

PERAN DUKUNGAN SOSIAL DAN KECERDASAN EMOSI TERHADAP *WORK-LIFE BALANCE* PADA PEKERJA WANITA

Kadek Martadian Santyafatni
Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

ABSTRAK

Pada era globalisasi saat ini, peluang kerja semakin terbuka bagi setiap orang dari berbagai kalangan, terutama pada kaum wanita. Peningkatan jumlah wanita yang bekerja tentu memunculkan berbagai konsekuensi, terutama pada wanita yang telah berkeluarga. Salah satu konsekuensi yang dapat terjadi adalah kurang mampunya pekerja wanita dalam menyeimbangkan perannya dalam pekerjaan dengan berbagai aspek kehidupan pribadi lainnya. Wanita yang bekerja diharapkan dapat menyeimbangkan antara perannya dalam pekerjaan dengan berbagai aspek kehidupan lain, seperti relasi sosial dan keluarga (*work-life balance*). Adanya keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan diluar pekerjaan penting dimiliki untuk menghindari terjadinya konflik antara pekerjaan dan kehidupan pribadi. Melihat betapa pentingnya *work-life balance*, maka penting bagi pekerja wanita untuk dapat menyeimbangkan dan merasa puas dengan perannya dalam pekerjaan maupun kehidupan pribadi lainnya. Tercapainya *work-life balance* pada pekerja wanita tidak terlepas dari adanya dukungan sosial yang diberikan oleh beberapa pihak, seperti pasangan, keluarga, teman, atau komunitas organisasi (Sarafino & Smith, 2010). Selain dukungan sosial, kecerdasan emosi juga merupakan hal yang penting untuk dimiliki oleh wanita yang memutuskan untuk bekerja. Kecerdasan emosi merupakan salah satu faktor internal yang berasal dari dalam diri individu yang memiliki pengaruh dalam tercapainya *work-life balance*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan analisis regresi berganda, yang bertujuan untuk menguji *work-life balance* yang ditinjau dari dukungan sosial dan kecerdasan emosi pada pekerja wanita. Responden dalam penelitian ini adalah pekerja wanita yang telah menikah. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah kuota sampling. Instrumen penelitian ini menggunakan tiga buah skala, yaitu skala *work-life balance*, dukungan sosial dan kecerdasan emosi. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa dukungan sosial dan kecerdasan emosi merupakan prediktor dari *work-life balance* pada pekerja wanita. Pengaruh kedua prediktor adalah sebesar 42.3% terhadap peningkatan maupun penurunan *work-life balance* pada pekerja wanita.

Kata kunci: *work-life balance*, dukungan sosial, kecerdasan emosi, pekerja wanita



UNIVERSITAS
GADJAH MADA

Peran Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosi terhadap Work-life Balance pada Pekerja Wanita
KADEK MARTADIAN S, Dr. Bagus Riyono, M.A., Psikolog
Universitas Gadjah Mada, 2018 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

THE ROLE OF SOCIAL SUPPORT AND EMOTIONAL INTELLIGENCE ON WORK-LIFE BALANCE OF WORKING WOMEN

Kadek Martadian Santyafatni
Faculty of Psychology Universitas Gadjah Mada

ABSTRACT

In this era of globalization, there is an increasing employment opportunities to everyone, especially to women. The increasing number of working women, especially married women, raises a variety of consequences. One of the consequences is the working women unable to balance their roles at work with other aspects of their personal lives. Working women are expected to balance their roles at work with other aspects of life, such as social and family relations (work-life balance). The existence of a balance between work and life beyond important work is held to avoid conflict between work and personal life. Given the importance of work-life balance, it is important for women workers to balance and be satisfied with their role in work and personal life. The achievement of work-life balance in working women is inseparable from the social support provided by several parties, such as spouse, family, friends, or organizational community (Sarafino & Smith, 2010). In addition to social support, emotional intelligence is also an important thing for women who decide to work. Emotional intelligence is one of the internal factors that come from within the individual which has influence in achieving work-life balance. This quantitative research is using multiple regression analysis which aims to test work-life balance in terms of social support and emotional intelligence in working women. Respondents in this study were married working women. The sampling method used in this research is quota sampling. This research instrument uses three scales: work-life balance, social support, and emotional intelligence scale. The results of this study state that social support and emotional intelligence are predictors of work-life balance of working women. The influence of both predictors is 42.3% on the increase and decrease in work-life balance of working women.

Keywords: work-life balance, social support, emotional intelligence, working women