

PENGARUH MARITAL SELF-DISCLOSURE TERHADAP WORK LIFE BALANCE

Oleh :

Rika Vira Zwagery¹⁾, Dwi Nurrachmah²⁾, Rahmi Fauzia³⁾, Emma Yuniarrahmah⁴⁾

^{1,2,3,4} Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat

¹email: zwagery@ulm.ac.id

²email: dwi_nurrachmah@yahoo.co.id

³email: rahmi.fauzia@ulm.ac.id

⁴email: emma.psiulm@gmail.com

Informasi Artikel

Riwayat Artikel :

Submit, 1 Desember 2023

Revisi, 19 April 2024

Diterima, 2 Mei 2024

Publish, 15 Mei 2024

Kata Kunci :

*Marital Self Disclosure,
Work Life Balance,
Women.*

ABSTRAK

Perubahan zaman yang terjadi berdampak pada perkembangan sector ekonomi dan juga sosial. Tuntutan ekonomi dan sosial mendorong para wanita untuk mampu bersaing didunia kerja. Melalui semakin banyaknya wanita yang bekerja menjadikan timbulnya konflik peran ganda pada waita yang telah menikah dan bekerja. Sehingga perlu adanya upaya untuk dapat menjebatani timbulnya konflik peran yang terjadi dan upaya untuk dapat meminimalisirnya. Sehingga perlu adanya *marital self-disclosure* atau kemampuan keterbukaan diri pasangan suami istri yang bekerja. Penelitian ini bertujuan untuk meliha pengaruh *marital self disclosure* terhadap *work life balance*. Subjek pada penelitian ini adalah sebanyak 71 wanita yang telah menikah dan bekerja dengan menggunakan *purposive sampling* sebagai Teknik pengambilan sampel. Alat ukur yang digunakan adalah *Marital Self Disclosure Questionnaire (MSDQ)* (Waring, Holde, Wesley, 1998) dan *Skala Work Family Balance Scale (Fisher, 2009)*. Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antara *marital self-disclosure* dengan *work life balance*. Semakin tinggi *marital self disclosure* maka semakin tinggi pula *work life balance*.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license



Corresponding Author:

Nama: Rika Vira Zwagery

Afiliasi: Universitas Lambung Mangkurat

Email: zwagery@ulm.ac.id

1. PENDAHULUAN

Masa perkembangan pada usia dewasa merupakan masa dengan periode yang cenderung paling panjang. Periode masa dewasa terdiri atas dewasa awal, dewasa pertengahan, serta dewasa akhir. Membina sebuah hubungan akrab dengan lawan jenis serta membina hubungan pernikahan menjadi salah satu tugas perkembangan pada masa dewasa awal (Agustin & Ilyas 2019). Pemenuhan tugas perkembangan tersebut tetap merujuk pada adanya batasan usia sehat dalam pernikahan. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (2012) usia sehat dalam pernikahan untuk laki-laki pada usia 25 tahun dan perempuan 20 tahun.

Dahulu, peran wanita hanya sebatas pada menjadi pengurus rumah tangga dan

bertanggungjawab terhadap pengasuhan anak, namun melalui perkembangan zaman menjadikan wanita telah banyak yang memiliki pendidikan tinggi serta mendorong mereka menjadi wanita karir (Pratiwi, 2021). Kontribusi peran wanita sebagai pekerja nyata adanya terlebih dengan pesatnya perkembangan dalam sisi ekonomi dan sosial. Tuntutan ekonomi dan sosial mendorong para wanita untuk mampu bersaing di dunia kerja. Pesatnya perkembangan pengetahuan saat ini menjadikan keterampilan sebagai sebuah peluang yang sama antara wanita maupun pria untuk dapat bersaing dalam dunia kerja. Walaupun begitu, timbul tantangan baru bagi wanita karena mereka harus mengemban tugas di rumah serta kantor (Rahmayati, 2021). Badan Pusat Statistik (2020) mengatakan

bahwa tenaga kerja formal wanita berjumlah 34,65% pekerja.

Satata & Shusantie (2020) menyatakan bahwa peran ganda pada wanita yang bekerja dan juga menikah memberikan tuntunan dalam menjalani karir lebih besar, namun hal ini juga bergantung pada setiap individu yang menjalaninya baik menikmati maupun keberatan akan dua tanggung jawab tersebut. Tidak seperti laki laki, Wanita memiliki peran yang lebih banyak didalam rumah sehingga akan mempengaruhi kemampuan mereka untuk meraih kesimbangan antara kehidupan keluarga dan bekerja (Grunberg & Matei, 2020).

Adanya perubahan pada nilai kehidupan menimbulkan permasalahan baru baik bagi pria maupun wanita. Timbulnya berbagai guncangan seperti halnya kecemasan, ketegangan, dan ketidakstabilan psikologis dapat menimbulkan ketidaksiapan wanita untuk dapat memenuhi tuntunan serta keadaan keluarga yang mana hal ini dapat memberi pengaruh pada pemenuhan kebutuhan dalam rumah tangga dan dapat berujung pada konflik antar suami dan istri. (Ilyas, 2002 dalam Agustin & Ilyas 2019).

Hal ini dapat mempengaruhi hubungan yang telah dijalani dalam sebuah rumah tangga karena pasangan yang sudah menikah sangat memerlukan keterbukaan diri (self-disclosure) sehingga kesalahpahaman dalam rumah tangga dapat dihindarkan (Agustin & Ilyas 2019). Self-disclosure atau keterbukaan diri merupakan suatu istilah yang menjelaskan mengenai cara seseorang dalam membentuk keakraban dalam sebuah kelompok atau memberikan sebuah upaya untuk mengatasi konflik yang timbul dengan cara pihak yang terlibat dalam konflik akan berusaha untuk mengungkapkan diri dan mengajak pihak lawan konflik untuk melakukan hal yang sama sehingga rasa percaya dan perasaan saling terbuka dapat dibangun dan membantu penyelesaian konflik yang terjadi (Nugroho, 2013).

Keterbukaan diri pada pasangan yang telah menikah menjadi aspek penting dalam pernikahan, terlebih apabila sang istri juga bekerja. Romdhon dan Wahyuningsih (2013) menyebutkan bahwa keterbukaan diri diartikan sebagai suatu keterampilan penting yang dapat membantu individu ketika bersama dan berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, dengan ketebukaan diri menjadikan mereka mampu menyorakan perasaannya dalam suatu situasi, pemikiran serta pendapatnya mengenai topik maupun saran – saran dari pasangan mereka (Baumeister & Vohs, 2007).

Pasangan suami istri yang memiliki kesibukan dan kegiatan yang berbeda dalam bekerja memiliki kecenderungan untuk sulit mengungkapkan diri kepada pasangan. Hal ini dapat dikarenakan adanya perasaan bahwa pasangan mereka lebih baik apabila tidak mengetahui apa yang mereka alami atau rasakan. Hal inilah yang apabila terlalu sering dilakukan akan

menimbulkan permasalahan yang berujung pada konflik antar pasangan.

Nugroho (2013), mengatakan bahwa keintiman dalam suatu hubungan dapat dibangun melalui keterbukaan diri, selain itu keterbukaan diri juga dapat membantu dalam mengatasi konflik antar pasangan. Hal ini karena kedua pasangan mencoba untuk mengungkapkan perasaannya satu sama lain agar pasangan saling mempercayai dan berupaya untuk terbuka satu sama lain. Peran self-disclosure dalam mengembangkan keintiman diantara pasangan sangat penting (Masaviru, Mwangi & Masindano, 2015; Masavirus, 2016). Selain itu, self-disclosure juga membantu individu untuk dapat melepaskan perasaan mereka yang terpendam, ketegangan yang muncul dari dalam diri, serta menjadi sarana dalam menyampaikan keinginan terdalam terkait dengan ide pribadi atau berbagi harapan terkait dengan rumah tangga pada pasangannya (Romdhon & Wahyuningsih, 2013). Oleh karena itu penting akan adanya keseimbangan anatar dunia kerja juga rumah tangga bagi pasangan suami istri yang memiliki peran lain diluar rumah tangga.

Meningkatnya jumlah wanita yang bekerja akan seiring dengan meningkatnya tuntutan-tuntutan yang harus mereka kerjakan selain berperan sebagai ibu rumah tangga (Bintang & Astiti, 2016). Seperti yang dikatakan oleh Wijayanto & Fauziah (2018) bahwa pilihan seorang wanita yang menikah untuk mengambil kesempatan agar dapat bekerja bekerja menjadikan mereka memiliki peran ganda antara keluarga dan pekerjaan. Riset menunjukkan bahwa peran ganda yang dimiliki seseorang memberikan dampak yang cenderung negatif dan lebih dominan daripada dampak positif (Maulana, 2017). Penelitian oleh Keene & Quadagno (2004) menunjukkan bahwa pasangan suami istri yang bekerja sulit untuk dapat menyeimbangkan waktunya antara pekerjaan dan keluarga terlebih saat memiliki anak yang berumur dibawah 18 tahun. Wijayanto & Fauziah (2018) mengatakan bahwa konflik peran ganda erat kaitannya dengan wanita yang bekerja, oleh karena itu akan timbul dampak negatif apabila hal tersebut tidak teratasi dengan benar.

Wanita yang telah menikah serta bekerja dituntut untuk memiliki work family balance (mampu membentuk keseimbangan antara waktu dan peran sebagai Wanita yang bekerja bekerja dan peran untuk keluarga) agar semua tugas baik tugas rumah tangga maupun kantor dapat berjalan dengan lancar (Maulana, 2017). Menurut Clark (2002) (dalam Adiningtyas & Mardhatillah, 2016) work family balance ialah keseimbangan dalam kehidupan keluarga, pekerjaan dan masyarakat dengan meminimalkan timbulnya konflik peran. Fisher (2001) (dalam Darmawan et al., 2015) menyebutkan bahwa Work Family Balance sebagai usaha individu dalam menyeimbangkan perannya baik itu untuk pekerjaan ataupun untuk keluarga. Fisher dkk (2009) (dalam Maulana, 2017) juga mengemukakan bahwa

Work Family Balance memiliki 4 dimensi yaitu yang pertama adalah pekerjaan yang mengganggu kehidupan pribadi, kedua, kehidupan pribadi yang mengganggu pekerjaan; ketiga, kehidupan pribadi meningkatkan pekerjaan dan pekerjaan meningkatkan kehidupan pribadi.

Adanya tuntutan untuk dapat menyeimbangkan waktu dan peran baik dalam pekerjaan maupun keluarga menjadikan wanita yang bekerja perlu untuk dapat memiliki kemampuan marital self-disclosure yang baik guna dapat mencapai work family balance sehingga konflik dalam pekerjaan maupun keluarga dapat diminimalisir. Oleh karena itu, penting dilakukan suatu penelitian yang dapat mengungkapkan mengenai peranan marital self disclosure terhadap work life balance pada wanita.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 71 wanita yang telah menikah dan juga bekerja. Teknik analisis data yang digunakan ialah regresi linear sederhana. Adapun alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala *Marital Self Disclosure* dan Skala *Work Family Balance*. Skala ini menggunakan acuan dari skala dari *Marital Self Disclosure Questionnaire* (MSDQ) oleh Waring, Holden, dan Wesley (1998). MSDQ digunakan untuk mengukur keterbukaan diri pasangan dalam pernikahan. NSMSDQ terdiri dari 40 item benar dan salah dengan empat dimensi yang akan diukur, yaitu hubungan, seks, uang, dan ketidakseimbangan. Skala *Work Family Balance* diukur dengan menggunakan dimensi yang dikemukakan oleh Fisher dkk (2009) yaitu antara lain *work interference personal life*, *personal life interference work*, *personal life enhancement of work*, dan *work enhancement of personal life*. Skala ini telah diadaptasi dan digunakan di Indonesia oleh Maulana (2017). Skala work family balance mempunyai 36 aitem dengan reliabilitas sebesar 0,829, lalu setelah dilakukannya uji coba dan seleksi aitem, ada 8 aitem yang tidak valid sehingga tersisa 28 aitem dengan reliabilitas 0,902.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data dalam penelitian didapat dari skor jawaban subjek pada tiap aitem pertanyaan yang terdapat di skala. Skor diolah menggunakan analisis *statistic* dengan bantuan program SPSS 24. Proses analisis data meliputi uji asumsi dasar sebagai prasyarat analisis. Setelah melakukan uji asumsi dasar, peneliti akan melakukan uji hipotesis. Hipotesis penelitian ini akan diujikan dengan menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini menyatakan bahwa adanya pengaruh Marital Self Disclosure terhadap Work Life Balance. Pengujian hipotesis bertujuan untuk menguji tujuan dari penelitian dan mampu menunjukkan signifikansi peranan variabel bebas dan tergantung. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji

analisis regresi linear sederhana terhadap kedua variabel penelitian dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Analisis Regresi Linear Sederhana

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	192.227	1	192.227	6.763	.011 ^b
Regression					
Residual	1989.759	70	28.425		
Total	2181.986	71			

a. *Dependent Variable: Work Life Balance*

b. *Predictors: (Constant), Marital Self Disclosure*

Tabel 4. *Coeffesien*

Model	Unstandardi Coefficients	Standardi Coefficien	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	43,627	11,604	,673	,000
	Marital Self Disclosure	,239	,134	,124	2,481 ,017

a. *Dependent Variable: Work Life Balance*

Pada tabel 4., diketahui bahwa perolehan nilai a (nilai *unstandardized coefficients di constant*) sebesar 43,627 dan nilai b (nilai *unstandardized coefficients di conscientiousness*) sebesar 0,239, sehingga melalui persamaan regresi linear sederhana $\hat{Y} = a + bX$, maka $\hat{Y} = 43,627 + 0,239X$. Hal ini menunjukkan bahwa jika *Marital self Disclosure* mengalami kenaikan 1 (satu) poin, maka *Work Life Balance* akan mengalami peningkatan sebesar 0,239. Koefisien pada hasil uji memiliki nilai positif artinya terjadi pengaruh positif antara *marital self disclosure dengan Work Life Balance, semakin tinggi Work Life Balance semakin tinggi Marital self disclosure.*

Penelitian ini pada dasarnya dilakukan bertujuan untuk mengetahui pengaruh *marital self disclosure dengan Work Life Balance.* Berdasarkan hasil uji regresi yang telah dilakukan, diperoleh nilai sebesar F hitung= 6,763%, dengan tingkat signifikansi sebesar 0.011>0.05.

Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat pengaruh antara *marital self disclosure dengan Work Life Balance.* Berdasarkan hasil analisis regresi juga dapat diketahui bahwa nilai koefisien regresi sebesar 43,637 yang bernilai positif. Koefisien bernilai positif artinya terjadi pengaruh positif antara *marital self disclosure dengan Work Life Balance.* Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh El Akmal,dkk (2021) bahwa *worklife balance* dengan kepuasan pernikahan memiliki hubungan positif yang signifikan serta *work-life balance* mempengaruhi kepuasan pernikahan. Nugroho (2013), mengatakan bahwa keterbukaan diri dapat membantu dalam mengatasi konflik *karena* dapat membantu individu untuk melepaskan perasaan mereka yang terpendam, ketegangan yang muncul dari dalam diri, dan menjadi sarana dalam menyampaikan keinginan terdalam mereka terkait dengan ide pribadi atau berbagi tentang harapan yang terkait mengenai rumah tangga pada pasangannya (Romdhon & Wahyuningsih, 2013) karena seorang istri yang memiliki keterbukaan

terhadap pasangan akan berdampak pada keseimbangan pengambilan keputusan dan kekuasaan dalam kehidupan rumah tangga (Sadarjoen, 2005).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Amran,dkk (2022) juga ditemukan bahwa *worklife balance* dapat dijadikan sebagai mediasi untuk konflik dalam pernikahan rumah tangga yang mana anggota keluarganya merupakan pekerja. Penelitian lain yang diteliti oleh Pratiwi,(2021) menunjukkan bahwa seseorang yang berhasil melakukan work life balance akan mampu memenuhi aspek keseimbangan waktu, kesimbangan keterlibatan dan keseimbangan kepuasan. Namun pada penelitian yg dilakukan oleh Komari, (2021) Didapatkan bahwa terdapat perbedaan *work life balance* antara laki laki dan perempuan. Terlihat dari persentase pengaruh yang diberikan oleh *Marital Self Disclosure* pada penelitian ini terbilang rendah yaitu 6,763% dan 93,237% merupakan sumbangan dari faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Persentasi yang rendah memberikan asumsi lain bahwa sebanyak 93,237% adalah faktor lain yang memengaruhi tinggi rendahnya pengaruh *marital self disclosure* terhadap *work life balance* yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Marital self disclosure mengembangkan kepribadian seseorang dan berperan dalam kesuksesan menjalin hubungan (Sprecher & Hendrick, 2004), dapat menurunkan depresi (Waring, Chamberlaine, Carver, Stalker & Schaefer (1995), memiliki kontribusi yang positif dalam kepuasan hubungan karena Wanita yang memiliki kepuasan yang tinggi akan mudah dalam mengendalikan konflik (Quek & Fitzpatrick,2013) dan dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan yang terjadi (Quek and Knudson-Martins, 2006). Ketika menghadapi permasalahan, seseorang membutuhkan dukungan social dari oranglain berupa informasi atau solusi yang dapat membantunya dan solusi dapat diberikan ketika adanya keterbukaan terhadap permasalahan yang dihadapi.

Dukungan sosial menurut penelitian dari Nurhabiba (2020) merupakan salah satu factor yang dapat mempengaruhi *work life balance* seseorang.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan yang dihasilkan dalam penelitian ini adalah berdasarkan hasil uji regresi yang telah dilakukan, diperoleh nilai sebesar F hitung= 6,763%, dengan tingkat signifikansi sebesar $0.011 > 0.05$. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat pengaruh antara *marital self disclosure* dengan *Work Life Balance*. Berdasarkan hasil analisis regresi juga dapat diketahui bahwa nilai koefisien regresi sebesar 43,637 yang bernilai positif. Koefisien bernilai positif artinya terjadi pengaruh positif antara *marital self disclosure* dengan *Work Life Balance*. Seorang wanita yang memiliki keterbukaan terhadap pasangan khususnya dalam menjalani hidup dapat mempengaruhi dan membantunya dalam

menyeimbangkan peran antara pekerjaan dan keluarga.

Hasil penelitian yang dilakukan dan di uji dengan analisis regresi menghasilkan nilai koefisien regresi sebesar 43,637 yang bernilai positif. Koefisien bernilai.

5. REFERENSI

- Adiningtiyas, N., & Mardhatillah, A. (2016). Work life balance index among technician. *Jurnal Ilmu Ekonomi Dan Sosial*, 5(3), 327–333.
- Agustin, A. W., & Ilyas, A. (2019). Relationship Intimacy and Self Disclosure Young Married Couple. *Jurnal Neo Konseling*, 1(1).
- Amran, A., Luckieta, M., Alamsyah, D. P., & Suparwo, A. (2022). Work-Life Balance To Decrease Work-Family Conflict During The Covid-19 Pandemic. *Trikonomika*, 21(1), 16–24.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). *Encyclopedia of social psychology*. California: Sage Publications.
- Bintang, S. K., & Astiti, D. P. (2016). Work-Life Balance Dan Intensi Turnover Pada Pekerja Wanita Bali Di Desa Adat Sading, Mangupura, Badung. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(3), 382–394.
- BKKBN. (2012). *Pernikahan Dini Pada Beberapa Provinsi di Indonesia: Akar Masalah dan Peran Kelembagaan di Daerah Jakarta: Direktorat Analisis Dampak Kependudukan BKKBN*.
- BPS. (2020). *Persentase Tenaga Kerja Formal Menurut Jenis Kelamin (Persen), 2018-2020*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/indicator/6/1170/1/persentase-tenaga-kerja-formal-menurut-jenis-kelamin.html>
- Darmawan, A. A. Y. P., Ika Adita Silviandari, & Ika Rahma Susilawati. (2015). Hubungan Burnout dengan Work-Life Balance pada Dosen Wanita. *Mediapsi*, 01(01), 28–39. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2015.001.01.4>
- El Akmal, M., Marpaung, W., Manurung, Y. S., & Mirza, R. (2021). Work from home during the pandemic & work-life balance: Married working woman perspective. *International Research Journal of Advanced Engineering and Science*, 6(2).
- Fisher, G. G., Bulger, C. A., & Smith, C. S. (2009). Beyond work and family: A measure of work/nonwork interference and enhancement. *Journal of Occupational Health Psychology*, 14(4), 441
- Gender difference or gender similarity? *Sociological Perspectives*, 47(1), 1–23. <https://doi.org/10.1525/sop.2004.47.1.1>
- Ghozali, I. 2016. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS IBM 23*. Cetakan

- Kedelapan. Badan Penerbit Universitas Diponegoro. Semarang.
- Grünberg, L. and Matei, Ș. (2020), "Why the paradigm of work-family conflict is no longer sustainable: towards more empowering social imaginaries to understand women's identities", *Gender, Work and Organization*, Vol. 27, pp. 289-309
- Keene, J. R., & Quadagno, J. (2004). Predictors of perceived work-family balance:
- Komari, N. (2021). Work-life balance dual career couple during covid 19 pandemic. BKS PTN Wilayah Barat, 186.
- Masaviru, M. (2016). Self disclosure: theories and model review. *Journal of Culture, Society and Development*, 18, 43-47.
- Masaviru, M., Mwangi, R., & Masindano, P. (2015). The influence of self disclosure on the use of contraceptives among couples in Changamwe constituency, Mombasa county. *New Media and Mass Communication*, 40, 76-86.
- Maulana, M. A. (2017). Hubungan Kualitas Manajemen Waktu dan Work Family Balance pada Pekerja Wanita. *Intuisi*, 9(3), 243-250.
- Nugroho, D. A. (2013). Self-Disclosure Terhadap Pasangan Melalui Media Facebook di Tinjau dari Jenis Kelamin. *Jurnal Online Psikologi*, 01 (02).
- Nurhabiba, M. (2020). Social Support terhadap Work Life Balance pada Karyawan. *Cognicia*, Vol.8, No.2, 277-195
- Pratiwi, I. W. (2021). Work Life Balanced Pada Wanita Karir Yang Telah Berkeluarga. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM*, 10(1), 72-89.
- Priyatno, Duwi. (2010). *Paham Analisa Data dengan SPSS*. Yogyakarta: Mediakom.
- Quek, K., & Fitzpatrick, J. (2013). Cultural values, Self Disclosure, and conflict Tactics as predictor of marital Satisfaction among Singaporean Husbands and wives. *The family journal: Counseling and therapy for Couples and Familie*. 00 (0). 1-9
- Quek, K., & Knudson-Martin, C. (2006). A push toward equality: Processes among dual-career newlywed couples in a collectivistic culture. *Journal of Marriage and Family*, 68, 56-69.
- Rahmayati, T. E. (2021). Keseimbangan Kerja dan Kehidupan (Work Life Balanced) Pada Wanita Bekerja. *Juripol (Jurnal Institusi Politeknik Ganesha Medan)*, 4(2), 129-141.
- Romdhon, A., & Wahyuningsih, H. (2013). Hubungan antara pengungkapan diri dan kepuasan pernikahan dengan dimediasi oleh intimasi. *Psikologika*, 18(2), 143-152
- Sadarjoen, S. (2005). *Konflik Marital*. Bandung: Refika Aditama
- Satata, D. B. M., & Shusantie, M. A. (2020). Peran Ibu Dalam Berkarir dan Kehidupan Berkeluarga. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, 22(2), 165-170.
- Sprecher, Susan K. and Hendrick, Susan S. (2004). Self-disclosure in intimate relationships: Associations with individual and relationship characteristics over time. *Faculty Publications—Sociology and Anthropology*. 1.
- Waring, E. M., Holden, R. R., & Wesley, S. (1998). Development of the Marital Self-Disclosure Questionnaire (MSDQ). *Journal of Clinical Psychology*, 54(6), 817-824. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(199810\)54:6<817::AID-JCLP9>3.0.CO;2-D](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(199810)54:6<817::AID-JCLP9>3.0.CO;2-D)
- Wijayanto, A. Y., & Fauziah, N. (2018). Kerja Di Genggamanku Keluarga Di Hatiku Interpretative Phenomenological Analysis Tentang Work-Family Balance Pada Ibu Bekerja. *Empati*, 7(1), 76-83.