

**HUBUNGAN KEBERSYUKURAN DAN *WORK LIFE*
BALANCE TERHADAP KESEJAHTERAAN
SUBJEKTIF**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Dalam Bidang Psikologi



OLEH :

ANGGI RAHMAWATI

41183507180100

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ISLAM 45 BEKASI
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Kebersyukuran dan *Work Life Balance* terhadap
Kesejahteraan Subjektif

Penyusun : Anggi Rahmawati

NPM : 41183507180100

Bekasi, 14 Juli 2023

Menyetujui:

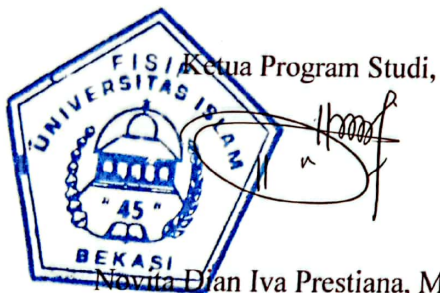
Pembimbing,



Dr. Rony Setiawan, M.Si.

Mengetahui:

Ketua Program Studi,



Novita Dian Iva Prestiana, M.Psi.

HALAMAN PENGESAHAN

Hubungan Kebersyukuran dan *Work Life Balance* terhadap Kesejahteraan
subjektif



Dipersiapkan dan disusun oleh:

Anggi Rahmawati

41183507180100

Telah diajukan dihadapan Dewan Penguji

Pada Tanggal: 14 Juli 2023

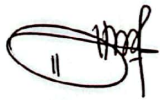
Dan telah dinyatakan Lulus/disahkan

Di Universitas Islam "45" Bekasi

pada tanggal 14 Juli 2023

dewan Penguji:


Ketua : Novita Dian Prestiana, M.Psi

()

Sekretaris : Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si

()

Anggota : 1. Dr. Rony Setiawan, M.Si

()

2. Ratna Duhita Pramintari, SKM., M.Si

()

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Anggi Rahmawati

NPM : 41183507180100

Judul Skripsi : Hubungan Kebersyukuran dan *Work Life Balance* terhadap Kesejahteraan Subjektif

Menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor), baik di Universitas Islam "45" Bekasi maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang Ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Skripsi ini terbebas dari:
 - a. *Fabrikasi*, yaitu tindakan membuat data dari yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat dan atau mengemukakan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian.
 - b. *Falsifikasi*, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki peneliti (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian;
 - c. *Plagiarisme*, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses, objek dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), usulan rencana penelitian, dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam "45" Bekasi.

Bekasi, 14 Juli 2022

Yang Membuat Pernyataan



Anggi Rahmawati

41183507180100

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“bersyukur dan selalu bahagia”

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tuaku yang sudah memberikan fasilitas dan beasiswa semasa pendidikan, dan untuk orang-orang yang selalu bertanya kapan lulus.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil 'alamin, segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT, atas berkat rahmat dan karunia yang berlimpah dan tidak henti-hentiya kepada seluruh makhluk serta ciptaan-Nya alam semesta ini, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Shlawat serta salam semoga terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta pada sahabat, keluarga, para para pengikutnya dan para peerus perjuangan beliau hingga akhir zaman.

Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi Universitas Islam 45 Bekasi. Dalam penyusunan skripsi ini tentunya penulis dibantu oleh berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, penulis mngucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Rony Setiawan, M.Si. selaku dosen pembimbing yang telah membantu serta bersedia meluangkan waktu, perhatian dan kesabarannya dalam membimbing dan memberi saran dalam penyelesaian skripsi ini
2. Dewan penguji ibu Novita Dian Prestiana, M.Psi, ibu Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si, bapak Dr. Rony Setiawan, M.Si., dan ibu Ratna Duhita Pramintari, SKM., M.Si.
3. Ibu Novita Dian Iva Prestiana, M.Psi. selaku Ketua Program Studi dan selaku dosen pembimbing akademik yang telah membimbing dalam setiap penyusunan program perkuliahan
4. Bapak Yanto Supriyanto, Drs., M.Si. selaku dekan di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Islam 45 Bekasi beserta jajarannya
5. Kedua orang tua tercinta yang selalu memberi doa, kasih sayang, semangat, perhatian, dukungan moral maupun materil. Untuk kedua kakak saya, terimakasih atas segala dukungan dan selalu mau direpotkan oleh adiknya.
6. Para responden dan pihak-pihak yang telah membantu penulis dalam penelitian yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Terimakasih karena telah meluangkan waktunya untuk mengisi kuisioner dan bersedia di wawancarai oleh penulis

7. Sahabat-sahabat tersayang dan tercinta Dina Nurlaeli Robianti dan Fina Fiska Novianti, terimakasih sudah menemani dalam berbagai keadaan suka maupun duka, dan selalu memberi semangat selalu
8. Teman-teman tersayang dan seperjuangan Dian Puspita Sari, Salmah Hilmalia, Widya Saraswati, Dio Alfian, Metriga GS, Hafiz Salahuddin, terimakasih untuk bantuan, dukungan, semangat, suka dan duka yang indah ini. Teman-teman psikologi yang telah mewarnai kehidupan perkuliahan selama di Universitas Islam 45 Bekasi. Sukses dan bahagia selalu untuk kalian

Penulis menyadari bahwa segala bentuk kekurangan dan kesalahan yang disadari maupun tidak menjadi bahan renungan dan perbaikan diri sendiri untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Penulis berharap semoga penelitian ini dapat memberi manfaat kepada setiap pembaca.

Bekasi, Oktober 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
RIWAYAT HIDUP	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Kajian Pustaka	9
1. Kebersyukuran.....	9
2. <i>Work Life Balance</i>	11
3. Kesejahteraan Subjektif.....	14
B. Kerangka Berpikir	18
C. Hipotesis	24
D. Orisinalitas Penelitian yang akan Dilakukan.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Desain Penelitian	28
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel	28
1. Identifikasi Variabel	28
2. Definisi Konseptual	29
3. Definisi Operasional	29
C. Subjek, Tempat, dan Waktu Penelitian	30
1. Subjek penelitian	30
a. Populasi	30
b. Sampel & Teknik Pengambilan Sampel	30
2. Tempat & Waktu Penelitian	31
D. Teknik Pengumpulan Data	32
E. Instrumen pengukuran	33
1. Kualitas instrumen pengukuran	33
2. Hasil analisis instrumen pengukuran	35
F. Teknik Analisis Data	38
1. Teknik Analisis Deskriptif.....	38
2. Pengujian Asumsi	39
3. Pengujian Hipotesis	41
G. Jadwal Penelitian	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	44
B. Deskripsi Subjek Penelitian.....	45

C.	Deskripsi Variabel Penelitian	47
D.	Hasil Penelitian	48
1.	Hubungan antara Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Subjektif	48
2.	Hubungan antara <i>Work Life Balance</i> dengan Kesejahteraan Subjektif	49
3.	Pengaruh Kebersyukuran dan <i>Work Life Balance</i> dengan Kesejahteraan Subjektif	49
E.	Pembahasan.....	50
BAB V PENUTUP		61
A.	Simpulan	61
B.	Saran	61
DAFTAR PUSTAKA		63

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Orisinalitas Penelitian yang akan Dilakukan	25
Tabel 2 Waktu Penelitian	31
Tabel 3 Skala Likert	33
Tabel 4 Kategorisasi <i>Alpha Cronbach's</i>	35
Tabel 5 <i>Blue Print</i> Skala Keberyukuran	36
Tabel 6 <i>Blue Print</i> Skala <i>Work Life Balance</i>	37
Tabel 7 <i>Blue Print</i> Skala Kesejahteraan Subjektif	37
Tabel 8 Reliabilitas <i>Alpha Cronbach's</i>	38
Tabel 9 Rumus Kategorisasi	39
Tabel 10 Hasil Kategorisasi Variabel Penelitian	39
Tabel 11 Uji Normalitas	40
Tabel 12 Uji Linearitas	41
Tabel 13 Koefisien Korelasi	42
Tabel 14 Jadwal Penelitian	43
Tabel 15 Karakteristik Subjek Penelitian berdasarkan Jenis Kelamin	45
Tabel 16 Karakteristik Subjek Penelitian berdasarkan Usia	45
Tabel 17 Karakteristik Subjek Penelitian berdasarkan Pendidikan Terakhir	46
Tabel 18 Karakteristik Subjek Penelitian berdasarkan Masa Kerja	46
Tabel 19 Karakteristik Subjek Penelitian berdasarkan Status Kepegawaian	46
Tabel 20 Kategorisasi Variabel Kebersyukuran	47
Tabel 21 Variabel <i>Work Life Balance</i>	47
Tabel 22 Kategorisasi Variabel Kesejahteraan Subjektif	48
Tabel 23 Hubungan antara Kebersyukuran dengan Kesejahteraan Subjektif	48
Tabel 24 Hubungan antara <i>Work Life Balance</i> dengan Kesejahteraan Subjektif ..	49
Tabel 25 Pengaruh Kebersyukuran dan <i>Work Life Balance</i> dengan Kesejahteraan Subjektif	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir	24
Gambar 2 Struktur Organisasi PT TOYOLON	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Panduan Wawancara.....	67
Lampiran 2 Hasil Studi Pendahuluan.....	71
Lampiran 3 Expert Judgement	96
Lampiran 4 Instrumen Pengukuran Sebelum Uji Coba	107
Lampiran 5 Hasil Instrumen Pengukuran (Aiken V).....	111
Lampiran 6 Data Uji Coba	117
Lampiran 7 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Pengukuran.....	121
Lampiran 8 Instrumen Pengukuran Setelah Uji Coba.....	125
Lampiran 9 Tabulasi Data Penelitian	129
Lampiran 10 Hasil Deskripsi Variabel penelitian.....	135
Lampiran 11 Uji Asumsi.....	139
Lampiran 12 Uji Hipotesis	141
Lampiran 13 Kartu Bimbingan Skripsi	143
Lampiran 14 Hasil Uji Plagiarisme.....	145

RINGKASAN

Pada dasarnya, setiap manusia ingin memiliki kehidupan yang sempurna dan seimbang di mana mereka dapat merasakan kebahagiaan dan kedamaian. Salah satu hal yang membuat seseorang bahagia ditunjukkan melalui kesejahteraan subjektif. Namun dalam beberapa perusahaan masih banyak perusahaan yang belum memperhatikan kesejahteraan karyawannya. Kesejahteraan subjektif dipengaruhi oleh kebersyukuran dan *work life balance*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kebersyukuran dan *work life balance* terhadap kesejahteraan subjektif.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional dan jumlah sampel sebanyak 70 karyawan dari populasi sebanyak 100 karyawan PT TOYOLON Benang Jahit. Teknik pengambilan sampel menggunakan studi populasi. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara dan skala psikologi yaitu skala kebersyukuran, skala *work life balance*, dan skala kesejahteraan subjektif dengan menggunakan model skala likert. Uji teknik menggunakan *Spearman Rho* dan analisis regresi linier berganda.

Hasil deskripsi variabel kebersyukuran didominasi oleh kategori tinggi (61,3%), variabel *work life balance* didominasi oleh kategori tinggi (48,1%), dan variabel kesejahteraan subjektif didominasi oleh kategori tinggi (85,7%). Hasil uji korelasi *spearman's rho* antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan dengan nilai koefisien korelasi=0,584 dan nilai signifikan=0,000 ($p<0,05$). Hasil uji korelasi *spearman's rho* antara *work life balance* dengan kesejahteraan subjektif menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan dengan nilai koefisien korelasi=0,596 dan nilai signifikan=0,000 ($p<0,05$). Hasil uji regresi linear berganda antara kebersyukuran dan *work life balance* terhadap kesejahteraan subjektif menunjukkan nilai $F=29,809$ dengan signifikansi=0,000 ($p<0,05$), artinya kebersyukuran dan *work life balance* memiliki pengaruh terhadap kesejahteraan subjektif. Berdasarkan hasil koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,471 memiliki makna bahwa kebersyukuran dan *work life balance* menyumbang pengaruh sebesar 47,1% terhadap kesejahteraan subjektif, sementara 52,9% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

Kata kunci: Kebersyukuran, work life balance, kesejahteraan subjektif

Lampiran 14 Hasil Uji Plagiarisme

hubungan kebersyukuran dan work life balance terhadap keejahteraan subjektif

ORIGINALITY REPORT

19% SIMILARITY INDEX	19% INTERNET SOURCES	5% PUBLICATIONS	3% STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	---------------------------	-----------------------------

PRIMARY SOURCES

1	ojs.unm.ac.id Internet Source	10%
2	journal.uad.ac.id Internet Source	3%
3	journal.ubpkarawang.ac.id Internet Source	2%
4	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	2%
5	jurnalfpk.uinsby.ac.id Internet Source	2%

Exclude quotes On

Exclude matches < 2%

Exclude bibliography On