

PENGARUH STRES KERJA DAN POLA KOMUNIKASI TERHADAP KEPUASAN PERNIKAHAN PADA PEKERJA HYBRID

BINTANG KIRANA PERMATA DEWI



**PROGRAM STUDI ILMU KELUARGA DAN KONSUMEN
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**

@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University

PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Stres Kerja dan Pola Komunikasi terhadap Kepuasan Pernikahan pada Pekerja *Hybrid*” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Agustus 2026

Bintang Kirana Permata Dewi
I2401221071



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



ABSTRAK

BINTANG KIRANA PERMATA DEWI. Pengaruh Stres Kerja dan Pola Komunikasi terhadap Kepuasan Pernikahan pada Pekerja *Hybrid*. Dibimbing oleh RISDA RIZKILLAH.

Sistem kerja *hybrid* turut menghadirkan tantangan baru dalam dinamika kehidupan, khususnya pada keluarga. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional* yang bertujuan untuk menganalisis pengaruh stres kerja dan pola komunikasi terhadap kepuasan pernikahan pada keluarga dengan pekerja *hybrid*. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 100 orang yang bekerja secara *hybrid*, berasal dari keluarga *dual-earner*, dan memiliki anak usia 0-6 tahun. Hasil uji regresi menunjukkan bahwa stres kerja berpengaruh negatif signifikan terhadap kepuasan pernikahan. Pola komunikasi dimensi interaksi positif juga berpengaruh positif signifikan terhadap kepuasan pernikahan. Karakteristik seperti usia responden dan pendapatan per bulan berpengaruh positif signifikan terhadap kepuasan pernikahan. Temuan ini mengindikasikan perlunya intervensi keluarga yang berfokus pada manajemen stres kerja serta penguatan komunikasi positif untuk meningkatkan kepuasan pernikahan pada keluarga dengan pekerja *hybrid*.

Kata kunci: *dual-earner*, kepuasan pernikahan, pekerja *hybrid*, pola komunikasi, stres kerja

ABSTRACT

BINTANG KIRANA PERMATA DEWI. The Influence of Work Stress and Communication Patterns on Marital Satisfaction among Hybrid Workers. Supervised by RISDA RIZKILLAH.

The implementation of hybrid work systems introduces new challenges to the dynamics of daily life, particularly within families. This study employs a quantitative approach with a cross-sectional design aimed at analyzing the influence of work stress and communication patterns on marital satisfaction among families with hybrid workers. The sampling technique used was purposive sampling, with a total sample of 100 individuals who work in hybrid systems, come from dual-earner families, and have children aged 0–6 years. Regression analysis indicated that work stress has a significant negative effect on marital satisfaction. For communication patterns, the positive interaction dimension demonstrated a significant positive effect on marital satisfaction. Demographic characteristics such as participant age and monthly income also showed a significant positive effect on marital satisfaction. These findings suggest the need for family-based interventions targeting work stress management and the strengthening of positive communication to enhance marital satisfaction among families with hybrid workers.

Keywords: communication patterns, dual-earner, hybrid workers, marital satisfaction, work stress



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2026
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.

**PENGARUH STRES KERJA DAN POLA KOMUNIKASI
TERHADAP KEPUASAN PERNIKAHAN PADA PEKERJA
*HYBRID***

BINTANG KIRANA PERMATA DEWI

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen

**PROGRAM STUDI ILMU KELUARGA DAN KONSUMEN
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**

@Hak cipta milik IPB University

IPB University





@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:

1. Dr. Defina, S.S., M.Si.
2. Dr. Neti Hernawati, S.P., M.Si.



Judul Skripsi : Pengaruh Stres Kerja dan Pola Komunikasi terhadap Kepuasan
Pernikahan pada Pekerja *Hybrid*
Nama : Bintang Kirana Permata Dewi
NIM : I2401221071

@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Disetujui oleh

Pembimbing:

Risda Rizkillah, S.Si., M.Si.
NIP. 199108062018032001



Diketahui oleh

Ketua Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen:

Dr. Alfiasari, S.P., M.Si
NIP. 198112182006042015



Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan dan
Alumni Fakultas Ilmu Sosial dan Ekologi Manusia:

Prof. Dr. Megawati Simanjuntak, SP, M.Si
NIP 197211032005012002



Tanggal Ujian: 23 Juli 2026

Tanggal Lulus: 11 Agustus 2026

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan dengan judul “Pengaruh Stres Kerja dan Pola Komunikasi terhadap Kepuasan Pernikahan pada Pekerja *Hybrid*”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk lulus dan mendapatkan gelar sarjana dari Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, doa, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, penulis menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada ibu Rida Rizkillah, S.Si., M.Si. selaku dosen pembimbing skripsi yang telah sabar membimbing dan banyak memberi saran serta dukungan selama penyusunan proposal sehingga penulis dapat menyelesaikan dengan baik. Terima kasih juga kepada bapak Musthofa, S.Ag., M.Pd.I. selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan saran dan motivasi selama masa perkuliahan, ibu Dr. Susri Adeni, S.Sos., M.A. selaku dosen moderator kolokium, ibu Dr. Ir. Istiqlalayah Muflikhati, M.Si. selaku dosen moderator seminar hasil, ibu Dr. Defina, S.S., M.Si. dan ibu Dr. Neti Hernawati, S.P., M.Si. selaku dosen penguji sidang, dan seluruh dosen-dosen IKK yang telah mengajarkan dan membagikan ilmunya sehingga penulis mendapatkan bekal ilmu yang bermanfaat. Terkhusus penulis ucapkan terima kasih kepada bapak, ibu, kakak dan abang ipar, yang senantiasa memberikan cinta, doa, serta dukungan moral maupun materil kepada penulis selama menempuh pendidikan. Tidak lupa penulis juga berterima kasih pada Lulu Septia N, Da'ina Gracia K, Amelia Nur F, dan Shabina Tasnim S selaku teman dekat yang selalu menjadi sumber semangat juga tempat berbagi suka dan duka dalam proses akademik maupun kehidupan pribadi penulis. M. Elmar Muhabar selaku pendamping yang selalu memberikan dukungan, motivasi, dan doa kepada penulis selama perkuliahan hingga pengerjaan skripsi. AXPLORE, NaKi, Bpipip, Tri Knalpot Jeger, tim Princessa Ballet Center, Daphne, dan teman-teman lainnya yang turut menemani dan mendukung penulis di setiap perjalanan hidup. Terima kasih pada Agisya selaku rekan payungan penelitian, Bunga, Latifah, Nasywa, Resha, dan Hardiaz selaku rekan bimbingan, serta teman-teman IKK 59 yang turut memberikan semangat, inspirasi, dan kenangan berharga selama kuliah. Terakhir, penulis ucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya pada para responden yang sudah bersedia meluangkan waktu dan tenaganya untuk partisipasinya, serta seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas bantuannya.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis dengan lapang dada menerima segala bentuk kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan di masa mendatang. Semoga tulisan ini dapat memberikan kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan menjadi referensi yang bermanfaat bagi pihak-pihak yang membutuhkan.

Bogor, Agustus 2026

Bintang Kirana Permata Dewi



DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	ix
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan	6
1.4 Manfaat	6
II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Teori Struktural Fungsional	7
2.2 Model Transaksional Stres	8
2.3 Stres Kerja	9
2.4 Pola Komunikasi	9
2.5 Kepuasan Pernikahan	11
2.6 Pekerja <i>Hybrid</i>	12
III KERANGKA PEMIKIRAN	14
IV METODE PENELITIAN	17
4.1 Desain, Lokasi, dan Waktu Penelitian	17
4.2 Populasi, Contoh dan Teknik Penarikan Contoh	17
4.3 Jenis, Cara Pengumpulan Data dan Cara Pengukuran Variabel	17
4.4 Pengolahan dan Analisis Data	19
4.5 Definisi Operasional	20
V HASIL DAN PEMBAHASAN	22
5.1 Hasil	22
5.1.1 Karakteristik Responden	22
5.1.2 Stres Kerja pada Pekerja <i>Hybrid</i>	25
5.1.3 Pola Komunikasi pada Pekerja <i>Hybrid</i>	26
5.1.4 Kepuasan Pernikahan pada Pekerja <i>Hybrid</i>	28
5.1.5 Hubungan Karakteristik Keluarga, Stres Kerja, Pola Komunikasi, dan Kepuasan Pernikahan pada Pekerja <i>Hybrid</i>	30
5.1.6 Pengaruh Karakteristik Keluarga, Stres Kerja dan Pola Komunikasi terhadap Kepuasan Pernikahan pada Pekerja <i>Hybrid</i>	31
5.2 Pembahasan	32
5.3 Keterbatasan Penelitian	38
VI SIMPULAN DAN SARAN	39
6.1 Simpulan	39
6.2 Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN	49
RIWAYAT HIDUP	61



DAFTAR TABEL

1	Jenis variabel, tipe skala, dan kategori data	18
2	Sebaran karakteristik responden	22
3	Sebaran karakteristik pekerjaan	24
4	Sebaran kategori stres kerja	25
5	Capaian stres kerja berdasarkan butir pernyataan	26
6	Sebaran kategori pola komunikasi	27
7	Capaian pola komunikasi berdasarkan butir pernyataan	27
8	Sebaran kategori kepuasan pernikahan	28
9	Capaian kepuasan pernikahan berdasarkan butir pernyataan	29
10	Hubungan Stres Kerja, Pola Komunikasi, dan Kepuasan Pernikahan pada Pekerja <i>Hybrid</i>	30
11	Pengaruh Karakteristik Keluarga, Stres Kerja dan Pola Komunikasi terhadap Kepuasan Pernikahan pada Pekerja <i>Hybrid</i>	32

DAFTAR GAMBAR

1	Kerangka Penelitian	16
---	---------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

1	Kuesioner Penelitian	50
2	Sebaran contoh (%) menurut skala jawaban	56
3	Hasil Uji Asumsi Klasik	59