



**HUBUNGAN ANTARA *COUPLE RESILIENCE* DAN *WORK-FAMILY CONFLICT* PADA *DUAL-EARNER FAMILY*
DI JABODETABEK**

**TUGAS AKHIR
SKRIPSI**

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**
MA'RIFATUL YUNIARTI KUSTILAH
46121120030

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2026**



**HUBUNGAN ANTARA *COUPLE RESILIENCE* DAN *WORK-FAMILY CONFLICT* PADA *DUAL-EARNER FAMILY* DI
JABODETABEK**

**TUGAS AKHIR
SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**
MA'RIFATUL YUNIARTI KUSTILAH
46121120030

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2026**

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ma'rifatul Yuniarti Kustilah
NIM : 46121120030
Fakultas/Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir berjudul:

“Hubungan antara Couple Resilience dan Work-Family Conflict pada Dual-Earner Family di Jabodetabek.”

adalah hasil karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiarisme, pelanggaran hak cipta, atau konten ilegal dalam bentuk apapun dan tidak melanggar hukum atau hak pihak manapun.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia menanggung seluruh konsekuensi hukum dan membebaskan Universitas Mercu Buana dari segala bentuk tuntutan hukum dan saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 10 Februari 2026



Ma'rifatul Yuniarti Kustilah

PERNYATAAN *SIMILARITY CHECK*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama : Ma'rifatul Yuniarti Kustilah
NIM : 46121120030
Program Studi : S1 Psikologi

dengan judul

“Hubungan antara Couple Resilience dan Work-Family Conflict pada Dual-Earner Family di Jabodetabek”, telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 10 Februari 2026 didapatkan nilai persentase sebesar 19 %.

Jakarta, 10 Februari 2026

Administrator Turnitin


Donny Dwi Hambodo, S.Ikom



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh:

Nama : Ma'rifatul Yuniarti Kustilah
NIM : 46121120030
Fakultas/Program Studi : Psikologi
Judul Tugas Akhir : Hubungan antara Couple Resilience dan Work-Family
Conflict pada Dual-Earner Family di Jabodetabek

Telah berhasil dipertahankan pada sidang tanggal 18 Februari 2026 dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing


Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si.
NIDN/NUPT: 0312047205

Jakarta, 18 Februari 2026

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi


Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D
NIDN/NUPTK: 0316058002

Ketua Program Studi Psikologi


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikologi
NIDN/NUPTK: 0324068701

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul “Hubungan antara Couple Resilience dan Work-Family Conflict pada Dual-Earner Family di Jabodetabek.” Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Tugas Akhir ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana;
2. Ibu Dr. Laila Meiliyandrie Indah W, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana;
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc. dan Ibu Prahastia Kurnia P, M.Psi., Psi selaku Sekretaris Program Studi Psikologi.
5. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan arahan, bimbingan, dan dukungan bagi saya dalam penyusunan Tugas Akhir ini;
6. Ibu Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Reviewer Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
7. Bapak Dana Riksa Buana, Ph.D selaku Ketua Sidang, Agustini, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
8. Seluruh Dosen Pengajar di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang sejak awal sampai akhir masa perkuliahan sudah mengajarkan banyak ilmu yang bermanfaat bagi penulis.

9. Suami penulis yang tercinta, Nirwan Adhiatma, sebagai pendukung utama penulis yang memiliki kesabaran, kasih sayang dan pengertian seluas samudera. Beliau selalu hadir mendampingi, menemani dan menguatkan penulis tanpa mengeluh, sejak awal mendaftar sampai akhirnya bisa menyelesaikan perkuliahan di bidang ini. Love you till Jannah Ay.
10. Anak-anak penulis, my two boys, Furqon dan Luqman, yang sudah sabar, selalu mencoba memahami dan mendukung umminya yang seringkali izin tidak bisa menemani mereka saat ada jadwal perkuliahan.
11. Orang tua, mertua, dan adik-adik penulis, yang selalu mendoakan dan mendukung penulis untuk bisa menyelesaikan perkuliahan ini dengan lancar.
12. Teman-teman seangkatan yang sudah menjadi teman berjuang dalam menyelesaikan tugas-tugas kuliah maupun skripsi ini dan selalu bersedia membantu, mendukung dan menguatkan, baik secara emosional maupun instrumental.

Akhir kata, saya berharap Allah SWT. berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 19 Februari 2026



Ma'rifatul Yuniarti Kustilah

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR DI REPOSITORI UMB**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ma'rifatul Yuniarti Kustilah
NIM : 46121120030
Fakultas/Program Studi : Psikologi
Judul Tugas Akhir : Hubungan antara Couple Resilience dan Work-Family Conflict pada Dual-Earner Family di Jabodetabek.

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

MERCU BUANA

Jakarta, 10 Februari 2026

Yang menyatakan,



Ma'rifatul Yuniarti Kustilah

**HUBUNGAN ANTARA COUPLE RESILIENCE DAN WORK-FAMILY
CONFLICT PADA DUAL-EARNER FAMILY DI JABODETABEK
MA'RIFATUL YUNIARTI KUSTILAH**

ABSTRAK

Konflik peran ganda (*Work-Family Conflict*) merupakan tantangan utama bagi pasangan bekerja yang dapat memengaruhi kesejahteraan keluarga dan kinerja pekerjaan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara dimensi variabel *Couple Resilience* dengan *Work-Family Conflict*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan melibatkan 142 responden pasangan bekerja di Jabodetabek. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa dimensi perilaku positif dari *Couple Resilience* berhubungan negatif signifikan dengan *Work-Family Conflict*, sedangkan dimensi perilaku negatif dari *Couple Resilience* berhubungan positif signifikan dengan *Work-Family Conflict*. Hasil pengujian statistik antar dimensi ditemukan Family-to-Work Conflict memiliki hubungan terkuat dengan dimensi perilaku positif dari *Couple Resilience*, mengindikasikan bahwa interaksi positif di rumah adalah tameng utama dari tekanan yang bersumber dari *Work-Family Conflict*. Secara deskriptif, 71,1% responden memiliki tingkat konflik rendah yang berjalan beriringan dengan tingginya perilaku positif (52,1%), membuktikan adanya efek *buffering* yang efektif. Uji beda menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan pada variabel penelitian ditinjau dari jenis kelamin, sistem kerja, maupun jumlah anak, yang menyiratkan kesetaraan beban peran pada pasangan modern. Namun, ditemukan perbedaan signifikan pada tingkat *Work-Family Conflict* berdasarkan lama pernikahan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa meskipun tingkat resiliensi pasangan cenderung stabil, beban konflik yang dirasakan cenderung mengalami perubahan tergantung pada tahapan usia pernikahan.

Kata Kunci: Resiliensi Pasangan, Konflik Kerja-Keluarga, Pasangan Bekerja.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN COUPLE RESILIENCE AND WORK-
FAMILY CONFLICT AMONG DUAL-EARNER FAMILIES IN
JABODETABEK
MA'RIFATUL YUNIARTI KUSTILAH**

ABSTRACT

Work-Family Conflict presents a critical challenge for dual-earner families, significantly impacting both family well-being and professional performance. This study examines the relationship between Couple Resilience and Work-Family Conflict among 142 dual-earner individuals in the Jabodetabek area. Utilizing a quantitative approach, the analysis reveals that positive resilience behaviors are significantly and negatively correlated with Work-Family Conflict, whereas negative behaviors exhibit a significant positive correlation. Notably, Family-to-Work Conflict demonstrated the strongest association with the positive resilience dimension, suggesting that positive interactions at home serve as a primary buffer against the pressures of role conflict. Descriptive findings highlight an adaptive profile, with 71.1% of respondents reporting low conflict levels alongside high positive behavior (52.1%). Comparative analysis found no significant variance across gender, work arrangements, or number of children, indicating an equitable distribution of role strain among modern couples. However, marriage duration emerged as a significant differentiator for Work-Family Conflict levels. The study concludes that while the capacity for couple resilience tends to remain stable, the magnitude of perceived conflict fluctuates across different stages of marital life.

Keywords: Couple Resilience, Work-Family Conflict, Dual-Earner Family.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	0
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN SURAT KETERANGAN HASIL UJI TURNITIN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vii
ABSTRAK.....	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
 BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4. Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	9
1.4.2 Manfaat Praktis	9
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 <i>Work-Family Conflict</i>	10
2.1.1 Definisi <i>Work-Family Conflict</i>	10
2.1.2 Dimensi <i>Work-Family Conflict</i>	11
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Work-Family Conflict</i>	11
2.2 <i>Couple Resilience</i>	13
2.2.1 Definisi <i>Couple Resilience</i>	13
2.2.2 Dimensi <i>Couple Resilience</i>	14
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Couple Resilience</i>	14
2.3 Penelitian Terdahulu	15
2.4 Dinamika Penelitian.....	24
2.5 Kerangka Berpikir.....	25

2.6 Hipotesis.....	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
3.1 Desain Penelitian.....	27
3.2 Populasi dan Sampel	27
3.2.1 Populasi	27
3.2.2 Sampel.....	27
3.3 Definisi Operasional.....	28
3.3.1 <i>Work-Family Conflict</i>	28
3.3.2 <i>Couple Resilience</i>	29
3.4 Instrumen Penelitian	29
3.4.1 Alat Ukur Work-Family Conflict.....	29
3.4.2 Alat Ukur Couple Resilience.....	31
3.5 Validitas dan Reliabilitas	32
3.5.1 Validitas.....	32
3.5.2 Reliabilitas.....	34
3.5.3 Simpulan Hasil Pengujian Alat Ukur	35
3.6 Analisis Data	36
3.6.1 Analisis Deskriptif.....	36
3.6.2 Analisis Inferensial.....	36
BAB IV PEMBAHASAN	39
4.1 Gambaran Umum Subjek.....	39
4.2 Hasil	43
4.2.1 Analisis Deskriptif.....	43
4.2.2 Kategorisasi Variabel	44
4.3 Uji Asumsi Klasik	46
4.3.1 Uji Normalitas	46
4.3.2 Uji Linearitas	49
4.4 Uji Hipotesis	50
4.4.1 Uji Korelasional	50
4.4.2 Uji Korelasi antar Dimensi.....	51
4.4.3 Uji Korelasi Variabel dengan Usia.....	52
4.5 Uji Tambahan.....	52
4.5.1 Uji Komparatif T-Test.....	52
4.5.2 Uji Komparatif ANOVA	53

4.6 Diskusi	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	63
5.1 Kesimpulan	63
5.2 Keterbatasan penelitian	63
5.3 Saran.....	64
5.3.1 Saran Teoretis	64
5.3.2 Saran Praktis	64
DAFTAR PUSTAKA.....	66
LAMPIRAN	72



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Hasil Penelitian Terdahulu	15
Tabel 3.1 Blue Print Work–Family Conflict Scale (WAFCS)	30
Tabel 3.2 Blue Print Couple Resilience Inventory (CRI) Two Dimension	32
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Isi	33
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Konstruk	34
Tabel 3.5 Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur	34
Tabel 4.1 Statistik Deskriptif Usia Responden	39
Tabel 4.2 Karakteristik Demografi Responden	40
Tabel 4.3 Analisis Deskriptif	43
Tabel 4.4 Norma Kategorisasi Hipotetik	45
Tabel 4.5 Kategorisasi Skor	45
Tabel 4.6 Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	47
Tabel 4.7 Uji Linearitas	49
Tabel 4.8 Hasil Uji Hipotesis Korelasional	50
Tabel 4.9 Hasil Uji Korelasi antar Dimensi	51
Tabel 4.10 Hasil Uji Korelasi Variabel dengan Usia	52
Tabel 4.11 Hasil Uji T-Test berdasarkan Jenis Kelamin	53
Tabel 4.12 Hasil Uji ANOVA	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	25
Gambar 4.1 Q-Q Plot pada variabel Work-Family Conflict.....	47
Gambar 4.2 Q-Q Plot pada variabel Couple Resilience (Perilaku Positif).....	48
Gambar 4.3 Q-Q Plot pada variabel Couple Resilience (Perilaku Negatif)	48
Gambar 4.4 Grafik Mean Work-Family Conflict dengan Lama Pernikahan	55



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Expert Judgement Work-Family Conflict Reviewer 1.....	72
Lampiran 2 Expert Judgement Work-Family Conflict Reviewer 2.....	74
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian	79
Lampiran 4 Perhitungan Gpower.....	86
Lampiran 5 Blue Print Alat Ukur	87
Lampiran 6 Hasil Uji Validitas.....	88
Lampiran 7 Hasil Uji Reliabilitas	92
Lampiran 8 Hasil Deskriptif Statistik	94
Lampiran 9 Hasil Uji Asumsi Klasik.....	97
Lampiran 10 Uji Hipotesis.....	100
Lampiran 11 Analisis Tambahan.....	102
Lampiran 12 Bukti Bimbingan Tugas Akhir	108
Lampiran 13 Biografi Penulis.....	109

