

**HUBUNGAN ANTARA INTERAKSI SOSIAL DAN STRES
AKADEMIK DENGAN *WORK-LIFE BALANCE* PADA
MAHASISWA BEKERJA DI SURABAYA**

SKRIPSI

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



Oleh :

**MAULANA FIRMANSYACH
NBI: 1512100215**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

**HUBUNGAN ANTARA INTERAKSI SOSIAL DAN STRES
AKADEMIK DENGAN *WORK-LIFE BALANCE* PADA
MAHASISWA BEKERJA DI SURABAYA**

SKRIPSI

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



Oleh:

MAULANA FIRMANSYACH

NBI: 1512100215

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

**HUBUNGAN ANTARA INTERAKSI SOSIAL DAN STRES
AKADEMIK DENGAN *WORK-LIFE BALANCE* PADA
MAHASISWA BEKERJA DI SURABAYA**

SKRIPSI

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



Oleh:

MAULANA FIRMANSYACH

NBI: 1512100215

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2024

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : MAULANA FIRMANSYACH
NBI : 1512100215
Program Studi : PSIKOLOGI

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, 18 Desember 2024



Maulana Firmansyach

NBI: 1512100215



**UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA**

**BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)**

**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 : Maulana Firmansyach
NBI/ NPM : 1512100215
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 INTRAKSI SOSIAL DAN STRES
AKADEMIK DENGAN *WORK-LIFE BALANCE* PADA
MAHASISWA BEKERJA DI SURABAYA**

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 : 18 Desember 2024

Yang Menyatakan

Maulana Firmansyach



HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

NAMA : Maulana Firmansyach

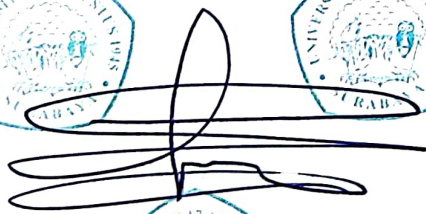
NBI : 1512100215

JUDUL : HUBUNGAN ANTARA INTERAKSI SOSIAL DAN STRES AKADEMIK DENGAN *WORK-LIFE BALANCE* PADA MAHASISWA DI SURABAYA

Surabaya, 13 Desember 2024

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I



**Eben Ezer Nainggolan, S.Psi., M.Si,
S.H., M.Kn., Psikolog**

Dosen Pembimbing II



**Sayidah Aulia Ul Haque, 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 : 18 Desember 2024

Dewan Penguji :

1. Drs. Sahat Saragih M. Si.

**2. Eben Ezer Nainggolan, S.Psi., M.Si., S.H.,
M.Kn., Psikolog**

3. Sayidah Aulia Ul Haque, M.Psi., Psikolog

Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,

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

NPP. 20510020552

HALAMAN MOTTO

"Maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap."

(QS. Al-Insyirah: 7-8)

"Dan bahwa manusia hanya memperoleh apa yang telah diusahakannya."

(QS. An-Najm: 39)

"Dengan tujuan yang baik manusia akan mendapatkan apa yang dia inginkan dan dengan menggunakan logika, kesehatan akan lebih penting dari semuanya.

Tetap semangat."

(Penulis)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah Subhanahu wa ta'ala atas rahmat berkah yang diberikan, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan lancar. Dengan segenap rasa cinta dan kasih, penulis persembahkan skripsi ini kepada :

1. Allah Azza wa Jalla, karena dengan rahmat, hidayah, dan pertolongan-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Puji syukur kepada Allah Azza wa Jalla yang mengabulkan doa dari orang yang berharap kepada-Nya.
2. Diri saya sendiri, karena dapat melalui perkuliahan dan berjuang hingga terselesainya skripsi ini. Jangan menyerah dalam kebaikan dan terus menuntut ilmu, gapailah mimpi dan terus berdoa kepada Allah Azza Wa Jalla.
3. Kedua orang tua saya, yang telah membantu, menguatkan, memberikan motivasi, dukungan apapun, kasih sayang, dan doa-doa baik kepada saya. Terima kasih papi dan mami, saya yakin karena doa-doa papi dan mami, adik bisa melalui segala proses ini.
4. Seluruh anggota keluarga yang sudah memberi semangat kepada penulis. Semoga Allah Azza wa Jalla menjaga kalian dan melindungi kalian.
5. Almamater Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menimba ilmu di kampus merah putih.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Maulana Firmansyach
Tempat Lahir : Trenggalek
Tanggal Lahir : 6 Juli 20014
Jenis Kelamin : Laki-laki
Agama : Islam
Alamat : Jl. KH Akmad Dhalan No 12A,
Sumbergedong, Trenggalek Jawa Timur
Kewarganegaraan : Indonesia
Email : maulanafirmansyahhh832@gmail.com
No. Telepon : 087761578120



B. Riwayat Pendidikan

SD : SDN 1 Sumbergedong, Trenggalek
SMP : SMP 5 Trenggalek
SMA : SMA 2 Trenggalek
Perguruan Tinggi : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

C. Riwayat Pekerjaan

- *Freelancer sales* (2020)
- *Pemilik dan pengelola - Jasa Cuci Sepatu Iflich Shoes* (2022)

D. Riwayat Organisasi

-

E. Kemampuan

- Oprasional alat tes Psikologi
- *Leadership*
- *Microsoft office (word, excel, powerpoint)*
- *Konseling*
- Bahasa Indonesia aktif, Bahasa Inggris pasif

KATA PENGANTAR

Puji syukur kita haturkan atas kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas rahmat dan berkah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan sebaik-baiknya. Penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu dalam terselesainya skripsi ini, diantaranya:

1. Prof Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPAI selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, S.Psi., 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
4. Dr. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Dr. M. G. Bagus Ani Putra, Psi, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Wali saya yang telah memberi arahan dalam pengambilan mata kuliah selama perkuliahan.
6. Eben Ezer Nainggolan, S.Psi., M.Si., S.H., M.Kn., Psikolog selaku Dosen Pembimbing satu, yang telah mendidik dan berkenan memberikan waktu bimbingan, memberikan kritik, saran, dan motivasi selama penyusunan skripsi.
7. Sayidah Aulia Ul Haque, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing dua, yang telah mendidik dan berkenan memberikan waktu bimbingan, memberikan kritik, saran, dan motivasi selama penyusunan skripsi.
8. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, yang telah mendidik dan membimbing saya dengan baik dan sabar selama terlaksananya perkuliahan.
9. Kedua orang tua saya, yang telah senantiasa mendukung, mendoakan, dan memberikan motivasi kepada saya sehingga dapat menyelesaikan skripsi saya.
10. Kakak, adek, nenek dan seluruh anggota besar keluarga saya yang senantiasa juga mendukung saya.
11. Teman-teman saya yang berjuang menyelesaikan skripsi bersama (Kelas R psikolog), Naufal Herari, Syarif Maulana, Rezqika yang senantiasa memberi semangat, doa, dan dampak positif kepada penulis.
12. Febriani Diendyarsa Putri yang telah senantiasa memberi dukungan dan memberi motivasi kepada penulis dalam penyelesaian tugas akhir.
13. Seluruh teman-teman saya di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, baik fakultas psikologi maupun pada prodi lain yang termasuk di dalamnya yakni

alumni ataupun mahasiswa, yang memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis. Skripsi ini sebagai bukti bahwa penulis telah menyelesaikan penulisan dan penyusunan skripsi. Penulis menyadari, bahwa skripsi yang ditulis ini masih jauh dari kata sempurna baik dari segi penyusunan, bahasa, maupun penulisannya. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pembaca guna menjadi acuan agar penulis dalam menulis dan menjadi lebih baik lagi di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberikan dan menambah wawasan bagi para pembaca dan bisa bermanfaat dalam perkembangan dan peningkatan ilmu pengetahuan. Sekian dan terima kasih.

Surabaya, 18 Desember 2024



Maulana Firmansyach

HUBUNGAN ANTARA INTERAKSI SOSIAL DAN STRES AKADEMIK DENGAN *WORK-LIFE BALANCE* PADA MAHASISWA BEKERJA DI SURABAYA

Maulana Firmansyach
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
maulanafirmansyahhh832@gmail.com

Abstrak

Hasil dari penelitian ini adalah untuk menguji apakah interaksi sosial dan stres akademik berhubungan dengan *work-life balance* pada mahasiswa pekerja di kota Surabaya. Populasi dalam penelitian ini adalah 362 orang, seperti yang di tetapkan ditabel Issac dan Michael, dengan tingkat kesalahan 5%. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif dan verifikatif, dengan teknik *purposive sampling*. Alat yang digunakan adalah skala interaksi sosial (32 item), *the perception of academic stress scale* dan *work-life balance scale* (18), dan *work-life balance scale* (WLB Scale) (17 item) untuk mengukur *work-life balance*. Hasil penelitian ini mencakup regresi linier ordinal *non-parametrik*, uji *model fitting information* dan parameter estimates dan parallel linier. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stres akademik dan *work-life balance* secara signifikan berpengaruh positif ($p < 0.000$, estimasi 6.607). Stres akademik dan *work-life balance* dapat digunakan mendorong mahasiswa pekerja untuk lebih efisien dalam mengelola waktu.

Kata Kunci: Interaksi sosial, stres akademik, *work-life balance*, mahasiswa pekerja

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL INTERACTION AND ACADEMIC STRESS WITH WORK-LIFE BALANCE AMONG WORKING STUDENTS IN SURABAYA

Maulana Firmansyach
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Maulanafirmansyahhh832@gmail.com

Abstract

This study aims to examine whether social interaction and academic stress are related to work-life balance among working students in Surabaya. The population of this research consists of 362 individuals, determined based on Isaac and Michael's table with a 5% margin of error. A quantitative descriptive and verificative approach was adopted, using Purposive Sampling techniques. The instruments used include a Social Interaction Scale (32 items), the Perception of Academic Stress Scale (18 items), and the Work-life balance Scale (17 items). The study employed non-parametric ordinal linear regression, model fitting information tests, parameter estimates, and parallel linearity tests. The results indicate that academic stress and work-life balance have a significant positive effect ($p < 0.002$, estimate 6.607). Academic stress and work-life balance can encourage working students to manage their time more efficiently.

Keywords: Social interaction, academic stress, work-life balance, working students.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI.....	v
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
CURRICULUM VITAE	ix
KATA PENGANTAR	x
Abstrak	xii
Abstract	xiii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIR	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Rumusan Masalah Penelitian.....	8
B. Tujuan dan Manfaat.....	8
1. Tujuan Penelitian.....	8
2. Manfaat Penelitian.....	8
C. Keaslian Penelitian	9
1. <i>Work-life balance</i>	9
2. Interaksi Sosial	10
3. Stress Akademik.....	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	15
A. <i>Work-life balance</i>.....	15
1. Pengertian <i>Work-Life balance</i>	15
2. Aspek-aspek <i>Work-life balance</i>	17
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Work-life balance</i>	20
B. Interaksi Sosial.....	22
1. Pengertian Interaksi Sosial	22
2. Aspek-aspek Interaksi Sosial.....	23
3. Indikator Interaksi Sosial.....	25
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi Interaksi Sosial	26
C. Stres Akademik.....	27
1. Pengertian Stres Akademik	27
2. Aspek-aspek Stres Akademik.....	28
3. Indikator Stres Akademik.....	30
4. Faktor-faktor Stres Akademik	31
D. Kerangka Berfikir	33

E. Hipotesis Penelitian	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Populasi dan Sampel.....	35
1. Populasi	35
2. Sampel.....	35
B. Desain Penelitian.....	35
1. Jenis Penelian	35
2. Paradigma Penelitian	36
C. Instrumen Pengumpulan Data	36
1. Skala <i>Work-life balance</i>	37
2. Skala Interaksi Sosial.....	39
3. Skala Stres Akademik.....	41
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data	43
1. Uji Prasyarat	43
2. Analisis Data	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	47
A. Hasil Penelitian	47
1. Data Demografi Partisipan	47
2. Deskripsi Subjek Penelitian.....	47
3. Statistik deskriptif.....	48
4. Uji hipotesis.....	49
B. Pembahasan	52
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	57
A. KESIMPULAN	57
B. SARAN.....	57
DAFTAR PUSTAKA.....	59
LAMPIRAN	67

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Skor Penilaian Butir Stres Akademik	37
Tabel 2 Skor Penilaian Butir Skala Interaksi Sosial	37
Tabel 3 Skor Penilaian Butir Skala <i>Work-life balance</i>	37
Tabel 4 Blue Print Skala <i>Work-life balance</i>	38
Tabel 5 Hasil Uji Daya Beda Item Skala <i>Work-life balance</i>	39
Tabel 6 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Work-life balance</i>	39
Tabel 7 Blue Print Skala Interaksi Sosial	40
Tabel 8 Hasil Uji Daya Beda Item Skala Interaksi Sosial	40
Tabel 9 Hasil Uji Reliabilitas Skala Interaksi Sosial	41
Tabel 10 Blue Print Skala Stres Akademik	42
Tabel 11 Hasil Uji Daya Beda Item Skala Stres Akademik	42
Tabel 12 Hasil Uji Reliabilitas Skala Stres Akademik	43
Tabel 13 Hasil Uji Linieritas	44
Tabel 14 Uji Multikolinearitas	45
Tabel 15 Data Demografis Responden	47
Tabel 16 Rumus Kategorisasi Data Penelitian	48
Tabel 17 Analisis Uji Deskriptif Skala <i>Work-life balance</i>	48
Tabel 18 Analisis Uji Deskriptif Skala Interaksi sosial	49
Tabel 19 Analisis Uji Deskriptif Skala Stres akademik	49
Tabel 20 <i>Model Fitting Information</i>	50
Tabel 21 <i>Parameter Estimates</i>	50
Tabel 22 <i>Parameter Estimates</i>	51
Tabel 23 <i>Goodness-of-Fit</i>	51
Tabel 24 Uji <i>Tes Of Parallel Linier</i>	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berfikir	34
Gambar 2 Hasil Uji Normalitas.....	44
Gambar 3 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Pengukuran <i>Work-life balance</i>	67
Lampiran 2 Skala Pengukuran Interaksi Sosial	69
Lampiran 3 Skala Pengukuran Stres Akademik	71
Lampiran 4 Tabel Issac & Michael.....	73
Lampiran 5 R Tabel.....	74
Lampiran 6 Hasil Uji Daya Beda Butir <i>Work-life balance</i>	75
Lampiran 7 Hasil Uji Daya Beda Butir Interaksi Sosial.....	75
Lampiran 8 Hasil Uji Daya Beda Butir Stres Akademi.....	76
Lampiran 9 Reliabilitas <i>Work-Life Balance</i>	77
Lampiran 10 Reliabilitas Interaksi Sosial.....	77
Lampiran 11 Reliabilitas Stres Akademik.....	77
Lampiran 12 Hasil Uji Normalitas Sebaran P-Plot.....	78
Lampiran 13 Hasil Uji Linearitas <i>Work-life balance</i> – Interaksi sosial.....	78
Lampiran 14 Hasil Uji Linieritas <i>Work-life balance</i> – Stres Akademik.....	79
Lampiran 15 Hasil Uji Multikolinearitas.....	79
Lampiran 16 Hasil Uji Heteroskedastisitas	79
Lampiran 17 Hasil Uji Kategorisasi Interaksi sosial, Stres Akademik dan <i>Work-life balance</i>	80
Lampiran 18 Hasil Uji Model Fitting Information	80
Lampiran 19 Hasil Uji <i>Goodnes-Of-Fit</i>	81
Lampiran 20 Hasil Uji Parameter Estimates <i>Work-life balance</i> , Interaksi Sosial dan Stres Akademik	81
Lampiran 21 Hasil Uji Test <i>Of Parallel Lines</i>	82
Lampiran 22 Hasil Uji Normalitas	82
Lampiran 23 Data Demografis Penelitian	82
Lampiran 24 Tabulasi Sebagian Data Penelitian <i>Work-Life Balance</i>	83
Lampiran 25 <i>Logbook</i> Bimbingan	84
Lampiran 26 <i>Goggle Froms</i> Kusioner Penelitian.....	85
Lampiran 27 Hasil Cek Turnitin.....	85