

**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN *JOB SATISFACTION*
TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA DOKTER DI
INDONESIA**



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

**HILDA EGAN
1802822002**

Tesis yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian
Persyaratan untuk Mendapatkan Gelar Magister

**PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2024**

LEMBAR PENGESAHAN TESIS

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG TESIS

Pengaruh *Work-life Balance* dan *Job Satisfaction* Terhadap *Psychological Well-being*
Pada Dokter di Indonesia

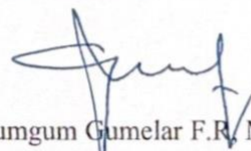
Nama Mahasiswa : Hilda Egan
NIM : 1802822002
Program Studi : Magister Sains Psikologi
Tanggal Ujian : 15 Juli 2024

Pembimbing I




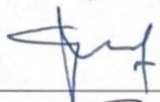
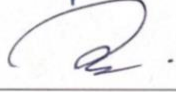
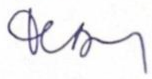
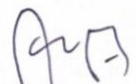
Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi
NIP. 198107262008122003

Pembimbing II



Dr. Gumgum Gumelar F.R., M.Si
NIP. 197704242006041001

Panitia Ujian Tesis

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi. (Penanggungjawab)*		24.7.2024
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si. (Wakil Penanggungjawab)**		24.7.2024
Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd (Ketua Penguji)***		24.7.2024
Deasyanti, Ph.D (Anggota)****		24.7.2024
Dr. Anna Armeini Rangkuti, M.Si (Anggota)		24/7/2024

Catatan:

*Dekan FPPsi

**Wakil Dekan I

***Koordinator Program Studi

****Dosen Penguji

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Hilda Egan
NIM : 1802822002
Tempat/Tanggal Lahir : Jakarta, 14 Februari 1993
Program : Magister
Program Studi : Magister Sains Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa tesis dengan judul “PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN *JOB SATISFACTION* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA DOKTER DI INDONESIA” merupakan karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiat dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 8 Agustus 2024

Yang menyatakan,



A handwritten signature in black ink, appearing to be "Hilda Egan".

Hilda Egan
NIM. 1802822002

PERNYATAAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
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 : Hilda Egan
NIM : 1802822002
Fakultas/Prodi : FPPsi/Magister Sains Psikologi
Alamat email : hilda_1802822002@mhs.unj.ac.id

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

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

yang berjudul:

Pengaruh *Work-life Balance* dan *Job Satisfaction* Terhadap *Psychological Well-being* Pada Dokter di Indonesia

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif 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 Agustus 2024

Penulis

(Hilda Egan)

PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN *JOB SATISFACTION* TERHADAP
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA DOKTER DI INDONESIA

Hilda Egan
Magister Sains Psikologi

ABSTRAK

Dokter seringkali memiliki jam kerja yang panjang, beban kerja yang tinggi, dan kurangnya waktu untuk kegiatan pribadi maupun keluarga, sehingga mereka merasa kesulitan untuk menikmati kehidupan pribadi dan berinteraksi dalam lingkungan sosial. Hal ini berkaitan dengan salah satu aspek *psychological well-being*, yaitu rasa bahagia yang muncul ketika memiliki hubungan positif dengan orang lain. Dalam konteks profesi dokter, *psychological well-being* merupakan faktor penting yang memengaruhi kehidupan pribadi dan aktivitas profesional mereka, yang pada akhirnya berdampak pada kualitas layanan kesehatan bagi pasien. Untuk mencapai *psychological well-being*, individu perlu menyeimbangkan peran mereka dalam pekerjaan dan kehidupan pribadi, yang dapat mengurangi konflik antar peran. Dalam hal ini, *work-life balance* menjadi hal yang sangat penting bagi dokter. *Work-life balance* merupakan faktor penentu dalam kualitas hidup, terutama bagi dokter yang bekerja di lingkungan dengan tekanan tinggi. Kesuksesan di tempat kerja dan tercapainya *job satisfaction* berkontribusi pada peningkatan *psychological well-being* dokter, khususnya melalui dimensi otonomi dan pertumbuhan pribadi berdasarkan teori Ryff.

Tujuan dari studi ini adalah untuk menganalisis pengaruh *work-life balance* dan *job satisfaction* terhadap *psychological well-being* dokter di Indonesia.

Penelitian ini menggunakan instrumen *work-life balance* (17 butir), instrumen *job satisfaction* (9 butir) dan instrumen *psychological well-being* (28 butir). Partisipan dalam penelitian ini sebanyak 115 dokter di Indonesia. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *work-life balance* dan *job satisfaction* secara bersama-sama memiliki pengaruh signifikan terhadap *psychological well-being*, dengan koefisien determinasi (R^2) sebesar 12.8%. Dari hasil effect size, didapatkan bahwa nilai Cohen's f-square sebesar 0.14. Hal ini menunjukkan bahwa model regresi *work-life balance* dan *job satisfaction* terhadap *psychological well-being* memberikan efek kecil tetapi signifikan. Dokter dengan pencapaian *work-life balance* dan *job satisfaction* yang tinggi diprediksi memiliki keadaan emosi positif terhadap kehidupannya, adanya kualitas diri dalam menjalin hubungan dengan orang lain dan meningkatnya kemampuan atau potensi dalam pengembangan diri mereka.

Kata kunci: *Work-life balance*, *Job satisfaction*, *Psychological well-being*, Dokter

THE EFFECT OF WORK-LIFE BALANCE AND JOB SATISFACTION ON THE
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF INDONESIAN DOCTORS

Hilda Egan

Master of Psychological Science

ABSTRACT

Doctors often face long working hours, heavy workloads, and limited time for personal and family activities, making it challenging for them to enjoy their personal lives and engage in social interactions. This situation is closely linked to a critical aspect of psychological well-being, specifically the sense of happiness derived from positive relationships with others. In the medical profession, psychological well-being is a vital factor influencing both the personal and professional lives of doctors, ultimately impacting the quality of healthcare services provided to patients. Achieving psychological well-being requires a balance between work and personal life, as this balance can help reduce role conflicts. Consequently, maintaining a work-life balance is essential for doctors, particularly those operating in high-pressure environments. Success in the workplace, coupled with job satisfaction, significantly contributes to the enhancement of psychological well-being, especially through the dimensions of autonomy and personal growth as articulated in Ryff's theory.

The objective of this study is to analyze the impact of work-life balance and job satisfaction on the psychological well-being of doctors in Indonesia. The study employs work-life balance instruments (17 items), job satisfaction instruments (9 items), and psychological well-being instruments (28 items). The participants of this study consist of 115 doctors from Indonesia. The findings indicate that work-life balance and job satisfaction jointly have a significant effect on psychological well-being, with a determination coefficient (R^2) of 12.8%. The effect size, as measured by Cohen's f -square, is 0.14, suggesting that the regression model of work-life balance and job satisfaction on psychological well-being exerts a small but statistically significant influence. Doctors who achieve a high level of work-life balance and job satisfaction are likely to experience a positive emotional state, enhanced self-quality in relationships with others, and an increased potential for self-development.

Keywords: Work-life balance, Job satisfaction, Psychological well-being, Doctors

KATA PENGANTAR

Praise and gratitude the author prays to the Lord Jesus Christ who has blessed the writer, so that the writer can finish this thesis properly and correctly on time.

Peneliti sangat menyadari keberhasilan penyelesaian tesis dan studi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gungum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Koordinator Program Studi Magister Sains Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta, yang sudah membantu memfasilitasi dan memberi dukungan kepada mahasiswa. Sekaligus membantu peneliti dalam berbagai hal tak terduga, terima kasih banyak bu.
4. Ibu Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi., selaku dosen pembimbing pertama atas waktu, tenaga, kesabaran dan pikiran yang diberikan selama membimbing peneliti. Terima kasih banyak ibu untuk bimbingan, dukungan, dan doanya.
5. Bapak Dr. Gungum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku dosen pembimbing kedua. Terima kasih atas bimbingan dan dukungannya selama penyusunan tesis bapak.
6. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D., selaku dosen pembimbing akademik dan Koordinator Program Studi sebelumnya. Terima kasih banyak, pak atas bimbingannya.
7. Seluruh Ibu/Bapak dosen pengajar Fakultas Pendidikan Psikologi atas ilmu, pengalaman, dan kesempatan diskusi yang diberikan.
8. Seluruh tendik Fakultas Pendidikan Psikologi, Pak Agus, Mbak Shanti, Mas Yudi, yang telah membantu selama masa perkuliahan hingga kami dapat menerima ijazah. Dan Teh Ipah yang selalu membantu kami untuk memfasilitasi ruangan saat mengerjakan tesis di kampus.

9. John Junior dan Cirilla Eleanor tersayang, *your faith in me has been my rock in turbulent times. Thank you and love* kalian banyak-banyak.
10. Kedua orangtua, Mami dan almarhum Papi. Terima kasih banyak mam doa dan dukungannya selama penyusunan tesis ini. Terima kasih banyak Papi yang menjadi inspirasi.
11. Keluarga, sahabat, dan teman-teman yang mendukung dan membantu menyebarkan kuesioner.
12. Ais dan Qurotta, terima kasih mau direpori segala hal dan jadi teman curhat selama perkuliahan dan penulisan tesis ini. Bersyukur punya teman seperti kalian, meroket karier dan cintanya ya, girls.
13. Teman-teman angkatan pertama Magister Sains Psikologi UNJ, senang bisa mengenal semuanya dengan berbagai latar belakang, peran, dan cerita yang dijalani selama perkuliahan, you all rock! See you at the top!

Serta seluruh pihak yang tertulis di sini maupun yang tidak, peneliti ucapkan banyak terima kasih untuk seluruh bantuan dan dukungan yang diberikan baik yang peneliti ketahui maupun yang tidak. Semoga Tuhan Yang Maha Pengasih memberikan balasan terbaik atas jasa-jasa yang diberikan kepada peneliti dan semoga tesis ini dapat memberikan manfaat yang berarti bagi pembaca serta perkembangan ilmu Psikologi.

Jakarta, 8 Agustus 2024

Peneliti,

Hilda Egan

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN TESIS.....	I
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH	II
PERNYATAAN PUBLIKASI.....	III
<u>ABSTRAK</u>	IV
KATA PENGANTAR	VI
DAFTAR ISI.....	VIII
DAFTAR GAMBAR	X
DAFTAR TABEL.....	XI
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 LATAR BELAKANG	1
1.2 PEMBATASAN PENELITIAN	9
1.3 RUMUSAN MASALAH	9
1.4 TUJUAN PENELITIAN	9
1.5 STATE OF THE ART	9
1.6 ROAD MAP PENELITIAN	14
BAB II KAJIAN PUSTAKA	15
2.1 <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i>	15
2.1.1 DEFINISI <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i>	15
2.1.2 DIMENSI <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i>	16
2.1.3 FAKTOR <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i>	17
2.2 <i>WORK-LIFE BALANCE</i>	18
2.2.1 DEFINISI <i>WORK-LIFE BALANCE</i>	18
2.2.2 ASPEK <i>WORK-LIFE BALANCE</i>	19
2.2.3 DIMENSI <i>WORK-LIFE BALANCE</i>	19
2.2.4 FAKTOR <i>WORK-LIFE BALANCE</i>	20
2.3 <i>JOB SATISFACTION</i>	21
2.3.1 DEFINISI <i>JOB SATISFACTION</i>	21
2.3.2 FAKTOR <i>JOB SATISFACTION</i>	22
2.3.3 ASPEK <i>JOB SATISFACTION</i>	24
2.4 DOKTER.....	25
2.5 KAJIAN TEORI	26
2.6 KAJIAN PENELITIAN YANG RELEVAN	27
2.7 KERANGKA TEORITIK.....	31
2.8 HIPOTESIS PENELITIAN.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
3.1 WAKTU DAN TEMPAT PENELITIAN	33
3.2 METODE PENELITIAN	33
3.3 POPULASI DAN SAMPEL	34
3.3.1 POPULASI	34

3.3.2	SAMPEL	34
3.3.2.1	UKURAN SAMPEL	34
3.3.2.2	TEKNIK PENGUMPULAN SAMPEL	35
3.4	PENYUSUNAN INSTRUMEN PENELITIAN	35
3.4.1	INSTRUMEN <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i>	36
3.4.2	INSTRUMEN <i>WORK-LIFE BALANCE</i>	42
3.4.3	INSTRUMEN <i>JOB SATISFACTION</i>	45
3.5	TEKNIK ANALISIS DATA	48
BAB IV PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		50
4.1	DESKRIPSI DATA	50
4.1.1	GAMBARAN RESPONDEN	50
4.1.2	Gambaran Berdasarkan Jenis Kelamin Responden	50
4.1.3	GAMBARAN BERDASARKAN USIA RESPONDEN	50
4.1.4	GAMBARAN BERDASARKAN STATUS PERNIKAHAN RESPONDEN	51
4.1.5	GAMBARAN BERDASARKAN JUMLAH ANAK RESPONDEN	51
4.1.6	GAMBARAN BERDASARKAN STATUS PEKERJAAN RESPONDEN	52
4.1.7	GAMBARAN BERDASARKAN LOKASI PRAKTEK RESPONDEN	52
4.2	PENGUJIAN PERSYARATAN ANALISIS DATA	53
4.2.1	DATA DESKRIPTIF VARIABEL <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i>	53
4.2.1.1	KATEGORISASI SKOR <i>PSYCHOLOGICAL WELL-BEING</i>	54
4.2.2	DATA DESKRIPTIF VARIABEL <i>WORK-LIFE BALANCE</i>	55
4.2.2.1	KATEGORISASI SKOR <i>WORK-LIFE BALANCE</i>	55
4.2.3	DATA DESKRIPTIF VARIABEL <i>JOB SATISFACTION</i>	56
4.2.3.1	KATEGORISASI SKOR VARIABEL <i>JOB SATISFACTION</i>	57
4.2.4	UJI ASUMSI	58
4.2.4.1	UJI NORMALITAS	58
4.2.4.2	UJI LINEARITAS	58
4.2.4.3	UJI KORELASI	59
4.2.4.4	UJI MULTIKOLINEARITAS	60
4.2.4.5	UJI HETEROSKEDASTISITAS	60
4.2.5	ANALISIS HIPOTESIS	61
4.2.5.1	UJI REGRESI LINEAR GANDA	61
4.2.5.2	UJI <i>EFFECT SIZE</i>	65
4.3	PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN	66
BAB V KESIMPULAN		69
5.1	KESIMPULAN	69
5.2	IMPLIKASI	69
5.3	SARAN	69
5.3.1	BAGI DOKTER	69
5.3.2	BAGI IKATAN ATAU LEMBAGA DOKTER DI INDONESIA	70
5.3.3	BAGI PENELITI SELANJUTNYA	70
DAFTAR PUSTAKA		71

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teoritik	32
Gambar 4.1 <i>Scatter Plot</i> Uji Heterokedastisitas	60



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 <i>State of the Art</i>	9
Tabel 2.1 Hasil Penelitian yang Relevan	27
Tabel 3.1 Skor Instrumen <i>Psychological Well-Being</i>	36
Tabel 3.2 Butir Pernyataan dan Hasil Diskriminasi Butir <i>PWB</i>	37
Tabel 3.3 Kaidah Reliabilitas Gultford	41
Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen <i>Work-Life Balance</i>	43
Tabel 3.5 Butir Pernyataan dan Hasil Diskriminasi Butir <i>WLB</i>	43
Tabel 3.6 Kisi-kisi Instrumen <i>Job Satisfaction</i>	46
Tabel 3.7 Butir Pernyataan dan Hasil Diskriminasi Butir <i>JB</i>	47
Tabel 4.1 Gambaran Berdasarkan Jenis Kelamin Responden	50
Tabel 4.2 Gambaran Berdasarkan Usia Responden	51
Tabel 4.3 Gambaran Berdasarkan Pernikahan Responden	51
Tabel 4.4 Gambaran Jumlah Anak Responden	52
Tabel 4.5 Gambaran Status Pekerjaan Responden	52
Tabel 4.6 Gambaran Berdasarkan Lokasi Praktek Responden	53
Tabel 4.7 Statistik Deskriptif Variabel <i>PWB</i>	53
Tabel 4.8 Kategorisasi Skor Variabel <i>PWB</i>	55
Tabel 4.9 Statistik Deskriptif Variabel <i>WLB</i>	55
Tabel 4.10 Kategorisasi Skor Variabel <i>WLB</i>	56
Tabel 4.11 Statistik Deskriptif Variabel <i>Job Satisfaction</i>	56
Tabel 4.12 Kategorisasi Skor Variabel <i>Job Satisfaction</i>	58
Tabel 4.13 Hasil Uji Normalitas	58
Tabel 4.14 Hasil Uji Linearitas	59
Tabel 4.15 Hasil Uji Korelasi <i>Pearson</i>	59
Tabel 4.16 Hasil Uji Multikolinearitas	60
Tabel 4.17 Anova	61
Tabel 4.18 Hasil Uji Regresi Linear Ganda	62
Tabel 4.19 Hasil <i>Coefficients</i>	62
Tabel 4.20 Hasil Sumbangan Efektif	64
Tabel 4.21 Hasil Sumbangan Relatif	64
Tabel 4.22 Kriteria <i>Cohen f-square Effect Size</i>	65
Tabel 4.23 Hasil Perhitungan <i>Effect Size</i>	66

