

**PENGARUH WORK-FAMILY CONFLICT TERHADAP PSYCHOLOGICAL
WELL-BEING PADA IBU BEKERJA DI MASA NEW NORMAL**



**Disusun Oleh:
Lusyanne Nabila Muliawaty
1801618161**

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

“Pengaruh *Work-Family Conflict* terhadap *Psychological Well-Being* pada Ibu Bekerja
di Masa *New Normal*”

Nama Mahasiswa	: Lusyanne Nabila Muliawaty
Nomor Registrasi	: 1801618161
Jurusan/Program Studi	: Psikologi
Tanggal Ujian	: 15 Februari 2023

Pembimbing I

Lopi Yudhaningrum, M.Psi.
NIDN. 8802680018

Pembimbing II

Irma Rosalinda, M.Si.
NIP. 197101282005012001

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi (Penanggungjawab)*		28 Feb '23
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		28 Feb '23
Dr. phil. Zarina Akbar M.Psi (Ketua Penguji)***		24 Februari 2023
Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D (Anggota)****		24 Februari 2023
Rahmadianty Gazadinda, M.Sc (Anggota)		24 Februari 2023

Catatan:

*Dekan FPPsi

**Wakil Dekan I

***Ketua Penguji

****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Lusyanne Nabila Muliawaty

NIM : 1801618021

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul Pengaruh *Work-Family Conflict* terhadap *Psychological Well-Being* pada Ibu Pekerja di Masa *New Normal* adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Desember 2022 sampai dengan bulan Januari 2023.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 8 Februari 2023

Yang Membuat Pernyataan



(Lusyanne Nabila Muliawaty)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN**MOTTO**

“Hai orang-orang beriman, jadikanlah sabar dan sholatmu sebagai penolongmu,
sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar”

(Al-Baqarah: 153)

“*Every journey has its final day. Don't rush*”

(Zhongli)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada kedua orang tua yang tercinta, Bapak dan Ibu, yang selalu memberikan dukungan, semangat, serta doa. Untuk Kakak saya yang selalu memberikan dukungan. Untuk seluruh teman-teman yang selalu membantu dan menemani saya setiap harinya.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
 UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021-4894221

Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
 KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Lusyanne Nabila Muliawaty

NIM : 1801618161

Fakultas/Prodi : Pendidikan Psikologi/Psikologi

Alamat email : lusyannee@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

"Pengaruh Work-Family Conflict terhadap Psychological Well-Being pada Ibu Pekerja di Masa New Normal"

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 8 Maret 2023



(Lusyanne Nabila Muliawaty)

LUSYANNE NABILA MULIAWATY

PENGARUH WORK-FAMILY CONFLICT TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA IBU BEKERJA DI MASA NEW NORMAL

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi
Fakultas Pendidikan Psikologi
Universitas Negeri Jakarta
2023

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *work-family conflict* terhadap *psychological well-being* ibu bekerja di Indonesia selama masa *new normal*. Pengambilan sampel dilaksanakan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dan memperoleh 204 responden. Alat ukur yang digunakan adalah *Indonesian Well-Being Scale* untuk mengukur variabel *psychological well-being* dan *Work-Family Conflict* untuk mengukur variabel *work-family conflict*. Pengujian hipotesis dilaksanakan menggunakan analisis regresi berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif *work-family conflict* terhadap *psychological well-being* secara signifikan dengan kontribusi pengaruhnya sebesar 14,6%. Hal ini mengartikan bahwa ibu bekerja yang mengalami konflik waktu, ketegangan, dan perilaku pada kedua peran akan mengalami penurunan kesejahteraan psikologis.

Kata Kunci: Konflik Pekerjaan-Keluarga, Kesejahteraan Psikologis

LUSYANNE NABILA MULIAWATY

THE EFFECT OF WORK-FAMILY CONFLICT ON PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF WORKING MOTHERS IN THE NEW NORMAL ERA

Thesis

Jakarta: Psychology Departement
Faculty of Psychology Education
Jakarta State of University
2023

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of work-family conflict on the psychological well-being of working mothers in Indonesia during the new normal period. Sampling was carried out using purposive sampling technique and obtained 204 respondents. The measurement tools used are the Indonesian Well-Being Scale to measure psychological well-being variables and Work-Family Conflict to measure work-family conflict variables. Hypothesis tested with multiple regression analysis. The results of this study indicate that there is a significant negative effect of work-family conflict on psychological well-being with a contribution of 14.6%. This means that working mothers who have conflict based on time, strain, and behavior in both roles will cause on a decrease in psychological well-being.

Keywords: Work-Family Conflict, Psychological Well-Being

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT karena berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Work-Family Conflict* terhadap *Psychological Well-Being* pada Ibu Bekerja di Masa *New Normal*” sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Peneliti menyadari bahwa dalam pelaksanaan penelitian ini peneliti masih mendapatkan bantuan yang sangat besar dari berbagai pihak. Peneliti ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Si. selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar, M.Psi. selaku Koordinator Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Lupi Yudhaningrum, M.Psi. selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan kepada penulis dengan penuh kesabaran.
4. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si. selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan kepada penulis dengan penuh kesabaran.
5. Ibu Dr. R. A. Fadhallah, M.Psi. selaku Pembimbing Akademik.
6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen serta Staff Administrasi Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan sarana selama peneliti menempuh pendidikan.
7. Bapak Ridnan Wargiyanto dan Ibu Sri Rahayu selaku orang tua serta Amiralda Amaliastuti selaku kakak penulis yang telah memberikan doa, dukungan, dan motivasi selama penyelesaian skripsi ini.
8. Galuh Tri Wulan Dari dan Sofia Rana Jannata selaku sahabat penulis yang telah memberikan banyak bantuan dan dukungan serta mendengarkan keluh kesah selama penulis menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman-teman dekat yang telah memberikan dukungan dan motivasi selama penulis menyelesaikan skripsi yaitu Fiyka Ulfa Mawaddah, Melani Dini

Febriyanti, Putri Rogaya Aurora, Rizka Nur, Machika Chrystalova, Anandya, Sabilia, Kyla Fajrero G.D.A., Meyta Ayu Aryani, Qori Retno Kinashih, Shaumi Annisa, Meidiana Fairuz Salsabila, Alia Sekar Sari, dan Azizah Fani.

10. Teman-teman seerbimbingan dan seperjuangan yang telah memberikan dukungan dan motivasi selama penulis menyelesaikan skripsi yaitu Dinda Ayunisa Azizah dan Dian Ratna Sari.
11. Dan semua pihak yang telah mendukung penulis hingga terselesaiannya Skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Dengan demikian, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan karena terbatasnya pengetahuan dan keterampilan yang penulis miliki, sehingga peneliti berharap atas kritik dan saran yang bersifat membangun guna menyempurnakan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca.

Jakarta, 8 Februari 2023

Peneliti,

Lusyanne Nabila Muliawaty

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBERAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah.....	7
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.6 Manfaat penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Psychological Well-Being	8
2.2.1 Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	8
2.2.2 Dimensi-Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	9
2.2.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Psychological Well-Being</i>	11
2.2 Work-Family Conflict.....	13
2.2.1 Definisi <i>Work-Family Conflict</i>	13
2.2.2 Dimensi-Dimensi <i>Work-Family Conflict</i>	14
2.2.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Work-Family Conflict</i>	17
2.3 Hubungan <i>Psychological Well-Being</i> terhadap <i>Work-Family Conflict</i> ..	19
2.4 Kerangka Konseptual.....	21

2.5	Hipotesis	22
2.6	Hasil Penelitian yang Relevan	23
BAB III METODE PENELITIAN		25
3.1	Tipe Penelitian	25
3.2	Identifikasi dan Operasional Variabel Penelitian	26
3.2.1	Definisi Konseptual	26
3.2.2	Definisi Operasional	26
3.3	Populasi dan Sampel	27
3.4	Teknik Pengumpulan Data.....	28
3.4.1	Instrumen Penelitian	29
3.4.2	Tujuan Instrumen.....	35
3.4.3	Dasar Teori pada Penyusunan Instrumen	35
3.4.4	Uji Coba Instrumen.....	35
3.5	Analisis Data.....	40
3.5.1	Uji Statistik Deskriptif.....	40
3.5.2	Uji Syarat Asumsi.....	40
3.5.3	Uji Hipotesis.....	42
3.6	Analisis Tabulasi Silang	43
BAB IV PEMBAHASAN.....		45
4.1	Gambaran Responden	45
4.2	Persiapan Penelitian	55
4.2.1	Persiapan Penelitian.....	55
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	57
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian	57
4.3.1	Data Deskriptif Psychological Well-Being	57
4.3.2	Data Deskriptif <i>Work-Family Conflict</i>	58
4.3.3	Kategorisasi Skor.....	63
4.3.4	Uji Syarat Asumsi.....	66
4.3.5	Uji Hipotesis.....	69
4.4	Analisis Tabulasi Silang	73
4.4.1	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i>	73
4.5	Pembahasan.....	88
4.6	Keterbatasan Penelitian.....	93

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	94
5.1 Kesimpulan	94
5.2 Implikasi	94
5.3 Saran	95
5.3.1 Bagi Subjek Penelitian	95
5.3.2 Bagi Perusahaan atau Tempat Kerja dan Individu Lain	95
5.3.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	95
DAFTAR PUSTAKA	96



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	<i>Blueprint Indonesian Well-Being Scale</i>	30
Tabel 3.2	Skala Likert Instrumen <i>Indonesian Well-Being Scale</i>	30
Tabel 3.3	Blueprint Instrumen <i>Work-Family Conflict</i>	32
Tabel 3.4	Skala Instrumen <i>Work-Family Conflict</i>	33
Tabel 3.5	Modifikasi Instrumen <i>Work-Family Conflict</i>	34
Tabel 3.6	Hasil Uji Validitas <i>Items Psychological Well-Being</i>	37
Tabel 3.7	Hasil Uji Reliabilitas <i>Psychological Well-Being</i>	38
Tabel 3.8	Hasil Uji Validitas <i>Items Work-Family Conflict</i>	39
Tabel 3.9	Hasil Uji Reliabilitas <i>Psychological Well-Being</i>	40
Tabel 4.1	Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Usia	45
Tabel 4.2	Gambaran Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Akhir ..	46
Tabel 4.3	Gambaran Responden Berdasarkan Jumlah Anak	47
Tabel 4.4	Gambaran Responden Berdasarkan Usia Anak Terkecil	48
Tabel 4.5	Gambaran Responden Berdasarkan Usia Pernikahan	49
Tabel 4.6	Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan/Profesi	50
Tabel 4.7	Gambaran Responden Berdasarkan Masa Kerja	52
Tabel 4.8	Gambaran Responden Berdasarkan Sistem Kerja	53
Tabel 4.9	Gambaran Responden Berdasarkan Besaran Gaji Per Bulan ..	54
Tabel 4.10	Data Deskriptif <i>Psychological Well-Being</i>	57
Tabel 4.11	Data Deskriptif <i>Work-Family Conflict</i>	59
Tabel 4.12	Kategorisasi Skor	63
Tabel 4.13	Kategorisasi Skor <i>Psychological Well-Being</i>	64
Tabel 4.14	Kategorisasi Skor <i>Work-Family Conflict</i>	65
Tabel 4.15	Uji Linearitas	66
Tabel 4.16	Uji Multikolinearitas	68
Tabel 4.17	Hasil Uji Signifikansi ANOVA.....	70
Tabel 4.18	R Square Uji Hipotesis Variabel	70
Tabel 4.19	Hasil Uji Regresi Linear Berganda.....	71
Tabel 4.29	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Usia Bagian 1	73
Tabel 4.30	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Usia Bagian 2	74

Tabel 4.31	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Tingkat Pendidikan Akhir Bagian 1	75
Tabel 4.32	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Tingkat Pendidikan Akhir Bagian 2	76
Tabel 4.33	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Jumlah Anak Bagian 1	77
Tabel 4.34	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Jumlah Anak Bagian 2	77
Tabel 4.35	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Usia Pernikahan Bagian 1	78
Tabel 4.36	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Usia Pernikahan Bagian 2	79
Tabel 4.37	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Usia Anak Terkecil Bagian 1	81
Tabel 4.38	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Usia Anak Terkecil Bagian 2	81
Tabel 4.39	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Pekerjaan atau Profesi Bagian 1	82
Tabel 4.40	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Pekerjaan atau Profesi Bagian 2	83
Tabel 4.41	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Masa Kerja Bagian 1	84
Tabel 4.42	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Masa Kerja Bagian 2	84
Tabel 4.43	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Sistem Kerja Bagian 1	85
Tabel 4.44	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Sistem Kerja Bagian 2	86
Tabel 4.45	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Besaran Gaji Per Bulan Bagian 1	86
Tabel 4.46	Tabulasi Silang <i>Work-Family Conflict</i> dan Besaran Gaji Per Bulan Bagian 2	87

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	22
Gambar 4.1 Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Usia	46
Gambar 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Akhir..	47
Gambar 4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Jumlah Anak	48
Gambar 4.4 Gambaran Responden Berdasarkan Usia Anak Terkecil	49
Gambar 4.5 Gambaran Responden Berdasarkan Usia Pernikahan	50
Gambar 4.6 Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan/Profesi	52
Gambar 4.7 Gambaran Responden Berdasarkan Masa Kerja	53
Gambar 4.8 Gambaran Responden Berdasarkan Sistem Kerja.....	54
Gambar 4.9 Gambaran Responden Berdasarkan Besaran Gaji Per Bulan.....	55
Gambar 4.10 Data Deskriptif <i>Psychological Well-Being</i>	58
Gambar 4.11 Data Deskriptif Time-Based Work Interfere Family	59
Gambar 4.12 Data Deskriptif Time-Based Family Interfere Work	60
Gambar 4.13 Data Deskriptif Strain-Based Work Interfere Family	61
Gambar 4.14 Data Deskriptif Strain-Based Family Interfere Work	61
Gambar 4.15 Data Deskriptif Behaviour-Based Work Interfere Family	62
Gambar 4.16 Data Deskriptif Behaviour-Based Family Interfere Work	63
Gambar 4.17 Uji Heterokedastisitas.....	69

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Google Form Instrumen Penelitian	99
Lampiran 2	Data Kasar	120
Lampiran 3	Uji Validitas dan Reliabilitas	122
Lampiran 4	Data Demografi	124
Lampiran 5	Analisis Deskriptif.....	127
Lampiran 6	Pengujian Asumsi Penelitian.....	127
Lampiran 7	Tabulasi Silang	131
Lampiran 8	<i>Informed Consent</i>	202
Lampiran 9	Lembar Pernyataan Validasi Instrumen	203

