki dukungan dalam pekerjaannya dan seimbang dalam menjalankan berbagai peran secara optimal.

METODE PENELITIAN

Data penelitian ini diolah dan dianalisis menggunakan analisis deskriptif dan statistic inferensial. Analisis deskriptif dilakukan dengan mendeskripsikan data yang telah terkumpul tanpa membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum sedangkan analisis inferensial dilakukan dengan menguji hipotesis penelitian dengan menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment (Tranggono, 2022). Sebelum dilakukan pengujian hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yakni uji normalitas dan uji linearitas dan dilanjutkan dengan uji hipotesis data.

Populasi dalam penelitian ini adalah karyawan yang sudah menjadi ibu rumah tangga di Kota Medan. Teknik pengambil sample yang digunakan dalam penelitian ini adalah propability sampling tepatnya menggunakan dengan teknik simple random sampling. Menurut Sugiyono (2019) Simple Random Sampling adalah pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Adapun karakteristik sampling yang digunakan oleh penulis yaitu : Wanita yang bekerja sekaligus menjadi ibu rumah tangga di Kota Medan. Berdasarkan hasil pengumpulan data diatas dapat diketahui jumlah sampel minimal sebesar 177.

Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala psikologi, dimana responden diminta untuk memilih salah satu jawaban sesuai dengan karakteristik dirinya dengan cara memberi tanda silang (x). Skala psikologi adalah suatu prosedur pengambilan data yang mengungkapkan konstruk atau konsep psikologi yang menggambarkan aspek kepribadian individu (Darmayanti et al., 2020). Skala pada penelitian ini adalah skala model Likert, dimana dalam skala model Likert ini terdiri 4 alternatif jawaban, yakni Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Teknik pengambilan subjek menggunakan metode Simple Random Sampling yaitu pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Adapun karakteristik sampling dalam

penelitian ini yaitu wanita yang bekerja sekaligus menjadi ibu rumah tangga di Kota Medan yang berjumlah 200 orang responden.

Setelah data terkumpul, selanjutnya peneliti melakukan analisis data namun sebelumnya terlebih dahulu dilakukan pendeskripsian responden penelitian berdasarkan rentang usia dan pekerjaan setelah itu dilakukan uji asumsi terhadap Dukungan Sosial Keluarga dan Work Family Balance yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas.

Tabel 1.Deskripsi Subjek Penelitian

No	Profesi	Jumlah (Orang)	Persentase (%)
1.	Karyawan Swasta	118	59%
2.	Guru / Dosen	39	19,5%
3.	Pegawai Negeri Sipil	28	14%
4.	Tenaga Kesehatan	15	7,5%
	Jumlah	200	100%

Uji Asumsi

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah ada data variabel penelitian memiliki distribusi normal atau tidak, dengan kata lain dapat diketahui tingkat kewajaran penyimpangan yang terjadi dalam pengukuran terhadap sampel. Uji normalitas ini dilakukan dengan menggunakan uji one-sample Kolmogorov-Smirnov dengan bantuan SPSS for Window 22. Kategori yang digunakan dalam uji normalitas ini adalah jika $p > 0,05$ maka data dikatakan normal dan sebaliknya jika $p < 0,05$ maka sebaran dikatakan tidak normal. Hasil uji normalitas pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 2. Uji Normalitas one-sample Kolmogorov-Smirnov Dukungan Sosial Keluarga dan Work Family Balance

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		200
Normal	Mean	.0000000
Parameter	Std. Deviation	11.13228031
$s^{a,b}$		
Most	Absolute	.075
Extreme	Positive	.043
Difference	Negative	-.075
s		
Test Statistic		.075
Asymp. Sig. (2-tailed)		.008 ^c

Berdasarkan uji normalitas diketahui nilai signifikansi $0,008 > 0,005$, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal dan dapat diketahui bahwa data dalam penelitian ini memenuhi syarat uji normalitas.

Uji Linearitas

Uji linearitas berguna untuk mengetahui linearitas hubungan antara variabel Dukungan sosial Keluarga dengan Work Family Balance. Uji linearitas dilakukan dengan melihat dari nilai linearitas F hitung lebih besar dibanding F tabel atau $p < 0,05$. Hasil uji linearitas dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3. Linieritas Hubungan Variabel Dukungan Sosial Keluarga dan Work Family Balance

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	21642.695	2	10821.348	25.354	.000 ^b
Residual	8408.100	197	42.681		
Total	30050.795	199			

a. Dependent Variable: work
b. Predictors: (Constant), DFFIT, dukungan

Hasil uji linearitas hubungan variabel dukungan sosial keluarga dengan work family balance pada karyawan di Kota Medan diperoleh nilai signifikansinya $0,000 < 0,005$, maka variabel dukungan keluarga dan work family balance bersifat linear

Analisis Korelasi

Uji korelasi bertujuan untuk menguji hubungan antara dua variabel yang berdata rasio ataupun data kuantitatif yaitu data yang berisi angka sesungguhnya. Uji korelasi digunakan dengan Uji Korelasi Pearson Product Moment bertujuan untuk membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan work family balance. Untuk mengetahui terdapat hubungan atau tidak dapat dilihat dari nilai signifikan dan seberapa besar hubungannya dapat dilihat dengan nilai r . Berikut hasil tabel uji korelasi menggunakan Pearson Product Moment :

Tabel 4. Uji Hipotesis Dukungan Sosial Keluarga dan Work Family Balance

		Correlations	
		Dukungan Sosial Keluarga	Work Family Balance
dukunga n	Pearson Correlation	1	.423**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	200	200
work	Pearson Correlation	.423**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	200	200

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil analisis korelasi Pearson Product Moment antar variabel Dukungan Sosial Keluarga dengan Work Family Balance, diketahui $r = 0,423$ dengan taraf signifikansi 0,000. Signifikansi atau p yang diperoleh sebesar 0,000 atau $p < 0,05$. Berdasarkan hasil penelitian, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan diterima artinya terdapat hubungan signifikan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Work Family Balance pada karyawan yang sudah menikah di Kota Medan. Selain itu, dapat dilihat juga bahwa nilai correlation pearson dari variabel penelitian sebesar $r = 0,423$ sehingga dapat dikatakan bahwa korelasi antar variabel Dukungan Sosial Keluarga dengan Work Family Balance adalah positif, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi work family balance, begitu juga sebaliknya. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dinyatakan di terima.

Pembahasan

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan korelasi Pearson Product Moment dan hasil penelitian yang dilakukan dapat diketahui bahwa hipotesis diterima yaitu terdapat hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Work Family Balance pada karyawan yang sudah menikah dengan hasil uji statistik diketahui bahwa nilai tingkat signifikansi $0,000 < 0,005$ hipotesis ini diterima dengan diperolehnya koefisien determinasi sebesar 0,423. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Work Family Balance pada karyawan yang sudah menikah sebesar 42,3%. Diterimanya hipotesis ini tentu saja memberikan satu temuan yang serupa dimana pada penelitian sebelumnya diketahui bahwa terdapat hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Work Family Balance (Angelia & Arianti, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 200 responden diketahui bahwa Dukungan Sosial Keluarga pada karyawan yang sudah menikah di Kota Medan berada pada kategori tinggi, yang berarti karyawan di Kota Medan memiliki dukungan atau dorongan yang positif dari orang-orang terdekatnya yaitu keluarga. Begitu pula dengan Work Family Balance yang berada pada kategori tinggi yang berarti bahwa karyawan yang sudah menikah memiliki keseimbangan atau mampu dalam menjalankan perannya antara dalam keluarga dan pekerjaannya. Sarafino dan Smith (dalam Nurhikmah et al., 2022) mengatakan dukungan keluarga adalah kenyamanan, perhatian, penghargaan, pertolongan dan penerimaan dari keluarga yang membuat individu merasa dicintai. Beberapa ahli juga berpendapat bahwa dukungan sosial keluarga adalah kesediaan orang-orang terdekat yang memberikan bantuan berupa saran, nasehat yang diterima oleh secara verbal maupun non verbal sebagai wujud perhatian, penghargaan, dan kasih sayang, yang menerima dukungan merasa diperhatikan, dihargai dan disayangi.

Hasil penelitian terdahulu oleh Nugraha & Rini (2021) yang dilakukan kepada anggota polisi wanita di Polda Jatim yang berjumlah 100 orang responden, menyatakan terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan work family balance. Sejalan dengan hasil penelitian ini terdapat hubungan yang positif bahwa semakin tinggi tingkat dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi pula work-family balance yang dimiliki karyawan. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial keluarga maka semakin rendah work-family balance yang dimiliki karyawan. Johnson & Johnson (dalam Nanik et al., 2022) mengatakan dukungan sosial keluarga adalah keberadaan keluarga yang bisa diandalkan untuk dimintai bantuan, dorongan, dan penerimaan apabila individu mengalami kesulitan.

Berdasarkan penelitian dilihat dari rentang usia, subjek penelitian yang paling banyak adalah dengan rentang usia 18-40 tahun dengan kategori Dukungan Sosial Keluarga yang tinggi. Dan dengan rentang usia tersebut didapat hasil penelitian Work Family Balance yang tinggi juga. Barnett dan Hyde (dalam Lisa Astini et al., 2022) mengemukakan manfaat tercapainya work-family balance adalah dapat meningkatkan kualitas hidup seseorang, dan dapat melindungi dari dampak negatif pada salah satu peran dan mampu menyeimbangkan dua peran. Dukungan Sosial Keluarga merupakan salah satu hal yang membuat wanita dapat mencapai work-family balance.

Berdasarkan hasil penelitian dilihat dari jenis pekerjaan, didominasi oleh wanita yang bekerja diperusahaan Swasta. Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan Pekerja Swasta memiliki Dukungan Sosial Keluarga yang tinggi dengan Work Family Balance yang tinggi pula. Diikuti oleh Guru/Dosen yang memiliki Dukungan Sosial Keluarga yang tinggi dengan Work Family Balance yang tinggi. Begitu juga untuk Pegawai Negeri Sipil dan tenaga kesehatan yang memiliki Dukungan Sosial Keluarga yang tinggi dan Work Family Balance yang tinggi juga. Paramono (2018) menyatakan lingkungan pekerjaan diperusahaan swasta memiliki motif utama proses organisasinya adalah mendapatkan keuntungan sebesar-besarnya, sedangkan pada pekerja di negeri motif utamanya adalah untuk melayani masyarakat, dimana keuntungan tidaklah menjadi dasar proses organisasinya. Berdasarkan hal tersebutlah yang menjadi salah satu dasar para pekerja wanita swasta memiliki dukungan sosial suami yang tinggi agar tidak menimbulkan masalah baik dikantor ataupun dirumah.

Berdasarkan kategorisasi aspek-aspek dukungan sosial keluarga, ditemukan bahwa aspek yang memiliki kategorisasi paling tinggi adalah aspek dukungan emosional yaitu berupa bentuk ungkapan kepedulian atau perhatian dan rasa empati yang diberikan oleh keluarga. Dukungan ini melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian, sehingga yang menerima dukungan merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan. Dukungan ini berupa perilaku memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluhan orang lain, Sarafino (Utami, 2022). Diikuti oleh aspek dukungan instrumental pada kategori tinggi yang berarti bahwa dukungan sosial keluarga merupakan suatu bentuk dukungan yang berupa pemberian bantuan secara langsung seperti bantuan uang atau materi lainnya. Lalu aspek dukungan penghargaan juga ada pada kategori tinggi yang dimana dukungan diberikan melalui ungkapan penghargaan positif, yang melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju, dorongan maju dan penilaian positif terhadap ide-ide, pendapat perasaan dan performa orang lain. Serta adanya perbandingan positif dari individu dengan orang lain. Dan yang terakhir adalah aspek dukungan informatif yaitu ungkapan untuk memberikan sebuah nasehat, memberikan saran atau petunjuk. Dukungan yang terdiri dari pemberian

nasihat, pengarahan, saran, atau umpan balik mengenai apa yang dilakukan oleh orang lain serta bagaimana cara memecahkan persoalan. Hal ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Abendroth dan den Dulk (dalam Nisa, 2021) mengemukakan bahwa instrumental dan emotional support mampu meningkatkan work life balance pada pekerja. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa emotional family support terbukti memberikan dampak positif terhadap keseimbangan kehidupan dan kerja, dukungan tersebut berupa dukungan emosional seperti, hubungan yang baik dengan keluarga dan sedikitnya konflik mengenai tugas-tugas rumah tangga. Hasil tersebut juga di dukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Seiger dan Wiese (2009). Dalam hasil penelitiannya, dukungan social yang berasal dari pasangan, anggota keluarga, teman, dan rekan kerja cenderung memengaruhi seseorang dalam menyeimbangkan perannya, sehingga dapat mengurangi terjadinya konflik akibat dari berbagai tuntutan peran sebagai karyawan sekaligus ibu rumah tangga.

Berdasarkan aspek Work Family Balance, aspek yang memiliki kategori paling tinggi yaitu aspek keseimbangan kepuasan dimana seseorang merasa puas jika peran-peran yang dijalani berjalan secara beriringan. Hal ini sejalan dengan Rumangkit, & Zuriana (2019) dimana keseimbangan kepuasan yang dirasakan oleh pegawai yaitu adanya rasa puas akan hasil kerja yang maksimal dan peran yang terpenuhi di dalam keluarga akan meningkatkan tingkat komitmen organisasi seorang pegawai. Kedua yaitu aspek keseimbangan waktu yang berarti keseimbangan antara waktu yang digunakan untuk melakukan peran dalam pekerjaan dan kehidupan lain di luar pekerjaan seperti mampu meluangkan waktu untuk anak, suami serta teman sehingga interaksi sosial dengan orang lain dapat terjalin dengan baik. Karakteristik keseimbangan waktu yang dimiliki oleh pegawai antara lain yaitu mereka masih memiliki waktu bersama dengan keluarga, bertemu dengan teman-teman, atau sekedar melakukan hobinya tanpa mengganggu waktunya ketika mereka bekerja (Rumangkit, & Zuriana, 2019). Dan yang terakhir yaitu aspek keseimbangan keterlibatan yaitu seimbanganya keterlibatan individu secara psikologis dan komitmennya terhadap peran dalam pekerjaan dan kehidupan lain di luar pekerjaan. Dimana jika seseorang memilih untuk menjalankan dua peran maka seseorang tersebut juga harus terlibat antara keduanya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang "Hubungan Dukungan Sosial Keluarga terhadap Work Family Balance pada Karyawan yang Sudah Menikah" maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil analisa koefisien korelasi diketahui bahwa ada hubungan positif antara Dukungan sosial keluarga dan work family balance pada karyawan yang sudah menikah di Kota Medan. Dari hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi ($r = 0,423$). Artinya semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi work family balance. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa tingkat signifikansi sebesar 0,000 yang berarti ($p < 0,05$) sehingga hipotesis yang diajukan dapat diterima
2. Berdasarkan kategorisasi Dukungan sosial keluarga dan work family balance pada karyawan yang sudah menikah di Kota Medan secara umum memiliki Dukungan Sosial Keluarga yang tinggi yaitu sebanyak 149 orang (74,5%) dan yang memiliki Work Family Balance pada kategori tinggi sebanyak 117 orang (58,5%).
3. Berdasarkan kategorisasi aspek-aspek dukungan sosial keluarga, aspek yang memiliki kategori tertinggi adalah aspek dukungan emosional yaitu sebanyak 200 orang (100%). Diikuti oleh aspek dukungan instrumental sebanyak 130 orang (65%).
4. Berdasarkan kategorisasi aspek-aspek work family balance, aspek yang memiliki kategori tertinggi adalah aspek keseimbangan kepuasan yaitu sebanyak 112 orang (56%). Lalu diikuti oleh aspek keseimbangan waktu yaitu sebanyak 88 orang (44%).

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, N. (2018). Well-Being; Studi Sosiodemografi Di Kecamatan Getasan. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 2(2). <https://doi.org/10.30651/jkm.v2i2.948>
- Angelia, S., & Arianti, R. (2022). Gambaran Psychological Well-Being Pada Remaja Di Dusun Krasak Yang Tidak Melanjutkan Pendidikan Formal. *Inquiry: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(02), 59–72. <https://doi.org/10.51353/inquiry.v12i02.353>
- Annishaliha, W. O. N. (2018). *Stres Dan Psychological Well-Being Wanita Single Parent Karena Bercerai*. University Of Muhammadiyah Malang. <http://eprints.umm.ac.id/id/eprint/42657>
- Budiarti, E., & Hanoum, M. (2019). Koping Stres Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kesejahteraan Psikologis Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. *Soul: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 11(1), 44–61.
- D.W.S, F. P. (2018). Psychological Well-Being Wanita Dewasa Lajang (Ditinjau Dari Empat Tipe Wanita Lajang Menurut Stein). *Motiva Jurnal Psikologi*, 1(1), 28.

<https://doi.org/10.31293/Mv.V1i1.3494>

- Dani, R. A., & Aryono, M. M. (2019). Hubungan Psychological Well Being Dengan Loneliness Pada Lansia Yang Memilih Melajang. *Proyeksi*, 14(2), 162. <https://doi.org/10.30659/Jp.14.2.162-171>
- Darmayanti, K. K. H., Insan, I., Winata, E. Y., Prasetyo, D. T., Sakti, P., & Rosandi, F. H. (2020). Perbandingan Kebahagiaan Berdasarkan Pada Perbedaan Gender Dan Status Pernikahan. *Jurnal Penelitian Kesejahteraan Sosial*, 19(3).
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal Istighna*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/Istighna.V1i1.20>
- Estikasari, P., & Pudjiati, S. R. R. (2021). Gambaran Psikologis Remaja Selama Sekolah Dari Rumah Akibat Pandemi Covid-19. *Psikobuletin:Buletin Ilmiah Psikologi*, 2(1), 23. <https://doi.org/10.24014/Pib.V2i1.11750>
- Faizati, S. Q., Sa'diyah, G. A. R., Prihatini, F. F., & Khusna, H. K. (2022). Kesejahteraan Psikologis Ibu Yang Memiliki Anak Disleksia (Studi Kasus Pada Film Wonderful Life). *Martabat: Jurnal Perempuan Dan Anak*, 6(1), 126–151. <https://doi.org/10.21274/Martabat.2022.6.01.126-151>
- Josefsson, T., Ivarsson, A., Gustafsson, H., Stenling, A., Lindwall, M., Tornberg, R., & Böröy, J. (2019). Effects Of Mindfulness-Acceptance-Commitment (Mac) On Sport-Specific Dispositional Mindfulness, Emotion Regulation, And Self-Rated Athletic Performance In A Multiple-Sport Population: An Rct Study. *Mindfulness*, 10(8), 1518–1529. <https://doi.org/10.1007/S12671-019-01098-7>
- Larasati, N. A., Qodariah, L., & Joefiani, P. (2021). Studi Deskriptif Mengenai Parenting Self-Efficacy Pada Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Autism Spectrum Disorder. *Journal Of Psychological Science And Profession*, 5(1), 1–10.
- Lisa Astini, Nur Afni Safarina, & Ella Suzanna. (2022). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Wanita Menikah Dari Keluarga Bercerai. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(1), 21–30. <https://doi.org/10.29080/Jpp.V13i1.685>
- Nanik, N., Surijah, E. A., Natalya, L., & Chrisyanti, M. (2022). Efek Mediasi Ketakutan Menjadi Lajang Dalam Hubungan Antara Stereotip Negatif Dan Kesejahteraan Psikologi Perempuan Lajang. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 11(1), 1–19. <http://repository.ubaya.ac.id/Id/Eprint/42519>
- Nisa, S. R. (2021). Hubungan Social Comparison Dengan Body Dissatisfaction Pada Pengguna Instagram Dewasa Awal Di Kota Malang. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. <http://etheses.uin-malang.ac.id/Id/Eprint/30798>
- Nurhikmah, N., Taibe, P., & Zubair, A. G. H. (2022). Gambaran Psychological Well-Being Pada

- Wanita Dewasa Madya Lajang Bersuku Bugis. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(1), 95–106.
- Pelupessy, D., Hartono, S. S. B., & Yang, Y. (2020). Psychological Well-Being And The Sense Of Community Among Displaced (Women) Natural Disaster Survivors. *Jurnal Sains Psikologi*, 9(1), 46–56.
- Rahmahdianti, R., & Rusli, D. (2020). Gratitude Dan Psychological Well-Being Pada Ibu Bekerja Yang Memiliki Anak Tunagrahita. *Jurnal Riset Psikologi*, 2020(1). <https://doi.org/10.24036/jrp.v2020i1.7968>
- Rohma, R. N., & Syah, A. M. (2021). Psychological Well Being Pada Wanita. *Conseils: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 1(1), 21–30.
- Sari, I., & Suarya, L. (2018). Hubungan Antara Social Comparison Dan Harga Diri Terhadap Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 265–277.
- Sarina, S. (2018). Gambaran Psychological Well-Being Pekerja Sosial Dian Bersinar Foundation Medan. *Jurnal Diversita*, 4(1), 16. <https://doi.org/10.31289/diversita.v4i1.1567>
- Selan, M. T., Nabuasa, E., & Damayanti, Y. (2020). Subjective Well-Being Pada Wanita Dewasa Awal Yang Belum Menikah. *Journal Of Health And Behavioral Science*, 2(3), 213–226.
- Situngkir, J. H. G. (2018). *Perbedaan Kualitas Hidup Ditinjau Dari Status Pernikahan Pada Masyarakat Di Kelurahan Bantan Medan*.
- Tranggono, A. (2022). *Pengaruh Psychological Well Being Terhadap Loneliness Pada Mahasiswa Rantau Di Kota Makassar*. Universitas Bosowa. <http://localhost:8080/Xmlui/Handle/123456789/2294>
- Utami, L. T. (2022). Keberadaan Pendidikan Inklusi Di Sekolah Dasar Saat Ini. *Exponential (Education For Exceptional Children) Jurnal Pendidikan Luar Biasa*, 3(2), 374–380.
- Yani, A. I. (2021). *Psychological Well-Being Mahasiswa Ma'had Al-Jami'ah lain Bengkulu*. Uin Fas Bengkulu. <http://repository.lainbengkulu.ac.id/id/eprint/6794>