

**HUBUNGAN ANTARA *WORK-LIFE BALANCE* DENGAN
SUBJECTIVE WELL-BEING PADA KARYAWAN PT. X
KABUPATEN PASURUAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

**SAVIRA NESVY AULIA
NBI : 1512000137**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

**HUBUNGAN ANTARA *WORK-LIFE BALANCE* DENGAN
SUBJECTIVE WELL-BEING PADA KARYAWAN PT. X
KABUPATEN PASURUAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh :
SAVIRA NESVY AULIA
NBI: 1512000137**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2024**

**HUBUNGAN ANTARA *WORK-LIFE BALANCE* DENGAN
SUBJECTIVE WELL-BEING PADA KARYAWAN PT. X
KABUPATEN PASURUAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

SAVIRA NESVY AULIA

NBI: 1512000137

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
2024**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 26 Juni 2024



Savira Nesvy Aulia

NBI: 1512000137



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45
SURABAYA

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

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Savira Nesvy Aulia
NBI/NPM : 1512000137
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)*, atas karya saya yang berjudul:

**Hubungan Antara *Work-Life Balance* dengan
Subjective Well-Being Pada Karyawan PT. X
Kabupaten Pasuruan**

Dengan *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty - Free Right)*, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya
Pada tanggal : 27 Juni 2024

Yang Menyatakan



HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

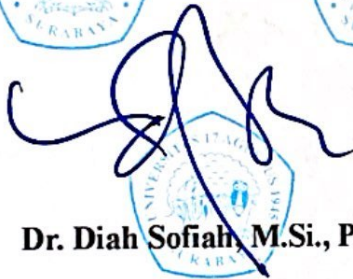
NAMA : Savira Nesvy Aulia
NBI : 1512000137
JUDUL : Hubungan Antara *Work-Life Balance* Dengan
Subjective Well-Being Pada Karyawan PT. X Kabupaten
Pasuruan

Surabaya, 26 Juni 2024

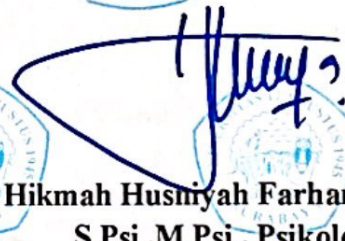
Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Dr. Diah Sofiah, M.Si., Psikolog



**Hikmah Husniyah Farhanindya,
S.Psi., M.Psi., Psikolog**

HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

**Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal : 02 Juli 2024

Dewan Penguji :


- 1. Drs. Yanto Prasetyo, M.Si., Psikolog**
- 2. Dr. Diah Sofiah, M.Si., Psikolog**
- 3. Hikmah Husniyah Farhanindya, S.Psi.,M.Psi., Psikolog**



**Mengesahkan
Fakultas Psikologi**

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,



Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog

NPP. 20510020552

HALAMAN MOTTO

"Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan, maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah engkau berharap"

(Al- Insyirah, 94:6-8)

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya"

(Al- Baqarah, 2:286)

"Boleh jadi kamu tidak menyenangi sesuatu, padahal itu baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu tidak baik bagimu, Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui"

(Al- Baqarah, 2:216)

"Pada akhirnya takdir Allah selalu baik, walaupun terkadang perlu air mata untuk melaluinya"

-Umar Bin Khatab-

"Yakinlah, ada sesuatu yang menantimu setelah banyak kesabaran (yang kau jalani), yang akan membuatmu terpana hingga kau lupa betapa pedihnya rasa sakit"

-Ali Bin Abi Thalib-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kemampuan, kesabaran, serta kesempatan kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Yang kemudian dengan rahmat serta ridhonya, sehingga penulis dapat dengan baik menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Work-Life Balance* Dengan *Subjective Well-Being* Pada karyawan PT. X Kabupaten Pasuruan”.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Selama proses penyusunan skripsi ini tidak sedikit hambatan, tantangan, dan kesulitan yang penulis hadapi, tetapi penulis bersyukur karena dapat menyelesaikan skripsi ini. Meskipun masih jauh dari kata sempurna, penulis berharap skripsi ini dapat memberi manfaat bagi pihak yang membaca.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Savira Nesvy Aulia
Tempat, Tanggal Lahir : Sukoharjo, 13 Agustus 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Status : Mahasiswa
Agama : Islam
Alamat : Kemranggen, Winong, Gempol, Pasuruan
E-mail : auliapratamasuwito@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

2007 – 2013 : SDI Hasan Munadi
2013 – 2016 : SMPN 1 Beji
2016 – 2020 : SMA Yadika Bangil
2020 – 2024 : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

C. Pengalaman

2023 : Magang di PT. Masuya Sejati

D. Kemampuan

Hard Skill : Mampu mengelola Microsoft Office (Word, Excel, Powerpoint)
Soft Skill : Bekerja sama dalam tim dan mudah untuk bersosialisasi.

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT serta mengucapkan Syukur Alhamdulillahirobbilalaamiin. Sungguh sebuah perjuangan yang cukup panjang telah penulis lewati untuk menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Melalui kesempatan ini, besar keinginan penulis untuk menyampaikan terima kasih dengan tulus dan penuh hormat kepada setiap pihak yang senantiasa membantu serta mendukung penulis selama masa penulisan skripsi ini, antara lain yaitu kepada :

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CPA I selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Dr. Suhadianto, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dr. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psiselaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dan selaku DPA terimakasih atas bimbingannya selama saya berkuliah.
5. Dr. Diah Sofiah, M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu dan pikiran dalam memberikan bimbingan dan pengarahan selama penyusunan skripsi ini.
6. Hikmah Husniyah Farhanindya, S.Psi.,M.Si., Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang sudah banyak memberikan bimbingan dan nasehat-nasehat kepada penulis selama penyusunan skripsi dan menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi.
7. Kedua orang tua penulis, Ayah Joni Suwito dan Mamak Jamini, untuk beliau berdua terima kasih atas segala kasih sayang yang diberikan dalam membesarkan dan membimbing penulis selama ini sehingga penulis dapat terus berjuang dalam meraih mimpi dan cita-cita. Kesuksesan dan segala hal baik kedepannya akan penulis dapatkan adalah karena dan untuk kalian berdua.

8. Orang-orang tersayang, Rey Anwar Fachry, Sofi Pappa, dan Dita Rizqiatul laily, terima kasih selalu mendukung serta mendengar semua keluhan penulis, terima kasih juga atas kenangan indah bersama kalian selama ini, semoga kalian selalu diberi kebahagiaan dimanapun kalian berada.
9. Elviana Yunita Saputri, sahabat terbaik segala-galanya, penasihat ulung nomor satu.
10. Savira Nesvy Aulia, terima kasih telah berusaha sejauh ini untuk menyelesaikan apa yang sudah dipilih, terima kasih sudah menerima serta mengikhlaskan semua hal yang terjadi selama proses menyelesaikan skripsi ini, semoga kamu selalu dirayakan dan selalu bahagia.

Penulis menyadari bahwa terdapat banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran serta pemikiran kritis yang bersifat membangun bagi penelitian ini. Diharapkan skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak dan dapat menyumbang dalam perkembangan ilmu psikologi di Indonesia.

Surabaya, 27 Juni 2024

Peneliti



Savira Nesvy Aulia

HUBUNGAN ANTARA *WORK-LIFE BALANCE* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA KARYAWAN PT. X KABUPATEN PASURUAN

Savira Nesvy Aulia
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
auliapratamasuwito@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara *Work-Life Balance* dengan *Subjective Well-Being* pada karyawan PT. X Kabupaten Pasuruan. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode kuantitatif korelasional. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan sampel 275 karyawan PT. X Kabupaten Pasuruan. Hasil analisis menggunakan korelasi *spearman rho* menunjukkan bahwa *work-life balance* dengan *subjective well-being* diperoleh hasil korelasi sebesar 0,408 dengan skor signifikan $p = 0,000 \leq 0,01$ yang artinya terhadap hubungan positif yang sangat signifikan antara *work-life balance* dengan *subjective well-being*. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi skor *work-life balance* maka semakin tinggi juga skor *subjective well-being*, sebaliknya jika semakin rendah skor *work-life balance* maka semakin rendah pula skor *subjective well-being*. Adanya hubungan yang positif maka dapat menunjukkan bahwa sesuai dengan hipotesis dalam penelitian ini, yaitu adanya hubungan positif antara *work-life balance* dengan *subjective well-being*.

Kata Kunci: *Subjective Well-Being*, *Work-Life Balance*, Karyawan

**THE RELATIONSHIP BETWEEN WORK-LIFE BALANCE AND THE
SUBJECTIVE WELL-BEING OF PT EMPLOYEES. X PASURUAN DISTRICT**

Savira Nesvy Aulia
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
auliapratamasuwito@gmail.com

Abstract

This research aims to determine the relationship between Work-Life Balance and Subjective Well-Being in PT employees. X Pasuruan Regency. This research is a type of quantitative research using correlational quantitative methods. The sampling technique in this research used proportional sampling with a sample of 275 PT employees. X Pasuruan Regency. The results of the analysis using the Sperm Rho correlation show that work-life balance and subjective well-being obtained a correlation of 0.408 with a significant score of $p = 0.000 \leq 0.01$, which means there is a very significant positive relationship between work-life balance and subjective well-being. This can be interpreted as meaning that the higher the work-life balance score, the higher the subjective well-being score, conversely, the lower the work-life balance score, the lower the subjective well-being score. The existence of a positive relationship can indicate that it is in accordance with the hypothesis in this research, namely that there is a positive relationship between work-life balance and subjective well-being.

Keywords: Subjective well-being, Work-life balance, Employee

Daftar Isi

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	v
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	vi
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
<i>CURRICULUM VITAE</i>	ix
KATA PENGANTAR.....	x
Abstrak.....	xii
Abstract.....	xiii
Daftar Isi	xiv
Daftar Tabel	xvii
Daftar Gambar	xviii
Daftar Lampiran	xix
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah	5
B. Tujuan dan Manfaat	5

1. Tujuan Penelitian.....	5
2. Manfaat Penelitian.....	5
C. Keaslian Penelitian	6
BAB II	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
A. <i>Subjective Well-Being</i>.....	9
1. Definisi <i>Subjective Well-Being</i>	9
2. Aspek-Aspek <i>Subjective well-being</i>	10
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>subjective well-being</i>	11
B. <i>Work-Life Balance</i>	11
1. Definisi <i>Work-Life Balance</i>	11
2. Aspek-Aspek <i>Work-Life Balance</i>	13
C. Kerangka Berpikir	14
BAB III.....	17
METODE PENELITIAN	17
A. Populasi dan Partisipan	17
1. Populasi	17
2. Partisipan.....	17
B. Desain Penelitian	18
1. Variabel Penelitian.....	18
2. Jenis Penelitian.....	18
C. Instrumen Pengumpulan Data.....	18
1. Skala 1 (<i>Subjective Well-Being</i>)	18

2. Skala 2 (<i>Work-Life Balance</i>)	22
D. UJI PRASYARAT DAN ANALISIS DATA.....	25
1. Uji Prasyarat.....	25
2. Analisis Data	26
BAB IV.....	27
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	27
A. Hasil Penelitian	27
B. Pembahasan.....	28
BAB V.....	31
KESIMPULAN DAN SARAN	31
A. Kesimpulan	31
B. Saran.....	31
Daftar Pustaka.....	33
LAMPIRAN.....	36

Daftar Tabel

Tabel 3.1 Blue Print Sebaran Aitem Skala Subjective Well-Being	19
Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Skala Subjective Well-Being	20
Tabel 3.3 Hasil Uji Reliabilitas Skala Subjective Well-Being	21
Tabel 3.4 Blue Print Sebaran Aitem Skala Work-Life Balance	22
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Skala Work-Life Balance	24
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Work-Life Balance	24
Tabel 3.7 Hasil Uji Normalitas	25
Tabel 3.8 Hasil Uji Linieritas	25
Tabel 4.1 Hasil Uji Korelasi Sperman Rho	27

Daftar Gambar

Gambar 2.1 Skema kerangka berpikir work-life balance dengan subjective well being	15
--	----

Daftar Lampiran

Lampiran 1 Blue print Skala Subjective well-being	37
Lampiran 2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	39
Lampiran 3 Tabulasi Skala Subjective Well-Being.....	41
Lampiran 4 Tabulasi Skala Work-Life Balance	53
Lampiran 5 Blue Print Skala Work-Life Balance	71
Lampiran 6 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas.....	73
Lampiran 7 Uji Normalitas Skala Subjective Well-Being	74
Lampiran 8 Uji Linieritas.....	74
Lampiran 9 Sperman Rho	74
Lampiran 10 Informed consent.....	74
Lampiran 11 Surat Pengantar Penelitian.....	76
Lampiran 12 Surat Balasan Penelitian.....	77