

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keluarga merupakan institusi sosial primer yang memiliki fungsi penting dalam proses sosialisasi, pembentukan nilai, serta pengembangan hubungan interpersonal antar individu. Salah satu faktor yang menentukan keberhasilan fungsi keluarga adalah komunikasi yang berlangsung di antara anggota keluarga¹. Melalui komunikasi, anggota keluarga dapat saling bertukar informasi, menyampaikan perasaan, mendiskusikan permasalahan, serta membangun kedekatan emosional. Menurut DeVito, komunikasi interpersonal yang efektif ditandai oleh adanya interaksi yang berlangsung secara berkelanjutan, keterbukaan dalam pertukaran informasi, serta keterlibatan emosional yang memadai dalam proses komunikasi².

Perkembangan masyarakat industri modern telah membawa perubahan signifikan terhadap pola kehidupan individu, terutama dalam bidang pekerjaan. Tuntutan produktivitas, persaingan kerja, dan perkembangan teknologi menyebabkan aktivitas kerja menjadi semakin kompleks³. Pekerjaan tidak lagi hanya dipandang sebagai sarana memperoleh penghasilan, tetapi juga menjadi bagian penting dari identitas sosial individu. Parker menjelaskan bahwa pekerjaan memiliki posisi sentral dalam kehidupan

¹ Septi Mulyanti Siregar dan Nadiroh Nadiroh, "Peran Keluarga dalam Menerapkan Nilai Budaya Suku Sasak dalam Memelihara Lingkungan," *Jurnal Green Growth dan Manajemen Lingkungan* 5, no. 2 (2017): hlm. 28–40, <https://doi.org/10.21009/jgg.052.04>.

² Joseph A. DeVito, *The Interpersonal Communication Book*, 13th ed (Boston: Pearson, 2013). Hlm. 5-24.

³ Lusiana Tulhusnah dan Puryantoro, "Pengaruh Jam Kerja dan Disiplin Kerja Terhadap Stres Kerja Karyawan di Kantor Kecamatan Kapongan Kabupaten Situbondo," *Jesya (Jurnal Ekonomi & Ekonomi Syariah)* 2, no. 2 (2018): hlm. 299–312, <https://doi.org/10.36778/jesya.v2i2.67>.

masyarakat industri karena sebagian besar waktu, energi, dan perhatian individu dicurahkan untuk aktivitas kerja⁴. Kondisi tersebut menyebabkan aktivitas kerja berpotensi memengaruhi kehidupan sosial individu di luar lingkungan kerja, termasuk kehidupan keluarga.

Tabel 1. 1 Waktu Jam Kerja Penduduk Jakarta 2024-2025

Waktu	Pekerja Penuh (≥ 35 jam per minggu)	Paruh Waktu (1–34 jam per minggu)	Setengah Pengangguran
Agustus 2024	82,15 %	13,87 %	3,98 %
Februari 2025	81,21 %	15,51 %	3,28 %
Agustus 2025	83,43 %	13,34 %	3,22 %
November 2025	81,47 %	14,56 %	3,97 %

Sumber: Analisis Peneliti dari BPS, 2026

Data statistik dari Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa sebagian besar penduduk bekerja di Jakarta memiliki jam kerja yang relatif tinggi. Berdasarkan data ketenagakerjaan periode Agustus 2024 - November 2025, tercatat sekitar 4,22 juta pekerja atau sebesar 81,47% tergolong sebagai pekerja penuh, yaitu individu yang bekerja ≥ 35 jam per minggu. Sementara itu, pekerja yang memiliki jam kerja tidak penuh (1–34 jam

⁴ Parker dkk., *The Sociology of Industry*, 4. ed., 5. impr, Studies in Sociology 1 (Unwin Hyman, 1990), hlm. 44.

per minggu) berjumlah sekitar 959 ribu orang atau 18,53% dari total pekerja. Proporsi ini menunjukkan bahwa mayoritas pekerja di wilayah Jakarta berada dalam kategori pekerja dengan intensitas waktu kerja yang tinggi⁵.

Tingkat aktivitas kerja tidak hanya ditunjukkan oleh lamanya waktu bekerja, tetapi juga oleh tingkat keterlibatan individu dalam pekerjaan, besarnya tanggung jawab yang harus dijalankan, makna yang diberikan individu terhadap pekerjaannya, serta hubungan antara pekerjaan dan waktu luang yang dimiliki. Individu yang memiliki keterlibatan kerja tinggi cenderung mengalokasikan perhatian dan energinya secara lebih besar pada pekerjaan⁶. Selain itu, individu yang memandang pekerjaan sebagai bagian penting dari kehidupannya sering kali memberikan prioritas yang tinggi terhadap aktivitas kerja dibandingkan aktivitas sosial lainnya. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kesempatan individu untuk berinteraksi dengan anggota keluarga.

Komunikasi yang intensif tidak hanya ditentukan oleh seberapa sering anggota keluarga berkomunikasi, tetapi juga mencakup lamanya waktu komunikasi, perhatian yang diberikan selama komunikasi berlangsung, keteraturan komunikasi, keluasan komunikasi, serta kedalaman pembahasan yang terjadi. Komunikasi yang berlangsung secara rutin dan mendalam memungkinkan terbentuknya hubungan interpersonal yang lebih erat, meningkatkan pemahaman antar anggota keluarga, serta memperkuat

⁵ Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta, *Keadaan Ketenagakerjaan Provinsi DKI Jakarta November 2025* (2025), hlm. 13.

⁶ Darío Hilario Pérez-Francisco dkk., "Influence of Workload on Primary Care Nurses' Health and Burnout, Patients' Safety, and Quality of Care: Integrative Review," *Healthcare* 8, no. 1 (2020): hlm. 12, <https://doi.org/10.3390/healthcare8010012>.

dukungan emosional dalam keluarga⁷. Sebaliknya, keterbatasan waktu dan perhatian akibat tingginya aktivitas kerja dapat mengurangi kesempatan anggota keluarga untuk melakukan komunikasi yang berkualitas.

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa aktivitas kerja memiliki hubungan dengan kehidupan keluarga. Yang dkk. menemukan bahwa tingginya beban kerja berpengaruh terhadap meningkatnya konflik antara pekerjaan dan keluarga⁸. Penelitian Schnettler dkk. menunjukkan bahwa tuntutan pekerjaan yang tinggi berhubungan dengan menurunnya kepuasan keluarga⁹. Sementara itu, Pileri dkk. menjelaskan bahwa tekanan kerja dapat memengaruhi kualitas hubungan interpersonal melalui mekanisme work-family interface¹⁰. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa aktivitas kerja memiliki implikasi terhadap kehidupan keluarga, namun fokus penelitian masih banyak diarahkan pada konflik kerja-keluarga, kesejahteraan psikologis, dan kepuasan keluarga.

Meskipun demikian, penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh tingkat aktivitas kerja terhadap intensitas komunikasi dalam keluarga masih relatif terbatas.

⁷ Syaiful Bahri dkk., “Pengaruh Komunikasi Dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Melalui Kepuasan Kerja Pegawai Pada Kantor Dewan Perwakilan Rakyat Daerah Provinsi Sumatera Utara,” *Jesya (Jurnal Ekonomi & Ekonomi Syariah)* 5, no. 1 (2022): hlm. 229–44, <https://doi.org/10.36778/jesya.v5i1.619>.

⁸ Baoyan Yang dkk., “Effects of thriving at work on employees’ family role performance: A moderated mediation model,” *Frontiers in Psychology* 14 (Maret 2023): 1079201, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1079201>.

⁹ Berta Schnettler dkk., “Workload, job, and family satisfaction in dual-earning parents with adolescents: the mediating role of work-to-family conflict,” *Frontiers in Psychology* 16 (Maret 2025): 1529092, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1529092>.

¹⁰ Jessica Pileri dkk., “The Mediating Role of Work–Family Interface in the Relationship Between Quantitative Workload and Interpersonal Strain: A Gender-Based Moderation Analysis,” *Healthcare* 12, no. 23 (2024): hlm. 2324, <https://doi.org/10.3390/healthcare12232324>.

Sebagian besar penelitian terdahulu menjadikan komunikasi keluarga sebagai bagian dari indikator kualitas hubungan keluarga atau kesejahteraan keluarga secara umum. Padahal komunikasi keluarga merupakan fenomena sosial yang memiliki karakteristik tersendiri dan dapat diukur secara lebih spesifik melalui frekuensi komunikasi, durasi komunikasi, perhatian dalam komunikasi, keteraturan komunikasi, keluasan komunikasi, dan kedalaman komunikasi. Keterbatasan tersebut menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang masih perlu dikaji lebih lanjut.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti, aktivitas kerja pada karyawan Bomba Grup ditandai dengan durasi kerja yang relatif panjang. Secara normatif Bomba Grup menerapkan jam kerja selama 8 jam per hari sebagaimana mengacu pada ketentuan ketenagakerjaan yang berlaku¹¹. Jam kerja umumnya dimulai pada pukul 10.00 WIB dan berakhir pada pukul 18.00 WIB.

Namun demikian, pelaksanaan di lapangan menunjukkan bahwa sebagian karyawan masih menjalankan aktivitas kerja melebihi jam kerja normal karena adanya lembur sesuai dengan kebutuhan operasional perusahaan. Kondisi tersebut menyebabkan waktu kerja yang semula berakhir pada pukul 18.00 WIB sering kali berlanjut hingga pukul 20.00 WIB, bahkan dalam kondisi tertentu mencapai pukul 22.00 WIB. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar waktu dan energi karyawan dialokasikan untuk memenuhi tuntutan pekerjaan.

¹¹ Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2021, Pasal 1.

Durasi kerja yang panjang tersebut berpotensi membatasi kesempatan karyawan untuk melakukan komunikasi dengan anggota keluarga. Orang tua yang kembali ke rumah pada malam hari memiliki waktu yang relatif terbatas untuk berinteraksi dengan pasangan maupun anak karena sebagian anggota keluarga telah beristirahat atau berada dalam kondisi kelelahan setelah menjalankan aktivitas sehari-hari. Sementara itu, pada pagi hari kesempatan berkomunikasi juga relatif singkat karena digunakan untuk mempersiapkan berbagai kebutuhan sebelum memulai aktivitas kerja. Kondisi tersebut memungkinkan berkurangnya frekuensi, durasi, maupun kedalaman komunikasi dalam keluarga.

Fenomena hasil observasi tersebut menunjukkan bahwa Bomba Grup memiliki karakteristik yang relevan sebagai lokasi penelitian. Selain memiliki jumlah karyawan yang cukup besar dengan berbagai tuntutan pekerjaan operasional, kondisi jam kerja dan frekuensi lembur yang relatif tinggi diduga berpotensi memengaruhi pola komunikasi dalam keluarga. Namun hingga saat ini belum terdapat penelitian yang secara khusus mengkaji bagaimana tingkat aktivitas kerja memengaruhi intensitas komunikasi dalam keluarga.

Kebaruan penelitian ini terletak pada penggunaan konsep tingkat aktivitas kerja yang dioperasionalkan melalui lima dimensi, yaitu keterlibatan kerja, tuntutan waktu kerja, tanggung jawab kerja, makna kerja, dan hubungan kerja dengan waktu luang. Selain itu, penelitian ini mengukur intensitas komunikasi keluarga melalui enam dimensi, yaitu frekuensi komunikasi, durasi komunikasi, perhatian dalam komunikasi, keteraturan

komunikasi, keluasan komunikasi, dan kedalaman komunikasi. Pendekatan tersebut memungkinkan pengukuran yang lebih komprehensif dibandingkan penelitian sebelumnya yang umumnya hanya berfokus pada konflik kerja-keluarga atau kepuasan keluarga.

Berdasarkan uraian tersebut, aktivitas kerja yang semakin tinggi pada karyawan diduga memiliki pengaruh terhadap intensitas komunikasi dalam keluarga. Tingginya keterlibatan kerja, tuntutan waktu kerja, tanggung jawab pekerjaan, makna pekerjaan yang kuat, serta keterbatasan waktu luang akibat pekerjaan berpotensi memengaruhi frekuensi, durasi, perhatian, keteraturan, keluasan, dan kedalaman komunikasi yang terjadi dalam keluarga. Oleh karena itu, penelitian mengenai Pengaruh Tingkat Aktivitas Kerja terhadap Intensitas Komunikasi dalam Keluarga pada Karyawan Bomba Grup perlu dilakukan untuk memperoleh bukti empiris mengenai hubungan kedua variabel tersebut serta memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian psikologi sosial dan sosiologi keluarga.

1.2 Rumusan Masalah

Peningkatan intensitas aktivitas kerja pada masyarakat perkotaan membawa konsekuensi terhadap dinamika kehidupan keluarga, khususnya dalam proses komunikasi interpersonal antar anggota keluarga. Aktivitas kerja yang tinggi berpotensi mempengaruhi ketersediaan waktu, perhatian, dan energi individu dalam menjalankan peran keluarga. Kondisi tersebut menimbulkan kebutuhan untuk memahami bagaimana aktivitas kerja sebagai bagian dari struktur sosial kerja dapat mempengaruhi intensitas

komunikasi yang berlangsung dalam keluarga, terutama pada karyawan sektor swasta yang menghadapi tuntutan kerja yang relatif tinggi.

Komunikasi dalam keluarga merupakan proses sosial yang berperan penting dalam membangun keterbukaan, pertukaran pendapat, serta keberlangsungan interaksi antar anggota keluarga. Intensitas komunikasi tidak hanya dipengaruhi oleh faktor psikologis individu, tetapi juga oleh kondisi objektif yang berkaitan dengan aktivitas kerja sehari-hari.

Pemahaman mengenai hubungan antara tingkat aktivitas kerja dan intensitas komunikasi dalam keluarga menjadi relevan untuk menjelaskan bagaimana perubahan pola kerja modern berimplikasi pada kehidupan domestik. Kajian ini diarahkan untuk memperoleh gambaran empiris mengenai hubungan antara aktivitas kerja dan praktik komunikasi keluarga pada karyawan Bomba Grup. Dengan demikian rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat Pengaruh Tingkat Aktivitas Kerja terhadap Intensitas Komunikasi dalam Keluarga pada karyawan Bomba Grup.

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk menganalisis pengaruh Tingkat Aktivitas Kerja terhadap Intensitas Komunikasi dalam Keluarga pada karyawan Bomba Grup.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian mengenai pengaruh tingkat aktivitas kerja terhadap intensitas komunikasi dalam keluarga memiliki relevansi akademik dan praktis dalam konteks perubahan struktur kerja modern. Aktivitas kerja yang semakin kompleks dan menuntut tidak hanya berdampak pada produktivitas individu, tetapi juga berimplikasi pada dinamika sosial dalam keluarga. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan memberikan manfaat yang tidak hanya terbatas pada pengembangan ilmu pengetahuan, tetapi juga pada praktik pengelolaan sumber daya manusia dan kebijakan ketenagakerjaan.

1.4.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya kajian psikologi sosial dan sosiologi keluarga, khususnya mengenai pengaruh tingkat aktivitas kerja terhadap intensitas komunikasi dalam keluarga, sehingga dapat menjadi referensi bagi pengembangan penelitian yang membahas dinamika hubungan antara pekerjaan dan kehidupan keluarga.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi manajemen perusahaan: Dapat digunakan sebagai dasar dalam evaluasi sistem jam kerja, pembagian beban kerja, serta pengembangan program dukungan keseimbangan kerja keluarga (*work-family balance*) yang bertujuan menjaga kualitas kehidupan sosial karyawan.
2. Bagi pembuat kebijakan di bidang ketenagakerjaan: Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi dalam menyusun regulasi atau rekomendasi kebijakan

yang mempertimbangkan dimensi sosial kehidupan pekerja, tidak hanya aspek ekonomi dan produktivitas.

1.5 Tinjauan Penelitian Sejenis

Berbagai kajian ilmiah telah mengulas keterkaitan antara aktivitas kerja dan kehidupan keluarga dalam beragam konteks sosial, terutama dalam ranah sosiologi kerja dan sosiologi keluarga. Tingkat aktivitas kerja kerap dijadikan ukuran untuk melihat sejauh mana individu terlibat dalam pekerjaannya, yang mencakup aspek tanggung jawab, tekanan waktu, serta pengeluaran energi dalam menjalankan peran profesional.

Dalam literatur yang ada, aktivitas kerja tidak semata diposisikan sebagai kegiatan ekonomi yang bersifat rutin, melainkan sebagai realitas sosial yang berimplikasi terhadap pola hubungan, intensitas interaksi, dan praktik komunikasi dalam keluarga. Atas dasar itu, penelaahan terhadap penelitian-penelitian terdahulu disusun ke dalam beberapa tema pokok guna mempertegas posisi kajian ini sekaligus menampilkan arah kontribusi empiris yang hendak dicapai.

1.5.1 Beban Kerja dan Konflik Kerja-Keluarga

Kajian mengenai beban kerja dan konflik kerja–keluarga menunjukkan bahwa meningkatnya tuntutan pekerjaan berkorelasi dengan meningkatnya ketegangan peran (*role strain*) antara ranah kerja dan ranah domestik. Penelitian yang dilakukan oleh Baoyan yang menemukan bahwa beban kerja yang tinggi berkontribusi signifikan terhadap meningkatnya *work-to-family conflict*, yang pada akhirnya berdampak pada

penurunan kepuasan keluarga dan kualitas relasi interpersonal dalam rumah tangga¹². Temuan ini menegaskan bahwa beban kerja tidak hanya berdampak pada kesejahteraan individu di tempat kerja, tetapi juga mempengaruhi dinamika kehidupan keluarga melalui mekanisme tekanan psikologis dan keterbatasan waktu interaksi.

Penelitian oleh Pérez-Francisco memperluas temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa beban kerja yang intens berhubungan dengan meningkatnya *interpersonal strain*, terutama ketika individu mengalami konflik antara tuntutan pekerjaan dan peran keluarga¹³. Kondisi ini memperlihatkan bahwa tekanan pekerjaan dapat terbawa ke dalam relasi domestik dan mempengaruhi kualitas interaksi antar anggota keluarga, termasuk menurunnya empati, meningkatnya iritabilitas, serta berkurangnya komunikasi yang bersifat suportif. Sejalan dengan itu, Pileri mengemukakan bahwa tekanan kerja dan ketidakseimbangan antara waktu kerja dan waktu keluarga memiliki implikasi terhadap kepuasan relasional dalam keluarga, terutama ketika dukungan sosial tidak memadai¹⁴. Dengan demikian, konflik kerja–keluarga bukan hanya persoalan individual, melainkan fenomena sosial yang berdampak pada struktur relasi keluarga.

Jam kerja yang panjang dan tuntutan kerja yang berlebihan berasosiasi dengan meningkatnya tekanan emosional yang berdampak pada hubungan keluarga, khususnya

¹² Yang dkk., *Op.cit*, hlm. 1–2.

¹³ Pérez-Francisco dkk., *Op.cit*, hlm. 2.

¹⁴ Pileri dkk., *Op.cit*, hlm. 1–3.

dalam hal kualitas komunikasi dan keterlibatan orang tua dalam aktivitas domestik¹⁵. Sementara itu, Flèche menemukan bahwa intensitas kerja yang tinggi dan tekanan profesional berhubungan dengan penurunan kesejahteraan subjektif, yang pada gilirannya mempengaruhi kepuasan dalam relasi keluarga¹⁶. Hasil-hasil tersebut memperkuat argumen bahwa beban kerja sebagai bagian dari tingkat aktivitas kerja memiliki dimensi struktural yang berdampak sistemik terhadap kehidupan rumah tangga.

Penelitian yang dilakukan Lusiana menegaskan bahwa beban kerja dan tekanan waktu memiliki pengaruh terhadap meningkatnya konflik kerja–keluarga, yang selanjutnya berdampak pada kesejahteraan psikologis pekerja¹⁷. Temuan serupa juga diperlihatkan dalam penelitian Junaidi yang menunjukkan bahwa tekanan pekerjaan dan jam kerja yang tidak fleksibel meningkatkan potensi konflik peran dalam keluarga pekerja¹⁸. Penelitian Andini turut mengonfirmasi bahwa beban kerja yang tinggi berimplikasi terhadap penurunan kualitas interaksi keluarga, meskipun variabel komunikasi tidak diukur secara spesifik sebagai konstruk tersendiri¹⁹.

¹⁵ Nien-Chih Hu dkk., “The Associations Between Long Working Hours, Physical Inactivity, and Burnout,” *Journal of Occupational & Environmental Medicine* 58, no. 5 (2016): hlm. 514–15, <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000000715>.

¹⁶ Sarah Fleche dkk., “Gender Norms and Relative Working Hours: Why Do Women Suffer More than Men from Working Longer Hours than Their Partners?,” *AEA Papers and Proceedings* 108 (Mei 2018): hlm. 3–4, <https://doi.org/10.1257/pandp.20181098>.

¹⁷ Tulhusnah dan Puryantoro, *Op.cit*, hlm. 299–308.

¹⁸ Junaidi, “Pengaruh Komunikasi dan Lingkungan Kerja terhadap Kinerja Karyawan PT PLN (Persero) Cabang Banjarmasin,” *At-Tadbir: jurnal ilmiah manajemen* 2, no. 1 (2018): hlm. 43–45, <https://doi.org/10.31602/atd.v2i1.1190>.

¹⁹ Andini Fairuz Alifah dkk., “Work-Family Conflict dan Tingkat Stres Kerja Pada Ibu Bekerja yang Mengalami Long Work Hours,” *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora* 3, no. 1 (2023): hlm. 131–39, <https://doi.org/10.56799/peshum.v3i1.2650>.

Secara keseluruhan, berbagai penelitian tersebut konsisten menunjukkan adanya hubungan antara beban kerja dan konflik kerja keluarga serta dampaknya terhadap kesejahteraan dan kualitas relasi keluarga. Namun demikian, sebagian besar studi masih berfokus pada konflik dan kesejahteraan psikologis sebagai variabel dependen, sementara intensitas komunikasi dalam keluarga yang mencakup frekuensi komunikasi, durasi komunikasi, perhatian dalam komunikasi, keteraturan komunikasi, keluasan komunikasi, dan kedalaman komunikasi belum banyak diuji secara kuantitatif sebagai variabel yang berdiri sendiri. Celah inilah yang membuka ruang bagi penelitian ini untuk menguji secara lebih terukur pengaruh tingkat aktivitas kerja terhadap intensitas komunikasi dalam keluarga.

1.5.2 Jam Kerja Panjang bagi Kesejahteraan Anggota Keluarga

Jam kerja panjang merupakan salah satu dimensi utama dalam pembahasan relasi kerja–keluarga karena durasi waktu yang dihabiskan individu dalam aktivitas kerja secara langsung mempengaruhi alokasi waktu untuk kehidupan domestik. Dalam perspektif *work–family interface*, semakin panjang waktu yang digunakan untuk bekerja maka semakin terbatas pula kesempatan individu untuk terlibat dalam interaksi keluarga yang bermakna. Penelitian Berta Schnettler menunjukkan bahwa durasi kerja yang panjang berkorelasi negatif dengan kepuasan keluarga, terutama pada keluarga dengan dua pencari nafkah (*dual-earner families*)²⁰. Kondisi tersebut terjadi karena keterbatasan waktu yang dimiliki orang tua untuk berinteraksi dengan anak dan pasangan, sehingga

²⁰ Schnettler dkk., *Op.cit*, hlm. 1–2.

mengurangi kesempatan untuk melakukan aktivitas bersama, berbagi pengalaman sehari-hari, maupun melakukan komunikasi yang mendalam dalam keluarga.

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian oleh Kelly dan rekan-rekannya yang menunjukkan bahwa pekerja dengan jam kerja panjang cenderung mengalami penurunan kualitas kehidupan keluarga karena meningkatnya tekanan waktu (*time pressure*) dan kelelahan kerja yang terbawa ke rumah²¹. Akibatnya, meskipun individu masih berada dalam ruang domestik, energi psikologis yang dimiliki untuk berinteraksi secara aktif dengan anggota keluarga menjadi terbatas. Penelitian oleh Mauno dan rekan-rekannya juga memperlihatkan bahwa jam kerja yang panjang berkaitan dengan meningkatnya *work-to-family conflict* yang pada akhirnya menurunkan kualitas hubungan interpersonal dalam keluarga²². Hal ini menunjukkan bahwa durasi kerja tidak hanya berkaitan dengan jumlah waktu yang tersedia, tetapi juga mempengaruhi kondisi emosional individu ketika menjalankan peran dalam keluarga.

Penelitian oleh Rizqi menemukan bahwa pekerja dengan jam kerja panjang cenderung mengalami penurunan kualitas relasi keluarga akibat terbatasnya waktu untuk berinteraksi secara intensif dengan pasangan maupun anak²³. Jam kerja yang panjang

²¹ Erin L. Kelly dkk., "Changing Work and Work-Family Conflict: Evidence from the Work, Family, and Health Network," *American Sociological Review* 79, no. 3 (2014): hlm. 485–516, <https://doi.org/10.1177/0003122414531435>.

²² Saija Mauno dkk., "Does Work-Family Conflict Mediate the Relationship between Work-Family Culture and Self-reported Distress? Evidence from Five Finnish Organizations," *Journal of Occupational and Organizational Psychology* 78, no. 4 (2011): hlm. 509–30, <https://doi.org/10.1348/096317905X37082>.

²³ Rizqi Nurdina Tuti Hanany dan Eny Purwandari, "Hubungan Kepuasan Kerja, Dukungan Keluarga, Motivasi Kerja dengan Keseimbangan Kehidupan dan Pekerjaan Pada Pegawai WFH," *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 28, no. 1 (2023): hlm. 131–46, <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol28.iss1.art9>.

tidak hanya mengurangi frekuensi komunikasi, tetapi juga mempengaruhi kedalaman diskusi dalam keluarga karena interaksi yang terjadi sering kali bersifat singkat dan fungsional. Penelitian lain oleh Andini menegaskan bahwa durasi kerja yang tinggi berhubungan dengan meningkatnya tekanan emosional dalam keluarga, khususnya ketika individu tidak memiliki waktu yang cukup untuk berpartisipasi dalam aktivitas keluarga seperti makan bersama, rekreasi keluarga, maupun diskusi mengenai persoalan rumah tangga²⁴. Kondisi tersebut pada akhirnya dapat menciptakan jarak emosional antar anggota keluarga apabila tidak diimbangi dengan strategi komunikasi yang efektif.

Dengan demikian, berbagai penelitian tersebut menunjukkan bahwa jam kerja panjang memiliki implikasi langsung terhadap dinamika keluarga, baik melalui keterbatasan waktu interaksi, meningkatnya kelelahan kerja, maupun berkurangnya kesempatan untuk melakukan komunikasi yang bermakna dalam keluarga.

1.5.3 Intensitas Komunikasi sebagai Agen Sosialisasi

Komunikasi keluarga memiliki peran sentral sebagai agen sosialisasi primer dalam pembentukan nilai, norma, serta kedekatan emosional antar anggota keluarga. Dalam kajian sosiologi keluarga, komunikasi dipahami sebagai mekanisme utama melalui mana proses internalisasi nilai berlangsung di dalam rumah tangga. Penelitian Jessica Pileri menekankan bahwa kualitas komunikasi keluarga berperan penting dalam membangun ketahanan keluarga di tengah tekanan eksternal, termasuk tekanan pekerjaan dan tuntutan ekonomi²⁵. Komunikasi yang terbuka, suportif, dan partisipatif

²⁴ Alifah dkk., *Op.cit*, hlm. 134.

²⁵ Pileri dkk., *Op.cit*, hlm. 2–15.

memungkinkan anggota keluarga untuk saling memahami kondisi satu sama lain serta mengelola konflik secara konstruktif sehingga hubungan interpersonal dalam keluarga tetap terjaga.

Temuan tersebut juga diperkuat oleh penelitian Candice Harris yang menunjukkan bahwa pengalaman kerja yang positif dapat meningkatkan kualitas interaksi keluarga melalui mekanisme *work-family enrichment*²⁶. Dalam mekanisme ini, pengalaman dan sumber daya psikologis yang diperoleh individu di tempat kerja seperti keterampilan komunikasi, empati, serta kemampuan mengelola emosi dapat terbawa ke dalam kehidupan keluarga dan memperkaya kualitas relasi domestik. Salah satu indikator penting dari *work-family enrichment* adalah meningkatnya komunikasi yang suportif dalam keluarga, seperti meningkatnya frekuensi percakapan, dukungan emosional, serta keterbukaan dalam menyampaikan pengalaman sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi keluarga tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal keluarga, tetapi juga oleh pengalaman kerja individu yang membentuk cara mereka berinteraksi dengan anggota keluarga.

Selain itu, penelitian Hu menunjukkan bahwa kualitas komunikasi dalam keluarga berperan signifikan dalam menjaga kesejahteraan subjektif anggota keluarga ketika individu menghadapi tekanan kerja yang tinggi²⁷. Komunikasi yang intens dan terbuka memungkinkan individu mengekspresikan pengalaman kerja, memperoleh dukungan

²⁶ Candice Harris dan Jarrod Haar, "Work and Family Interaction Management: The Case for Zigzag Working," *The International Journal of Human Resource Management* 35, no. 18 (2024): hlm. 3001–3, <https://doi.org/10.1080/09585192.2024.2390986>.

²⁷ Hu dkk., *Op.cit*, hlm. 514–17.

emosional dari keluarga, serta membangun pemahaman bersama mengenai kondisi yang dihadapi. Dengan demikian, komunikasi keluarga berfungsi sebagai mekanisme adaptasi sosial yang membantu keluarga mempertahankan stabilitas relasi di tengah tuntutan kehidupan kerja modern.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Flèche juga memperlihatkan bahwa kualitas relasi sosial dalam keluarga, termasuk komunikasi yang rutin dan terbuka, memiliki kontribusi terhadap kesejahteraan subjektif individu²⁸. Dalam studi tersebut dijelaskan bahwa interaksi interpersonal yang intens dalam keluarga mampu memperkuat rasa kebersamaan, meningkatkan dukungan emosional, serta memperkecil jarak sosial antar anggota keluarga. Dengan kata lain, komunikasi keluarga tidak hanya berfungsi sebagai sarana pertukaran informasi, tetapi juga sebagai fondasi pembentukan kedekatan emosional dan solidaritas keluarga.

Dalam perspektif komunikasi interpersonal, sebagaimana dijelaskan dalam *The Interpersonal Communication Book* karya Joseph A. DeVito, intensitas komunikasi dapat diidentifikasi melalui beberapa indikator utama, yaitu keterbukaan dalam berbicara, frekuensi interaksi, serta kesempatan bagi setiap individu untuk menyampaikan pendapat²⁹. Keterbukaan mencerminkan sejauh mana anggota keluarga bersedia berbagi pengalaman, perasaan, maupun pemikiran secara jujur. Frekuensi interaksi berkaitan dengan seberapa sering anggota keluarga melakukan percakapan atau diskusi dalam kehidupan sehari-hari, sementara kesempatan menyampaikan pendapat menunjukkan

²⁸ Fleche dkk., *Op.cit*, hlm. 1–2.

²⁹ DeVito, *Op.cit*.

adanya ruang dialog yang egaliter di dalam keluarga. Konseptualisasi ini memperkuat pentingnya mengukur komunikasi keluarga secara lebih spesifik dan operasional dalam penelitian kuantitatif.

Secara keseluruhan, berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa beban kerja dan jam kerja panjang memiliki implikasi yang signifikan terhadap kehidupan keluarga, baik melalui munculnya konflik kerja–keluarga maupun melalui penurunan kesejahteraan relasi keluarga. Namun demikian, sebagian besar penelitian tersebut masih menempatkan komunikasi keluarga sebagai bagian dari indikator kesejahteraan atau kualitas hubungan keluarga secara umum. Masih relatif terbatas penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan langsung antara tingkat aktivitas kerja dengan intensitas komunikasi dalam keluarga sebagai praktik sosial yang dapat diukur secara empiris. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi celah tersebut dengan mengintegrasikan dimensi aktivitas kerja yang mencakup keterlibatan kerja, tuntutan waktu kerja, tanggung jawab kerja, makna kerja, dan hubungan kerja dengan waktu luang dengan dimensi intensitas komunikasi dalam keluarga, yaitu frekuensi komunikasi, durasi komunikasi, perhatian dalam komunikasi, keteraturan komunikasi, keluasan komunikasi, dan kedalaman komunikasi. Pendekatan ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana dinamika aktivitas kerja mempengaruhi intensitas komunikasi keluarga pada karyawan Bomba Grup.

Skema 1. 1 Peta Tinjauan Literatur Sejenis



Sumber: Diolah oleh peneliti dari Penelitian Sejenis, 2026

1.6 Tinjauan Teoritis

1.6.1 Deskripsi Teoritis

Deskripsi teoritis dalam penelitian ini disusun untuk membangun kerangka konseptual yang menjelaskan hubungan antara tingkat aktivitas kerja dan intensitas komunikasi dalam keluarga, di mana intensitas komunikasi dipahami sebagai bentuk keterlibatan individu dalam proses pertukaran pesan antar anggota keluarga yang tidak hanya ditentukan oleh frekuensi interaksi, tetapi juga mencakup durasi, perhatian, keteraturan, keluasan, dan kedalaman komunikasi yang berlangsung dalam kehidupan sehari-hari, sedangkan tingkat aktivitas kerja dipahami sebagai derajat keterlibatan individu dalam aktivitas pekerjaan yang tercermin melalui keterlibatan kerja, tuntutan waktu kerja, tanggung jawab kerja, makna kerja, serta hubungan antara pekerjaan dan waktu luang yang secara umum menggambarkan intensitas keterikatan individu terhadap pekerjaan dan potensi implikasinya terhadap kehidupan keluarga. Oleh karena itu, pembahasan dalam bagian ini difokuskan pada dua konsep utama, yaitu intensitas komunikasi dalam keluarga sebagai variabel dependen (Y) dan Aktivitas kerja sebagai variabel independen (X).

1.6.1.1 Intensitas komunikasi (Y)

Intensitas komunikasi merupakan konsep yang merujuk pada tingkat kedalaman, frekuensi, dan kualitas interaksi komunikasi yang terjadi antara individu dalam suatu hubungan sosial. Menurut De Vito komunikasi dapat dipahami sebagai keterlibatan anggota keluarga dalam proses pertukaran pesan yang berlangsung secara berulang,

bermakna, dan saling mempengaruhi³⁰. Secara konseptual, intensitas mengandung makna kekuatan atau kedalaman reaksi emosional serta dukungan terhadap suatu sikap atau pendapat dalam interaksi sosial. Intensitas komunikasi tidak hanya berkaitan dengan seberapa sering komunikasi terjadi, tetapi juga mencakup kualitas keterlibatan psikologis dan emosional yang muncul selama proses komunikasi tersebut berlangsung³¹.

Dalam dinamika komunikasi keluarga, intensitas komunikasi memainkan peran penting dalam membangun hubungan interpersonal yang efektif antara anggota keluarga, khususnya antara orang tua dan anak. Proses komunikasi dalam keluarga berlangsung secara timbal balik, di mana pesan disampaikan dan direspons secara bergantian sehingga menciptakan pola interaksi yang berkelanjutan.

Melalui komunikasi yang intensif, hubungan interpersonal dapat berkembang menjadi lebih terbuka, jujur, dan penuh kepercayaan. Kondisi ini memungkinkan terbentuknya suasana emosional yang nyaman dalam keluarga serta mendorong munculnya respons perilaku positif dari individu yang terlibat dalam komunikasi tersebut. Intensitas komunikasi yang baik juga berfungsi sebagai sarana penyampaian nilai, pengetahuan, serta dukungan emosional yang penting dalam proses perkembangan individu dalam keluarga³².

³⁰ DeVito, *Ibid*, hlm. 241–42.

³¹ Karmila Karo, “Pengaruh Intensitas Komunikasi Orang Tua dengan Anak terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas X Sma Katolik 2 Kabanjahe Tahun Pelajaran 2016/2017,” *Komunikologi: Jurnal Pengembangan Ilmu Komunikasi dan Sosial* 2, no. 2 (2018): hlm. 46, <https://doi.org/10.30829/komunikologi.v2i2.2941>.

³² Muhammad Hidayatullah dkk., “The Effect of Family Communication Intensity to The Children’s Knowledge Level Of Pancasila Language,” *RETORIKA: Jurnal Bahasa, Sastra, dan Pengajarannya* 13, no. 1 (2020): hlm. 3–4, <https://doi.org/10.26858/retorika.v13i1.9803>.

Secara operasional, intensitas komunikasi dapat diukur melalui beberapa dimensi utama yang menggambarkan karakteristik interaksi komunikasi itu sendiri. Selanjutnya, DeVito menyatakan bahwa intensitas komunikasi dapat diukur melalui beberapa aspek, yaitu :³³

1. Frekuensi Komunikasi

Frekuensi komunikasi merujuk pada seberapa sering interaksi komunikasi terjadi antara individu dalam periode waktu tertentu. Pada dimensi ini, diukur tingkat seringnya orang tua berkomunikasi dengan anaknya dalam satu minggu atau dalam satu bulan. Semakin sering proses komunikasi berlangsung, maka semakin besar peluang terjadinya pertukaran informasi, penyampaian nilai, serta pembentukan kedekatan emosional antara pihak-pihak yang terlibat dalam komunikasi tersebut.

2. Durasi Komunikasi

Durasi komunikasi menggambarkan lamanya waktu yang digunakan individu ketika melakukan aktivitas komunikasi. Pada dimensi ini akan diukur berapa lamanya waktu interaksi yang memungkinkan pesan disampaikan secara lebih mendalam dan memberi kesempatan bagi individu untuk memahami makna pesan secara lebih komprehensif dalam hubungan interpersonal.

³³ DeVito, *Op.cit.*

3. Perhatian dalam Komunikasi

Perhatian dalam komunikasi menunjukkan tingkat fokus, konsentrasi, serta keterlibatan emosional individu saat berinteraksi dengan lawan bicara. Tingkat perhatian yang tinggi mencerminkan adanya kesungguhan dalam menerima dan merespons pesan sehingga komunikasi menjadi lebih efektif dan bermakna.

4. Keteraturan Komunikasi

Keteraturan dalam berkomunikasi adalah pola komunikasi yang dilakukan secara rutin dan konsisten dalam keluarga. Komunikasi ini terjadi pada waktu-waktu tertentu atau melalui kebiasaan yang sudah terbentuk dalam kehidupan sehari-hari. Dimensi ini mengukur tingkat konsistensi dan keterjadwalan komunikasi antaranggota keluarga dalam aktivitas sehari-hari.

5. Keluasan Komunikasi

Keluasan komunikasi adalah variasi topik yang dibicarakan dalam hubungan keluarga. Komunikasi tidak hanya terbatas pada satu aspek, tetapi mencakup berbagai hal seperti pekerjaan, pendidikan, dan kehidupan pribadi. Dimensi ini mengukur tingkat keberagaman topik yang muncul dalam interaksi antaranggota keluarga.

6. Kedalaman Komunikasi

Kedalaman komunikasi adalah tingkat keterbukaan dalam menyampaikan perasaan, pengalaman, dan masalah pribadi dalam keluarga. Komunikasi yang dalam ditandai dengan adanya kejujuran dan rasa saling percaya antaranggota

keluarga. Dimensi ini mengukur tingkat keterbukaan emosional dan pengungkapan diri dalam komunikasi keluarga.

Dengan demikian, intensitas komunikasi dapat dipahami sebagai tingkat kedalaman dan keterlibatan individu dalam proses pertukaran pesan yang ditandai oleh frekuensi komunikasi, durasi komunikasi, perhatian dalam komunikasi, keteraturan komunikasi, keluasan komunikasi, dan kedalaman komunikasi selama komunikasi berlangsung. Dalam konteks keluarga, intensitas komunikasi digunakan untuk menggambarkan bagaimana proses interaksi antaranggota keluarga berlangsung, sehingga dapat menjadi salah satu indikator dalam memahami dinamika komunikasi di dalam keluarga.

1.6.1.2 Aktivitas kerja (X)

Aktivitas kerja merujuk pada intensitas keterlibatan individu dalam aktivitas pekerjaan yang mencakup alokasi waktu, energi, perhatian, serta tanggung jawab yang harus dipenuhi dalam peran kerja. Variabel ini menggambarkan sejauh mana pekerjaan menuntut keterlibatan psikologis maupun fisik individu dalam menjalankan tugas-tugas profesionalnya. Dalam perspektif Parker dalam bukunya *The Sociology of Industry*, aktivitas kerja tidak hanya dipahami sebagai rangkaian tugas teknis, tetapi juga sebagai bentuk keterikatan sosial individu terhadap sistem kerja dan struktur organisasi tempat ia berpartisipasi.

Keterlibatan individu dalam pekerjaan sering dipahami melalui konsep *work involvement*, yaitu sejauh mana individu menganggap pekerjaan sebagai bagian penting dari identitas dan orientasi hidupnya. Menurut Parker, keterlibatan kerja berkaitan dengan

orientasi individu terhadap pekerjaan yang dapat berkisar antara keterikatan tinggi hingga alienasi terhadap pekerjaan tersebut³⁴. Tingkat aktivitas kerja yang tinggi biasanya ditandai oleh komitmen kuat terhadap pekerjaan, keterlibatan dalam berbagai tugas, serta tingginya intensitas interaksi individu dengan tuntutan organisasi.

Dalam masyarakat industri modern, komitmen terhadap pekerjaan seringkali mengurangi waktu dan energi yang dapat dialokasikan individu untuk kehidupan keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas kerja tidak hanya merupakan fenomena organisasi, tetapi juga memiliki implikasi sosial yang lebih luas terhadap kehidupan keluarga dan relasi interpersonal individu. Dalam masyarakat industri modern, komitmen terhadap pekerjaan sering kali mengurangi waktu dan energi yang dapat dialokasikan individu untuk kehidupan keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas kerja tidak hanya merupakan fenomena organisasi, tetapi juga memiliki implikasi sosial yang lebih luas terhadap kehidupan keluarga dan relasi interpersonal individu. Menurut Parker dalam *The Sociology of Industry* (1990) dan *Leisure and Work* (1983), aktivitas kerja dapat diukur melalui beberapa dimensi yang meliputi:

1. Keterlibatan Kerja

Keterlibatan kerja merujuk pada tingkat identifikasi psikologis individu terhadap pekerjaannya serta sejauh mana pekerjaan menjadi bagian penting dari identitas diri individu. Dimensi ini mengukur sejauh mana individu memandang pekerjaan sebagai aspek penting dalam kehidupannya, tingkat antusiasme dalam

³⁴ Parker dkk., *Op.cit*, hlm. 44–50.

menjalankan tugas, serta kesediaan untuk menginvestasikan energi dan perhatian dalam aktivitas kerja.³⁵

2. Tuntutan Waktu Kerja

Tuntutan waktu kerja merujuk pada jumlah waktu yang harus dialokasikan individu untuk menyelesaikan tugas-tugas pekerjaan, termasuk jam kerja reguler, lembur, serta intensitas keterlibatan dalam aktivitas organisasi. Dimensi ini mengukur lamanya jam kerja, frekuensi lembur, serta sejauh mana pekerjaan menuntut individu untuk mengalokasikan waktu yang besar sehingga berpotensi mengurangi waktu untuk aktivitas lain di luar pekerjaan.

3. Tanggung Jawab Kerja

Tanggung jawab kerja berkaitan dengan tingkat kewajiban profesional yang harus dipenuhi individu dalam menjalankan peran kerjanya. Tanggung jawab tersebut mencakup kompleksitas tugas, tuntutan kinerja, serta kewajiban untuk mencapai target organisasi. Dimensi ini mengukur tingkat kompleksitas tugas yang diemban individu, tanggung jawab terhadap hasil pekerjaan, serta tuntutan untuk menyelesaikan pekerjaan secara efektif dan tepat waktu.

4. Makna Kerja

Makna kerja merujuk pada aktivitas tambahan yang masih berkaitan dengan pekerjaan utama di luar jam kerja formal, seperti lembur, membawa pekerjaan ke rumah, atau melakukan aktivitas yang mendukung kinerja pekerjaan.

³⁵ Parker dkk., *Op.cit*, hlm. 143.

Dalam konsep Parker, aktivitas ini termasuk dalam perluasan dari pekerjaan utama yang tetap memiliki keterikatan dengan tuntutan kerja. Dimensi ini mengukur sejauh mana individu masih terlibat dalam aktivitas kerja di luar waktu kerja formal dan sejauh mana pekerjaan menjadi bagian yang berlanjut dalam kehidupan sehari-hari.

5. Hubungan Kerja dengan Waktu Luang

Hubungan kerja dan waktu luang merujuk pada kondisi ketika aktivitas non-kerja tetap dipengaruhi oleh tanggung jawab atau tuntutan pekerjaan, sehingga batas antara waktu kerja dan waktu luang menjadi tidak sepenuhnya jelas. Parker menjelaskan bahwa dalam kehidupan modern, sebagian aktivitas non-kerja masih memiliki unsur kewajiban yang terkait dengan pekerjaan atau tanggung jawab sosial tertentu. Dimensi ini mengukur sejauh mana pekerjaan memengaruhi penggunaan waktu luang individu dan seberapa jelas batas antara aktivitas kerja dan aktivitas di luar kerja³⁶.

Berdasarkan uraian tersebut, tingkat aktivitas kerja dapat dipahami sebagai variabel yang menggambarkan intensitas keterlibatan individu dalam aktivitas pekerjaan yang tercermin melalui keterlibatan kerja, tuntutan waktu kerja, tanggung jawab kerja, makna kerja, dan hubungan kerja dengan waktu luang. Variabel ini memiliki implikasi penting dalam kehidupan sosial individu karena aktivitas kerja yang tinggi dapat mempengaruhi persepsi terhadap tekanan kerja, keseimbangan peran, serta dinamika hubungan keluarga.

³⁶ Parker, *Leisure and work*, Leisure and recreation studies 2 (Allen & Unwin, 1983), hlm. 27–72.

1.6.2 Kerangka Teoritis

Berdasarkan penjelasan tinjauan teoritis sebelumnya, hubungan antara tingkat aktivitas kerja dan intensitas komunikasi dalam keluarga menunjukkan bahwa struktur pekerjaan memiliki peran penting dalam membentuk pola interaksi interpersonal di lingkungan rumah tangga, di mana aktivitas kerja yang tinggi tidak hanya berkaitan dengan besarnya waktu yang dialokasikan untuk pekerjaan, tetapi juga mencakup tingkat keterlibatan kerja, tuntutan waktu kerja, tanggung jawab kerja, makna kerja, serta hubungan antara pekerjaan dan waktu luang yang secara simultan dapat memengaruhi ketersediaan waktu, energi, dan perhatian individu dalam berinteraksi dengan anggota keluarga.

Aktivitas kerja dalam kehidupan modern tidak hanya dipahami sebagai aktivitas ekonomi, tetapi juga sebagai bentuk keterlibatan sosial yang mencerminkan sejauh mana individu terikat pada pekerjaannya melalui dimensi keterlibatan kerja, tuntutan waktu kerja, tanggung jawab kerja, makna kerja, serta hubungan kerja dengan waktu luang yang menunjukkan keseimbangan atau ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kehidupan non-kerja, sehingga semakin tinggi intensitas pada dimensi tersebut maka semakin besar pula potensi pekerjaan mendominasi struktur kehidupan individu di luar keluarga.

Dalam konteks keluarga, intensitas komunikasi merupakan indikator penting yang menggambarkan kualitas interaksi antaranggota keluarga yang ditunjukkan melalui frekuensi, durasi, dan perhatian dalam komunikasi, serta diperluas melalui keteraturan

komunikasi, keluasan komunikasi, dan kedalaman pertukaran informasi yang mencerminkan tingkat konsistensi, variasi, dan keterbukaan dalam hubungan keluarga.

Tingkat aktivitas kerja yang tinggi berpotensi memengaruhi intensitas komunikasi dalam keluarga melalui mekanisme pembatasan waktu dan energi, di mana individu yang memiliki keterlibatan kerja tinggi, tuntutan waktu kerja yang besar, serta tanggung jawab pekerjaan yang kompleks cenderung mengalami keterbatasan dalam melakukan komunikasi yang rutin, panjang, dan berkualitas dengan anggota keluarga, termasuk dalam hal keteraturan interaksi, keluasan komunikasi, dan kedalaman komunikasi yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan demikian, semakin tinggi tingkat aktivitas kerja seseorang berdasarkan lima dimensi tersebut, semakin besar kemungkinan terjadinya pengaruh terhadap intensitas komunikasi dalam keluarga yang tercermin dari enam dimensi komunikasi, sedangkan pada tingkat aktivitas kerja yang lebih rendah atau lebih seimbang, individu cenderung memiliki peluang yang lebih besar untuk membangun komunikasi yang lebih sering, lebih lama, lebih teratur, lebih luas, dan lebih mendalam dengan anggota keluarga, sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat aktivitas kerja berpengaruh terhadap intensitas komunikasi dalam keluarga.

Skema 1. 2 Kerangka Berpikir Penelitian



Sumber: Diolah oleh Peneliti, 2026

1.6.3 Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian yang masih perlu diuji secara empiris melalui pengumpulan dan analisis data³⁷. Dalam penelitian kuantitatif, hipotesis disusun berdasarkan kerangka teoritis yang menjelaskan hubungan antara variabel independen dan variabel dependen, sehingga menjadi dasar dalam pengujian statistik terhadap fenomena yang diteliti. Berdasarkan kerangka konseptual yang telah disusun sebelumnya, penelitian ini menguji pengaruh antara tingkat aktivitas kerja sebagai variabel independen (X) dan intensitas komunikasi dalam keluarga sebagai variabel dependen (Y). Adapun bentuk hipotesisnya adalah:

$H_0 : \beta_1 = 0$: Tidak terdapat pengaruh antara tingkat aktivitas kerja terhadap intensitas komunikasi dalam keluarga pada karyawan Bomba Grup.

³⁷ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: ALFABETA, 2023), hlm. 99.

$H_1 : \beta_1 \neq 0$: Terdapat pengaruh antara tingkat aktivitas kerja terhadap intensitas komunikasi dalam keluarga pada karyawan Bomba Grup.

1.7 Metode Penelitian

1.7.1 Pendekatan dan Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei untuk menganalisis pengaruh tingkat aktivitas kerja terhadap intensitas komunikasi dalam keluarga. Pendekatan kuantitatif digunakan karena penelitian ini berfokus pada pengukuran variabel secara objektif melalui data numerik yang dianalisis menggunakan teknik statistik. Melalui pendekatan ini, fenomena aktivitas kerja karyawan serta intensitas komunikasi dalam keluarga dapat dijelaskan secara sistematis dan terukur berdasarkan indikator yang telah ditetapkan.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Kuesioner disusun berdasarkan indikator dari masing-masing variabel penelitian, yaitu tingkat aktivitas kerja yang meliputi keterlibatan kerja, tuntutan waktu kerja, tanggung jawab kerja, makna kerja, dan hubungan kerja dengan waktu luang serta intensitas komunikasi dalam keluarga yang meliputi frekuensi komunikasi, durasi komunikasi, dan perhatian dalam komunikasi, keteraturan komunikasi, keluasan komunikasi, dan kedalaman komunikasi.

Penelitian ini menggunakan skala *Numerical Rating Scale* (NRS) dengan rentang skor 1–9 untuk mengukur tingkat kondisi yang dirasakan responden terhadap setiap

pernyataan yang diberikan. Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat aktivitas kerja dan intensitas komunikasi yang semakin tinggi. Kuesioner tersebut disebarakan kepada karyawan Bomba Grup sebagai responden penelitian untuk memperoleh data yang kemudian dianalisis guna menguji hipotesis penelitian.

1.7.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada lingkungan kerja formal, dengan populasi penelitian berupa karyawan yang bekerja di perusahaan. Adapun lokasi penelitian yang dimaksud adalah Bomba Grup yang beralamat di Jl. Jend. Sudirman kav 52-53, RT.5/RW.1, Senayan, Kec. Kebayoran Baru, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12190. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada kesesuaian dengan fokus penelitian, yaitu untuk mengkaji pengaruh tingkat aktivitas kerja terhadap intensitas komunikasi dalam keluarga pada karyawan.

Penelitian ini dilaksanakan dalam rentang waktu bulan Oktober 2025 hingga Juli 2026. Pada bulan Oktober 2025 hingga Januari 2026, kegiatan penelitian difokuskan pada tahap persiapan yang meliputi penyusunan judul penelitian serta studi literatur guna membangun landasan teoritis dan konseptual penelitian. Pada bulan Februari hingga Juni 2026, peneliti memasuki tahap penelitian yang mencakup penyusunan proposal penelitian, penyusunan instrumen penelitian berupa kuesioner, serta pelaksanaan uji coba terbatas untuk memastikan validitas dan reliabilitas instrumen yang digunakan.

Tabel 1. 2 Linimasa Waktu Penelitian

No	Rincian Kegiatan	Bulan dan Tahun										
		Okt 25	Nov 25	Des 25	Jan 26	Feb 26	Mar 26	Apr 26	Mei 26	Jun 26	Jul 26	Ags 26
1	Tahap Persiapan - Persiapan Judul - Studi Literatur											
2	Tahap Penelitian - Penyusunan Proposal - Penyusunan Instrumen - Uji Coba Terbatas											
3	Sidang Proposal Skripsi											
4	Turun Lapang & Analisis Data - Penyebaran Kuesioner - Pengolahan Data - Analisis Data - Penulisan Skripsi											
5	Sidang Skripsi dan Revisi											

Sumber: Diolah oleh Peneliti, 2026

1.7.3 Populasi dan Sampel

Populasi adalah objek atau subjek yang memiliki karakteristik dan jumlah tertentu, yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya³⁸. Dalam penelitian ini, populasi yang digunakan adalah seluruh karyawan Bomba Grup yang berjumlah 500 orang. Sedangkan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut³⁹.

Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Non Probability Sampling, dengan jenis Purposive Sampling. Teknik ini dipilih karena peneliti

³⁸ Sugiono, *Ibid*, hlm. 126.

³⁹ Sugiono, *Ibid*, hlm. 127.

menetapkan kriteria tertentu dalam menentukan responden yang dianggap relevan dengan tujuan penelitian, yaitu karyawan yang memiliki aktivitas kerja dan terlibat dalam kehidupan keluarga sehingga dapat memberikan informasi yang sesuai dengan variabel yang diteliti.

Untuk menentukan jumlah sampel, penelitian ini menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan (*margin of error*) sebesar 10%. Adapun perhitungannya sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

- n = Jumlah Sampel
- N = Jumlah Populasi
- e = *Margin of Error* (% yang dapat ditoleransi)

Adapun perhitungan pengukuran sampel dalam penelitian berdasarkan rumus Slovin adalah:

$$\begin{aligned} \text{Diketahui: } N &= 500 \\ e &= 10\% \end{aligned}$$

Maka:

$$n = \frac{500}{1 + 500 \times 0,1^2} = \frac{500}{1 + 500 \times 0,01} = \frac{500}{1 + 5} = \frac{500}{6} \approx 83,33 = 83$$

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, maka jumlah sampel dalam penelitian ini dibulatkan menjadi 83 responden. Dengan demikian, penelitian ini menggunakan 83 karyawan Bomba Grup sebagai sampel yang dipilih berdasarkan kriteria tertentu agar sesuai dengan kebutuhan dan fokus penelitian. Adapun kriteria responden dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Karyawan aktif di Bomba Grup.
2. Memiliki status bekerja minimal 3 bulan, agar dianggap telah memiliki pengalaman kerja yang cukup.
3. Memiliki keluarga (berstatus menikah), sehingga relevan dengan variabel komunikasi dalam keluarga.

1.7.4 Instrumen Penelitian

1.7.4.1 Instrumen Variabel Y

a) Definisi Konseptual

Intensitas komunikasi dalam keluarga merupakan tingkat kedalaman, frekuensi, dan kualitas interaksi komunikasi yang terjadi antar anggota keluarga dalam proses pertukaran pesan yang berlangsung secara berulang, bermakna, dan saling mempengaruhi. Menurut DeVito, komunikasi interpersonal dalam keluarga tidak hanya ditentukan oleh seberapa sering komunikasi dilakukan, tetapi juga oleh keterlibatan emosional dan perhatian yang diberikan selama proses komunikasi berlangsung. Intensitas komunikasi yang tinggi ditandai oleh adanya interaksi yang rutin, durasi komunikasi yang memadai, serta keterlibatan perhatian yang optimal antar anggota keluarga.

b) Definisi Operasional

Intensitas komunikasi dalam keluarga dalam penelitian ini diukur berdasarkan tingkat interaksi komunikasi yang dilakukan responden dengan anggota keluarganya

dalam kehidupan sehari-hari. Variabel ini dioperasionalkan ke dalam enam dimensi, yaitu frekuensi komunikasi, durasi komunikasi, perhatian dalam komunikasi, keteraturan komunikasi, keluasan komunikasi, dan kedalaman komunikasi.

Tabel 1. 3 Operasionalisasi Konsep Variabel Y

Konsep	Variabel	Dimensi	Indikator	Skala
Intensitas Komunikasi	Intensitas Komunikasi (Y)	Frekuensi Komunikasi	Komunikasi harian dengan keluarga	NRS
			Frekuensi berdiskusi dengan keluarga	
			Frekuensi berbagi cerita/pengalaman	
		Durasi Komunikasi	Lama waktu komunikasi dengan keluarga	NRS
			Ketersediaan waktu berbicara dengan keluarga	
			Waktu untuk berdiskusi	
		Perhatian dalam Komunikasi	Fokus saat berkomunikasi	NRS
			Kepedulian terhadap perasaan keluarga	
			Keterlibatan emosional	
		Keteraturan Komunikasi	Menghubungi keluarga saat bekerja	NRS
			Komunikasi di waktu luang	
			Konsistensi komunikasi dengan keluarga	
		Keluasan komunikasi	Pembahasan persoalan keluarga	NRS
			Pembahasan pengalaman pribadi	
			Keberagaman topik komunikasi	
		Kedalaman Komunikasi	Kedalaman percakapan dalam komunikasi	NRS

Konsep	Variabel	Dimensi	Indikator	Skala
			Keterbukaan dalam komunikasi	
			Pembahasan persoalan secara mendalam	

Sumber: Diolah oleh Peneliti, 2026

Tabel 1. 4 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian dalam Variabel Y

Konsep	Variabel	Dimensi	Indikator	Pernyataan
Intensitas Komunikasi	Intensitas Komunikasi (Y)	Frekuensi Komunikasi	Komunikasi harian dengan keluarga	Saya berkomunikasi dengan anggota keluarga setiap hari.
			Frekuensi berdiskusi dengan keluarga	Saya tetap memiliki waktu untuk berdiskusi dengan keluarga.
				Saya tetap melibatkan anggota keluarga dalam pembicaraan mengenai persoalan yang saya hadapi.
			Frekuensi berbagi cerita/pengalaman	Saya menceritakan pengalaman pekerjaan yang saya alami kepada keluarga di rumah.
		Durasi Komunikasi	Lama waktu komunikasi dengan keluarga	Saya tetap meluangkan waktu untuk berbagi cerita dengan anggota keluarga.
				Saya meluangkan waktu yang cukup lama untuk berbicara dengan keluarga saat libur kerja.
				Saya memiliki waktu komunikasi yang cukup dengan keluarga setelah menyelesaikan pekerjaan.

Konsep	Variabel	Dimensi	Indikator	Pernyataan
			Ketersediaan waktu berbicara dengan keluarga	Saya menyediakan waktu khusus untuk berkomunikasi dengan anggota keluarga.
			Waktu untuk berdiskusi	Saya meluangkan waktu untuk mendengarkan pendapat anggota keluarga ketika sedang berdiskusi.
			Perhatian dalam Komunikasi	Saya berusaha fokus ketika anggota keluarga sedang berbicara dengan saya.
				Saya mengurangi aktivitas lain ketika sedang melakukan komunikasi dengan keluarga.
			Kepedulian terhadap perasaan keluarga	Saya memperhatikan perasaan anggota keluarga ketika sedang berkomunikasi bersama mereka.
			Keterlibatan emosional	Saya berusaha memahami kondisi anggota keluarga melalui komunikasi yang dilakukan.
				Saya menunjukkan perhatian emosional ketika keluarga menceritakan masalah yang mereka alami.
		Keteraturan Komunikasi	Menghubungi keluarga saat bekerja	Saya ikut merasakan suasana hati anggota keluarga ketika sedang berbicara bersama.
				Saya menghubungi keluarga di sela-sela pekerjaan untuk

Konsep	Variabel	Dimensi	Indikator	Pernyataan
				mengetahui keadaan mereka.
				Saya tetap menyempatkan diri untuk berkomunikasi di tengah kesibukan pekerjaan.
			Komunikasi di waktu luang	Saya menggunakan waktu luang untuk berbicara dan bercengkerama dengan keluarga.
				Saya memanfaatkan waktu libur untuk meningkatkan komunikasi dengan keluarga.
		Keluasan Komunikasi	Konsistensi komunikasi dengan keluarga	Saya tetap menjaga komunikasi dengan anggota keluarga.
			Pembahasan persoalan keluarga	Saya berdiskusi mengenai kebutuhan dan persoalan keluarga saat berkomunikasi.
			Pembahasan pengalaman pribadi	Saya berbagi pengalaman yang saya alami kepada keluarga.
			Keberagaman topik komunikasi	Saya membicarakan berbagai hal dengan keluarga ketika sedang berkomunikasi.
		Kedalaman Komunikasi	Kedalaman percakapan dalam komunikasi	Saya melakukan percakapan yang cukup mendalam dengan keluarga.
				Saya membicarakan persoalan pribadi hingga pekerjaan secara terbuka dengan keluarga.

Konsep	Variabel	Dimensi	Indikator	Pernyataan
			Keterbukaan dalam komunikasi	Saya menyampaikan perasaan yang saya alami kepada keluarga saat berkomunikasi.
			Pembahasan persoalan secara mendalam	Saya membahas persoalan keluarga secara mendalam ketika sedang berkomunikasi.

Sumber: Diolah oleh Peneliti, 2026

c) Uji Validitas dan Reliabilitas

i) Uji Validitas

Uji validitas merupakan pengujian yang dilakukan untuk mengetahui sejauh mana suatu instrumen penelitian mampu mengukur variabel yang dimaksud, sehingga terdapat kesesuaian antara definisi konseptual dengan definisi operasional yang telah ditetapkan. Pengujian validitas dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment Pearson*, dengan kriteria bahwa suatu butir pernyataan dinyatakan valid apabila nilai r hitung lebih besar daripada r tabel pada taraf signifikansi 5%.

**Tabel 1. 5 Hasil Uji Validitas
Variabel Intensitas Komunikasi (Y)**

No. Item	r Hitung	r Tabel	Hasil
1	0.628	0.361	Valid
2	0.664	0.361	Valid
3	0.748	0.361	Valid
4	0.797	0.361	Valid
5	0.673	0.361	Valid
6	0.716	0.361	Valid
7	0.663	0.361	Valid
8	0.701	0.361	Valid
9	0.756	0.361	Valid
10	0.675	0.361	Valid

No. Item	r Hitung	r Tabel	Hasil
11	0.841	0.361	Valid
12	0.628	0.361	Valid
13	0.662	0.361	Valid
14	0.796	0.361	Valid
15	0.675	0.361	Valid
16	0.810	0.361	Valid
17	0.691	0.361	Valid
18	0.777	0.361	Valid
19	0.720	0.361	Valid
20	0.753	0.361	Valid
21	0.767	0.361	Valid
22	0.680	0.361	Valid
23	0.775	0.361	Valid
24	0.788	0.361	Valid
25	0.618	0.361	Valid
26	0.672	0.361	Valid
27	0.716	0.361	Valid

Sumber: Diolah oleh Peneliti, 2026

Berdasarkan hasil pengujian validitas instrumen pada variabel Intensitas Komunikasi dalam Keluarga (Y), yang terdiri dari 27 butir pernyataan, diperoleh hasil bahwa seluruh 27 butir pernyataan dinyatakan valid karena masing-masing memiliki nilai r hitung yang lebih besar daripada nilai r tabel sebesar 0.361. Nilai r hitung pada setiap butir berkisar antara 0.618 hingga 0.841, sehingga seluruh butir telah memenuhi kriteria validitas instrumen. Dengan demikian, seluruh 27 butir pernyataan digunakan dalam analisis data selanjutnya karena tidak terdapat butir pernyataan yang dinyatakan tidak valid.

ii) Uji Reliabilitas

Setelah seluruh butir pernyataan pada variabel intensitas komunikasi (Y) dinyatakan valid, langkah selanjutnya adalah melakukan uji reliabilitas instrumen. Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode

Cronbach's Alpha. Suatu instrumen dikatakan reliabel apabila nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar dari 0,70.

**Tabel 1. 6 Hasil Uji Reliabilitas
Variabel Intensitas Komunikasi (Y)**

Reliability Statistic	
Cronbach's Alpha	N of Item
.963	27

Sumber: Diolah oleh Peneliti, 2026

Berdasarkan hasil pengujian reliabilitas pada variabel intensitas komunikasi dalam keluarga (Y), yang terdiri dari 27 butir item valid, diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,963. Nilai tersebut berada di atas batas minimal 0,70 yang menunjukkan tingkat konsistensi internal yang sangat baik. Dengan demikian, instrumen pada variabel Y dinyatakan reliabel dan layak digunakan untuk pengumpulan serta analisis data dalam penelitian ini.

1.7.4.2 Instrumen Variabel X

a) Definisi Konseptual

Tingkat aktivitas kerja merupakan derajat keterlibatan individu dalam pekerjaan yang mencerminkan intensitas partisipasi, alokasi waktu, serta besarnya tanggung jawab yang dimiliki dalam menjalankan tugas pekerjaan. Dalam perspektif sosiologi kerja, aktivitas kerja tidak hanya dilihat dari lamanya waktu bekerja, tetapi juga dari sejauh mana individu terlibat secara aktif dan memiliki komitmen terhadap pekerjaannya, serta bagaimana tuntutan pekerjaan tersebut mempengaruhi peran individu dalam kehidupan sehari-hari.

b) Definisi Operasional

Tingkat aktivitas kerja dalam penelitian ini diukur berdasarkan sejauh mana responden terlibat dalam pekerjaannya, mengalokasikan waktu untuk pekerjaan, serta memikul tanggung jawab dalam pelaksanaan tugas kerja. Variabel ini dioperasionalkan ke dalam lima dimensi, yaitu keterlibatan kerja, tuntutan waktu kerja, tanggung jawab kerja, makna kerja, serta hubungan antara pekerjaan dan waktu luang.

Tabel 1. 7 Operasionalisasi Konsep Variabel X

Konsep	Variabel	Dimensi	Indikator	Skala
Aktivitas kerja	Aktivitas Kerja (X)	Keterlibatan Kerja	Keterlibatan dalam pekerjaan	NRS
			Komitmen terhadap pekerjaan	
			Partisipasi dalam pekerjaan	
		Tuntutan Waktu Kerja	Jam kerja panjang	NRS
			Tekanan waktu	
			Intensitas lembur kerja	
		Tuntutan Tanggung Jawab	Besarnya tanggung jawab kerja	NRS
			Kompleksitas pekerjaan	
			Beban Pekerjaan	
		Makna Kerja	Makna pekerjaan bagi kehidupan pribadi	NRS
			Nilai pekerjaan bagi diri individu	
		Hubungan Kerja dan Waktu Luang	Keterbatasan waktu bersama keluarga akibat pekerjaan	NRS
			Keseimbangan waktu kerja dan waktu pribadi	
			Keterbatasan waktu istirahat	

Sumber: Diolah oleh Peneliti, 2026

Tabel 1. 8 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian dalam Variabel X

Konsep	Variabel	Dimensi	Indikator	Pernyataan
Aktivitas kerja	Tingkat Aktivitas Kerja (X)	Keterlibatan Kerja	Keterlibatan dalam pekerjaan	Saya fokus pada pekerjaan yang saya lakukan selama jam kerja.
				Saya menyelesaikan pekerjaan dengan baik meskipun pekerjaan yang diberikan cukup banyak.
			Komitmen terhadap pekerjaan	Saya berusaha menyelesaikan pekerjaan dengan sebaik mungkin sebagai bentuk komitmen terhadap pekerjaan.
				Saya tetap mengutamakan penyelesaian pekerjaan meskipun terdapat keperluan keluarga di luar pekerjaan.
			Partisipasi dalam pekerjaan	Saya aktif dalam setiap kegiatan pekerjaan yang diberikan oleh perusahaan.
				Saya terlibat membantu rekan kerja dalam menyelesaikan pekerjaan.
		Tuntutan Waktu Kerja	Jam kerja panjang	Saya menghabiskan sebagian besar waktu dalam sehari untuk bekerja.
			Tekanan waktu	Saya menyelesaikan pekerjaan dalam waktu yang terbatas.
				Saya bekerja dengan cepat untuk memenuhi target pekerjaan.
			Intensitas lembur kerja	Saya melakukan lembur untuk menyelesaikan pekerjaan.

Konsep	Variabel	Dimensi	Indikator	Pernyataan	
		Tuntutan Tanggung Jawab	Besarnya tanggung jawab kerja	Saya memiliki tanggung jawab kerja yang cukup besar.	
				Saya menyelesaikan pekerjaan dengan penuh tanggung jawab.	
			Kompleksitas pekerjaan	Saya menghadapi pekerjaan yang membutuhkan ketelitian dalam proses penyelesaiannya.	
				Saya mengerjakan pekerjaan yang memiliki tingkat kesulitan tertentu.	
			Beban pekerjaan	Saya menerima pekerjaan dalam jumlah yang cukup banyak.	
		Saya mengerjakan pekerjaan yang memerlukan tenaga dan konsentrasi yang tinggi.			
		Makna Kerja	Makna pekerjaan bagi kehidupan pribadi	Saya memandang pekerjaan sebagai bagian penting dalam kehidupan saya.	
			Nilai pekerjaan bagi diri individu	Saya memandang pekerjaan yang saya jalani memiliki nilai bagi diri saya.	
				Pekerjaan memberikan manfaat bagi perkembangan diri saya.	
			Hubungan Kerja dan Waktu Luang	Keterbatasan waktu bersama keluarga akibat pekerjaan	Saya memiliki waktu yang terbatas untuk berkumpul bersama keluarga karena pekerjaan.
					Saya lebih banyak menghabiskan waktu untuk bekerja dibandingkan bersama keluarga.

Konsep	Variabel	Dimensi	Indikator	Pernyataan
			Keseimbangan waktu kerja dan waktu keluarga	Saya berusaha membagi waktu antara pekerjaan dan kehidupan keluarga dengan baik.
				Saya tetap memiliki waktu dengan keluarga di tengah aktivitas pekerjaan.
			Keterbatasan waktu istirahat	Saya memiliki waktu istirahat yang terbatas karena pekerjaan yang harus diselesaikan.
				Saya tetap memikirkan pekerjaan meskipun sedang berada pada waktu istirahat kerja.

Sumber: Diolah oleh Peneliti, 2026

c) Uji Validitas dan Reliabilitas

i) Uji Validitas

Pengujian validitas dalam penelitian ini dilakukan untuk memastikan ketepatan setiap butir pernyataan dalam mengukur variabel penelitian yang telah ditetapkan. Teknik analisis yang digunakan adalah korelasi *Product Moment Pearson*, yaitu dengan membandingkan nilai *r hitung* terhadap *r tabel* pada taraf signifikansi 5%. Suatu butir pernyataan dinyatakan memenuhi kriteria valid apabila nilai *r hitung* lebih besar daripada *r tabel*, sehingga dapat digunakan sebagai instrumen pengukuran dalam penelitian.

**Tabel 1. 9 Hasil Uji Validitas
Variabel Aktivitas Kerja (X)**

No. Item	<i>r</i> Hitung	<i>r</i> Tabel	Hasil
1	0.553	0.361	Valid
2	0.743	0.361	Valid
3	0.714	0.361	Valid
4	0.705	0.361	Valid
5	0.611	0.361	Valid

No. Item	<i>r</i> Hitung	<i>r</i> Tabel	Hasil
6	0.605	0.361	Valid
7	0.798	0.361	Valid
8	0.665	0.361	Valid
9	0.672	0.361	Valid
10	0.729	0.361	Valid
11	0.694	0.361	Valid
12	0.645	0.361	Valid
13	0.620	0.361	Valid
14	0.717	0.361	Valid
15	0.686	0.361	Valid
16	0.754	0.361	Valid
17	0.693	0.361	Valid
18	0.685	0.361	Valid
19	0.720	0.361	Valid
20	0.584	0.361	Valid
21	0.675	0.361	Valid
22	0.663	0.361	Valid
23	0.638	0.361	Valid
24	0.615	0.361	Valid
25	0.745	0.361	Valid

Sumber: Diolah oleh Peneliti, 2026

Berdasarkan hasil pengujian validitas instrumen pada variabel tingkat aktivitas kerja (X), yang terdiri dari 25 butir pernyataan, diperoleh hasil bahwa seluruh butir pernyataan memenuhi kriteria validitas karena memiliki nilai *r hitung* lebih besar daripada *r tabel* (0.361). Dengan demikian, tidak terdapat butir pernyataan yang dinyatakan gugur atau tidak valid dalam instrumen variabel X. Seluruh item yang telah memenuhi kriteria tersebut dinyatakan layak digunakan untuk pengumpulan data dan analisis lebih lanjut dalam penelitian ini.

ii) Uji Reliabilitas

Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan untuk melihat konsistensi instrumen penelitian dalam mengukur variabel yang telah ditetapkan. Teknik yang digunakan adalah koefisien *Cronbach's Alpha* untuk menguji kestabilan antarbutir

pernyataan dalam instrumen penelitian sehingga dapat diketahui tingkat keandalan instrumen yang digunakan.

**Tabel 1. 10 Hasil Uji Reliabilitas
Variabel Aktivitas Kerja (X)**

Reliability Statistic	
Cronbach's Alpha	N of Item
.950	25

Sumber: Diolah oleh Peneliti, 2026

Berdasarkan hasil pengujian reliabilitas pada variabel tingkat aktivitas kerja (X), yang terdiri dari 25 butir item, diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,93. Nilai tersebut berada di atas batas minimal 0,70 yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang sangat baik. Dengan demikian, seluruh butir pernyataan pada variabel X dinyatakan reliabel dan layak digunakan dalam penelitian.

1.7.5 Jenis Data dan Teknik Pengumpulan Data

1.7.5.1 Data Primer

Data primer didapatkan secara langsung dari responden penelitian, yaitu karyawan Bomba Grup. Teknik pengumpulan data primer dilakukan melalui penyebaran kuesioner yang mengacu pada instrument penelitian. Instrumen penelitian menggunakan Skala *Numerical Rating Scale* (NRS). Skala NRS adalah skala yang biasa digunakan untuk menilai suatu tingkatan seperti sikap, status sosial, dan proses kegiatan lain. Skala NRS ini nantinya akan menghasilkan data mentah berupa angka yang kemudian di

kualitatifkan menjadi kategori, caranya dengan memilih satu angka dari rangkaian angka yang berurutan, biasanya dalam rentang 0 hingga 10.⁴⁰

Namun dalam penelitian ini peneliti menggunakan rentang skor 1 sampai 9, agar responden dapat memberikan penilaian yang lebih spesifik terhadap setiap pernyataan yang diajukan. Secara konseptual, variabel aktivitas kerja (X) dan intensitas komunikasi (Y) merupakan variabel yang bersifat kualitatif yang diukur melalui persepsi responden, sehingga pada awalnya termasuk dalam jenis data ordinal. Namun, melalui penggunaan skala penilaian seperti *Numerical Rating Scale* (NRS), data dalam penelitian ini diperlakukan sebagai data interval sehingga memungkinkan untuk dianalisis menggunakan statistik parametrik⁴¹. Penggunaan metode parametrik pada data hasil skala penilaian telah banyak diterapkan dalam penelitian dan dinyatakan layak digunakan selama asumsi-asumsi statistik yang diperlukan telah terpenuhi. Adapun ketentuan skor dan kategori dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 1. 11 Skala Penilaian Numerical Rating Scale (NRS)

1,0 – 2,6	2,7 - 4,2	4,3 – 5,8	5,9 – 7,4	7,5 – 9,0
<i>Sangat Negatif</i>	<i>Negatif</i>	<i>Netral</i>	<i>Positif</i>	<i>Sangat Positif</i>

Sumber: Hasil olah data peneliti, 2026

⁴⁰ Sugiono, *Ibid*, hlm. 151.

⁴¹ Geoff Norman, "Likert Scales, Levels of Measurement and the 'Laws' of Statistics," *Advances in Health Sciences Education* 15, no. 5 (2010): hlm. 7, <https://doi.org/10.1007/s10459-010-9222-y>.

Perhitungan kategori ini didapatkan dari rumus interval sebagai berikut.

Rumus:

$$1 = \frac{\text{Skor Max} - \text{Skor Min}}{\text{Jumlah Kategori}} = \frac{9 - 1}{5} = 1,6$$

Keterangan:

Skor Max = skor tertinggi

Skor Min = skor terendah

1 = interval

Dengan demikian, lebar interval setiap kategori adalah 1,6. Melalui skala ini, responden diminta memberikan penilaian terhadap pertanyaan yang bertautan dengan variabel aktivitas kerja (X) dan intensitas komunikasi (Y). Kuesioner dibagikan secara tidak langsung kepada karyawan melalui media WhatsApp dengan bantuan pihak manajemen.

1.7.5.2 Data Sekunder

Penelitian ini juga menggunakan data sekunder yang diperoleh melalui studi kepustakaan. Creswell menjelaskan bahwa studi kepustakaan dilakukan untuk memperkuat landasan teoritis serta memperoleh informasi ilmiah yang relevan dengan topik penelitian⁴². Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh melalui buku, jurnal ilmiah, artikel akademik, hasil penelitian terdahulu, serta dokumen pendukung yang berkaitan dengan aktivitas kerja, komunikasi keluarga, dan metode penelitian kuantitatif. Studi kepustakaan digunakan untuk membangun kerangka teoritis, memperkuat argumentasi penelitian, serta mendukung analisis hasil penelitian sehingga dapat

⁴² John W. Creswell dan J. David Creswell, *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*, Fifth edition (London: SAGE, 2018), hlm. 41.

memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan khususnya pada kajian psikologi sosial dan sosiologi keluarga.

1.7.6 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara bertahap menggunakan bantuan perangkat lunak IBM SPSS Statistics versi 26 dan Microsoft Excel. Instrumen penelitian menggunakan *Numerical Rating Scale (NRS)* dengan rentang skor 1–9 untuk mengukur tingkat aktivitas kerja dan intensitas komunikasi dalam keluarga. Sebelum dilakukan analisis data, instrumen penelitian terlebih dahulu diuji melalui uji validitas untuk mengetahui kemampuan setiap butir pernyataan dalam mengukur variabel penelitian serta uji reliabilitas untuk memastikan konsistensi instrumen yang digunakan.

Tahap selanjutnya dilakukan pengolahan (*screening*) data untuk mengidentifikasi adanya data *outlier* menggunakan metode *boxplot*. Proses *screening* dilakukan agar data yang dianalisis memenuhi asumsi statistik dan menghasilkan model regresi yang lebih representatif. Setelah proses *screening* selesai, analisis dilanjutkan dengan statistik deskriptif untuk memberikan gambaran mengenai karakteristik data penelitian. Statistik deskriptif disajikan melalui nilai minimum, maksimum, modus, median, kuartil (*quartile*), *Interquartile Range* (IQR), serta distribusi kategori pada masing-masing dimensi variabel aktivitas kerja dan intensitas komunikasi dalam keluarga.

Penelitian ini terlebih dahulu melakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas, uji heteroskedastisitas menggunakan metode Glejser, dan uji linearitas. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah residual model regresi berdistribusi normal, uji heteroskedastisitas bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya

ketidaksamaan varians residual, sedangkan uji linearitas bertujuan untuk memastikan bahwa hubungan antara variabel independen dan variabel dependen bersifat linear. Seluruh uji prasyarat tersebut dilakukan sebagai dasar kelayakan penggunaan analisis regresi linear sederhana.

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh aktivitas kerja terhadap intensitas komunikasi dalam keluarga. Selanjutnya dilakukan uji *t* untuk mengetahui signifikansi pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen serta uji koefisien determinasi (R^2) untuk mengetahui besarnya kontribusi variabel aktivitas kerja dalam menjelaskan variasi intensitas komunikasi dalam keluarga. Hasil keseluruhan analisis digunakan sebagai dasar dalam menarik kesimpulan sesuai dengan tujuan penelitian.

1.8 Sistematika Penulisan

Penelitian ini disusun dalam lima bab dengan tujuan agar pembahasan dapat tersaji secara terstruktur, sistematis, dan mudah dipahami. Setiap bab memiliki fokus pembahasan yang saling berkaitan sehingga membentuk satu kesatuan yang utuh. Adapun susunan penulisan dalam penelitian ini terdiri dari Bab I hingga Bab V sebagai berikut:

BAB I: Bab ini menguraikan latar belakang yang menjadi dasar dilakukannya penelitian. Selain itu, di dalamnya juga memuat rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu, landasan teoritis, kerangka berpikir, serta hipotesis penelitian. Pada bagian akhir bab ini juga dijelaskan metodologi penelitian yang meliputi

pendekatan penelitian, lokasi dan waktu penelitian, populasi dan sampel, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, serta teknik analisis data.

BAB II: Bab ini menyajikan gambaran umum mengenai objek penelitian, yaitu Bomba Grup sebagai lokasi penelitian. Uraian dalam bab ini meliputi profil perusahaan, visi dan misi, struktur organisasi, karakteristik karyawan, serta kondisi yang berkaitan dengan aktivitas kerja dan intensitas komunikasi dalam keluarga sebagai konteks penelitian.

BAB III: Bab ini menyajikan hasil pengolahan dan analisis data yang diperoleh dari penyebaran kuesioner kepada responden. Analisis diawali dengan proses pengolahan (*screening*) data untuk mengidentifikasi *outlier*, kemudian dilanjutkan dengan analisis statistik deskriptif, uji prasyarat yang meliputi uji normalitas, uji heteroskedastisitas, dan uji linearitas, serta pengujian hipotesis menggunakan uji *t*, analisis regresi linear sederhana, dan uji koefisien determinasi (R^2).

BAB IV: Bab ini berisi pembahasan hasil penelitian berdasarkan analisis *cross tabulation* karakteristik responden terhadap variabel penelitian, kemudian dilanjutkan dengan analisis refleksi sosiologis serta perspektif dalam Pendidikan. Pembahasan pada bab ini bertujuan untuk memberikan interpretasi terhadap hasil penelitian sehingga diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pengaruh aktivitas kerja terhadap intensitas komunikasi dalam keluarga pada karyawan Bomba Grup.

BAB V: Bab ini merupakan bagian penutup yang berisi kesimpulan dari keseluruhan hasil penelitian yang telah dilakukan. Selain itu, bab ini juga memuat saran

yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perusahaan, karyawan, maupun pihak lain yang berkaitan dengan penelitian serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya

