

**EFIKASI DIRI TERHADAP KONFLIK PERAN GANDA PADA PEREMPUAN  
PEKERJA GENERASI SANDWICH**

**SKRIPSI**

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



**Ivonne Krystalia Shinta Dewi  
19090000067**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG  
MALANG  
2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Ivonne Krystalia Shinta Dewi  
Nim : 19090000067  
Universitas : Merdeka Malang  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Judul SKripsi : Efikasi Diri terhadap Konflik Peran Ganda Pada Perempuan Pekerja Generasi Sandwich


Malang, 29 Agustus 2023

### DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi

  
Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing

  
Husnul Khotimah, S.Psi., MA

Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Merdeka Malang

  
  
Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

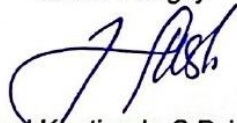
**EFIKASI DIRI TERHADAP KONFLIK PERAN GANDA PADA PEREMPUAN  
PEKERJA GENERASI SANDWICH**

Dipersiapkan dan disusun oleh:  
Ivonne Krystalia Shinta Dewi  
19090000067

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada Tanggal 29 Agustus 2023**

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Husnul Khotimah, S.Psi., MA

Sekretaris Penguji



Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si

Anggota Penguji



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

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

Malang, 29 Agustus 2023  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ivonne Krystalia Shinta Dewi  
Nomor Pokok : 19090000067  
Program Studi : Psikologi  
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Kepribadian  
Judul Skripsi : Efikasi Diri terhadap Konflik Peran Ganda Pada Perempuan Pekerja Generasi Sandwich  
Lokasi Tempat Penelitian : Malang  
Alamat Rumah Asal : Jl. Kakaktua No. 10, Palangka Raya, Kalimantan Tengah  
No. Telp/Email : 0896 - 9209 - 3082 / [ivonnekrystalia@gmail.com](mailto:ivonnekrystalia@gmail.com)

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut diatas 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 dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 29 Agustus 2023


Ivonne Krystalia Shinta Dewi

## **MOTTO**

“Mengudara yang jauh, jadilah besar bestari  
dan manfaat untuk sekitar”

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Mamah dan Papah yang selalu mendoakan, memberikan dukungan, semangat, dan cinta yang tidak pernah ada putusnya selama perjalanan mengerjakan skripsi ini. Mamah berhasil membuktikan kepada semua orang bahwa kepergian Papah tidak menjadi penghambat perjalanan “kita”

Tentunya saya persembahkan juga untuk diri saya sendiri yang sudah percaya diri, berani, dan sabar dalam proses menyelesaikan skripsi ini.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat dan kemuliaan-Nya penulis dapat menyelesaikan berbagai tahapan dalam proses pengerjaan skripsi yang berjudul “Efikasi Diri terhadap Konflik Peran Ganda Pada Perempuan Generasi *Sandwich*”. Dalam proses pengerjaan skripsi ini sampai selesai, penulis menyadari bahwa banyak berbagai pihak yang membantu dan mendukung penulis. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Terima kasih kepada Tuhan Yesus Kristus yang telah memberikan berkat dan kemuliaan-Nya serta menopang penulis sepanjang hidup, kasih dan penyertaan-Nya Tuhan Yesus yang membawa sampai di titik sekarang.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog. Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
3. Ibu Al Thuba Septa Priyngasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog. Selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
4. Ibu Husnul Khotimah, S.Psi., M.A. Selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang sekaligus Dosen Wali dan Dosen Pembimbing 1 saya yang senantiasa mendukung dan membimbing penulis dalam setiap proses pengerjaan skripsi ini hingga saya dapat menyelesaikannya.
5. Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si. Selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
6. Ibu Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si. Selaku Sekertaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
7. Bapak Rinto Wahyu W, S.Psi., M.Si. Selaku Dosen pembimbing 2 saya yang senantiasa mendukung dan membimbing penulis serta mendoakan setiap proses pengerjaan skripsi ini hingga saya dapat menyelesaikannya.

8. Seluruh Dosen dan Staff Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang yang tidak dapat disebutkan satu per-satu. Terima kasih atas segala ilmu yang telah diajarkan serta memberikan pengalaman yang tidak terlupakan selama masa perkuliahan.
9. Kepada kedua orang tua penulis, Mamah dan Papah serta adik Dellon. Terima kasih untuk doa tiada hentinya dan dukungan yang sudah diberikan kepada penulis. Papah dan Mamah yang sudah bekerja keras untuk mengusahakan semuanya, mengajarkan kasih dan tanggung jawab kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan apa yang sudah dimulai. Penulis mengucapkan terima kasih juga kepada papah yang sudah tidak bersama kami, penulis dapat membuktikan bahwa dengan ini penulis dapat menyelesaikan studi S1. Untuk Mamah yang sudah berusaha memperjuangkan semuanya sehingga penulis dan Adik tidak pernah merasa gagal. Mamah berhasil menunjukkan bahwa kepergian Papah tidak menjadi penghambat ataupun menghalangi proses panjang kehidupan kita selanjutnya.
10. Terima kasih untuk Michael Jordan yang senantiasa membantu dan mendukung penulis dalam setiap proses pengerjaan skripsi ini dari awal hingga selesai, serta selalu menemani proses bimbingan dalam setiap kesempatan. Semoga setiap langkah yang kita lewati dapat menjadi petunjuk untuk kehidupan seterusnya.
11. Terima kasih kepada Roro, Lia, Uli, dan Elvida sebagai sahabat penulis yang menjadi tempat untuk meluapkan semua rasa kecewa, senang, sedih, dan bahagia. Tentunya kehadiran kalian masing- masing menjadi warna baru dalam setiap tahapan kehidupan penulis. Sangat bersyukur selalu didekatkan dengan orang- orang yang sayang dan menerima penulis apa adanya.

12. Terima kasih kepada sahabat- sahabat selama masa perkuliahan penulis dari awal menjadi Mahasiswa baru sampai pada akhirnya masing- masing dapat menyelesaikan masa perkuliahannya yang terbentuk dalam grup "*Gvrl gang reborn*". Untuk Elvida, Ratih, Asti, Lalita, Chelsea, dan Roro yang selalu mendukung dan menyemangati penulis selama masa perkuliahan dan jadi tempat untuk berkeluh kesah untuk masalah apapun. Penulis sangat bersyukur memiliki teman baik seperti kalian yang menjadikan perkuliahan terasa sangat sebentar. Ketika setiap kita pulang masing- masing ke rumah asal, jangan pernah lupakan setiap cerita kita di masa kuliah, ya.
13. Terima kasih kepada teman- teman penulis lainnya yang tidak bisa disebutkan satu per-satu. Kehadiran kalian tentunya tidak ada yang sia- sia dalam kehidupan penulis.
14. Terakhir, penulis berterima kasih kepada diri sendiri yang sudah kuat sampai saat ini ketika melewati banyak hal melelahkan. Terima kasih sudah bisa diajak berkompromi dalam suka maupun duka. Perjalananmu masih panjang, buktikan kepada setiap orang bahwa kamu bisa melewati berbagai hambatan di proses panjang kehidupanmu! Semoga bahagia selalu.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, telah senantiasa memberikan rahmat serta anugerahnya-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Efikasi Diri terhadap Konflik Peran Ganda Pada Perempuan Pekerja Generasi Sandwich" dengan baik. Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih terdapat kekurangan dalam penyusunan kalimat dan tata Bahasa dalam penyusunan skripsi ini. Maka dari itu, penulis dengan sangat memerlukan kritik dan saran dari pembaca agar dapat menyempurnakan skripsi ini. Adapun penelitian ini dibuat agar dapat bermanfaat untuk pembaca sebagai salah satu bahan informasi tambahan serta referensi dalam penulisan skripsi nantinya. Akhir kata, penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada pihak-pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini dan mengucapkan permohonan maaf yang sebesar-besarnya.

Malang, 29 Agustus 2023



Ivonne Krystalia Shinta Dewi

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN .....	iv
MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
KATA PENGANTAR .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
INTISARI .....	xvi
<i>ABSTRACT</i> .....	xvii
BAB I PENGANTAR.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Permasalahan .....	6
C. Tujuan dan Manfaat .....	7
D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya .....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	10
A. Konflik Peran Ganda.....	10
1. Definisi Konflik Peran Ganda .....	10
2. Aspek- aspek Konflik Peran Ganda .....	11
3. Faktor- faktor yang Mempengaruhi Konflik Peran Ganda .....	12
B. Efikasi Diri .....	14
1. Definisi Efikasi Diri.....	14
2. Dimensi Efikasi Diri .....	15
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri .....	16
C. Pengaruh Efikasi Diri terhadap Konflik Peran Ganda pada Perempuan Pekerja Generasi Sandwich.....	18
D. Kerangka Pemikiran Penelitian.....	21
E. Hipotesis Penelitian.....	21
BAB III METODE PENELITIAN .....	22
A. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel.....	22
1. Identifikasi Variabel .....	22

2. Operasionalisasi Variabel .....	22
B. Subjek Penelitian .....	24
1. Populasi .....	24
2. Sampel.....	24
3. Teknik Pengambilan Sampel .....	25
C. Teknik Pengumpulan Data.....	26
1. Skala efikasi diri.....	27
2. Skala konflik peran ganda.....	28
3. Validitas & Reliabilitas .....	28
D. Desain Penelitian .....	29
E. Cara Analisis Data .....	30
1. Uji Asumsi .....	30
2. Uji Hipotesis .....	30
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>31</b>
A. Deskripsi Subjek Penelitian .....	31
B. Deskripsi dan Reliabilitas Data .....	31
1. Deskripsi Data .....	31
2. Validitas Data .....	33
3. Reliabilitas Skala .....	37
C. Hasil.....	37
1. Hasil Uji Normalitas .....	37
2. Hasil Uji Linearitas.....	38
3. Hasil Uji Hipotesis.....	38
D. Pembahasan .....	39
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>44</b>
A. Kesimpulan.....	44
B. Saran.....	44
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>45</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>48</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1</b> Pengukuran Skala Likert .....	27
<b>Tabel 2</b> Skala Efikasi Diri Sebelum Uji Coba .....	27
<b>Tabel 3</b> Skala Konflik Peran Ganda Sebelum Uji Coba.....	28
<b>Tabel 4</b> Data Responden.....	31
<b>Tabel 5</b> Hasil Analisis Deskriptif Statistik .....	32
<b>Tabel 6</b> Rumus Skor Standar .....	32
<b>Tabel 7</b> Kategori Efikasi Diri .....	32
<b>Tabel 8</b> Kategori Data Konflik Peran Ganda.....	33
<b>Tabel 9</b> Validitas Skala Uji Coba .....	34
<b>Tabel 10</b> Sebaran Butir Skala Efikasi Diri (Uji Coba) .....	34
<b>Tabel 11</b> Sebaran Butir Skala Efikasi Diri (Penelitian) .....	35
<b>Tabel 12</b> Sebaran Butir Skala Konflik Peran Ganda (Uji Coba) .....	36
<b>Tabel 13</b> Sebaran Butir Skala Konflik Peran Ganda (Penelitian) .....	36
<b>Tabel 14</b> Reliabilitas Skala Efikasi Diri dan Konflik Peran Ganda.....	37
<b>Tabel 15</b> Uji Normalitas Skala Efikasi Diri dan Konflik Peran Ganda.....	378
<b>Tabel 16</b> Uji Linearitas Skala Efikasi Diri dan Konflik Peran Ganda .....	38
<b>Tabel 17</b> 6 Hasil uji Hipotesis Simultan (Uji F).....	39
<b>Tabel 18</b> Hasil Uji Koefisien Determinasi .....	39

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1</b> Hasil survei pra penelitian konflik peran ganda pada perempuan pekerja generasi sandwich .....	4
<b>Gambar 2</b> Kerangka Konseptual Penelitian.....	21

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1</b> Hasil Penilaian <i>Expert Judgement</i> .....	490
<b>Lampiran 2</b> Skala <i>Try Out</i> Efikasi Diri dan Konflik Peran Ganda .....	523
<b>Lampiran 3</b> Tabulasi Data Skala <i>Try Out</i> .....	590
<b>Lampiran 4</b> Validitas Data .....	623
<b>Lampiran 5</b> Skala Efikasi Diri dan Peran Ganda .....	656
<b>Lampiran 6</b> Tabulasi Data Skala Penelitian .....	72
<b>Lampiran 7</b> Reliabilitas Skala Penelitian .....	79
<b>Lampiran 8</b> Deskriptif Data, Hasil Uji Normalitas, Uji Linieritas, dan Uji Regresi Liner Sederhana .....	791
<b>Lampiran 9</b> Berita Acara Turnitin dan Daftar Riwayat Hidup .....	85

# EFIKASI DIRI TERHADAP KONFLIK PERAN GANDA PADA PEREMPUAN PEKERJA GENERASI SANDWICH

**Ivonne Krystalia Shinta Dewi**

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

[ivonnekrystalia@gmail.com](mailto:ivonnekrystalia@gmail.com)

## INTISARI

Salah satu permasalahan yang dialami generasi *sandwich* adalah konflik peran ganda, dimana hal ini menjadi salah satu jenis konflik pada individu ketika dihadapkan dengan tekanan atau ketidakseimbangan peran antara peran dalam pekerjaan dan peran dalam keluarga. Efikasi diri ketika menghadapi tugas-tugas yang diberikan merupakan salah satu cara yang dapat memberikan pengaruh pada individu dalam mengelola konflik peran ganda. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap konflik peran ganda pada perempuan pekerja generasi *sandwich*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode regresi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala efikasi diri dan skala konflik peran ganda yang disusun oleh peneliti dengan menggunakan model skala Likert. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* yang melibatkan perempuan pekerja generasi *sandwich* di kota Malang yang berjumlah 96 perempuan. Koefisien reliabilitas pada skala efikasi diri sebesar 0,931 sedangkan pada skala konflik peran ganda sebesar 0,954. Hasil uji hipotesis dengan menggunakan teknik analisa regresi linier sederhana bahwa efikasi diri memiliki pengaruh signifikan sebesar 0,000 terhadap konflik peran ganda dengan koefisien sebesar 0,862. Efikasi diri memberikan sumbangan pengaruh sebesar 0.744 (74,4%) terhadap konflik peran ganda.

**Kata Kunci: Efikasi Diri, Konflik Peran Ganda, Perempuan, Generasi  
*Sandwich***

## **SELF-EFFICACY AGAINST WORK- FAMILY CONFLICT SANDWICH GENERATION WORKING WOMEN**

**Ivonne Krystalia Shinta Dewi**

*Faculty of Psychology, University of Merdeka Malang*

[ivonnekrystalia@gmail.com](mailto:ivonnekrystalia@gmail.com)

### **ABSTRACT**

*One of the problems experienced by the sandwich generation is multiple role conflict, which is one type of conflict in individuals when faced with pressure or role imbalance between roles in work and roles in the family. Self-efficacy or self-confidence when facing the tasks given is one way that can influence individuals in managing work-family conflicts. The purpose of this study was to determine the effect of self-efficacy on work-family conflicts in sandwich generation working women. The purpose of this study was to determine the effect of self-efficacy on work-family conflicts in sandwich generation working women. This study used a quantitative approach with regression method. This study used quantitative research methods. The instruments used in this study were self-efficacy scales and work-family conflict scales compiled by researchers using the Likert scale model. This study used a purposive sampling technique involving 96 women working in the sandwich generation in Malang. The reliability coefficient on the self-efficacy scale was 0.931 while on the dual-role conflict scale it was 0.954. The results of the hypothesis test using a simple linear regression analysis technique that self-efficacy has a significant influence of 0.000 on work-family conflicts with a coefficient of 0.862. Self-efficacy contributed 0.744 (74.4%) to work-family conflicts.*

**Keywords: Self-Efficacy, Multiple Role Conflicts, Women, Generation**