

**PERAN STRES KERJA TERHADAP KESEIMBANGAN KERJA –
KELUARGA PADA IBU BEKERJA DENGAN KECERDASAN EMOSI
SEBAGAI MODERATOR**

Nanda Rafidah & Sofia Retnowati
Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

ABSTRAK

Stres yang bersumber dari tekanan pekerjaan dapat menghalangi ibu bekerja untuk mencapai keseimbangan peran pada pekerjaan dan keluarganya. Dengan demikian, diperlukan kecerdasan emosi untuk meminimalisir risiko tersebut. Peneliti tertarik untuk mengetahui apakah kecerdasan emosi mampu memoderatori peran stres kerja terhadap keseimbangan kerja–keluarga. Alat ukur pada penelitian ini adalah skala keseimbangan kerja-keluarga, skala stres kerja dan skala kecerdasan emosi yang telah dimodifikasi. Hasil *Moderated Regression Analysis* (MRA) yang dilakukan terhadap data empiris 166 ibu bekerja, menunjukkan peningkatan sumbangan efektif atau R^2 dari 0,080 hingga menjadi 0,174 ($p < 0,05$) dengan koefisien regresi sebesar 0,034 ketika *product* (hasil perkalian stres kerja dan kecerdasan emosi) terlibat dalam lapangan regresi. Kesimpulan penelitian ini adalah kecerdasan emosi terbukti mampu memoderatori peran stres kerja. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima.

Kata Kunci: keseimbangan kerja-keluarga, stres kerja, kecerdasan emosi, ibu bekerja

**THE ROLE OF WORK STRESS IN WORK-FAMILY BALANCE AMONG
WORKING MOTHER WITH EMOTIONAL INTELLIGENCE AS MODERATOR**

Nanda Rafidah & Sofia Retnowati
Faculty of Psychology Universitas Gadjah Mada

ABSTRACT

Stress that caused by work pressure blocks working mother to reach balancing their work and family roles. So that, emotional intelligence is needed to minimize the risk. Researchers want to see that emotional intelligence is able to moderate the negative role of work stress in work-family balance. The instruments in this research are a modified scale of work-family balance, work stress and emotional intelligence. The result of Moderated Regression Analysis (MRA) to 166 empiric data of working mother shows that increasing of R^2 from 0,080 to 0,174 ($p < 0,05$) and regression coefficient is 0,034 when product (multiplication result of work stress and emotional intelligence) involved in regression analysis. The conclusion of this research is that emotional intelligence is able to moderate the role of work stress in work-family balance. Therefore, the hypothesis in this research is accepted.

Key words: *work-family balance, work stress, emotional intelligence, working mother*