

**WORK-FAMILY CONFLICT DAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA  
PEREMPUAN BEKERJA**

**SKRIPSI**

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh Derajat Sarjana S-1  
Psikologi**



Andi Irzadilah Fara Khairunnisa

19090000143

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG  
MALANG  
2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Andi Irzadilah Fara Khairunnisa

NIM : 19090000143

Universitas : Merdeka Malang

Fakultas : Psikologi

Program Studi: S1-Psikologi

Judul Skripsi : *Work Family Conflict dan Subjective Well-Being* pada  
Perempuan Bekerja

Malang, 27 Agustus 2023

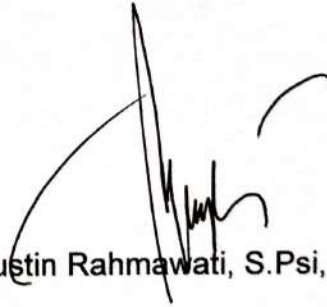
### DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi, M.Si, Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang W. W., S.Psi., M.Si., Psikolog

**WORK-FAMILY CONFLICT DAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA PEREMPUAN  
BEKERJA**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Andi Irzadilah Fara Khairunnisa

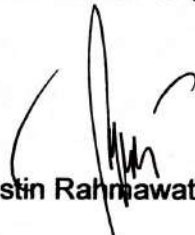
19090000143

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji**

**Pada Tanggal 27 Agustus 2023**

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si.,

Psikolog

Sekretaris Penguji



Aryudho Widyatno, S.Psi., M.A

Anggota Penguji



Al Thuba Septa Priyngasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana  
Psikologi

Malang, 27 Agustus 2023

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang W. W. S.Psi., M.Si., Psikolog



## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Andi Irzadilah Fara Khairunnisa  
Nomor Pokok : 19090000143  
Program Studi : Psikologi  
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Sosial  
Judul Skripsi : *Work-Family Conflict dan Subjective Well-Being pada Perempuan Bekerja*  
Lokasi Tempat Penelitian : Kota Malang  
Alamat Rumah Asal : Perum. Green Hills Residence Jl. Bukit Bintaro No. 39 Ngijo, Karangploso - Malang  
No. Telp/Email : 087853681449  
irzfarah@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi di atas benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia untuk dicabut gelar dan akademik saya.

Demikian surat pernyataan ini di buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 1 Oktober 2023



Andi Irzadilah Fara Khairunnisa

## MOTTO

*“Everything happens for a reason. So if it’s meant to be, it’ll be”*

*“Give yourself a chance, it will works”*

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Saya persembahkan skripsi ini kepada :

Untuk kedua orang tua yang selalu ada, saat senang maupun sedih, tidak pernah meninggalkan penulis dalam keadaan apapun. *My forever love*, terimakasih sudah lahir di dunia.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat serta nikmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “*Work-Family Conflict dan Subjective Well-Being pada Perempuan Bekerja*” sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Kelancaran proses skripsi ini tak terlepas dari bantuan dan berbagai macam pihak. Oleh karenanya, penulis ingin menyampaikan ungkapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Allah SWT yang Maha Pemberi dan Maha Pengasih. Senantiasa memberikan rahmat, keberkahan serta hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan kemudahan, kelancaran dan kelapangan hati.
2. Bapak Prof. Dr. Anwar Sanusi, SE., M.Si., selaku Rektor Universitas Merdeka Malang. Terimakasih atas dukungan dan kepercayaannya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
3. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Uuniversitas Merdeka Malang. Terimakasih banyak atas dukungan dan bimbingan selama ini bu, semoga selalu diberikan kesehatan dan panjang umur.
4. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing utama penulis, terimakasih banyak bu atas kebaikan, kesabaran dan bimbingannya selama ini. Yang selalu telaten, peduli, sabar dan teliti dalam

membimbing. Semoga ibu sekeluarga selalu Allah berikan kemudahan, kelancaran atas segala urusan, kesehatan dan keberkahan umur.

5. Bapak Aryudho Widyatno., S.Psi., M.A selaku dosen pembimbing kedua penulis. Terimakasih banyak pa katas segala kebaikan dan ilmu yang diberikan selama ini. Yang selalu dengan sabar mengajari ilmu-ilmu baru seputar skripsi yang penulis belum ketahui. Semoga bapak sekeluarga selalu diberikan kemudahan, kelancaran atas segala urusan, kesehatan dan keberkahan umur.
6. Ibu Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si., selaku wali dosen penulis selama menempuh pendidikan di Fakultas psikologi Universitas Merdeka Malang. Terimakasih banyak bu sudah membimbing penulis selama ini, semoga ibu selalu diberikan kesehatan dan keberkahan umur.
7. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang yang mohon maaf tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, namun tidak mengurangi rasa syukur serta bahagia telah menjadi bagian dari Fakultas Psikologi. Seluruh ilmu yang diberikan sangatlah berarti dan semoga menjadi amal kebaikan bagi Bapak/Ibu dosen. Semoga senantiasa diberikan kesehatan dan rezeki yang berkah.
8. Kepada orang tua penulis, benar-benar tidak ada kata yang lebih indah selain “cinta”, apabila memikirkan mereka. Yang selalu memberikan kepercayaan tanpa menuntut apapun dan memberikan kasih sayang yang tak terkira jumlahnya. Penulis benar-benar tidak bisa melakukan semua ini jika tidak ada

umik sama ayah. Semoga selalu bahagia dan sejahtera, umik dan ayahku sayang.

9. Kepada adik-adik penulis, Echa dan Fathir yang sangat pemalas, terimakasih sudah selalu ada untuk mengisi hari-hari penulis walaupun seringkali membuat sakit kepala.
10. Terimakasih kepada kawan-kawan penulis yaitu Dini, Shalso, Gopi dan Katok karena sudah selalu menjadi teman yang sangat baik bagi penulis. Yang memberikan dukungan dan semangat tanpa henti untuk segera menyelesaikan skripsi ini. Penulis merasa tidak bisa bertahan jika bukan karena dukungan dan kasih sayang mereka. Semoga bisa menjadi teman dunia dan akhirat, *my forever slayin' buds*. Semoga sehat selaluuu!!
11. Terimakasih kepada Salsa Zahra, sebagai teman seperjuangan skripsi dan sebagai kawan baik penulis. Yang selalu sangat baik dan tidak pernah pelit dalam bertukar ilmu. Tidak pernah lelah ataupun bosan dan terganggu dengan segala keluh dan kesah penulis. Penulis merasa tidak bisa bertahan jika bukan karena dukungan dan kasih sayangnya. Semoga impian kita beribadah ke Mekkah akan dipermudah jalannya sama Allah, semoga selalu sehat!!
12. Terimakasih kepada segenap keluarga kucing penulis, yaitu Chimmy, Mboy, Bibi, Bubu, Bella, Justin, Luna dan Miiko yang selalu menghibur penulis pada segala kondisi. Selalu menjadi tempat menghilangkan lelah dan menemani ketika mengerjakan skripsi. Semoga selalu sehat, panjang umur dan gendut-gendut!!

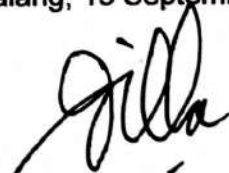
13. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini dan tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang alhamdulillah atas segala pertolongan, rahmat dan kasih sayang yang diberikan oleh-Nya membuat penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "*Work-Family Conflict dan Subjective Well-Being pada Perempuan Bekerja*". Shalawat serta salam kepada Rasulullah SAW yang senantiasa menjadi sumber inspirasi dan teladan terbaik untuk umat manusia. Adapun penulisan skripsi ini bertujuan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan dalam penyusunannya maupun dalam segi kalimat yang digunakan. Maka dari itu penulis mengucapkan mohon maaf sebesar-besarnya jika terdapat kalimat atau kata-kata yang kurang berkenan. Namun, peneliti dengan sangat terbuka menerima saran maupun masukan dari pembaca agar menyempurnakan skripsi ini dengan baik. Penulisan penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pembaca baik sebagai informasi maupun sebagai referensi dalam penulisan skripsi nantinya.

Malang, 15 September 2023



Andi Irzadilah Fara Khairunnisa

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN .....	iv
MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
KATA PENGANTAR .....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
INTISARI .....	xvii
ABSTRACT .....	xviii
BAB I PENGANTAR .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Permasalahan.....	11
C. Tujuan dan Manfaat .....	11
1. Tujuan Penelitian .....	11
2. Manfaat Penelitian .....	11
D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya.....	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	14
A. Subjective Well-Being .....	14
1. Pengertian <i>Subjective Well-Being</i> .....	14
2. Faktor – Faktor yang mempengaruhi <i>Subjective Well-Being</i> .....	17
3. Komponen <i>Subjective Well-Being</i> .....	19
B. <i>Work-Family Conflict</i> .....	20
1. Pengertian <i>Work-Family Conflict</i> .....	20
2. Dimensi - dimensi <i>Work-Family Conflict</i> .....	22
3. Sumber-Sumber <i>Work-Family Conflict</i> pada Perempuan.....	23
C. Keterkaitan Antara <i>Subjective Well-Being</i> dan <i>Work-Family Conflict</i> .....	24
D. Kerangka Pemikiran Penelitian .....	26

E. Hipotesis Penelitian.....	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
A. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel .....	28
1. Identifikasi .....	28
2. Definisi Operasional.....	28
B. Subjek Penelitian .....	29
1. Populasi.....	29
2. Sampel .....	30
3. Teknik Pengambilan Sampel .....	31
C. Cara Pengumpulan Data .....	34
1. Skala <i>Subjective Well-Being</i> .....	35
2. Skala <i>Work-Family Conflict</i> .....	36
3. Uji Validitas.....	37
4. Uji Reliabilitas .....	38
D. Desain Penelitian .....	38
E. Cara Analisis Data .....	39
1. Uji Asumsi.....	40
2. Uji Hipotesis.....	41
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	42
A. Deskripsi Subjek Penelitian .....	42
B. Deskripsi dan Reliabilitas Data .....	44
1. Deskripsi Data .....	45
2. Validitas Skala .....	47
3. Reliabilitas Data.....	51
C. Hasil.....	52
1. Uji Asumsi.....	52
2. Uji Hipotesis.....	53
D. Pembahasan.....	55
BAB V PENUTUP .....	61
A. Kesimpulan .....	61
B. Saran .....	61
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN .....	68

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skoring skala .....	35
Tabel 2. Blue print skala <i>Subjective Well-Being</i> .....	35
Tabel 3. Blue print skala <i>Work-Family Conflict</i> .....	37
Tabel 4. Klasifikasi subjek berdasarkan usia.....	42
Tabel 5. Klasifikasi subjek berdasarkan jumlah anak .....	43
Tabel 6. Hasil analisis deskriptif statistik .....	44
Tabel 7. Rumus skor standar .....	45
Tabel 8. Kategorisasi data <i>Subjective Well-Being</i> .....	45
Tabel 9. Kategorisasi data <i>Work-Family Conflict</i> .....	46
Tabel 10. Sebaran aitem tidak terpakai skala <i>Subjective Well-Being</i> .....	48
Tabel 11. Skala <i>Subjective Well-Being</i> setelah <i>try out</i> .....	49
Tabel 12. Sebaran aitem tidak terpakai <i>Work-Family Conflict</i> .....	50
Tabel 13. Skala <i>Work-Family Conflict</i> setelah <i>try out</i> .....	51
Tabel 14. Hasil uji reliabilitas skala <i>Subjective Well-Being</i> dan <i>Work-Family Conflict</i> .....	51
Tabel 15. Rumus reliabilitas skala pengukuran.....	52
Tabel 16. Hasil uji normalitas .....	52
Tabel 17. Hasil uji linearitas .....	53
Tabel 18. Hasil uji hipotesis .....	54
Tabel 19. Hasil korelasi.....	54

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pemikiran Penelitian .....	26
---	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Penilaian <i>Expert Judgement</i> .....	69
Lampiran 2 Skala <i>Try Out</i> .....	74
Lampiran 3 Tabulasi Skala <i>Try Out</i> .....	84
Lampiran 4 Validitas Skala.....	86
Lampiran 5 Skala.....	95
Lampiran 6 Tabulasi Data Skala .....	103
Lampiran 7 Reliabilitas Skala Penelitian .....	108
Lampiran 8 Hasil Uji Normalitas, Uji Linearitas, dan Uji Hipotesis .....	118
Lampiran 9 Hasil Cek Plagiasi dan Daftar Riwayat Hidup .....	122

# **WORK-FAMILY CONFLICT DAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA PEREMPUAN BEKERJA**

**Andi Irzadilah Fara Khairunnisa**  
**Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang**  
[irzfarah@gmail.com](mailto:irzfarah@gmail.com)

## **INTISARI**

Perempuan bekerja rentan memiliki *subjective well-being* yang lebih rendah dibandingkan dengan perempuan yang tidak bekerja. Hal tersebut terjadi karena perempuan bekerja merupakan pihak yang dapat mengalami stres karena adanya konflik peran yang dimiliki. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *work-family conflict* terhadap *subjective well-being* pada perempuan bekerja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Subjek dalam penelitian ini adalah 100 perempuan bekerja dengan kriteria yang sudah ditentukan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan berupa skala *work-family conflict* dan skala *subjective well-being*. Teknik analisis data menggunakan uji regresi linier sederhana. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *work-family conflict* memiliki pengaruh terhadap *subjective well-being* pada perempuan bekerja, terlihat dari nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hasil dari uji koefisien determinasi menunjukkan bahwa *work-family conflict* memberikan kontribusi sebesar 77,5% terhadap *subjective well-being*.

**Kata Kunci:** *Subjective well-being*, *Work-family conflict*, Perempuan bekerja

# **WORK-FAMILY CONFLICT AND SUBJECTIVE WELL-BEING IN WORKING WOMEN**

**Andi Irzadilah Fara Khairunnisa**  
**Faculty of Psychology, Merdeka Malang University**  
[irzfarah@gmail.com](mailto:irzfarah@gmail.com)

## **ABSTRACT**

*Working women have a vulnerable lower subjective well-being than non-working women. This happens because working women are the ones who can get stressed because of the role conflict they have. The purpose of this study is to determine the effect of work-family conflict on subjective well-being on working women. This study used a quantitative method with a correlational approach. The subjects in this study were 100 working women. The sampling technique uses purposive sampling. Measuring instruments used include work-family conflict scale and subjective well-being scale. Data analysis techniques use simple linear regression tests. The results of this study show that work-family conflict has an effect on subjective well-being in working women, seen from significance values of 0.000 ( $p < 0.05$ ) and work-family conflict contributes 77.5% to subjective well-being.*

**Keywords:** *Subjective well-being, Work-family conflict, Working women*