

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KESEIMBANGAN
KERJA-KELUARGA PADA PEREMPUAN BEKERJA**

SKRIPSI

**Sebagai Bagian Dari Persyaratan Untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Elisia Winda Perdana
21090000185

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2025**


LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Elisia Winda Perdana
Nomor Pokok : 21090000185
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Keseimbangan Kerja-Keluarga pada Perempuan Bekerja

Malang, 17 Februari 2025

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

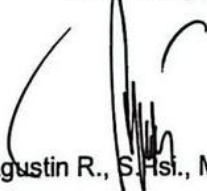
**Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Keseimbangan Kerja-Keluarga
pada Perempuan Bekerja**

Dipersiapkan dan disusun oleh
Elisia Winda Perdana
21090000185

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 24 Januari 2025

Susunan Dewan Penguji


Ketua Penguji


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

Sekretaris Penguji


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

Anggota Penguji


Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si


Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk

Malang, 17 Februari 2025

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang




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

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Elisia Winda Perdana
Nomor pokok : 21090000185
Program Studi : Fakultas Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Perkembangan
Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Keseimbangan Kerja-Keluarga pada Perempuan Bekerja
Lokasi Penelitian : Universitas Merdeka Malang
Alamat Rumah Asal : Dusun. Tambak, RT.002, RW.002, Desa. Pelem, Kecamatan. Campurdarat, Tulungagung

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

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 17 Februari 2025



Elisia Winda Perdana

MOTTO

“Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”

(Q. S. Al-Insyiroh: 5)

“If you never try, you'll never know”

(Coldplay)

“Hidup bukan untuk saling mendahului, bermimpilah sendiri-sendiri”

“Rayakan perasaanmu sebagai manusia”

(Baskara-Hindia)

LEMBAR PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan dengan rasa hormat untuk kedua orang tua penulis, Bapak dan Ibu tercinta, yang selalu memberikan dukungan, kasih sayang, dan doa yang tiada henti. Untuk adik saya, yang senantiasa ikut mendoakan setiap proses penulis. Kepada diri penulis sendiri, penulis persembahkan karya ini sebagai bentuk apresiasi atas segala usaha, kerja keras, pengorbanan dan keteguhan hati dalam menghadapi segala rintangan. Perjalanan ini telah mengajarkan banyak hal tentang arti perjuangan, ketekunan, kegigihan serta keyakinan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji kepada Allah SWT yang senantiasa telah memberikan kekuatan, kesehatan, dan kesempatan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Shalawat serta salam penulis haturkan kepada junjungan nabi kita Muhammad SAW, keluarga dan sahabat para nabi. Penulis menyadari bahwa tanpa bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, maka tulisan ini tidak akan terwujud. Maka izinkan penulis dengan kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Prihat Assih, SE., M.Si., Ak., CSRS, selaku Rektor Universitas Merdeka Malang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh Pendidikan di kampus ini.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
3. Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si, selaku ketua Program Studi Psikologi sekaligus sebagai dosen penguji III, yang telah banyak memberikan kritik maupun saran terhadap hasil penelitian demi kesempurnaan penelitian ini.
4. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku dosen penguji I dan dosen pembimbing atas bimbingan, ilmu, kesabaran dan motivasi yang telah diberikan selama proses penyelesaian skripsi ini. Saya tidak akan pernah melupakan dedikasi ibu dalam membantu saya menyelesaikan penelitian ini.
5. Ibu Al Thuba Septa Priynggasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen penguji II yang telah banyak memberikan kritik maupun saran terhadap hasil penelitian saya demi kesempurnaan penelitian ini.

6. Ibu Ratih Agustin Rachmaningrum, S.Psi., M.Si, selaku dosen wali penulis telah menerima penulis sebagai salah satu mahasiswa perwalian.
7. Seluruh dosen dan tenaga pendidik yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan, serta membantu seluruh administrasi yang diperlukan sejak masa kuliah hingga saat ini. Ilmu dan jasa yang kalian berikan adalah bekal berharga dalam kehidupan penulis.
8. Kedua orang tua dan saudari tercinta yang telah senantiasa mendoakan, mengorbankan waktu, tenaga serta memberikan cinta dan kasih sayang, dan dukungan dengan sangat tulus demi keberhasilan penulis hingga saat ini.
9. Teman-teman angkatan 21, terimakasih atas dukungan, kebersamaan dan semangat yang kalian berikan selama perkuliahan hingga proses penyelesaian skripsi ini.
10. Sahabat dan teman dekat penulis Ervinda Yusuf, Amelia Dwi Fitriani, Candra Febri, Tsalsa Hanny Mazidah, Maria Margaretha, Claudia Rosita, Dzakirah Divaremanita, Evi Dwi, Sijabat Arina, Sarifatul Azizah, Frizky Arif, Runaning Berliana, Kadek Ayu Gayatri, Arya Ferdiansyah, serta teman-teman lainnya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu namanya yang selalu memberikan bantuan, dukungan emosional, dan menjadi tempat untuk berkeluh kesah selama perjalanan ini.
11. Keluarga besar UKM MENWA, terimakasih sudah mengizinkan penulis berproses didalamnya.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kepada Allah SWT, yang senantiasa memeberikan nafas hidup hingga pada hari ini penulis mampu menyelesaikan penelitian ini guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Berkat usaha, kerja keras, dan do'a sehingga penelitian yang berjudul Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Keseimbangan Kerja-Keluarga pada Perempuan Bekerja dapat diselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna, baik dari segi isi maupun penyajiannya. Oleh karena itu, penulis sangat terbuka terhadap kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Penulis berharap hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat, baik secara akademis maupun praktis, terutama dalam memahami dan mengembangkan bidang Psikologi, khususnya yang berkaitan dengan tema penelitian ini.

Malang, 17 Februari 2025

Elisia Winda Perdana

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO.....	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI	xiv
<i>ABSTRACT</i>	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A.Latar Belakang	1
B.Rumusan Masalah.....	5
C.Tujuan Penelitian	5
D.Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	7
A.Keseimbangan Kerja-Keluarga.....	7
1.Pengertian Keseimbangan Kerja-Keluarga	7
2.Aspek-Aspek Keseimbangan Kerja-Keluarga	8
3.Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keseimbangan Kerja-Keluarga.....	9
B.Dukungan Keluarga.....	10
1.Pengertian Dukungan Keluarga	10
2.Aspek-Aspek Dukungan Keluarga	12
3.Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Keluarga.....	13
C.Keterkaitan Antara Dukungan Keluarga terhadap Keseimbangan Kerja-Keluarga	15
D.Hipotesis	17
BAB III METODE PENELITIAN.....	18
A.Desain Penelitian	18
B.Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel	18
1.Keseimbangan Kerja-Keluarga	19
2.Dukungan Keluarga	19
C.Partisipan Penelitian	19
1.Populasi.....	19
2.Sampel	20
D.Cara Pengumpulan Data.....	22
1.Skala Keseimbangan Kerja-Keluarga	22
2.Skala Dukungan Keluarga	23
E.Cara Analisis Data	23
1.Uji Asumsi.....	24
2.Uji Hipotesis.....	24

F.Prosedur Penelitian	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	26
A.Deskripsi Subjek Penelitian.....	26
B.Kategorisasi Data	27
C.Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur.....	29
D.Hasil Uji Hipotesis.....	30
E.Pembahasan	32
BAB V PENUTUP	37
A.Kesimpulan	37
B.Saran	37
DAFTAR PUSTAKA	39
LAMPIRAN	44

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penilaian Skala Likert.....	22
Tabel 2. Deskripsi Usia Subjek.....	26
Tabel 3. Deskripsi Usia Pernikahan.....	26
Tabel 4. Deskripsi Pekerjaan Subjek.....	27
Tabel 5. Deskripsi Data Penelitian	28
Tabel 6. Rumus Kategori.....	28
Tabel 7. Hasil Kategori Skor Dukungan Keluarga.....	28
Tabel 8. Hasil Kategorisasi Skor Keseimbangan Kerja-Keluarga	29
Tabel 9. Deskripsi Tingkat Variabel Penelitian	30
Tabel 10. Hasil Uji Normalitas	31
Tabel 11. Hasil Uji Linearitas Variabel X dan Y	31
Tabel 12. Hasil Uji Regresi	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	16
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala	45
Lampiran 2. Tabulasi Data	51
Lampiran 3. Hasil Uji Normalitas.....	80
Lampiran 4. Hasil Uji Hipotesis	82
Lampiran 5. Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah untuk Kepentingan Akademis.....	85
Lampiran 6. Lampiran Hasil Cek Turnitin	87
Lampiran 7. Daftar Riwayat Hidup.....	90

Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Keseimbangan Kerja-Keluarga pada Perempuan Bekerja

Elisia Winda Perdana
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
elisiawinda@gmail.com

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga terhadap keseimbangan kerja keluarga. Keseimbangan kerja-keluarga adalah persepsi individu tentang keseimbangan dalam menjalankan peran sebagai pekerja dan anggota keluarga. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasional, melibatkan 500 perempuan pekerja di sektor formal yang sudah menikah, yang dipilih secara *accidental sampling*. Data dikumpulkan melalui skala dukungan keluarga dan skala keseimbangan kerja-keluarga yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis dilakukan menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara dukungan keluarga dan keseimbangan kerja-keluarga, dengan nilai F hitung 24.315 dan p-value 0.000, mengindikasikan model regresi yang signifikan. Meskipun koefisien determinasi (R^2) hanya 4.7%, menunjukkan variasi kecil dalam keseimbangan kerja-keluarga yang dapat dijelaskan oleh dukungan keluarga. Mayoritas responden merasakan dukungan dan keseimbangan dalam kategori sedang, mencerminkan dukungan yang cukup untuk mengelola peran mereka. Penelitian ini memberikan wawasan bagi pengembangan program dukungan psikologis yang lebih holistik dan berkontribusi pada teori terkait partisipasi perempuan di dunia kerja.

Kata Kunci: Dukungan keluarga; Keseimbangan kerja-keluarga; Perempuan bekerja

The Relationship of Family Support to Work-Family Balance in Working Women

Elisia Winda Perdana
Faculty of Psychology, Merdeka University of Malang
elisiawinda@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between family support and work-family balance. Work-family balance is an individual's perception of balance in carrying out the role as a worker and family member. The method used was quantitative with a correlational approach, involving 500 married women workers in the formal sector, who were selected by accidental sampling. Data were collected through a family support scale and a work-family balance scale that had been tested for validity and reliability. The analysis was carried out using a simple linear regression analysis technique. The results showed a significant positive relationship between family support and work-family balance, with an F-value of 24.315 and a p-value of 0.000, indicating a significant regression model. Although the coefficient of determination (R^2) was only 4.7%, it showed a small variation in work-family balance that could be explained by family support. The majority of respondents felt support and balance in the moderate category, reflecting sufficient support to manage their roles. This study provides insight into the development of more holistic psychological support programs and contributes to theories related to women's participation in the workforce.

Keywords: Family support; Work-family balance; Working women