

**HUBUNGAN ANTARA STRES KERJA DENGAN  
EFEKTIVITAS KOMUNIKASI INTERPERSONAL PASANGAN PADA  
KARYAWATI DI BANK MEGA KANTOR CABANG AREA JAKARTA  
SELATAN**

**Farisa Nurdiani  
15010112130084**

Fakultas Psikologi  
Universitas Diponegoro  
farisanurdiani@gmail.com

**ABSTRAK**

Efektivitas komunikasi interpersonal pasangan adalah komunikasi yang dinilai mampu mencapai pengertian dan pemahaman yang sama antara istri dan suami, dimana isi informasi tersampaikan dengan sesuai, serta berlangsung dalam suasana yang menyenangkan. Stres kerja adalah respon fisiologis, psikologis, dan perilaku yang diakibatkan oleh stressor pekerjaan. Efektivitas komunikasi interpersonal dipengaruhi oleh stres kerja, dimana situasi stres akan membuat individu menimbulkan sikap negatif seperti tidak percaya dan curiga, menunjukkan sikap bermusuhan, dan interaksi negatif lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres kerja dengan efektivitas komunikasi interpersonal pasangan pada karyawan di Bank Mega Kantor Cabang Area Jakarta Selatan. Subjek penelitian ini adalah karyawan Bank Mega yang sudah menikah. Sampel penelitian berjumlah 121 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Pengambilan data penelitian menggunakan Skala Stres Kerja (35 aitem valid;  $\alpha = .91$ ) dan Skala Efektivitas Komunikasi Interpersonal Pasangan (30 aitem valid;  $\alpha = .93$ ) yang telah diujicobakan pada 45 karyawan Bank Mega. Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan negatif antara stres kerja dan efektivitas komunikasi interpersonal pasangan yang ditunjukkan dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = -.275$  dengan  $p = .002$  ( $p < .01$ ). Hubungan negatif menunjukkan semakin tinggi stres kerja maka semakin rendah efektivitas komunikasi interpersonal pasangan, dan sebaliknya semakin rendah stres kerja maka semakin tinggi efektivitas komunikasi interpersonal pasangan.

***Kata kunci:*** Stres Kerja, Efektivitas Komunikasi Interpersonal Pasangan, Karyawan