

Komitmen Pernikahan dan Komunikasi Interpersonal sebagai Prediktor Kesejahteraan Psikologis pada Wanita Bekerja yang Telah Menikah

Grace Bastian*, Sri Aryanti Kristianingsih, Margaretta Erna Setianingrum

Satya Wacana Christian University, Indonesia

gracebastian.gb@gmail.com*

Submitted: 2026-01-09 Revised: 2026-02-14 Published: 2026-03-01 Keywords: Komitmen pernikahan, komunikasi interpersonal, kesejahteraan psikologis, wanita bekerja Copyright holder: © Author/s (2026) This article is under:  How to cite: Bastian, G., Kristianingsih, S. A., & Setianingrum, M. E. (2026). Komitmen Pernikahan dan Komunikasi Interpersonal sebagai Prediktor Kesejahteraan Psikologis pada Wanita Bekerja yang Telah Menikah. <i>Bulletin of Counseling and Psychotherapy</i>, 8(1). https://doi.org/10.51214/002026081773000 Published by: Kuras Institute E-ISSN: 2656-1050	ABSTRACT: Married working women face multiple role demands that can potentially impact their psychological well-being. Work pressures, family responsibilities, and relationship dynamics with their partners make marital quality a crucial factor in maintaining psychological health. This study aims to examine the role of marital commitment and interpersonal communication as predictors of psychological well-being in married working women. The research method used was a quantitative approach with a predictive design through a cross-sectional survey. The study participants were 318 married working women. Data were collected using a psychological well-being scale, a marital commitment scale, and an interpersonal communication scale. Data analysis used multiple linear regression. The results showed that marital commitment and interpersonal communication simultaneously significantly predict the psychological well-being of working women ($R^2 = 0.092$). This finding indicates that the higher the marital commitment and the more effective the interpersonal communication in the marital relationship, the better the perceived psychological well-being. Therefore, strengthening the quality of marital relationships through increased commitment and interpersonal communication is crucial in efforts to improve the psychological well-being of working women.
--	--

PENDAHULUAN

Dalam beberapa dekade terakhir, partisipasi wanita dalam dunia kerja menunjukkan peningkatan yang konsisten, baik di Indonesia maupun secara global. Pergeseran sosial-ekonomi serta meningkatnya kesadaran mengenai kesetaraan gender mendorong semakin banyak wanita untuk berkarier di berbagai sektor profesional (Wardana & Magriasti, 2024). Data Badan Pusat Statistik (BPS) pada Februari 2024 mencatat tingkat partisipasi angkatan kerja wanita mencapai 55,41%, meningkat sekitar 1% dibandingkan tahun 2023. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin banyak wanita yang terlibat dalam aktivitas ekonomi di luar ranah domestik. Secara demografis, kelompok usia yang paling aktif dalam dunia kerja adalah wanita berusia 25 tahun ke atas, yaitu individu dalam tahap dewasa produktif yang umumnya telah menyelesaikan pendidikan, memasuki fase karier yang relatif stabil, dan menjalani kehidupan pernikahan (Halloran, 2024).

Pada kelompok usia tersebut, terdapat wanita yang bekerja dengan status lajang maupun telah menikah dan memiliki anak (Mariyanti & Ratnaningtyas, 2022). Peningkatan partisipasi wanita dalam dunia kerja juga diikuti tantangan yang berkaitan dengan peran ganda. Banyak perempuan bekerja tidak hanya karena dorongan aktualisasi diri, tetapi juga akibat tuntutan

ekonomi keluarga yang menuntut kontribusi finansial tambahan serta kebutuhan akan pengakuan sosial (Harmanda & Sari, 2024). Kompleksitas kebutuhan rumah tangga dan meningkatnya dinamika kehidupan modern, terutama di wilayah perkotaan, membuat perempuan tidak hanya menjalankan fungsi domestik, tetapi juga peran publik secara bersamaan (Laksono dkk., 2022).

Bagi wanita bekerja yang telah menikah, tuntutan peran menjadi lebih kompleks. Selain mengelola tanggung jawab rumah tangga dan relasi dengan pasangan, mereka juga berperan sebagai pengasuh utama anak-anak serta memiliki kewajiban sosial terhadap keluarga besar (Aiman & Basaria, 2024). Kondisi ini menambah tekanan dalam menjalankan karier. Upaya untuk mengintegrasikan, mengatur, dan menyeimbangkan berbagai tuntutan peran sebagai istri, ibu, dan profesional sering menimbulkan tekanan psikologis dan emosional (Rahmayati, 2021). Wanita bekerja yang sudah menikah kerap menghadapi kesulitan dalam mempertahankan keseimbangan antara urusan domestik dan pekerjaan (Khairunnisa & Darmawanti, 2024). Selain itu, kapasitas individu dalam menjaga kesejahteraan psikologis sangat bervariasi; tidak semua wanita memiliki strategi koping yang memadai untuk mengatasi tuntutan sehari-hari (Astini, Sarafina & Suzanna, 2022). Ketidakmampuan mempertahankan kesejahteraan psikologis dapat berdampak pada kualitas interaksi dengan anggota keluarga dan mengganggu keharmonisan rumah tangga (Marheni, 2021). Dalam konteks pernikahan, kemampuan menjaga keseimbangan emosional dan membangun relasi yang sehat berkontribusi besar pada peningkatan kesejahteraan psikologis pasangan serta terhadap stabilitas hubungan (Olya & Nanang, 2024).

Optimalisasi kesejahteraan psikologis pada wanita bekerja tidak semata-mata ditentukan oleh kemampuan mengatur waktu dan beban kerja, tetapi juga oleh kualitas hubungan perkawinan (Sari & Nugroho, 2024). Dalam hal ini, komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal menjadi fondasi penting yang menopang ketahanan emosi dan keharmonisan keluarga (Ehsani dkk., 2023). Bagi wanita bekerja, kedua aspek tersebut berperan signifikan mengingat mereka sering berhadapan dengan konflik peran antara tuntutan pekerjaan dan tanggung jawab keluarga (Hosseini dkk., 2023). Komitmen pernikahan berfungsi sebagai sumber stabilitas emosional dan ketahanan psikologis yang membantu individu tetap mampu menghadapi stres serta menekan penurunan kesejahteraan saat konflik peran terjadi (Obrenovic dkk., 2020). Sementara itu, komunikasi interpersonal yang efektif memungkinkan pasangan menyelesaikan konflik, mengklarifikasi pembagian peran, serta menyesuaikan ekspektasi sehingga meminimalkan dampak negatif konflik peran terhadap kondisi psikologis (Azarnik dkk., 2024).

Kesejahteraan psikologis sebagaimana dijelaskan oleh Ryff (1995) meliputi berbagai dimensi seperti penerimaan diri, relasi positif, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Faktor-faktor seperti karakteristik demografis, dukungan sosial, dan makna hidup turut berperan dalam pembentukan kesejahteraan tersebut (Ryff, 1995). Penelitian lain mengidentifikasi komitmen pernikahan, dukungan keluarga, komunikasi, dan kualitas hubungan sebagai elemen penting yang dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dalam konteks pernikahan (Tan dkk., 2023; Hofsoe dkk., 2019).

Komitmen pernikahan merupakan salah satu faktor krusial yang berpengaruh terhadap tingkat kesejahteraan psikologis dalam hubungan suami istri (Astini, Sarafina & Suzanna, 2022). Johnson, Caughlin, dan Huston (1999) mendefinisikan komitmen pernikahan sebagai keterikatan psikologis dan rasa tanggung jawab individu untuk mempertahankan keberlangsungan hubungan, meskipun dihadapkan pada berbagai tantangan. Komitmen ini mencerminkan keputusan sadar untuk tetap berada dalam ikatan pernikahan. Dalam model komitmen tripartit, Johnson dkk. (1999) menguraikan tiga aspek yang membentuk komitmen pernikahan. Komitmen personal merujuk pada keinginan internal untuk mempertahankan hubungan, yang didorong oleh rasa cinta, kepuasan terhadap hubungan, dan identitas diri sebagai pasangan. Komitmen moral berkaitan dengan rasa kewajiban untuk tetap menikah, yang dipengaruhi nilai-nilai pribadi, norma sosial, serta keyakinan religius. Sementara itu, komitmen struktural bersumber dari kondisi

eksternal yang mendorong individu untuk bertahan, seperti keberadaan anak, tekanan sosial, atau keterikatan finansial.

Komitmen pernikahan dipahami sebagai upaya aktif pasangan untuk menjaga keberlangsungan hubungan jangka panjang, termasuk kesiapan menghadapi rintangan dan dinamika konflik yang muncul sepanjang perjalanan pernikahan (Muhammad, Uyun & Hadinata, 2021). Ketika komitmen rendah, kualitas hubungan cenderung menurun, ditandai oleh berkurangnya kepercayaan, meningkatnya konflik, dan melemahnya keintiman. Kondisi tersebut dapat mengganggu kemampuan pasangan dalam bekerja sama, sehingga memperburuk dinamika hubungan (Fadhli, 2021). Sebaliknya, komitmen pernikahan yang tinggi berperan protektif terhadap stabilitas hubungan. Komitmen yang terinternalisasi dengan baik membuat pasangan lebih mampu menghadapi stresor pernikahan dan memperkuat ikatan emosional satu sama lain (Purba & Safitri, 2020). Rahayu (2019) menegaskan bahwa komitmen yang kuat tidak hanya menjaga kelangsungan pernikahan, tetapi juga meningkatkan stabilitas hubungan interpersonal di dalamnya. Pasangan yang memiliki komitmen tinggi cenderung terus-menerus berinvestasi dalam hubungan melalui waktu, perhatian, dan sumber daya, sehingga memperkuat kualitas hubungan suami istri.

Komitmen pernikahan juga berkaitan dengan kesejahteraan psikologis. Individu dengan tingkat komitmen tinggi umumnya melaporkan kepuasan pernikahan yang lebih baik, yang berkontribusi pada kondisi psikologis yang lebih sehat. Sebaliknya, individu dengan kesehatan mental yang baik lebih mampu mempertahankan tanggung jawab terhadap pasangan dan keluarga, sehingga meningkatkan komitmen pernikahan (Nemati dkk., 2022). Sebaliknya, komitmen pernikahan yang rendah dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis, ditandai oleh meningkatnya stres, kekecewaan, dan menurunnya dukungan emosional dalam hubungan (Octaviani & Nurwati, 2020).

Kualitas komunikasi interpersonal merupakan faktor penting yang turut menentukan tingkat kesejahteraan psikologis dalam hubungan pernikahan (Agustin dkk., 2023). Rubin dan Martin (1994) mendefinisikan komunikasi interpersonal sebagai penilaian terhadap kemampuan individu dalam mengelola hubungan interpersonal melalui proses pertukaran pesan. Komunikasi interpersonal mencakup kemampuan mengekspresikan diri, memahami perspektif orang lain, serta mengelola interaksi secara efektif. Terdapat sepuluh aspek utama dalam komunikasi interpersonal, yaitu pengungkapan diri, empati, relaksasi sosial, ketegasan, altersentrisme, manajemen interaksi, ekspresi emosional, dukungan, kesegaran dalam berinteraksi, serta kontrol lingkungan (Rubin & Martin, 1994).

Dalam konteks pernikahan, kemampuan membangun komunikasi interpersonal yang efektif memberikan peluang bagi pasangan untuk menghindari dinamika yang dapat merusak keharmonisan hubungan (Marheni, 2019). Sebaliknya, komunikasi yang tidak terjalin dengan baik berpotensi memicu kesalahpahaman serta memperbesar kemungkinan konflik antarpasangan (Fitrianah, Meiyyuntariningsih & Aristawati, 2023). Hal ini menegaskan bahwa meskipun suami dan istri memiliki tujuan serta kebutuhan yang berbeda, kemampuan menghargai perspektif pasangan melalui komunikasi yang terbuka tetap menjadi fondasi utama dalam mempertahankan hubungan pernikahan (Setiawan, 2020).

Komunikasi interpersonal juga merupakan komponen penting dari kesejahteraan psikologis dalam pernikahan (Agustin dkk., 2023). Komunikasi yang efektif tidak hanya mencakup penyampaian informasi secara verbal, tetapi juga mengandung aspek nonverbal yang sering kali lebih kuat dalam menyampaikan emosi dan makna relasional (Purnomo, 2024). Interaksi yang positif antara suami dan istri memperkuat ikatan emosional, meningkatkan pemahaman, dan mengurangi potensi konflik. Ketika pasangan merasa didengar dan dipahami, mereka lebih mampu menghadapi tantangan bersama (Nidiana, Wirawan & Yudhiarsana, 2024). Komunikasi interpersonal yang berkualitas membantu pasangan berinteraksi secara adaptif, saling

mendukung, serta membangun hubungan yang stabil (Ramdhan, 2023). Sebaliknya, komunikasi yang buruk dapat menurunkan kesejahteraan psikologis karena menimbulkan ketidakamanan, rendahnya rasa percaya diri, perasaan tidak berarti, serta peningkatan stres dan kecemasan (Nurislamiah, 2021).

Berbagai penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi pengaruh komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal terhadap kesejahteraan psikologis. Namun, kajian yang mengintegrasikan ketiga variabel tersebut secara sekaligus masih terbatas. Keshavarz (2024) menemukan bahwa komitmen pernikahan dan komunikasi berkontribusi positif terhadap kesejahteraan psikologis pada ibu yang memiliki anak dengan ADHD. Penelitian lain oleh Welvart dan Huwae (2024) menunjukkan pengaruh signifikan komitmen terhadap kesejahteraan psikologis pada pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh. Selanjutnya, Astini, Sarafina, dan Suzanna (2022) mengungkapkan bahwa komitmen pernikahan berperan penting dalam membangun ketahanan psikologis pada wanita menikah dengan memberikan dasar bagi dukungan emosional dan penyelesaian konflik secara sehat. Di sisi lain, Astuti dan Dhanita (2022) menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal memiliki pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis pekerja karena interaksi yang positif mampu menciptakan lingkungan kerja yang lebih suportif. Penelitian Ashraf dkk. (2025) juga mempertegas hubungan tersebut dengan menemukan bahwa komunikasi interpersonal berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada kelompok dewasa muda.

Berdasarkan temuan tersebut, terlihat bahwa komitmen pernikahan, komunikasi interpersonal, dan kesejahteraan psikologis masih perlu dikaji lebih mendalam, khususnya pada konteks wanita bekerja yang menghadapi tuntutan ganda antara peran domestik dan profesional. Kondisi ini menjadikan wanita bekerja sebagai kelompok yang relevan untuk diteliti, mengingat kesejahteraan psikologis mereka sangat dipengaruhi oleh kemampuan menjaga komitmen pernikahan sekaligus mempertahankan komunikasi interpersonal yang efektif di tengah tekanan peran yang kompleks. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kesenjangan tersebut dan diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis serta empiris dalam memahami faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis wanita bekerja dan sudah menikah di Indonesia.

Rasional Penelitian

Penelitian ini dilandasi oleh urgensi yang semakin nyata di tengah perubahan sosial ekonomi kontemporer di Indonesia, di mana partisipasi wanita dalam angkatan kerja terus meningkat secara signifikan, sehingga banyak perempuan menjalani peran ganda sebagai pekerja profesional sekaligus pasangan dalam ikatan perkawinan. Peran ganda tersebut, meskipun memberi ruang bagi pencapaian diri dan kemandirian ekonomi, kerap kali melahirkan konflik antar domain kerja dan keluarga yang berimplikasi pada penurunan kesejahteraan psikologis meliputi peningkatan tingkat stres, kecemasan, gejala depresi, serta berkurangnya kepuasan hidup secara keseluruhan. Literatur empiris sebelumnya telah banyak mendokumentasikan dampak negatif konflik tersebut namun demikian, sebagian besar kajian masih terfokus pada faktor eksternal seperti beban kerja, dukungan organisasi, atau karakteristik demografis, sementara peran variabel relasional internal dalam perkawinan khususnya tingkat komitmen pernikahan dan kualitas komunikasi interpersonal antar pasangan belum mendapat perhatian memadai sebagai prediktor utama.

Padahal, komitmen pernikahan yang kokoh dapat berfungsi sebagai mekanisme protektif yang menyangga tekanan dari lingkungan kerja, sedangkan komunikasi interpersonal yang efektif, terbuka, dan suportif memungkinkan pasangan untuk saling berbagi beban emosional serta mengelola ketegangan lintas domain secara lebih adaptif. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi celah keilmuan tersebut dengan menguji secara simultan pengaruh komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal terhadap kesejahteraan psikologis pada wanita bekerja yang telah menikah, dengan harapan dapat menyumbang kerangka teoretis yang lebih utuh dalam psikologi

Bastian, G., Kristianingsih, S. A., & Setianingrum, M. E. (2026). Komitmen Pernikahan dan Komunikasi Interpersonal... keluarga dan psikologi sosial, sekaligus memberikan landasan empiris yang kokoh bagi penyusunan intervensi berbasis pasangan yang kontekstual dan relevan dengan realitas sosial budaya Indonesia dewasa ini.

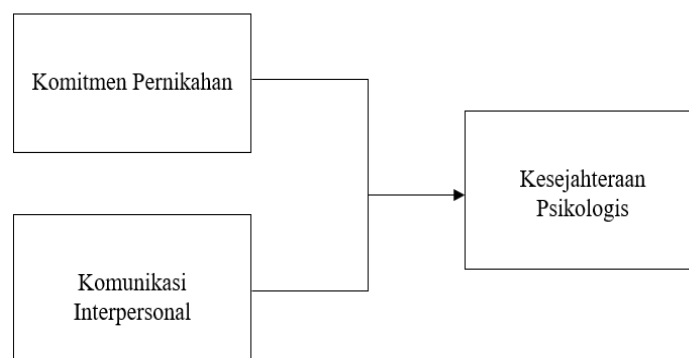
Tujuan Penelitian dan Hipotesis

Penelitian ini bertujuan untuk menguji komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal sebagai prediktor kesejahteraan psikologis pada wanita bekerja yang telah menikah secara simultan. Hipotesis penelitian ini adalah bahwa komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal secara bersama-sama merupakan prediktor terhadap kesejahteraan psikologis wanita bekerja yang telah menikah.

METODE

Desain

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain prediktif melalui metode survei lintas bagian (cross-sectional). Analisis data dilakukan menggunakan teknik regresi untuk mengetahui kontribusi masing-masing variabel prediktor terhadap variabel terikat.



Partisipan

Partisipan penelitian ini adalah 318 wanita bekerja yang telah menikah di Indonesia, berusia 25–45 tahun. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah accidental sampling, yaitu penentuan sampel berdasarkan kebetulan apabila individu yang ditemui sesuai sebagai sumber data (Sugiyono, 2019). Mayoritas partisipan berusia 30–45 tahun sebanyak 283 orang, berasal dari Provinsi Maluku sebanyak 32 orang, berpendidikan S1 sebanyak 230 orang, dan bekerja di sektor swasta sebanyak 146 orang, diikuti oleh PNS sebanyak 104 orang. Durasi kerja harian umumnya 8–9 jam dengan jumlah 85 orang. Seluruh partisipan berstatus menikah, dengan usia pernikahan terbanyak pada rentang 6–10 tahun sebanyak 132 orang.

Instrumen

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang berisi tiga instrumen psikologis yang telah melalui proses adaptasi, uji validitas, dan uji reliabilitas sesuai kebutuhan penelitian. Instrumen tersebut digunakan untuk mengukur komitmen pernikahan, komunikasi interpersonal, dan kesejahteraan psikologis. Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui penyebaran *google form*, disesuaikan dengan ketersediaan partisipan. Sebelum mengisi kuesioner, setiap partisipan memperoleh penjelasan mengenai tujuan penelitian dan memberikan persetujuan berpartisipasi.

Pada alat ukur penelitian ini, peneliti menggunakan Marital Commitment Scale menurut Johnson, Caughlin dan Huston (1999), Interpersonal Communication Competence Scale (ICCS) menurut Rubin dan Martin (1994), dan Ryff's Psychological Well-Being Scale (RPWBS) menurut Ryff (1995). Proses adaptasi instrumen dilakukan oleh peneliti melalui prosedur *translate-back translate* untuk memastikan kesetaraan makna antara versi asli dan versi bahasa Indonesia.

Setelah penerjemahan dilakukan, peneliti meminta masukan dari dua ahli di bidang psikologi dan pengukuran psikologis untuk menilai kesesuaian bahasa, konteks budaya, dan kejelasan setiap item.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur komitmen pernikahan adalah *Marital Commitment Scale* yang dibuat oleh Johnson, Caughlin dan Huston (1999). Terdapat tiga aspek yang diukur dengan alat ukur ini, yaitu komitmen personal, komitmen moral dan komitmen structural, sehingga berjumlah 32 item. Kuesioner diisi oleh wanita bekerja yang telah menikah dengan memberikan penilaian pada skala 1 hingga 4. Koefisien alfa dari alat ukur ini adalah 0,862 dan dikatakan reliabel sebab lebih besar dari 0.7 (Taber, 2018), dengan *corrected item total correlation* berkisar antara 0,325 s.d 0,603 dan dianggap valid sebab lebih besar dari 0,2 (Hair dkk., 2019), yang berarti alat ukur ini sudah baik dalam mengukur konstruk komitmen pernikahan. Setelah dilakukan uji reliabilitas dan validitas, jumlah item yang digunakan akhirnya adalah 27 item.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur komunikasi interpersonal mengacu pada alat ukur yang disusun oleh Rubin dan Martin (1994), yaitu *Interpersonal Communication Competence Scale*, Sumber yang digunakan dalam penelitian ini adalah: wanita bekerja yang telah menikah. Terdapat sepuluh aspek yang diukur dengan alat ukur ini, yaitu pengungkapan diri, empati, relaksasi sosial, ketegangan, altersentrisme, manajemen interaksi, ekspresi, dukungan, kesegaran, dan kontrol lingkungan, sehingga berjumlah 30 item. Kuesioner diisi oleh wanita bekerja yang telah menikah dengan memberikan penilaian pada skala 1 hingga 4. Koefisien alfa dari alat ukur ini adalah 0,832 dan dikatakan reliabel sebab lebih besar dari 0.7 (Taber, 2018), dengan *corrected item total correlation* berkisar antara 0,310 s.d 0,496 dan dianggap valid sebab lebih besar dari 0,2 (Hair dkk., 2019), yang berarti alat ukur ini sudah baik dalam mengukur konstruk komitmen pernikahan. Setelah dilakukan uji reliabilitas dan validitas, jumlah item yang digunakan akhirnya adalah 28 item.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan psikologis adalah *Ryff's Psychological Well-Being Scale* yang dibuat oleh Ryff (1995). Terdapat enam dimensi yang diukur dengan alat ukur ini, yaitu tujuan hidup, penguasaan lingkungan, relasi positif, pertumbuhan pribadi, otonomi, dan penerimaan diri, sehingga berjumlah 49 item. Kuesioner diisi oleh wanita bekerja yang telah menikah dengan memberikan penilaian pada skala 1 hingga 4. Koefisien alfa dari alat ukur ini adalah 0,916 dan dikatakan reliabel sebab lebih besar dari 0.7 (Taber, 2018), dengan *corrected item total correlation* berkisar antara 0,319 s.d 0,563 dan dianggap valid sebab lebih besar dari 0,2 (Hair dkk., 2019), yang berarti alat ukur ini sudah baik dalam mengukur konstruk komitmen pernikahan. Setelah dilakukan uji reliabilitas dan validitas, jumlah item yang digunakan akhirnya adalah 43 item.

Analisis Data

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan menggunakan analisis regresi linier berganda untuk menguji peran komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal sebagai prediktor terhadap kesejahteraan psikologis pada wanita bekerja yang telah menikah. Sebelum analisis utama dilakukan, data terlebih dahulu diuji melalui uji asumsi klasik, meliputi uji normalitas, linearitas, dan multikolinearitas sebagai prasyarat analisis regresi. Instrumen penelitian yang digunakan telah melalui proses uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan kelayakan pengukuran. Seluruh proses pengolahan dan analisis data dilakukan dengan menggunakan IBM SPSS Statistics versi 21 for Windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil uji asumsi klasik sebagai prasyarat analisis regresi linier berganda menunjukkan bahwa data memenuhi kriteria analisis. Uji normalitas residual menunjukkan nilai K-S = 1,294 dengan signifikansi 0,070 ($p > 0,05$), yang berarti data berdistribusi normal. Uji linearitas komitmen pernikahan dengan Kesejahteraan Psikologis, diperoleh nilai Fbeda sebesar 17,911 dengan nilai sig. = 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan hubungan antara komitmen pernikahan dengan kesejahteraan psikologis linier. Uji linieritas komunikasi interpersonal dengan Kesejahteraan Psikologis, diperoleh nilai Fbeda sebesar 20,506 dengan nilai sig. = 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan hubungan antara komunikasi interpersonal dengan kesejahteraan psikologis linier. Sementara itu, hasil uji multikolinearitas menunjukkan nilai toleransi masing-masing variabel $> 0,10$ dan nilai VIF $< 10,00$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat masalah multikolinearitas antar variabel bebas.

Uji Hipotesis

Tabel 1. ANOVA

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regresi	9880.922	2	4940.461	15.937	.000 ^a
Residual	97650.489	315	310.002		
Total	107531.412	317			

Hasil uji ANOVA menunjukkan nilai F = 15,937 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal secara simultan merupakan prediktor yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada wanita bekerja yang telah menikah.

Tabel 2. Ringkasan Hasil Pengujian Hipotesis Penelitian

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Sig. F Change
1	.303 ^a	.092	.086	17.60686	.000

Tabel 2 menunjukkan bahwa komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal secara simultan merupakan prediktor yang berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis pada wanita bekerja yang telah menikah sebesar 9,2%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa Komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal terbukti berperan sebagai prediktor signifikan terhadap kesejahteraan psikologis wanita bekerja. Artinya, ketika wanita bekerja memiliki komitmen pernikahan yang rendah dan komunikasi interpersonal yang kurang efektif dengan pasangan, maka kesejahteraan psikologis yang dirasakan cenderung rendah. Oleh karena itu, upaya untuk memperkuat komitmen pernikahan serta meningkatkan kualitas komunikasi interpersonal menjadi sangat penting agar kesejahteraan psikologis wanita bekerja dapat terjaga dan ditingkatkan. Hal ini sejalan dengan temuan Keshavarz (2024) yang menyatakan bahwa komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal merupakan faktor relasional penting dalam membangun kesejahteraan psikologis individu.

Secara parsial, komitmen pernikahan memiliki pengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis, dengan nilai thitung = 3,322 lebih besar dari ttabel = 1,967 serta nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,05$). Temuan ini mendukung penelitian Nemati dkk. (2022), yang menekankan bahwa komitmen pernikahan yang tinggi berhubungan dengan kesehatan mental dan keseimbangan emosional pada individu yang menjalani peran ganda. Komitmen berfungsi sebagai fondasi stabilitas

emosional, meminimalkan konflik, dan memberikan rasa aman psikologis (Sasaki & Overall, 2020). Selain itu, komitmen yang kuat juga berperan sebagai sumber dukungan internal yang dapat mereduksi tekanan peran ganda (Wu & Wang, 2022), dan meningkatkan kepuasan pernikahan yang berdampak pada kesejahteraan psikologis (Jaafar & Mokhtar, 2022). Hasil penelitian ini juga selaras dengan temuan Jin Yu (2024) serta Peplinska dan Werner (2023), yang menjelaskan bahwa komitmen dan kualitas hubungan pernikahan dapat mengurangi konflik peran bagi pasangan *dual-career*, sehingga meningkatkan kesejahteraan psikologis. Dengan demikian, komitmen tidak hanya berfungsi menjaga stabilitas hubungan, tetapi juga menjadi faktor protektif terhadap tekanan psikologis wanita bekerja.

Selain komitmen, komunikasi interpersonal juga terbukti berpengaruh signifikan secara parsial terhadap kesejahteraan psikologis, dengan nilai $t_{hitung} = 3,541 > t_{tabel} = 1,967$ dan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Semakin efektif komunikasi yang terjalin antar pasangan, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis wanita bekerja. Temuan ini diperkuat oleh Fitri, Reni, dan Arifah (2022) yang menemukan bahwa kualitas komunikasi berkontribusi sebesar 43,6% terhadap kemampuan adaptasi pernikahan wanita bekerja. Komunikasi yang terbuka dan suportif mampu meningkatkan regulasi emosi dan mengurangi beban psikologis (Jafari dkk., 2021), serta menurunkan gejala depresi pada wanita bekerja melalui meningkatnya dukungan pasangan dan keintiman emosional (Choi, Kim & Myong, 2020).

Bagi wanita bekerja yang sudah menikah, komunikasi interpersonal yang efektif berfungsi sebagai mekanisme adaptif yang memperkuat perasaan dihargai dan didukung (Kazemi dkk., 2024). Ketika komunikasi berjalan baik, tuntutan pekerjaan tidak secara langsung mengurangi kesejahteraan psikologis karena adanya dukungan emosional dari pasangan (Rahman dkk., 2023). Stabilitas komunikasi juga memperkuat resiliensi psikologis wanita bekerja dalam menghadapi tekanan profesional dan domestik.

Hasil deskriptif menunjukkan bahwa partisipan memiliki tingkat komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal yang cenderung tinggi (skor rata-rata 67,5 dan 70). Namun demikian, tingkat kesejahteraan psikologis sebagian besar berada pada kategori sedang (skor rata-rata 107,5). Kondisi ini mengindikasikan bahwa meskipun relasi pernikahan para partisipan cukup baik, kesejahteraan psikologis mereka belum mencapai tingkat optimal. Hal ini sejalan dengan temuan Tan, Ho, dan Agnew (2023) yang menegaskan bahwa komitmen tinggi tidak secara otomatis menghasilkan kesejahteraan psikologis; dampak komitmen sangat ditentukan oleh kualitas hubungan dan tuntutan peran eksternal. Selain itu, Ryjova dkk. (2024) menekankan bahwa yang berpengaruh terhadap kesejahteraan bukan frekuensi komunikasi, melainkan kualitasnya terutama komunikasi yang suportif dan tidak memperpanjang konflik.

Hasil regresi menunjukkan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,092, yang berarti komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal secara simultan memberikan kontribusi 9,2% terhadap kesejahteraan psikologis. Artinya, kedua faktor tersebut memiliki pengaruh positif tetapi relatif kecil terhadap kesejahteraan psikologis, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam model analisis penelitian ini. Kompleksitas tersebut menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan konstruk multidimensional yang melibatkan faktor personal maupun sosial. Hal ini sejalan dengan pandangan Bian & Sukor (2024) yang menyatakan bahwa keseimbangan kerja–keluarga merupakan prediktor penting bagi kesejahteraan psikologis wanita bekerja. Selain itu, dukungan sosial (Acoba, 2024) dan regulasi emosi (Khoshhalpour dkk., 2022) turut menjadi faktor yang menentukan.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal berperan penting, namun bukan satu-satunya faktor yang menentukan kesejahteraan psikologis wanita bekerja. Kompleksitas peran ganda, dinamika relasi, serta tuntutan profesional menjadikan kesejahteraan psikologis sebagai konstruk multidimensional. Dengan demikian, penelitian lanjutan disarankan mempertimbangkan variabel lain, seperti stres kerja, dukungan

sosial, regulasi emosi, atau kualitas kehidupan pernikahan untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis wanita bekerja.

Implikasi

Studi ini memiliki implikasi penting baik secara teoretis maupun praktis terkait peran komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis wanita bekerja. Secara teoretis, temuan penelitian ini memperkuat literatur psikologi keluarga dan psikologi pernikahan yang menempatkan kualitas relasi pasangan sebagai faktor protektif bagi kesehatan mental, khususnya pada individu yang menjalani peran ganda antara pekerjaan dan keluarga. Hasil ini juga menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individual, tetapi juga oleh dinamika relasional dalam pernikahan. Secara praktis, temuan penelitian ini menunjukkan pentingnya upaya penguatan komitmen pernikahan dan peningkatan kualitas komunikasi interpersonal sebagai strategi untuk menjaga dan meningkatkan kesejahteraan psikologis wanita bekerja.

Program konseling pernikahan, pelatihan komunikasi pasangan, serta edukasi pranikah dan pascanikah dapat diarahkan untuk menumbuhkan rasa tanggung jawab, kesetiaan, keterbukaan, empati, dan kemampuan menyelesaikan konflik secara konstruktif. Bagi wanita bekerja yang menghadapi tekanan peran ganda, komunikasi yang suportif dengan pasangan dapat menjadi sumber dukungan emosional yang membantu mengurangi stres dan meningkatkan perasaan dihargai serta aman secara psikologis. Selain itu, hasil penelitian ini memberikan dasar bagi praktisi psikologi, konselor keluarga, pekerja sosial, dan pembuat kebijakan untuk merancang intervensi yang lebih responsif terhadap kebutuhan wanita bekerja. Intervensi yang berfokus pada penguatan relasi pasangan, pembagian peran yang lebih seimbang, serta penciptaan iklim komunikasi yang sehat dalam keluarga diharapkan dapat membantu wanita bekerja mempertahankan kesejahteraan psikologis di tengah tuntutan profesional dan domestik. Dengan demikian, kesejahteraan psikologis wanita bekerja tidak hanya menjadi tanggung jawab individu, tetapi juga didukung oleh kualitas hubungan pernikahan dan lingkungan relasional yang sehat.

Keterbatasan Penilitin dan Rekomendasi Selanjutnya

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam menafsirkan hasil. Pertama, pengumpulan data dilakukan menggunakan metode survei dengan kuesioner self-report, sehingga sangat bergantung pada kejujuran, persepsi, dan kondisi psikologis partisipan pada saat pengisian. Dalam beberapa kasus, kemungkinan terdapat respons yang kurang optimal akibat kelelahan, tekanan pekerjaan, atau keterbatasan waktu yang dialami oleh wanita bekerja, sehingga dapat memengaruhi kelengkapan dan ketelitian pengisian data. Kedua, desain penelitian yang bersifat lintas bagian (cross-sectional) membatasi kemampuan penelitian ini untuk menjelaskan hubungan sebab-akibat secara langsung antara komitmen pernikahan, komunikasi interpersonal, dan kesejahteraan psikologis.

Hasil yang diperoleh hanya menggambarkan kondisi pada satu waktu tertentu, sehingga dinamika perubahan variabel dari waktu ke waktu belum dapat diungkap secara mendalam. Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain longitudinal guna melihat perkembangan komitmen pernikahan, kualitas komunikasi interpersonal, dan kesejahteraan psikologis secara berkelanjutan. Penelitian lanjutan juga dapat memperluas cakupan variabel dengan memasukkan faktor lain yang relevan, seperti dukungan pasangan, konflik peran kerja–keluarga, kepuasan pernikahan, beban kerja, serta dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan kerja. Selain itu, studi komparatif berdasarkan karakteristik demografis, seperti usia pernikahan, jumlah anak, jenis pekerjaan, dan tingkat pendidikan, dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis

wanita bekerja. Dengan melibatkan sampel yang lebih beragam dan representatif, diharapkan hasil penelitian di masa mendatang dapat memberikan kontribusi yang lebih kuat bagi pengembangan intervensi dan kebijakan yang mendukung kesejahteraan wanita bekerja dalam kehidupan pernikahan.

KESIMPULAN

Studi ini menunjukkan bahwa komitmen pernikahan dan komunikasi interpersonal secara simultan merupakan prediktor yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis wanita bekerja yang telah menikah. Temuan ini menegaskan bahwa kualitas relasi dalam pernikahan, yang tercermin melalui tingkat komitmen terhadap pasangan serta efektivitas komunikasi interpersonal, memiliki peran penting dalam membentuk kondisi kesejahteraan psikologis individu di tengah tuntutan peran ganda sebagai pekerja dan sebagai istri. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa wanita bekerja yang memiliki komitmen pernikahan yang kuat dan mampu membangun komunikasi interpersonal yang terbuka, empatik, dan konstruktif dengan pasangan cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Sebaliknya, rendahnya komitmen dan buruknya kualitas komunikasi berpotensi meningkatkan kerentanan terhadap tekanan psikologis, konflik peran, dan ketidakpuasan dalam kehidupan pernikahan. Dengan demikian, penguatan komitmen pernikahan serta pengembangan keterampilan komunikasi interpersonal menjadi faktor penting dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis wanita bekerja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Kristen Satya Wacana atas dukungan fasilitas dan kesempatan yang diberikan dalam pelaksanaan penelitian ini. Penghargaan yang sebesar-besarnya juga disampaikan kepada dosen pembimbing atas bimbingan, arahan, serta masukan berharga selama proses penyusunan penelitian ini. Penulis turut berterima kasih kepada seluruh partisipan yang telah bersedia meluangkan waktu untuk berkontribusi dalam penelitian, serta keluarga dan rekan-rekan yang memberikan dukungan moral dan bantuan selama penelitian berlangsung.

PERNYATAAN KONTRIBUSI PENULIS

GB, SAK, dan ME menyetujui versi final artikel ini.

REFERENSI

- Acoba, E. F. (2024). Social support and mental health: the mediating role of perceived stress. *Frontiers in psychology*, 15, 1330720. DOI: [10.3389/fpsyg.2024.1330720](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720)
- Aiman, R. M. P., & Basaria, D. (2024). Studi Fenomenologi: Kesejahteraan Psikologis pada Wanita Bekerja yang Mempunyai Anak Usia 0-6 tahun. *ISLAMIKA GRANADA*, 4(2), 36-43. DOI: [10.51849/ig.v4i2.166](https://doi.org/10.51849/ig.v4i2.166)
- Aini, H., & Afdal, A. (2020). Analisis kesiapan psikologis pasangan dalam menghadapi pernikahan. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, 4(2), 136-146. DOI: [10.24036/4.24372](https://doi.org/10.24036/4.24372)
- Astini, L., Safarina, N. A., & Suzanna, E. (2022). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Wanita Menikah dari Keluarga Bercerai. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(1), 21-30. DOI: [10.29080/jpp.v13i1.685](https://doi.org/10.29080/jpp.v13i1.685)
- Agustin, M. R. A., Rahimia, N., Hasyim, M. M., & Kurniawati, M. F. (2023). Pola Komunikasi Interpersonal Keluarga Dalam Pemulihan Kesehatan Mental Penyintas Covid-19 Tahun 2020. *Ekspresi Dan Persepsi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 6(1), 32-40. <https://doi.org/10.33822/jep.v6i1.4498>
- Astuti, D., & Dhania, D. R. (2022). Work engagement ditinjau dari psychological well-being dan komunikasi interpersonal. *Collabryzk Journal for Scientific Studies*, 1(1), 37-48. <https://doi.org/10.58959/cjss.v1i1.6>

- Bastian, G., Kristianingsih, S. A., & Setianingrum, M. E. (2026). Komitmen Pernikahan dan Komunikasi Interpersonal...
- Ashraf, S., Khan, M. L., & Mahmood, T. (2025). Social Capital, Interpersonal Communication Skills and Psychological Well being among Young Adults. *Indus Journal of Social Sciences*, 3(1), 251-265. <https://doi.org/10.59075/ijss.v3i1.623>
- Azarnik, M., Rafeipour, A., Hatami, M., & Mousavi, M. S. (2024). Communication and sexual skills in marital functioning and satisfaction and reduced marital conflicts among Iranian couples: A systematic review. *Journal of Education and Health Promotion*, 13(1), 202. DOI: 10.4103/jehp.jehp_1182_22
- Bian, X., & Mohd Sukor, M. S. (2024). The mediating effect of work-life balance on the relationship between work-family conflict and psychological well-being among Chinese working women. *Scientific Reports*, 14(1), 27421. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-79322-1>
- Choi, S. Y., Kim, H. R., & Myong, J. P. (2020). The mediating effects of marital intimacy and work satisfaction in the relationship between husbands' domestic labor and depressive mood of married working women. *International journal of environmental research and public health*, 17(12), 4547. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124547>
- Ehsani, H., Shahriari Ahmadi, M., Zare, M., & Izadi, M. (2023). Predicting family resilience based on family communication patterns and marital commitment with the mediation of differentiation. *Journal of Applied Family Therapy*, 4(1), 571-588. DOI:10.61838/kman.aftj.4.1.28
- Fadhli, A. (2021). Melalaikan Tanggung Jawab Sebagai Bentuk Ingkarnya Laki-Laki Merawat Komitmen Perkawinan. *Jurnal Penelitian Ilmu Sosial dan Eksakta*, 1(1), 35-46. <https://doi.org/10.47134/trilogi.v1i1.10>
- Fitrianah, R., Meiuntariningsih, T., & Aristawati, A. R. (2023). Kepuasan pernikahan pasangan suami istri: Bagaimana peranan komunikasi interpersonal?. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 528-538. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/753/540>
- Fitriani, R., & Arifah, P. (2022). Working Women's Marital Adjustment in Terms of Communication Skills. *Journal of Digital Media Communication*, 1(2), 98-107. DOI:10.35760/dimedcom.2022.v1i2.7151
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2019). *Multivariate data analysis* (8th ed.). Cengage Learning.
- Halloran, E. C. (2024). Adult development and associated health risks. *Journal of Patient-centered Research and Reviews*, 11(1), 63. doi: 10.17294/2330-0698.2050
- Harmanda, Y. L., & Sari, R. M. (2024). Peran Ganda Perempuan Karier Dan Kesetaraan Gender Berdasarkan Perspektif Teori Pertukaran Sosial. *Journal Of Science And Social Research*, 7(3), 939-946. <https://doi.org/10.54314/jssr.v7i3.2085>
- Hofsöe, S. M., Lehane, C. M., Wittich, W., Hilpert, P., & Dammeyer, J. (2019). Interpersonal communication and psychological well-being among couples coping with sensory loss: The mediating role of perceived spouse support. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(8), 2323-2344. <https://doi.org/10.1177/0265407518787933>
- Honarvar, B., Rahgozar, H., Niknejad, S., Zare, S., Rezaei, F., Shaygani, F., ... & Lankarani, K. B. (2024). Marital Satisfaction in Newly Married Women: A Two-Year Prospective Cohort Study from Iran. *Shiraz E-Medical Journal*, 25(3). <https://doi.org/10.5812/semj-139999>
- Hosseini, Z., Yarelahi, M., Rahimi, S. F., & Salmani, F. (2023). Investigating the Factors Related to Work-Family Conflicts Experienced by Working Women: A Systematic Review. *Journal of Health Scope*, 12(1). <https://doi.org/10.5812/jhealthscope-129738>
- Jaafar, M. W., & Mokhtar, Y. O. (2022). A systematic review of marital satisfaction and psychological well-being among career women. *Journal of Positive School Psychology*, 6(4), 5831-5844. <https://journalppw.com/index.php/jpsp/article/view/4359>

- Bastian, G., Kristianingsih, S. A., & Setianingrum, M. E. (2026). Komitmen Pernikahan dan Komunikasi Interpersonal...
- Jafari, A., Alami, A., Charoghchian, E., Delshad Noghabi, A., & Nejatian, M. (2021). The impact of effective communication skills training on the status of marital burnout among married women. *BMC women's health*, 21(1), 231. <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01372-8>
- Johnson, M. P., Caughlin, J. P., & Huston, T. L. (1999). The tripartite nature of marital commitment: Personal, moral, and structural reasons to stay married. *Journal of Marriage and the Family*, 160-177. <https://doi.org/10.2307/353891>
- Muhammad, A., Uyun, M., & Hadinata, E. O. (2021). Komitmen Pernikahan dengan Kepuasan Pernikahan di Desa Mulyo Agung. *Indonesian Journal of Behavioral Studies*, 1(3), 365-375. DOI: [10.19109/ijobs.v1i3.11389](https://doi.org/10.19109/ijobs.v1i3.11389)
- Kazemi, L., Mirghafourvand, M., Esmaeilpour, K., & Kamalifard, M. (2024). Effects of stress management and relationship-enrichment counseling on sexual and marital satisfaction of working women with high occupational stress. *Journal of Education and Health Promotion*, 13(1), 13. DOI: [10.4103/jehp.jehp_1402_22](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_1402_22)
- Keshavarz, S. (2024). Psychological well-being and Marital Commitment of Mothers of ADHD Children based on Cognitive-emotional Regulation: The mediating role of Communication Skills. *Iranian Journal of Neurodevelopmental Disorders*, 3(3), 127-138. <https://doi.org/10.61838/kman.jndd.3.3.14>
- Khairunnisa, N. P. C., & Darmawanti, I. (2024). Kesejahteraan Psikologis pada Ibu Peran Ganda yang Memiliki Anak Usia Dini. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1), 136-155. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11i1.61020>
- Khoshhalpour, A., Homayoun-Rad, S., Moloudi, A., Pournasrollah, F., Karimi, A., & Mousavi, S. (2022). Comparison of Cognitive Emotion Regulation and Psychological Well-being in Working Mothers of Children with Cerebral Palsy and Mothers of Typically Developing Children. *International Journal of Body, Mind & Culture (2345-5802)*, 9(3). DOI: [10.22122/ijbmc.v9i3.369](https://doi.org/10.22122/ijbmc.v9i3.369)
- Laksono, A. D., Nugraheni, W. P., Rohmah, N., & Wulandari, R. D. (2022). Health insurance ownership among female workers in Indonesia: does socioeconomic status matter?. *BMC Public Health*, 22(1), 1798. DOI: [10.1186/s12889-022-14189-3](https://doi.org/10.1186/s12889-022-14189-3)
- Marheni, A. K. I. (2019). Komunikasi Interpersonal Dalam Pernikahan. *Solution: Journal of Counselling and Personal Development*, 1(1), 15-25. <https://doi.org/10.24071/sol.v1i1.2261>
- Marheni, A. K. I. (2021). Psychological well-being dan keterampilan bersosialisasi pada wanita bekerja yang sudah menikah. *Jurnal Selaras: Kajian Bimbingan dan Konseling serta Psikologi Pendidikan*, 4(2), 97-108. <https://doi.org/10.33541/Jsvol2iss1pp1>
- Mariyanti, S., Lunanta, L. P., & Ratnaningtyas, A. (2022). Model work-life balance dalam peningkatan employee engagement pada perempuan bekerja yang menjalani peran ganda. *PSYCHOPEDIA: Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 7(2), 76-90. DOI: [10.36805/psychopedia.v7i2.3428](https://doi.org/10.36805/psychopedia.v7i2.3428)
- Nemati, M., Behmanesh, F., Kheirkhah, F., Geraili, Z., & Pasha, H. (2022). Marital commitment and mental health in different patterns of mate selection: A comparison of modern, mixed, and traditional patterns. *Iranian Journal of Psychiatry*, 17(4), 418. DOI: [10.18502/ijps.v17i4.10691](https://doi.org/10.18502/ijps.v17i4.10691)
- Nidiana, I. K., Wirawan, I. W. A., & Yudhiarsana, I. M. A. (2024). Pengaruh Komunikasi Interpersonal Dan Kesejahteraan Terhadap Keharmonisan Keluarga Dharmika Di Kota Mataram. *Widya Sandhi*, 15(1), 1-18. <https://doi.org/10.53977/ws.v15i1.1087>
- Nurislamiah, M. (2021). Komunikasi interpersonal pasangan suami istri dalam upaya menjaga keharmonisan rumah tangga. *Communicative: Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam*, 2(1), 15-29. DOI: [10.47453/communicative.v2i1.409](https://doi.org/10.47453/communicative.v2i1.409)
- Obrenovic, B., Jianguo, D., Khudaykulov, A., & Khan, M. A. S. (2020). Work-family conflict impact on psychological safety and psychological well-being: A job performance model. *Frontiers in psychology*, 11, 475. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00475>

- Bastian, G., Kristianingsih, S. A., & Setianingrum, M. E. (2026). Komitmen Pernikahan dan Komunikasi Interpersonal...
- Octaviani, F., & Nurwati, N. (2020). Dampak pernikahan usia dini terhadap perceraian di Indonesia. *Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial HUMANITAS*, 2(2), 33-52. <https://journal.unpas.ac.id/index.php/humanitas/article/view/2820>
- Olya, K., & Martinus N. (2024). Tipologi Pernikahan Oleh John Cuber Dan Peggy Harroff Dalam Usia Pernikahan Di Bawah Sepuluh Tahun Di Kota Samarinda, Kalimantan Timur. *Jurnal Pembangunan Sosial*, 12(3), 24-33. <https://ejournal.ps.fisip-unmul.ac.id/site/?p=1837>
- Park, M. Y., & Lee, J. (2024). Psychological Well-being Interactively Affected by Long Working Hours and Caregiving Activities. *Safety and Health at Work*, 15(4), 458-463. <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2024.10.006>
- Peplińska, A., & Godlewska-Werner, D. (2023). Work engagement, emotional attitude to work and quality of relations in 'early' and 'late' dual career couples: the mediating role of satisfaction with one's achievements. *Health Psychology Report*, 11(2), 134. DOI: [10.5114/hpr/165916](https://doi.org/10.5114/hpr/165916)
- Putri, K. S., Mahendra, V. P., & Artiawati, A. (2023). Hubungan Konflik Kerja-Keluarga dan Kesejahteraan Psikologis pada Pekerja yang Menjalani Hubungan Pernikahan Jarak Jauh. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi (Journal of Psychological Science and Profession)*, 7(2), 69-81. DOI: [10.24198/jpsp.v7i2.47249](https://doi.org/10.24198/jpsp.v7i2.47249)
- Purba, N. N., Mariyanti, S., & Safitri, S. (2020). Perbedaan Jenis Komitmen Pernikahan Antarasami Dan Istri Yang Telah menjalani Pernikahan Atas Lima Tahun. *JCA of Psychology*, 1(02). <https://jca.esaunggul.ac.id/index.php/jpsy/article/viewFile/121/125>
- Purnomo, A. M. (2024). Pesan Non Verbal dalam Komunikasi Interpersonal Suami Istri dalam Pernikahan. *Karimah Tauhid*, 3(6), 7033-7045. DOI: [10.30997/karimahtauhid.v3i6.13976](https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v3i6.13976)
- Rahayu, N. D. (2019). Memaafkan dan komitmen pernikahan pada istri setelah diselingkuhi oleh suami. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 57-66. <https://ejournals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/download/4706/pdf>
- Rahmayati, T. E. (2021). Keseimbangan kerja dan kehidupan (work life balanced) pada wanita bekerja. *Juripol (Jurnal Institusi Politeknik Ganesha Medan)*, 4(2), 129-141. DOI: [10.33395/juripol.v4i2.11098](https://doi.org/10.33395/juripol.v4i2.11098)
- Rahman, F., Hayati, I. R., Mariah, K., & Sabrini, A. (2023). Psychological Well Being Perempuan Yang Menikah Mencapai Kesejahteraan Psikologis Melalui Pernikahan. *Jiegc Journal of Islamic Education Guidance and Counselling*, 4(2), 70-80. <https://doi.org/10.51875/jiegc.v4i2.272>
- Ramdhan, R. (2023). Komunikasi Interpersonal Antara Istri Dan Suami Mantan Pecandu Narkoba. *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi Communique*, 6(1), 99-106. <https://doi.org/10.62144/jikq.v6i1.259>
- Rubin, R. B., & Martin, M. M. (1994). Development of a measure of interpersonal communication competence. *Communication Research Reports*, 11(1), 33-44. DOI: [10.1080/08824099409359938](https://doi.org/10.1080/08824099409359938)
- Ryjova, Y., Gold, A. I., Timmons, A. C., Han, S. C., Chaspari, T., Pettit, C., ... & Margolin, G. (2024). A day in the life: Couples' everyday communication and subsequent relationship outcomes. *Journal of Family Psychology*, 38(3), 453. DOI: [10.1037/fam0001180](https://doi.org/10.1037/fam0001180)
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current directions in psychological science*, 4(4), 99-104. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Sari, R. E., & Nugroho, A. D. (2024). Psychological well being and family supportive supervision behaviors with work life balance in working women. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 15(01), 48-60. <https://doi.org/10.26740/jppt.v15n01.p48-60>
- Sasaki, E., & Overall, N. (2020). A dyadic perspective of felt security: Does partners' security buffer the effects of actors' insecurity on daily commitment?. *International journal of environmental research and public health*, 17(20), 7411. <https://doi.org/10.3390/ijerph17207411>

- Bastian, G., Kristianingsih, S. A., & Setianingrum, M. E. (2026). Komitmen Pernikahan dan Komunikasi Interpersonal...
- Setiawan, G. A. (2020). Komunikasi antarpribadi pada pasangan suami istri muda yang istrinya tetap bekerja. *Business Economic, Communication, and Social Sciences Journal (BECOSS)*, 2(1), 53-61. DOI:[10.21512/becossjournal.v2i1.6061](https://doi.org/10.21512/becossjournal.v2i1.6061)
- Shaaban, S. (2024). A balancing act: exploring the effect of work–family conflict on women’s well-being in the workplace. *International Journal of Organizational Analysis*. <https://doi.org/10.1108/IJOA-03-2024-4395>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Taber, K. S. (2018). The use of Cronbach’s alpha when developing and reporting research instruments in science education. *Research in science education*, 48(6), 1273-1296. DOI:[10.1007/s11165-016-9602-2](https://doi.org/10.1007/s11165-016-9602-2)
- Tan, K., Ho, D., & Agnew, C. R. (2023). Relationship status and psychological well-being: initial evidence for the moderating effects of commitment readiness. *Journal of Happiness Studies*, 24(8), 2563-2581. DOI:[10.1007/s10902-023-00692-w](https://doi.org/10.1007/s10902-023-00692-w)
- Wardana, R. I., & Magriasti, L. (2024). Analisis ekonomi politik dan gender: Studi kasus peran perempuan dalam pembangunan ekonomi di Indonesia. *Multiverse: Open Multidisciplinary Journal*, 3(1), 40-46. DOI:[10.57251/multiverse.v3i1.1381](https://doi.org/10.57251/multiverse.v3i1.1381)
- Welvart, S. G. M., & Huwae, A. (2024). Impact of commitment to psychological well-being among students who are undergoing long-distance relationship. *PSYCHOLOGICAL SCIENCE AND EDUCATION*, 29(4), 140-152. DOI:[10.17759/pse.2024290411](https://doi.org/10.17759/pse.2024290411)
- Wilson, S. J. (2024). Is age more than a number? Accounting for adult development and aging in the study of psychoneuroimmunology, stress, and health. *Comprehensive Psychoneuroendocrinology*, 20, 100266. <https://doi.org/10.1016/j.cpnec.2024.100266>
- Wismanto, Y. B. (2022). Kesejahteraan psikologis pada ibu yang berperan ganda ditinjau dari dukungan suami dan tekanan psikologis. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 8(1), 71-81. DOI: [10.22146/gamajop.68548](https://doi.org/10.22146/gamajop.68548)
- Wu, H. P., & Wang, Y. M. (2022). Women’s work–family conflict and its consequences in commuter marriages: The moderating role of spouses’ family commitment in a dyad analysis. *Frontiers in Psychology*, 13, 860717. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.860717>
- Yang, Y., & Sari, I. (2025). Exploring the role of shared values and emotional intimacy in predicting long-term marital commitment. *KMAN Counseling and Psychology Nexus*, 3, 1–9. <https://doi.org/10.61838/kman.fct.psynexus.3.12>
- Yu, J. J. (2024). Longitudinal dyadic interplay between marital conflict and psychological well-being in couples: The moderating roles of Wives' employment. *Personal Relationships*, 31(2), 358-378. <https://doi.org/10.1111/pere.12544>