

**BEBAN KERJA DAN *WORK-FAMILY BALANCE* PADA  
PEKERJA WANITA DI USAHA KECIL MENENGAH (UKM)  
PENGASAPAN IKAN**

**SKRIPSI**



**Disusun oleh :**

**Sarah Salsabila Ichwanhaq**

**14320257**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA  
YOGYAKARTA  
2018**

**BEBAN KERJA DAN *WORK-FAMILY BALANCE* PADA  
PEKERJA WANITA DI USAHA KECIL MENENGAH (UKM)  
PENGASAPAN IKAN**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Program Studi Psikologi  
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia  
Untuk Memperoleh Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Derajat Sarjana S1 Psikologi



Disusun oleh :

**Sarah Salsabila Ichwanhaq**

14320257

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA  
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA  
YOGYAKARTA  
2018**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul:

**BEBAN KERJA DAN *WORK-FAMILY BALANCE* PADA PEKERJA  
WANITA DI USAHA KECIL MENENGAH (UKM) PENGASAPAN IKAN**

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi dan Ilmu  
Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia untuk Memenuhi Sebagian Dari  
syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1 Psikologi



Pada Tanggal

19 SEP 2019

Oleh

SARAH SALSABILA ICHWANHAQ

14320257

Mengesahkan

Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia

Ketua Program Studi



Yulianti Dwi Astuti, S.Psi., M.Soc.Sc.

Dewan Penguji

1. Dr. rer. nat. Arief Fahmie, S.Psi., MA., Psikolog
2. Dr. Phil. Emi Zulaifah, Dra., M.Sc., Psikolog
3. Drs. Sumedi P. Nugraha, Ph.D., Psikolog

Tanda Tangan

## PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Sarah Salsabila Ichwanhaq  
No. Mahasiswa : 14320257  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Beban Kerja dan *Work-Family Balance* pada Pekerja Wanita di Usaha Kecil Menengah (UKM) Pengasapan Ikan

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa:

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila di kemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang diterapkan Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, 19 September 2018

Yang menyatakan,



Sarah Salsabila Ichwanhaq

## HALAMAN PERSEMBAHAN



Syukur Alhamdulillah kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas rahmat-Nya sehingga karya sederhana ini dapat terselesaikan

Karya ini dipersembahkan untuk:

**Ibu Endah, Abah Ichwan, dan Mbak Nana**

Saya mengucapkan banyak terima kasih kepada kalian atas doa, dukungan, cinta, dan kasih sayang yang selalu diberikan saat dalam masa-masa mudah maupun sulit selama ini.

## HALAMAN MOTTO

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٣﴾

*Wahai orang-orang yang beriman, mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan shalat. Sesungguhnya, Allah bersama orang-orang yang sabar. (QS.*

*Al-Baqarah: 153)*

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٧﴾ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ﴿٨﴾

*Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan, sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain), dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap. (QS. Al-Insyirah: 5-8)*

The struggle you're in today is developing the strength you need for tomorrow.

Don't give up! (Robert Tew)

## PRAKATA



Asslamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Alhamdulillahirabbil'alam, puji syukur kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga kita diberikan kemudahan untuk dapat menyelesaikan tugas yang sudah menjadi tanggungjawab kita. Shalawat dan salam selalu kita haturkan kepada junjungan besar kita, Nabi Muhammad Shallallahu 'alaihi Wa Sallam, beliau menjadi suri tauladan yang patut kita ikuti langkahnya.

Penulis bukanlah apa-apa tanpa bantuan dari berbagai pihak. Dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Endah, Abah Ichwan, dan Mbak Nana yang selalu memberikan perhatian, cinta, kasih, dukungan baik dukungan moral maupun dukungan materil.
2. Bapak Dr. H. Fuad Nashori, S.Psi., M.Si., Psikolog., selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya.
3. Ibu Yulianti Dwi Astuti, S.Psi., M.Soc.Sc., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya sekaligus Dosen Pembimbing Akademik yang membimbing dan memberikan nasihat selama masa perkuliahan.

4. Bapak Dr. rer. nat. Arief Fahmie, S.Psi., MA., Psikolog., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang membimbing dengan sabar dalam proses pengerjaan skripsi sehingga penulis dapat menyelesaikan pengerjaan skripsi dengan baik.
5. Dosen penguji skripsi, terima kasih telah memberikan saran dan nasihat untuk perbaikan penulis.
6. Seluruh dosen pengajar di Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia yang telah memberikan ilmu dan pengalaman yang memberikan manfaat bagi penulis selama masa perkuliahan.
7. Seluruh karyawan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia yang turut membantu penulis dalam aktivitas dibidang akademik selama masa perkuliahan dan penyelesaian skripsi.
8. Kepala dan seluruh jajaran Dinas Perdagangan, Koperasi, Usaha Kecil dan Menengah (DINDAGKOP UKM) Kabupaten Demak yang telah merekomendasikan dan memberikan izin untuk mengadakan pengambilan data skripsi di Usaha Kecil Menengah (UKM) Pengasapan Ikan.
9. Seluruh pekerja wanita di Usaha Kecil Menengah (UKM) Pengasapan Ikan yang telah membantu dalam pengambilan data skripsi.
10. Sahabat dari masa SMA, yaitu Siti Nurdiyah Fauza Tuanaya dan Anjuatri Ramadhany yang selalu memberikan motivasi dan semangat dalam penyelesaian skripsi maupun dalam proses kehidupan.
11. Sahabat selama masa perkuliahan yang biasa disebut The Ciwis, yaitu Ajeng Anggraini, Amellia Rozza Destyani, Arifah Nur Ismullah, Devi Oktafia

Prihantari, Fenny Sri Rahayu, dan Laila Noor Fajrianty yang selalu memberikan semangat dan dukungan seperti keluarga sendiri.

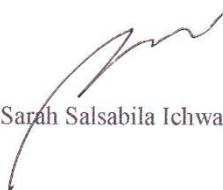
12. Teman-teman bimbingan skripsi Pak Arief Fahmie, yaitu Indah, Uti, Pume, Rain, Lalu Jaka, dan Ilham yang selalu memberikan bantuan dan semangat dalam penyelesaian skripsi.
13. Akbar Fito Griya Aryawan yang selalu memberikan semangat dan dukungan untuk dapat menyelesaikan skripsi.
14. Teman-teman Psikologi 2014 yang tidak segan untuk selalu berbagi informasi, dukungan, dan semangat satu sama lain.
15. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu oleh penulis, yang banyak membantu secara langsung maupun tidak langsung selama proses penyelesaian skripsi dan masa perkuliahan di Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.

Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala selalu melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada semua pihak yang terlibat dalam proses kehidupan penulis. Semoga karya sederhana ini dapat memberikan manfaat bagi siapa saja yang membacanya.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Yogyakarta, 19 September 2018

Penulis

  
(Sarah Salsabila Ichwanhaq)

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iv
HALAMAN MOTTO .....	v
HALAMAN PRAKATA .....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
INTISARI.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I PENGANTAR.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian .....	3
C. Manfaat Penelitian .....	4
D. Keaslian Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. <i>Work-Family Balance</i> .....	7
1. Pengertian <i>Work-Family Balance</i> .....	7
2. Aspek-aspek <i>Work-Family Balance</i> .....	8
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Work-Family Balance</i> .....	9
B. Beban Kerja.....	10
1. Pengertian Beban Kerja .....	10
2. Aspek-aspek Beban Kerja .....	12
C. Hubungan Antara Beban Kerja dengan <i>Work-Family Balance</i> .....	13
D. Hipotesis Penelitian.....	18

BAB III METODE PENELITIAN.....	19
A. Identifikasi Variabel-variabel Penelitian .....	19
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	19
C. Responden Penelitian .....	20
D. Metode Pengumpulan Data .....	20
E. Validitas dan Reliabilitas .....	22
F. Metode Analisis Data.....	24
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	26
A. Orientasi Kanchah dan Persiapan.....	26
1. Orientasi Kanchah .....	26
2. Persiapan Penelitian.....	28
B. Pelaksanaan Penelitian .....	32
C. Hasil Penelitian .....	32
1. Deskripsi Responden Penelitian .....	32
2. Deskripsi Data Penelitian .....	33
3. Uji Asumsi.....	36
4. Uji Hipotesis .....	36
D. Pembahasan.....	38
BAB V PENUTUP.....	44
A. Kesimpulan .....	44
B. Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA .....	46
LAMPIRAN.....	49

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Butir Skala <i>Work-Family Balance</i> .....	21
Tabel 2. Distribusi Butir Skala Beban Kerja.....	22
Tabel 3. Informasi Psikometrik Skala <i>Work-Family Balance</i> .....	30
Tabel 4. Informasi Psikometrik Skala Beban Kerja.....	31
Tabel 5. Deskripsi Responden Penelitian.....	33
Tabel 6. Kategori Menurut Nilai Persentil.....	34
Tabel 7. Rumus Penormaan .....	34
Tabel 8. Kategorisasi Responden Data Penelitian .....	35
Tabel 9. Uji Asumsi Normalitas .....	36
Tabel 10. Uji Asumsi Linearitas .....	37
Tabel 11. Uji Hipotesis Korelasi.....	38

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Uji Coba.....	50
Lampiran 2. Tabulasi Data Uji Coba .....	59
Lampiran 3. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	71
Lampiran 4. Skala Penelitian .....	84
Lampiran 5. Tabulasi Data Penelitian.....	90
Lampiran 6. Hasil Uji Asumsi .....	100
Lampiran 7. Hasil Uji Hipotesis .....	105
Lampiran 8. Hasil Analisis Frekuensi .....	107
Lampiran 9. Surat Izin Penelitian.....	113
Lampiran 10. Surat Keterangan Selesai Penelitian .....	115

**BEBAN KERJA DAN *WORK-FAMILY BALANCE* PADA PEKERJA  
WANITA DI USAHA KECIL MENENGAH (UKM) PENGASAPAN IKAN**

Sarah Salsabila Ichwanhaq

Arief Fahmie

**INTISARI**

Studi ini meneliti peran beban kerja terhadap *work-family balance* pada pekerja wanita. Hipotesis penelitian yang diajukan adalah ada hubungan positif antara beban kerja dan *work-family balance* pada pekerja wanita. Penelitian ini melibatkan 78 pekerja wanita di Usaha Kecil Menengah (UKM) Pengasapan Ikan di Kabupaten Demak. Skala yang digunakan adalah skala adaptasi dari *Development of NASA-TLX* oleh Hart dan Staveland (1988; 7 aitem dengan skor  $\alpha=0.700$ ) dan Greenhaus, Collins, dan Shaw (2003; 12 aitem dengan skor  $\alpha=0.818$ ). Hasil analisis korelasi dengan menggunakan *spearman* menunjukkan nilai  $r=0.544$  dengan  $p=0.000$  ( $p<0.05$ ) dari beban kerja terhadap *work-family balance*. Kemudian, beban kerja memberikan sumbangan sebesar 29.5% untuk *work-family balance*. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara beban kerja dan *work-family balance* pada pekerja wanita, sehingga hipotesis diterima.

Kata kunci: Beban kerja, *work-family balance*, pekerja wanita

**WORKLOAD AND WORK-FAMILY BALANCE TO FEMALE  
WORKERS AT SMALL MIDDLE ENTERPRISE (SME) ROASTED FISH**

Sarah Salsabila Ichwanhaq

Arief Fahmie

**ABSTRACT**

This study examined the role of workload toward work-family balance to female workers. The hypothesis proposed from this study is that there will be a positive relationship between workload and work-family balance to female workers. This study involved 78 female workers at Small Middle Enterprise (SME) Smoked Fish at Demak Regency. They were given Development of NASA-TLX Scale by Hart and Staveland (1988; 7 items with  $\alpha=0.700$ ) and adapted scale from Greenhaus, Collins, dan Shaw (2003; 12 items with  $\alpha=0.818$ ). The result of correlation analysis using spearman correlation showed  $r=0.544$  with  $p=0.000$  ( $p<0.05$ ) from workload toward work-family balance. Workload give effect of 29.5% to work-family balance. It showed that there is a significant positive relationship between workload and work-family balance on female workers. Hence, the hypothesis is accepted.

Keyword: Workload, work-family balance, female workers

## **BAB I**

### **PENGANTAR**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Fenomena wanita bekerja bukan menjadi hal yang baru di tengah masyarakat seiring dengan berkembangnya zaman yang semakin maju menyebabkan banyak perubahan aktivitas dan perubahan pola pikir pada kaum wanita terhadap peran yang dijalani. Sekarang ini kaum wanita memiliki peran sosial untuk mendapatkan pekerjaan. Pekerjaan yang dilakukan merupakan hal yang mendasar untuk mendapatkan upah dan dapat memenuhi kebutuhan sehari-hari. Putri dan Purwanti (2012) menjelaskan bahwa kesadaran para wanita untuk bekerja memang sudah ada, baik sebelum atau sesudah menikah yang didorong oleh berbagai faktor. Putri dan Purwanti (2012) juga menjelaskan bahwa faktor yang meningkatkan partisipasi wanita dalam bekerja adalah faktor ekonomi yaitu ingin meningkatkan kesejahteraan keluarga dan faktor sosial yaitu sebagai pembuktian atau aktualisasi diri. Semakin banyak wanita yang bekerja maka semakin terlihat jelas kontribusi yang cukup besar dalam pembangunan yang dilakukan oleh para wanita (Putri dan Purwanti, 2012).

Hal tersebut didukung dengan laporan hasil analisis statistik peningkatan jumlah tenaga kerja wanita di Indonesia yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (2012) menunjukkan bahwa pada tahun 2009 sebanyak 46.6% wanita bekerja sampai tahun 2012 mengalami peningkatan hingga mencapai 47.9% wanita yang bekerja (<http://www.bps.go.id>). Seperti berita yang dilansir oleh Deny dari Liputaun 6 (2014) tentang survei yang dilakukan oleh konsultan

Manajemen Accenture yang menunjukkan bahwa 42% wanita di Indonesia lebih memilih untuk bekerja daripada diam di rumah, meskipun mereka tidak mengalami kesulitan ekonomi.

Triaryati (2003) menjelaskan mengenai peran ganda yang dijalani oleh seorang wanita sebagai pekerja maupun sebagai ibu rumah tangga mengakibatkan tuntutan yang lebih besar karena terkadang para wanita dapat menghabiskan waktu tiga kali lipat dalam mengurus rumah tangga dibandingkan pasangannya yang bekerja pula. Wanita dan laki-laki memiliki perbedaan intensitas tuntutan di luar pekerjaan. Kaur (2013) mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga semakin di prioritaskan karena semakin banyak individu yang mendukung gaya hidup seperti ini mengisyaratkan bahwa tujuan utama dalam bekerja adalah menyeimbangkan dan mengintegrasikan kebutuhan keluarga dan kebutuhan pekerjaan.

Namun pada kenyataannya, masih banyak pekerja wanita yang belum mampu untuk menguasai *work-family balance*. Penelitian yang dilakukan oleh Tarigan dan Ratnaningsih (2018) memperoleh hasil 51.9% pekerja wanita memiliki *work-family balance* yang tergolong rendah karena masih terdapat pekerja wanita yang mengalami konflik peran dimana para pekerja wanita kesulitan dalam menyeimbangkan peran antara pekerjaan dan keluarga. Konflik peran terjadi karena beban kerja yang diterima terlampaui tinggi.

Peneliti tertarik untuk meneliti beban kerja dan *work-family balance* karena hal serupa terjadi pada pekerja wanita sebagai pekerja di UKM pengasapan ikan. Ketertarikan tersebut didasari oleh hasil wawancara dengan salah satu pekerja

pengasapan ikan yang menjelaskan mengenai *work-family balance* yang cukup sedang untuk para pekerja wanita. Setiap hari para pekerja wanita menyelesaikan tugas-tugas dalam keluarga, seperti memasak, mengantar anak ke sekolah, menjemput anak di sekolah, mendidik anak, dan bermain dengan anak. Saat berada di tempat kerja para pekerja wanita menyelesaikan tugas-tugas dalam pekerjaan, seperti membersihkan sisik ikan, mengeluarkan kotoran ikan, memotong ikan yang berukuran besar agar memudahkan proses pengasapan, mencuci ikan hingga bersih, dan mengasapi ikan lalu ikan-ikan dijual ke beberapa pasar setelah proses pengasapan selesai. Beban kerja yang diterima terkadang terlampaui tinggi karena saat sedang panen ikan akan ada banyak sekali ikan yang diangkut ke pusat pengasapan ikan dan penjual ikan asap tidak dapat memprediksikan berapa jumlah ikan yang akan dijual sehingga membuat para pekerja terkadang mengalami kesulitan dalam menyeimbangkan peran dalam pekerjaan maupun dalam keluarga.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti merumuskan masalah apakah beban kerja berhubungan dengan *work-family balance* pada pekerja wanita di UKM pengasapan ikan.

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara beban kerja dengan *work-family balance* pada pekerja wanita di UKM pengasapan ikan.

### **C. Manfaat Penelitian**

#### **1) Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau masukan bagi perkembangan ilmu psikologi dan menambah kajian ilmu psikologi, khususnya psikologi industri dan organisasi mengenai keterkaitan hubungan antara beban kerja dengan *work-family balance*.

#### **2) Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Pekerja Wanita**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan bagi pekerja wanita untuk memperhatikan beban kerja yang diberikan oleh atasannya agar dapat menyeimbangkan peran dalam pekerjaan maupun peran dalam keluarga.

##### **b. Bagi UKM**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan bagi pengelola UKM untuk memperhatikan beban kerja yang akan diberikan kepada para pekerja, khususnya pekerja wanita agar memiliki produktivitas kerja yang baik dan menghasilkan produk yang berkualitas serta pekerja wanita dapat menyeimbangkan peran dalam pekerjaan maupun peran dalam keluarga.

### **D. Keaslian Penelitian**

Penelitian terdahulu yang meneliti variabel beban kerja dan variabel *work-family balance* diteliti dengan variabel lain, seperti kepuasan kerja, stres kerja, *burnout*, motivasi kerja, dan lain-lain. Penelitian beban kerja dan *work-family*

*balance* sudah diteliti pada penelitian sebelumnya seperti penelitian yang dilakukan oleh Prasetyarini dan Budiani (2017) dengan judul “Hubungan antara Beban Kerja dengan prokrastinasi kerja”. Terdapat persamaan pada variabel bebas yaitu variabel beban kerja. Responden yang dilibatkan dalam penelitian ini sebanyak 100 orang pekerja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan prokrastinasi kerja.

Penelitiannya berikutnya dilakukan oleh Ayuningtyas dan Septarini (2013) dengan judul “Hubungan *Family Supportive Supervision Behaviors* dengan *Work-Family Balance* pada Wanita yang Bekerja”. Terdapat persamaan pada variabel tergantungan yaitu variabel *work-family balance*. Responden yang dilibatkan dalam penelitian ini sebanyak 110 orang pekerja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *family supportive supervision behaviors* dengan *work-family balance* pada wanita yang bekerja.

Adapun penjelasan secara rinci terkait dengan keaslian penelitian dalam empat hal berikut, yaitu:

#### 1. Keaslian Topik

Topik dalam penelitian ini adalah beban kerja dan *work-family balance* pada pekerja wanita. Sejauh yang peneliti ketahui, penelitian tentang hubungan antara beban kerja dengan *work-family balance* masih sedikit ditemukan. Banyak variabel beban kerja atau variabel *work-family balance* yang dihubungkan dengan variabel lain.

## 2. Keaslian Teori

Peneliti menggunakan teori beban kerja dari Hart dan Staveland (1988) dengan alat ukur *Development NASA-TLX* yang diadaptasi dalam penelitian Prijayanti (2015) serta teori *work-family balance* menggunakan teori dari Greenhaus, Collins, dan Shaw (2003) yang diadaptasi dalam penelitian Kristianti (2017).

## 3. Keaslian Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan alat ukur dengan skala beban kerja dari penelitian Prijayanti (2015) yang mengadaptasi dari teori Hart dan Staveland (1988) serta skala *work-family balance* dari penelitian Kristianti (2017) yang mengadaptasi dari teori Greenhaus, Collins, dan Shaw (2003).

## 4. Keaslian Responden Penelitian

Responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah wanita yang bekerja di UKM pengasapan ikan.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. *Work-Family Balance***

##### **1. Pengertian *Work-Family Balance***

Thornthwaite (2002) menjelaskan konsep dari keseimbangan atau *balance* merupakan suatu persepsi yang dicirikan dengan timbulnya perasaan telah mencapai kepuasan dari tuntutan yang timbul dari tanggungjawab untuk menyelesaikan tugas. Thornthwaite (2002) juga menjelaskan bahwa *work-family balance* dapat melihat sejauh mana pekerja merasa berhasil atas keterlibatannya dalam menyeimbangkan peran antara pekerjaan dan keluarga.

Greenhaus, Collins, dan Shaw (2003) menjelaskan bahwa *work-family balance* merupakan suatu keadaan dimana seorang individu merasa puas atas keterlibatannya dalam peran ganda yang dijalani, baik peran dalam pekerjaan maupun peran dalam keluarga. *Work-family balance* dapat didefinisikan sebagai sejauh mana seorang individu mampu menyeimbangkan antara tuntutan temporal, tuntutan emosional, dan perilaku dari tanggungjawabnya dalam pekerjaan maupun tanggungjawabnya dalam keluarga (Hill, Hawkins, Ferris, dan Weitzman, 2001).

Definisi dari beberapa tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa *work-family balance* adalah sejauh mana individu mampu menyeimbangkan peran dalam pekerjaan maupun peran dalam keluarga dan timbul perasaan puas atas keterlibatannya dalam kedua peran tersebut.

## 2. Aspek-aspek *Work-Family Balance*

Aspek-aspek *work-family balance* dikemukakan oleh beberapa tokoh yang isinya tidak jauh berbeda. Seperti aspek-aspek *work-family balance* yang dikemukakan oleh Greenhaus, Collins, dan Shaw (2003) terdiri dari:

### a. Keseimbangan waktu (*time balance*)

Jumlah waktu yang sama untuk pekerjaan dan keluarga sehingga dapat dilakukan dengan seimbang dalam melakukan peran-peran tersebut tanpa mengalami tumpang tindih.

### b. Keseimbangan peran (*involvement balance*)

Keseimbangan peran yang mengacu pada keterlibatan psikologis yang seimbang dalam memenuhi tuntutan peran seseorang dalam pekerjaan dan keluarga. Seseorang yang memiliki keseimbangan peran tidak akan mengalami konflik dan kebingungan dalam kedua ranah tersebut.

### c. Keseimbangan kepuasan (*satisfaction balance*)

Keseimbangan kepuasan dalam pekerjaan maupun dalam keluarga. Kepuasan yang dirasakan seseorang memiliki rasa nyaman dalam keterlibatannya dalam pekerjaan maupun keterlibatannya dalam keluarga.

Berdasarkan aspek-aspek *work-family balance* yang sudah dijelaskan di atas, dapat dilihat dari aspek keseimbangan waktu (*time balance*), keseimbangan peran (*involvement balance*), dan keseimbangan kepuasan

(*satisfaction balance*) dimana aspek-aspek tersebut dapat dirasakan oleh masing-masing pekerja.

### 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Work-Family Balance*

Tercapainya *work-family balance* dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dalam diri individu maupun dari lingkungan. Schabracq, Winnubst, dan Cooper (2003) mengemukakan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *work-family balance*, yaitu:

#### a. Karakteristik kepribadian (*personality characteristic*)

Karakteristik kepribadian dapat mempengaruhi kehidupan di tempat kerja maupun di rumah. terdapat hubungan antara tipe *attachment* yang didapatkan individu ketika masih kecil dengan *work-family balance*. Individu yang memiliki *secure attachment* cenderung mengalami *positive spillover* dibanding individu yang memiliki *insecure attachment*.

#### b. Karakteristik keluarga (*family characteristic*)

Karakteristik keluarga menjadi faktor yang menentukan ada atau tidaknya konflik di tempat kerja maupun di rumah. Misalnya konflik peran dan ambiguitas peran dalam keluarga dapat mempengaruhi *work-family balance*.

#### c. Karakteristik pekerjaan (*job characteristic*)

Karakteristik pekerjaan yang meliputi pola kerja, beban kerja, dan jumlah waktu yang digunakan untuk bekerja dapat memicu adanya konflik di tempat kerja maupun di rumah.

d. Sikap (*attitude*)

Sikap merupakan evaluasi terhadap berbagai aspek dalam kehidupan sosial dimana dalam sikap terdapat komponen, seperti pengetahuan, perasaan-perasaan, dan kecenderungan untuk bertindak. Sikap dari masing-masing individu merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *work-family balance*.

Jadi, faktor-faktor yang mempengaruhi *work-family balance* para pekerja dapat dilihat dari karakteristik kepribadian (*personality characteristic*), karakteristik keluarga (*family characteristic*), karakteristik pekerjaan (*job characteristic*), dan sikap (*attitude*).

## **B. Beban Kerja**

### **1. Pengertian Beban Kerja**

Menurut Tarwaka dan Lilik (2004) beban kerja adalah tuntutan pekerjaan berupa kerja fisik (otot atau alat), perspektif (otak atau reaksi tubuh), dan biomekanik (sikap mengorganisasi) yang menjadi tanggungjawab seorang pekerja untuk diselesaikan. Beban kerja dapat didefinisikan sebagai interaksi antara tuntutan tugas yang ada di lingkungan kerja yang digunakan sebagai tempat kerja, keterampilan, dan persepsi dari pekerja (Hart dan Staveland, 1988).

Setiap pekerjaan merupakan beban bagi pelakunya. Beban tersebut tergantung bagaimana orang tersebut bekerja sehingga disebut beban kerja. Beban kerja dapat berupa beban kerja fisik maupun beban kerja mental. Beban kerja fisik dapat dilihat dari banyaknya pekerja yang menggunakan

kekuatan fisiknya untuk bekerja, seperti mengangkut, menarik, mendorong, dan lain-lain. Sedangkan, beban kerja mental dapat dilihat dari banyaknya pekerja yang memaksimalkan daya ingat dan konsentrasinya untuk bekerja (Manuaba, 2000).

Beban kerja menjadi salah satu indikator munculnya stres kerja pada pekerja. Mengacu pada intensitas dari tugas-tugas pekerjaan, beban kerja dapat menjadi penyebab tekanan mental pada pekerja (Shah et al, 2011). Mengingat kerja manusia bersifat mental dan fisik, maka masing-masing mempunyai tingkat pembebanan yang berbeda-beda. Tingkat pembebanan yang terlalu tinggi memungkinkan pemakaian energi yang berlebihan dan terjadi *overstress*. Sebaliknya, tingkat pembebanan yang terlalu rendah memungkinkan rasa bosan dan kejenuhan atau *understress*. Perlu diupayakan tingkat intensitas pembebanan yang optimum diantara kedua batas yang ekstrim tersebut dan upaya penanganan antara individu dengan individu lain yang berbeda-beda (Hariyanti, Aini, dan Purwaningsih, 2013).

Definisi dari beberapa tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa beban kerja adalah tuntutan dalam pekerjaan yang menjadi tanggungjawab seorang pekerja untuk diselesaikan dalam jangka waktu yang sudah ditentukan dengan kemampuan yang dimiliki, tuntutan pekerjaan dimulai dari yang paling mudah hingga tuntutan pekerjaan yang paling sulit dan hal tersebut harus dihadapi setiap hari oleh para pekerja.

## 2. Aspek-aspek Beban Kerja

Aspek-aspek beban kerja dikemukakan oleh beberapa tokoh yang isinya tidak jauh berbeda. Seperti aspek-aspek beban kerja yang dikemukakan oleh Hart dan Staveland (1988) terdiri dari:

a. Tuntutan fisik (*physical demand*)

Tuntutan fisik merupakan aktivitas yang dilakukan dengan menggunakan kekuatan fisik untuk menyelesaikan tugas (contoh: mendorong, menarik, memutar, mengontrol, menjalankan, dan lain-lain).

b. Usaha (*effort*)

Usaha yang dilakukan oleh seorang individu baik secara fisik maupun mental yang dibutuhkan untuk mencapai target dan meningkatkan kinerja.

c. Tuntutan mental (*mental demand*)

Aktivitas yang menuntut mental dan perseptual seseorang untuk melihat, mengingat, dan mencari.

d. Tuntutan waktu (*temporal demand*)

Tuntutan waktu dimana jumlah waktu yang ditetapkan pada saat pekerjaan berlangsung baik pada siang, sore, maupun malam hari.

e. Tingkat frustrasi (*frustation level*)

Tingkat frustrasi melihat seberapa tidak aman, putus asa, tersinggung, dan terganggu jika dibandingkan dengan perasaan aman, bersemangat, nyaman, dan kepuasan diri yang dirasakan dalam diri seseorang.

f. Kinerja (*performance*)

Kinerja yang dilakukan seseorang terlihat dari seberapa besar keberhasilan dalam pekerjaan dan seberapa puas dengan hasil pekerjaan yang sudah dikerjakan sebelumnya.

Jadi, aspek-aspek beban kerja dapat dilihat dari tuntutan fisik (*physical demand*), usaha (*effort*), tuntutan mental (*mental demand*), tuntutan sementara (*temporal demand*), tingkat frustrasi (*frustation level*), dan kinerja (*performance*).

**C. Hubungan Antara Beban Kerja dengan *Work-Family Balance***

Beban kerja merupakan kegiatan yang diberikan sebagai tuntutan untuk setiap pekerja yang membutuhkan keahlian dan kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas pekerjaan dalam jangka waktu yang sudah ditentukan (Dhania, 2010). Beban kerja sering menjadi salah satu faktor stres kerja pada pekerja karena beban kerja yang diberikan cukup tinggi. Omar, Mohd, dan Ariffin (2015) menjelaskan bahwa seseorang yang melakukan pekerjaan sampai diluar jam kerja atau lembur dapat menyebabkan seseorang tersebut mengalami ketidakseimbangan hidup. Ketidakseimbangan hidup menurut Greenhaus, Collins, dan Shaw (2003) merupakan ketidakmampuan seseorang mencapai keseimbangan dalam pekerjaan dan keluarga yang menyebabkan munculnya stres, mengurangi kualitas hidup, dan efektivitas kerja. Beban kerja yang cukup berat dapat mempengaruhi kondisi fisik dan psikis seseorang, sehingga beban kerja yang diterima harus disesuaikan dengan kemampuan fisik maupun

kemampuan psikis seseorang dalam menyelesaikan pekerjaan (Dhania, 2010).

Djajendra (2013) menjelaskan bahwa keseimbangan peran yang dilakukan dalam pekerjaan maupun dalam keluarga dapat menciptakan etos kerja yang unggul. Keseimbangan peran dalam pekerjaan maupun peran dalam keluarga berada pada tingkat kepuasan yang tinggi, maka saat itulah etos kerja akan menjadi lebih berkualitas untuk memberikan pelayanan terbaik. Namun, ketika seseorang bekerja terlalu keras maka pekerjaan yang diberikan cenderung tidak diselesaikan secara maksimal. Banyaknya pekerjaan yang diberikan akan berdampak pada kehidupan pribadi seseorang, karena terlalu sibuk dengan pekerjaan sehingga mengalami kelelahan baik secara fisik maupun kelelahan secara psikis (Aryee, Srinivas, dan Tan, 2005).

Terdapat enam aspek beban kerja menurut Hart dan Staveland (1988), yaitu aspek tuntutan fisik, usaha, tuntutan mental, tuntutan sementara, tingkat frustrasi, dan kinerja. Aspek pertama adalah aspek tuntutan fisik yang menjelaskan seseorang yang menyelesaikan tugas dengan mengutamakan kekuatan fisik, sehingga dituntut untuk memiliki kondisi fisik yang prima setiap harinya. Beban kerja fisik memerlukan energi fisik otot manusia sebagai sumber tenaga sekaligus sebagai pengendalian kerja (Ruslani dan Nurfajriah, 2015). Maretno dan Haryono (2015) menjelaskan bahwa setiap pekerja mendapatkan tugas yang harus diselesaikan dan beban kerja yang diterima harus sesuai dengan kemampuan

fisik para pekerja agar tidak terjadi kelelahan. Maretno dan Haryono (2015) juga menjelaskan bahwa setiap beban kerja fisik yang diterima oleh para pekerja disesuaikan dengan kemampuan fisik para pekerja agar dapat menyeimbangkan perannya dalam pekerjaan dan keluarga.

Aspek kedua adalah aspek usaha yang menjelaskan bahwa seseorang memiliki usaha yang dibutuhkan untuk mencapai target-target dalam pekerjaan baik secara fisik maupun mental. Mutia (2014) menjelaskan bahwa beban kerja fisik maupun beban kerja mental yang diberikan sebaiknya seimbang dengan kemampuan fisik dan mental yang dimiliki oleh para pekerja. Beban kerja yang diterima disesuaikan dengan kemampuan kerja baik secara fisik maupun mental para pekerja agar dapat menyeimbangkan peran antara pekerjaan dan keluarga (Azwar dan Siswanto, 2015).

Aspek ketiga adalah aspek tuntutan mental yang menjelaskan bahwa seseorang harus memiliki kesehatan mental yang baik karena pekerjaan yang dilakukan membutuhkan daya ingat dan tingkat konsentrasi yang baik. Simanjuntak dan Situmorang (2010) menjelaskan bahwa tuntutan mental yang dominan karena pekerjaan yang membutuhkan konsentrasi yang tinggi dan memaksimalkan daya ingat, sehingga hal tersebut harus diperhatikan. Setiap beban kerja mental yang diterima disesuaikan dengan daya ingat dan tingkat konsentrasi para pekerja agar dapat menyeimbangkan perannya dalam pekerjaan dan keluarga (Maretno dan Haryono, 2015).

Aspek keempat adalah aspek tuntutan waktu yang menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki tuntutan waktu dalam pekerjaan yang diberikan saat siang, sore, atau malam hari. Jundillah, Ahmad, dan Saktiansyah (2017) menjelaskan bahwa pekerjaan yang dikerjakan oleh para pekerja harus berpacu dengan waktu dan memiliki tingkat konsentrasi yang tinggi maka para pekerja rentan terkena stres. Para pekerja yang dapat mengalokasikan waktu dengan baik untuk menyelesaikan pekerjaan dimana secara simultan menyeimbangkan peran dalam pekerjaan maupun keluarga (Cucuani dan Fitriyani, 2017).

Aspek kelima adalah aspek tingkat frustrasi yang menjelaskan bahwa seseorang memiliki tingkat frustrasi seperti seberapa merasa tidak aman dilingkungan kerja, tersinggung dan terganggu dengan perilaku pekerja lain maupun dengan kondisi lingkungan kerja yang tidak kondusif maupun, serta putus asa saat menyelesaikan pekerjaan sehingga mengganggu konsentrasi. Tingkat frustrasi pada pekerjaan dapat berpengaruh pada keseimbangan kehidupan seseorang. Vlandari (2016) menjelaskan bahwa munculnya rasa frustrasi pada seorang pekerja dapat menurunkan kinerja dan melakukan pekerjaan menjadi tidak optimal. Frustrasi muncul karena beban kerja yang diberikan terlampaui tinggi (Sudarwati, 2015). Hikmah (2017) menjelaskan bahwa tingginya tingkat frustrasi dalam pekerjaan akan menurunkan kinerja para pekerja dan hal ini juga dapat memicu konflik peran dimana para pekerja kesulitan dalam menyeimbangkan peran antara pekerjaan dan keluarga.

Aspek keenam adalah aspek kinerja yang menjelaskan bahwa seseorang yang mempunyai kinerja baik dengan semaksimal mungkin dalam menyelesaikan pekerjaan, maka peluang untuk mendapatkan keberhasilan akan semakin besar dan merasa puas dengan hasil pekerjaan yang sudah dikerjakan sebelumnya. Sulaeman (2017) menjelaskan bahwa untuk mencapai keberhasilan dalam pekerjaan maka dibutuhkan target yang harus dicapai oleh para pekerja sehingga beban pekerjaan akan ditambah demi tercapainya target tersebut. Bekerja sesuai dengan keterampilan yang dimiliki oleh para pekerja maka dapat menyelesaikan tugas-tugas dalam pekerjaan dengan mudah untuk mencapai target dan hal tersebut dapat diterapkan dalam menyeimbangkan peran antara pekerjaan maupun keluarga (Azwar dan Siswanto, 2015).

Beberapa hal yang membuat para wanita memutuskan untuk bekerja, yaitu motif ekonomi, ingin membina karir, dan mempunyai kesadaran bahwa pembangunan tidak hanya memerlukan tenaga kerja pria saja, tetapi juga memerlukan tenaga kerja wanita (Ananda, 2013). Wanita yang bekerja mempunyai waktu produktif dan domestik yang disebut peran ganda. Peran ganda yang dimiliki oleh wanita dapat mempengaruhi tingkat kelelahan. Hal ini dapat menimbulkan konflik peran akibat beban kerja yang berat (Puspitawati, 2009). Beban kerja yang diterima sebaiknya disesuaikan dengan kemampuan para pekerja wanita, maka peran dalam pekerjaan maupun dalam rumah tangga dapat dijalankan dengan baik sehingga

meningkatkan kualitas hidup yang berpengaruh pada keseimbangan kehidupan dalam pekerjaan maupun kehidupan dalam rumah tangga.

#### **D. Hipotesis**

Berdasarkan tinjauan pustaka dan kajian teoritis, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah dapat diprediksikan adanya hubungan positif antara beban kerja dengan *work-family balance* pada wanita yang bekerja di UKM pengasapan ikan Demak. Semakin tinggi beban kerja maka semakin tinggi *work-family balance*. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah beban kerja maka semakin rendah *work-family balance*.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel-variabel Penelitian**

Seperti tujuan dan hipotesis penelitian yang diajukan, maka penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan desain penelitian korelasional dengan melibatkan variabel penelitian sebagai berikut:

1. Variabel Tergantung : *Work-Family Balance*
2. Variabel Bebas : Beban Kerja

#### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

1. *Work-family balance* adalah sejauh mana individu mampu menyeimbangkan peran dalam pekerjaan maupun peran dalam keluarga dan timbul perasaan puas atas keterlibatannya dalam kedua peran tersebut. Aspek-aspek yang mempengaruhi *work-family balance* dapat dilihat dari keseimbangan waktu, keseimbangan peran, dan keseimbangan kepuasan. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah adaptasi dari teori Greenhaus, Collins, dan Shaw (2003).
2. Beban kerja adalah tuntutan dalam pekerjaan yang menjadi tanggungjawab seorang pekerja untuk diselesaikan dalam jangka waktu yang sudah ditentukan dengan kemampuan yang dimiliki, tuntutan pekerjaan dimulai dari yang paling mudah hingga tuntutan pekerjaan yang paling sulit dan hal tersebut harus dihadapi setiap hari oleh para pekerja. Aspek-aspek yang mempengaruhi beban kerja dapat dilihat dari beban waktu, beban usaha mental, dan beban tekanan psikologis. Alat

ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah adaptasi dari teori Hart dan Staveland (1988).

### **C. Responden Penelitian**

Penelitian ini melibatkan responden yang berjenis kelamin wanita yang sudah berkeluarga yang memiliki tanggungjawab sebagai ibu rumah tangga dengan mengurus keluarga dan memiliki beban kerja di luar rumah yang bekerja di Usaha Kecil Menengah (UKM) pengasapan ikan yang bertempat di Demak dengan tingkat sosial ekonomi menengah.

### **D. Metode Pengumpulan Data**

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan skala alat ukur berbentuk kuesioner. Variabel yang diukur dalam penelitian ini yaitu skala *work-family balance* dan skala beban kerja. Penjelasan masing-masing skala sebagai berikut:

#### 1. Skala *Work-Family Balance*

Skala ini merupakan adaptasi dari teori Greenhaus, Collins, dan Shaw (2003) yang digunakan dalam penelitian Kristianti (2017) untuk mengungkap keseimbangan waktu, keseimbangan peran, dan keseimbangan kepuasan pada responden penelitian. Skala ini menggunakan skala Likert dimana respon responden terhadap pernyataan-pernyataan yang ada di dalam kuesioner terdiri dari lima pilihan pernyataan, yaitu sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), netral (N), setuju (S), dan sangat setuju (SS). Penilaian pada aitem *favorable* berbeda dengan aitem *unfavorable*. Nilai pada aitem

*favorable* antara 1 sampai 5, 1 untuk sangat tidak setuju (STS), 2 untuk tidak setuju (TS), 3 untuk netral (N), 4 untuk setuju (S), dan 5 untuk sangat setuju (SS). Sedangkan penilaian pada aitem *unfavorable* antara 1 sampai 5, 1 untuk sangat setuju (SS), 2 untuk setuju (S), 3 untuk netral (N), 4 tidak setuju (TS), dan 5 sangat tidak setuju (STS).

Tabel 1

*Distribusi Butir Skala Work-Family Balance Sebelum Uji Coba*

<b>Aspek</b>	<b>Butir Favorable</b>	<b>Butir Unfavorable</b>	<b>Jumlah</b>
Keseimbangan Waktu	4, 17, 20, 22, 27, 29, 31, 37	1, 3, 6, 14, 35, 42, 44, 46	16
Keseimbangan Peran	5, 13, 21, 33, 34, 38, 40, 48	10, 11, 18, 24, 32, 36, 41, 43	16
Keseimbangan Kepuasan	7, 12, 15, 16, 25, 26, 28, 30	2, 8, 9, 19, 23, 39, 45, 47	16
	<b>Total</b>		48

## 2. Skala Beban Kerja

Skala ini merupakan adaptasi dari teori Hart dan Staveland (1988) yang digunakan dalam penelitian Prijayanti (2015) untuk mengungkap tuntutan fisik, usaha, tuntutan mental, tuntutan sementara, tingkat frustrasi, dan kinerja pada responden penelitian. Skala ini menggunakan skala Likert dimana respon responden terhadap pernyataan-pernyataan yang ada di dalam kuesioner terdiri dari lima pilihan pernyataan, yaitu sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), netral (N), setuju (S), dan sangat setuju (SS). Penilaian pada aitem *favorable* berbeda dengan aitem *unfavorable*. Penilaian pada aitem *favorable* antara 1 sampai 5, 1 untuk sangat tidak setuju (STS), 2 untuk tidak setuju (TS), 3 untuk netral (N), 4 untuk setuju (S), dan 5 untuk sangat setuju (SS). Sedangkan

penilaian pada aitem *unfavorable* antara 1 sampai 5, 1 untuk sangat setuju (SS), 2 untuk setuju (S), 3 untuk netral (N), 4 tidak setuju (TS), dan 5 sangat tidak setuju (STS).

Tabel 2

*Distribusi Butir Skala Beban Kerja Sebelum Uji Coba*

<b>Aspek</b>	<b>Butir Favorable</b>	<b>Butir Unfavorable</b>	<b>Jumlah</b>
Tuntutan Fisik	1, 4	8, 18	4
Usaha	2, 3	9, 21	4
Tuntutan Mental	12, 15	16, 14	4
Tuntutan Waktu	22, 17	6, 20	4
Tingkat Frustrasi	19, 13	10, 11	4
Kinerja	23, 7	5, 24	4
<b>Total</b>			<b>24</b>

### **E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur**

Validitas dan reliabilitas sangat penting untuk digunakan dalam penelitian untuk penyusunan alat ukur. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan untuk menyeleksi secara akurat aitem-aitem yang terdapat dalam alat ukur penelitian sebelum alat ukur penelitian digunakan (Azwar, 2012).

#### 1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti keakuratan dan ketepatan alat ukur untuk mengukur aspek-aspek pada variabel yang diteliti dalam bentuk statistik. Suatu alat ukur dinyatakan valid apabila dapat membuktikan dan memberikan hasil dengan tepat dan akurat sesuai dengan tujuan alat ukur yang digunakan. Sehingga, diperlukan identifikasi tujuan ukur untuk membangun konstruk teoritik

yang benar maka skala yang disusun dapat teridentifikasi dan mempunyai batasan yang jelas (Azwar, 2012). Skala yang valid akan menghasilkan data sesuai dengan tujuan pengukuran dalam penelitian dengan tepat dan cepat. Pengembangan konstruk teoritik suatu skala dilakukan agar skala dapat disusun dengan baik dan mempunyai batasan yang jelas (Azwar, 2012).

Secara umum, validitas mempunyai tiga tipe, yaitu tipe validitas isi, validitas konstruk, dan validitas kriteria. Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi menurut Azwar (2012) digunakan untuk mengetahui sejauh mana isi alat ukur dapat dikatakan valid apabila telah sesuai dengan konstruk teoritis yang hendak diukur. Azwar (2012) juga menjelaskan bahwa aitem yang dinyatakan valid dapat mencapai koefisien validitas yang memperoleh  $r$  lebih besar atau sama dengan 0.3.

Langkah-langkah berikut dilakukan oleh peneliti untuk menjamin validitas alat ukur, yaitu:

- a. Memilih alat ukur sesuai yang sudah tervalidasi dalam penelitian sebelumnya. Validitas alat ukur dapat dilihat pada tabel informasi psikometrik.
- b. Melakukan evaluasi alat ukur dengan dosen pembimbing skripsi untuk memastikan bahwa alat ukur sesuai dengan konstruk psikologis yang diteliti.

- c. Melakukan uji coba pendahuluan terhadap 7 orang sampel responden penelitian dan uji coba alat ukur terhadap 78 orang responden penelitian untuk mengetahui validitas alat ukur yang digunakan.

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas berasal dari kata *reliable* yang mempunyai arti kepercayaan pada alat ukur yang digunakan atau sejauh mana kecermatan hasil pengukuran yang dipercaya dengan eror pengukuran kecil. Reliabilitas alat ukur ditunjukkan dalam koefisien reliabilitas *cronbach alpha* ( $\alpha$ ) yang dihitung dengan program komputer *SPSS version 20 for windows*. Suatu alat ukur dinyatakan reliabel apabila alat ukur digunakan berkali-kali dan hasil yang diperoleh relatif sama, semakin mendekati angka 1.00 maka reliabilitas skala semakin tinggi. Sebaliknya, jika koefisien reliabilitas yang diperoleh semakin mendekati angka 0 maka reliabilitas skala tersebut semakin rendah (Azwar, 2012).

### **F. Metode Analisis Penelitian**

Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan analisis statistik korelasi *product moment* untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Peneliti melakukan beberapa uji statistik, yaitu uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui sebaran skor suatu variabel yang dapat membentuk kurva secara normal dengan nilai

$p > 0.05$  dan uji linieritas dilakukan untuk menguji garis linier yang terbentuk dari hubungan antara dua variabel dengan nilai  $p < 0.05$ . Selanjutnya, uji hipotesis dilakukan untuk menganalisis data dimana hipotesis akan diterima dengan nilai  $p < 0.05$ . Uji statistik yang dilakukan oleh peneliti untuk menganalisis data dibantu dengan program komputer *SPSS version 20 for windows*.

## **BAB IV**

### **PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN**

#### **A. Orientasi Kancah dan Persiapan**

##### **1. Orientasi kancah**

Usaha Kecil Menengah (UKM) pengasapan ikan berlokasi di Desa Wonosari, Kecamatan Bonang, Kabupaten Demak, Jawa Tengah yang dijadikan sebagai sentra pengasapan ikan. Sebelum dibangun sebagai sentra pengasapan ikan, pengasapan ikan sendiri telah dilakukan oleh warga setempat yang mengasap ikan di rumah masing-masing. Seiring dengan berjalannya waktu, terdapat banyak warga yang terkena penyakit ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan Akut) karena dampak dari asap yang menyebar ke pemukiman warga. Melalui pengalaman tersebut, PEMKAB Demak membangun UKM pengasapan ikan yang terletak jauh dari pemukiman warga dan UKM pengasapan ikan ini diberi nama “Asap Indah” yang resmi beroperasi sejak tahun 2010 dengan luas tanah sekitar setengah hektare. Ikan asap yang diproduksi di UKM pengasapan ikan ini lebih higienis dibandingkan dengan ikan asap yang dulu diproduksi di rumah-rumah warga karena teknik pengasapan yang sudah dirubah.

Setiap hari para pekerja di UKM pengasapan ikan dapat mengolah hampir tiga sampai lima ton ikan segar menjadi ikan asap. Berbagai jenis ikan dapat diolah menjadi ikan asap, baik dari ikan air laut maupun ikan air tawar. Ikan air laut yang diolah menjadi ikan asap adalah ikan manyung, ikan pari, dan ikan tongkol. Ikan air laut dipasok dari nelayan di beberapa daerah Jawa

Timur, seperti Indramayu, Lamongan, dan lain-lain. Lalu, ikan air tawar yang diolah menjadi ikan asap adalah ikan lele dan ikan bawal. Ikan-ikan yang sudah diasapi tidak hanya dipasarkan di daerah Demak, tetapi juga dipasarkan ke beberapa daerah di Jawa Tengah seperti Semarang, Kudus, Jepara, bahkan dipasarkan sampai ke daerah Yogyakarta.

UKM pengasapan ikan ini telah menjadi percontohan nasional di bidang perikanan dan perekonomian. Kemajuan dalam pengolahan ikan dipengaruhi oleh keuletan warga dalam usaha pengasapan ikan. Adanya keberadaan UKM pengasapan ikan di Desa Wonosari ini telah meningkatkan perekonomian warga setempat dan PEMKAB Demak. Oleh karena itu, pihak PEMKAB Demak terus berupaya mengembangkan kualitas pengelolaan UKM pengasapan ikan.

Pekerja yang bekerja di UKM pengasapan ikan berusia 23 sampai 50 tahun dan didominasi oleh wanita yang sudah berkeluarga. Tugas-tugas para wanita yang bekerja di UKM pengasapan ikan adalah membersihkan ikan dan memotong ikan. Selain mengerjakan tugas-tugas di tempat kerja sebagai tanggungjawab pekerja untuk menyelesaikannya, para wanita ini juga mengerjakan tugas-tugas di rumah sebagai ibu sekaligus istri yang bertanggungjawab untuk menyelesaikannya. Hal tersebut menjadi beban tersendiri bagi para wanita yang bekerja untuk dapat menyeimbangkan kehidupan pekerjaan maupun kehidupan rumah tangga. Oleh karena itu, peneliti memilih pekerja wanita di UKM pengasapan ikan. Peneliti memilih

topik beban kerja dan ingin mengetahui keseimbangan antara pekerjaan dan rumah tangga.

## 2. Persiapan Penelitian

### a. Persiapan Administrasi

Persiapan administrasi dimulai dari peneliti meminta surat ijin penelitian yang diberikan oleh bagian Divisi Umum Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia dengan nomor surat 515/Dek/70/Div.Um.RT/V/2018 diajukan kepada Dinas Perdagangan, Koperasi, Usaha Kecil dan Menengah (DINDAGKOP UKM) Kabupaten Demak pada 4 Juni 2018. Setelah selesai melakukan penelitian, peneliti mendapatkan surat keterangan telah menyelesaikan penelitian pada tanggal 23 Juli 2018 dengan nomor surat 070/1549.

### b. Persiapan Alat Ukur

Persiapan alat ukur dengan menyusun skala yang sesuai dengan aspek-aspek dari variabel beban kerja dan *work-family balance*. Skala *work-family balance* mengadaptasi dari teori Greenhaus, Collins, dan Shaw (2003) yang mencakup aspek keseimbangan waktu, keseimbangan peran, dan keseimbangan kepuasan. Terdapat 48 aitem dalam skala ini, 24 aitem *favorable* dan 24 aitem *unfavorable*.

Skala beban kerja mengadaptasi dari teori Hart dan Staveland (1988) yang mencakup aspek tuntutan fisik, usaha, tuntutan mental, tuntutan sementara, tingkat frustrasi, dan kinerja. Terdapat 24 aitem dalam skala ini, 12 aitem *favorable* dan 12 aitem *unfavorable*.

c. Uji Coba Pendahuluan

Peneliti melakukan uji coba pendahuluan pada 7 orang sampel yang memiliki kriteria yang sama dengan responden penelitian. Uji coba pendahuluan dilakukan untuk mengetahui petunjuk pengerjaan skala dapat dipahami dan meminimalisir kesalahan dalam pengerjaan.

d. Uji Coba Alat Ukur

Uji coba alat ukur dilakukan oleh peneliti pada pekerja wanita bagian pengolahan ikan dan bagian penjualan ikan yang bekerja pada sisi sebelah kiri bangunan UKM pengasapan ikan. Uji coba dilaksanakan pada tanggal 30 Juni dan 3 Juli 2018 berlangsung selama 2 hari. Kuesioner yang disebarkan oleh peneliti sebanyak 78 eksemplar.

e. Hasil Uji Coba Alat Ukur

Setelah pengambilan data selesai, langkah selanjutnya adalah mengolah data dari data uji coba alat ukur dengan menggunakan analisis program statistik *SPSS version 20 for windows*. Seleksi aitem dilakukan untuk mengetahui validitas dan reliabilitas dari aitem-aitem yang berkualitas.

1) Skala *Work-Family Balance*

Peneliti melakukan seleksi aitem dengan batas nilai 0.3 yang akan digunakan sebagai data dalam penelitian. Aitem-aitem yang memiliki nilai di atas atau sama dengan 0.3 dapat dinyatakan sebagai aitem yang dapat digunakan.

Proses pengguguran aitem pada skala *work-family balance* dilakukan sebanyak lima kali. Tahap pertama, hasil analisis data skala

*work-family balance* menunjukkan *cronbach alpha* memperoleh  $\alpha = 0.668$  dan indeks diskriminasi aitemnya  $-0.041$  sampai  $0.524$ . Terdapat tujuh aitem yang gugur, yaitu aitem nomor 6, 20, 24, 34, 42, 43, dan 45. Tahap kedua, *cronbach alpha* memperoleh nilai  $\alpha = 0.779$  dan indeks diskriminasi aitemnya  $-0.010$  sampai  $0.590$ . Terdapat satu aitem yang gugur, yaitu aitem nomor 13. Tahap ketiga, *cronbach alpha* memperoleh nilai  $\alpha = 0.782$  dan indeks diskriminasi aitemnya  $0.041$  sampai  $0.598$ . Terdapat dua puluh tujuh aitem yang gugur, yaitu aitem nomor 1, 2, 3, 4, 7, 9, 10, 14, 15, 19, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 32, 33, 35, 36, 40, 41, 44, 46, dan 47. Tahap keempat, *cronbach alpha* memperoleh nilai  $\alpha = 0.818$  dan indeks diskriminasi aitemnya  $0.279$  sampai  $0.624$ . Terdapat satu aitem yang gugur, yaitu aitem nomor 16. Tahap kelima, *cronbach alpha* memperoleh nilai  $\alpha = 0.818$  dan indeks diskriminasi aitemnya  $0.350$  sampai  $0.577$ . Tidak terdapat aitem yang gugur, sehingga menyisakan 12 aitem yang valid dan reliabel.

Tabel 3  
*Informasi Psikometrik Skala Work-Family Balance*

Aspek	Butir Favorable	Butir Unfavorable	Jumlah
Keseimbangan Waktu	17, 22, 31, 37	-	4
Keseimbangan Peran	5, 21, 38, 48	11, 18	6
Keseimbangan Kepuasan	12	8	2
<b>Total</b>			<b>12</b>

2) Skala Beban Kerja

Peneliti melakukan seleksi aitem dengan batas nilai 0.3 yang akan digunakan sebagai data dalam penelitian. Aitem-aitem yang memiliki

nilai di atas atau sama dengan 0.3 dapat dinyatakan sebagai aitem yang dapat digunakan.

Proses pengguguran aitem pada skala beban kerja dilakukan sebanyak empat kali. Tahap pertama, hasil analisis data skala beban kerja menunjukkan *cronbach alpha* memperoleh  $\alpha = 0.563$  dan indeks diskriminasi aitemnya -0.024 sampai 0.448. Terdapat lima aitem yang gugur, yaitu nomor 4, 9, 10, 11, dan 13. Tahap kedua, *cronbach alpha* memperoleh nilai  $\alpha = 0.657$  dan indeks diskriminasi aitemnya -0.032 sampai 0.490. Terdapat satu aitem yang gugur, yaitu aitem nomor 5. Tahap ketiga, *cronbach alpha* memperoleh nilai  $\alpha = 0.668$  dan indeks diskriminasi aitemnya 0.052 sampai 0.0491. Terdapat sebelas aitem yang gugur, yaitu aitem nomor 3, 6, 8, 14, 16, 18, 20, 21, 22, 23, dan 24. Tahap keempat, *cronbach alpha* memperoleh nilai  $\alpha = 0.700$  dan indeks diskriminasi aitemnya 0.368 sampai 0.479. Tidak terdapat aitem yang gugur, sehingga menyisakan 7 aitem yang valid dan reliabel.

Tabel 4  
Informasi Psikometrik Skala Beban Kerja

Aspek	Butir Favorable	Butir Unfavorable	Jumlah
Tuntutan Fisik	1	-	1
Usaha	2	-	1
Tuntutan Mental	12, 15	-	2
Tuntutan Waktu	17	-	1
Tingkat Frustrasi	19	-	1
Kinerja	7	-	1
	<b>Total</b>		<b>7</b>

Berdasarkan hasil analisis uji coba alat ukur, dua skala tersebut dinyatakan valid dan reliabel sehingga dapat digunakan sebagai alat ukur penelitian.

## **B. Pelaksanaan Penelitian**

Proses pengambilan data dilakukan pada tanggal 14 dan 16 Juli 2018 dengan menggunakan kuesioner yang sudah valid dan reliabel. Responden penelitian yang terlibat selama proses pengambilan data adalah pekerja wanita bagian pengolahan ikan dan bagian penjualan ikan yang bekerja pada sisi sebelah kanan bangunan UKM pengasapan ikan yang sudah menikah dan berlokasi di Desa Wonosari, Kecamatan Bonang, Kabupaten Demak, Jawa Tengah. Peneliti menyebarkan 78 eksemplar kuesioner secara langsung kepada responden penelitian.

## **C. Hasil Penelitian**

### **1. Deskripsi Responden Penelitian**

Responden penelitian ini berjumlah 78 orang pekerja wanita yang bekerja di Usaha Kecil Menengah (UKM) pengasapan ikan dengan rentang usia 23 sampai 50 tahun.

Tabel 5  
*Deskripsi Responden Penelitian*

		< 30 tahun	14
		30-40 tahun	33
1	Usia	> 40 tahun	31
		<b>Total</b>	<b>78</b>
		1-3 tahun	26
		4-6 tahun	38
2	Lama Bekerja	7-8 tahun	14
		<b>Total</b>	<b>78</b>
		SD	70
		SMP	7
3	Pendidikan	SMA	1
		<b>Total</b>	<b>78</b>
		< 3 anak	50
		3-5 anak	26
4	Jumlah Anak	> 5 anak	2
		<b>Total</b>	<b>78</b>

## 2. Deskripsi Data Penelitian

Peneliti melakukan kategorisasi dengan menggunakan norma persentil untuk mengetahui persentase masing-masing kategorisasi pada variabel beban kerja dan variabel *work-family balance*.

Tabel 6  
*Kategorisasi Menurut Nilai Persentil*

Nilai Persentil	Beban Kerja	<i>Work-Family Balance</i>
Persentil 20	3.54	3.49
Persentil 40	3.86	3.91
Persentil 60	4.14	4.17
Persentil 80	4.29	4.3

Berdasarkan tabel persentil diatas, peneliti mengelompokkan lima kategori sesuai dengan kondisi responden penelitian, yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Perhitungan setiap kategori dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 7  
*Rumus Pernormaan*

Beban Kerja	Kategorisasi	<i>Work-Family Balance</i>
$X < 3.54$	Sangat Rendah	$X < 3.49$
$3.54 \leq X < 3.86$	Rendah	$3.49 \leq X < 3.91$
$3.86 \leq X < 4.14$	Sedang	$3.91 \leq X < 4.17$
$4.14 \leq X < 4.29$	Tinggi	$4.17 \leq X < 4.3$
$X > 4.29$	Sangat Tinggi	$X > 4.3$

Tabel 8  
*Kategorisasi Responden Data Penelitian*

Kategorisasi	Beban Kerja		<i>Work-Family Balance</i>	
	F	%	F	%
Sangat Rendah ( $X < P_{20}$ )	15	19.2%	15	19.2%
Rendah ( $P_{20} \leq X < P_{40}$ )	18	23.1%	15	19.2%
Sedang ( $P_{40} \leq X < P_{60}$ )	13	16.7%	23	29.5%
Tinggi ( $P_{60} \leq X \leq P_{80}$ )	19	24.4%	7	9%
Sangat Tinggi ( $P > P_{80}$ )	13	16.7%	18	23.1%

Variabel beban kerja menunjukkan bahwa terdapat 15 responden berada pada kategori sangat rendah dengan memperoleh persentase sebesar 19.2%, 18 responden berada pada kategori rendah dengan memperoleh persentase sebesar 23.1%, 13 responden berada pada kategori sedang dengan memperoleh persentase sebesar 16.7%, 19 responden berada pada kategori tinggi dengan memperoleh persentase sebesar 24.4%, dan 13 responden berada pada kategori sangat tinggi dengan memperoleh persentase sebesar 16.7%. Sedangkan, variabel *work-family balance* menunjukkan bahwa terdapat 15 responden berada pada kategori sangat rendah dengan memperoleh persentase sebesar 19.2%, 15 responden berada pada kategori rendah dengan memperoleh persentase sebesar 19.2%, 23 responden berada pada kategori sedang dengan memperoleh persentase sebesar 29.5%, 7 responden berada pada kategori tinggi dengan memperoleh persentase sebesar 9%, dan 18 responden berada pada kategori sangat tinggi dengan memperoleh persentase sebesar 23.1%.

### 3. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis. Uji asumsi yang dilakukan terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas dengan bantuan program komputer *SPSS version 20 for windows*.

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui sebaran data yang terdistribusi normal atau tidak pada kedua variabel. Sebaran data yang terdistribusi normal apabila memperoleh nilai  $p > 0.05$  dan sebaran data yang terdistribusi tidak normal apabila memperoleh nilai  $p < 0.05$ . Hasil uji normalitas pada kedua variabel dapat dilihat dalam tabel dibawah ini:

Tabel 9  
*Uji Asumsi Normalitas*

Variabel	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Keterangan
	Statistic	Df	Sig.	
<i>Work-Family Balance</i>	0.114	78	0.014	Tidak Normal
Beban Kerja	0.163	78	0.000	

Berdasarkan hasil pengolahan data untuk uji normalitas menggunakan teknik Kolmogorov-Smirnov Test pada skala *work-family balance* menunjukkan nilai  $p=0.014$  ( $p < 0.05$ ) dan skala beban kerja menunjukkan nilai  $p=0.000$  ( $p < 0.05$ ). Kedua hasil uji normalitas menunjukkan bahwa sebaran data pada kedua variabel terdistribusi tidak normal.

#### b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui linieritas hubungan antara kedua variabel dalam penelitian ini. Hubungan kedua variabel yang linier

apabila memperoleh nilai  $p < 0.05$  dan hubungan kedua variabel tidak linier apabila memperoleh nilai  $p > 0.05$ . Hasil uji linieritas pada kedua variabel dapat dilihat dalam tabel dibawah ini:

Tabel 10  
*Uji Asumsi Linieritas Work-Family Balance dengan Beban Kerja*

Variabel	F	Sig.	Keterangan
<i>Work-Family Balance</i> dan Beban Kerja	F Linearity 35.739	0.000	Linier

Berdasarkan hasil pengolahan data untuk uji linieritas menunjukkan adanya hubungan antara variabel *work-family balance* dan beban kerja membentuk garis lurus, tampak dari nilai signifikansi yang diperoleh  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ).

#### 4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan langkah selanjutnya setelah melakukan uji normalitas dan uji linieritas. Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel beban kerja dan variabel *work-family balance* dengan bantuan program komputer *SPSS version 20 for windows*. Teknik yang digunakan dalam uji hipotesis korelasi adalah *Spearman Correlation Coefficients* karena hasil sebaran data tidak normal. Hipotesis akan diterima apabila memperoleh nilai  $p < 0.05$  dan hipotesis tidak terima apabila memperoleh nilai  $p > 0.05$ . Hasil uji hipotesis pada kedua variabel dapat dilihat dalam tabel dibawah ini:

Tabel 11  
*Uji Hipotesis Korelasi*

Variabel	r	r <sup>2</sup>	$\pi$	Keterangan
<i>Work-Family Balance*</i> Beban Kerja	0.544	0.295	0.000	Signifikan

Berdasarkan hasil pengolahan data untuk uji hipotesis korelasi memperoleh nilai pada *correlation coefficients*  $r=0.544$  dengan  $p=0.000$  ( $p<0.05$ ). Hasil analisis koefisien determinasi memperoleh nilai  $r^2=0.295$  yang berarti 29.5% dari beban kerja dalam memberikan sumbangan pada *work-family balance*. Hal tersebut menjelaskan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara beban kerja dan *work-family balance*.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat diasumsikan bahwa semakin tinggi beban kerja yang dimiliki oleh pekerja wanita maka semakin tinggi *work-family balance* pada pekerja wanita. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah beban kerja yang dimiliki oleh pekerja wanita maka semakin rendah *work-family balance* pada pekerja wanita. Kesimpulan dari penjelasan di atas menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima.

#### D. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel beban kerja dan variabel *work-family balance* pada pekerja wanita. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan bantuan program komputer *SPSS version 20 for windows* yang menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima karena terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel beban kerja dan variabel *work-family balance* pada pekerja wanita. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin

tinggi beban kerja maka semakin tinggi *work-family balance*. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah beban kerja maka semakin rendah *work-family balance*.

Hasil kategorisasi pada variabel beban kerja menunjukkan bahwa terdapat 15 responden berada pada kategori sangat rendah dengan memperoleh persentase sebesar 19.2%, 18 responden berada pada kategori rendah dengan memperoleh persentase sebesar 23.1%, 13 responden berada pada kategori sedang dengan memperoleh persentase sebesar 16.7%, 19 responden berada pada kategori tinggi dengan memperoleh persentase sebesar 24.4%, dan 13 responden berada pada kategori sangat tinggi dengan memperoleh persentase sebesar 16.7%. Hal ini menunjukkan bahwa beban kerja terbilang tinggi karena terdapat 19 responden pada kategori tersebut. Pekerja wanita yang termasuk dalam kategori tinggi dapat mempengaruhi *work-family balance*. Meningkatnya beban kerja menjadi pemicu para pekerja wanita untuk selalu berusaha menyeimbangkan antara pekerjaan dan rumah tangga.

Selanjutnya, hasil kategorisasi pada variabel *work-family balance* menunjukkan bahwa terdapat 15 responden berada pada kategori sangat rendah dengan memperoleh persentase sebesar 19.2%, 15 responden berada pada kategori rendah dengan memperoleh persentase sebesar 19.2%, 23 responden berada pada kategori sedang dengan memperoleh persentase sebesar 29.5%, 7 responden berada pada kategori tinggi dengan memperoleh persentase sebesar 9%, dan 18 responden berada pada kategori sangat tinggi dengan memperoleh persentase sebesar 23.1%. Hal ini menunjukkan bahwa *work-family balance* terbilang sedang karena terdapat 23 responden pada kategori tersebut. Pekerja wanita yang memiliki *work-family*

*balance* yang sedang tentu akan menerima beban kerja yang sedang maupun menerima beban kerja yang tinggi. Berdasarkan nilai *correlation coefficients* pada uji hipotesis korelasi memperoleh persentase sebanyak 29.5% dari beban kerja dalam memberikan sumbangan pada *work-family balance*, sehingga masih terdapat beberapa faktor lain yang mempengaruhi *work-family balance* seperti masih terjadi kebimbangan untuk membagi peran dalam pekerjaan maupun dalam rumah tangga, masih mengalami kesulitan membagi waktu antara menyelesaikan pekerjaan dengan menyelesaikan tugas rumah tangga, dan belum merasa puas dengan hasil yang diraih dalam pekerjaan maupun dalam rumah tangga.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ananda (2013) menjelaskan terdapat beberapa hal yang membuat para wanita memutuskan untuk bekerja, yaitu motif ekonomi, ingin membina karir, dan mempunyai kesadaran bahwa pembangunan tidak hanya memerlukan tenaga kerja pria saja, tetapi juga memerlukan tenaga kerja wanita. Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh Hariyanti, Aini, dan Purwaningsih (2013) menjelaskan bahwa kerja manusia bersifat mental dan fisik, maka masing-masing mempunyai tingkat pembebanan yang berbeda-beda. Penelitian yang dilakukan oleh Dhania (2010) menjelaskan bahwa beban kerja yang diterima harus disesuaikan dengan kemampuan fisik maupun kemampuan psikis seseorang dalam menyelesaikan pekerjaan. Azwar dan Siswanto (2015) menjelaskan bahwa beban kerja yang diberikan sesuai dengan kemampuan fisik dan mental seorang pekerja agar dapat menyeimbangkan peran dalam pekerjaan maupun menyeimbangkan peran dalam keluarga. Penelitian yang dilakukan oleh Puspitawati (2009) menjelaskan bahwa wanita yang bekerja

mempunyai waktu produktif dan domestik yang disebut peran ganda. Peran ganda yang dimiliki oleh wanita dapat mempengaruhi tingkat kelelahan. Puspitawati juga menjelaskan bahwa pekerja wanita yang dapat menyeimbangkan antara pekerjaan dan keluarga akan terjadi peningkatan kesejahteraan keluarga.

Pada akhirnya, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan dan kelemahan. Penggunaan teori yang kurang terbaru dalam penelitian ini dapat menimbulkan perbedaan situasi dalam penggunaan teori maupun penggunaan skala. Keterbatasan peneliti untuk memodifikasi alat ukur karena masih terdapat kalimat-kalimat dari beberapa aitem yang masih sulit dipahami oleh responden penelitian. Selanjutnya, kelemahan dari skala adalah aitem-aitem tidak sesuai dalam mewakili aspek-aspek variabel penelitian yang terdapat pada skala.

Kelemahan skala beban kerja pada aspek pertama yaitu tuntutan fisik, “*How much physical activity was required (e.g., pushing, pulling, turning, controlling, activating, etc)? Was the task easy or demanding, slow or brisk, slack or strenuous, restful or laborious?*”. Kelemahan dari aitem-aitem yang terdapat pada aspek tuntutan fisik dalam penelitian ini hanya meneliti aktivitas fisik yang sudah biasa dilakukan oleh responden penelitian dan seharusnya aitem-aitem pada aspek tuntutan fisik meneliti seberapa banyak jumlah aktivitas fisik yang diperlukan (seperti mendorong, menarik, memutar, mengendalikan, mengaktifkan, dan lain-lain)? Apakah tugas itu mudah atau menuntut, lambat atau cepat, kendur atau berat, tenang atau melelahkan.

Aspek kedua yaitu tuntutan usaha, *“How hard did you have to work (mentally and physically) to accomplish your level of performance?”*. Kelemahan dari aitem-aitem yang terdapat pada aspek tuntutan usaha dalam penelitian ini hanya meneliti besarnya usaha fisik yang dilakukan saat bekerja dan dalam aspek tuntutan usaha ini tidak ada aitem yang mengarah untuk mencapai tingkat kinerja yang baik. Aitem-aitem yang ada pada aspek tuntutan usaha seharusnya meneliti seberapa keras harus bekerja (secara mental dan secara fisik) untuk mencapai tingkat kinerja.

Aspek ketiga yaitu tuntutan mental, *“How much mental and perceptual activity was required (e.g., thinking, deciding, calculating, remembering, looking, searching, etc)? Was the task easy or demanding, simple or complex, exacting or forgiving?”*. Kelemahan dari aitem-aitem yang terdapat pada aspek tuntutan mental dalam penelitian ini hanya meneliti seberapa rumit pekerjaan yang dilakukan yang memaksimalkan daya ingat. Aitem-aitem yang ada pada aspek tuntutan mental seharusnya meneliti seberapa banyak aktivitas mental dan aktivitas perseptual yang diperlukan (misalnya berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, mencari, dan lain-lain)? Apakah tugas yang dilakukan itu mudah atau sulit, sederhana atau rumit, longgar atau ketat.

Aspek keempat yaitu tuntutan waktu, *“How much time pressure did you feel due to the rate or pace at which the tasks or task elements occurred? Was the pace slow and leisurely or rapid and frantic?”*. Kelemahan dari aitem-aitem yang terdapat pada aspek tuntutan waktu dalam penelitian ini hanya meneliti cepat atau tidaknya responden dalam menyelesaikan pekerjaan. Aitem-aitem yang ada pada

aspek tuntutan waktu seharusnya meneliti berapa banyak tekanan waktu yang dirasakan selama pekerjaan berlangsung dan apakah pekerjaan perlahan atau santai atau cepat dan melelahkan.

Aspek kelima yaitu tingkat frustrasi, "*How insecure, discouraged, irritated, stressed, and annoyed versus secure, gratified, content, relaxed, and complacent did you feel during the task?*". Kelemahan dari aitem-aitem yang terdapat pada aspek tingkat frustrasi dalam penelitian ini hanya meneliti muncul atau tidak muncul perasaan gelisah saat bekerja. Aitem-aitem yang ada pada aspek tuntutan waktu seharusnya meneliti seberapa tidak aman, putus asa, tersinggung, terganggu dibandingkan dengan perasaan aman, nyaman, dan kepuasan diri yang dirasakan.

Aspek keenam yaitu kinerja, "*How successful do you think you were in accomplishing the goals of the task set by the experimenter (or yourself)? How satisfied were you with your performance in accomplishing these goals?*". Kelemahan dari aitem-aitem yang terdapat pada aspek kinerja dalam penelitian ini hanya meneliti dapat pekerjaan dengan tepat waktu dan keberhasilan dalam mengerjakan tugas yang rumit. Aitem-aitem yang ada pada aspek kinerja seharusnya meneliti seberapa besar keberhasilan seseorang dalam pekerjaan dan seberapa puas dengan hasil pekerjaan.

Skala yang sudah dimodifikasi dalam penelitian masih mempunyai kelemahan-kelemahan dan untuk meminimalisir hal tersebut dalam penelitian selanjutnya dapat menggunakan skala yang disesuaikan dengan konsep penelitian serta responden yang akan diteliti sehingga dapat memperoleh hasil yang maksimal.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima yaitu terdapat hubungan positif antara beban kerja dengan *work-family balance* pada pekerja wanita di UKM pengasapan ikan. Menunjukkan bahwa semakin tinggi beban kerja maka semakin tinggi *work-family balance*. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah beban kerja maka semakin rendah *work-family balance*.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian di atas, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

##### 1. Saran untuk UKM

Berdasarkan hasil penelitian, UKM lebih memperhatikan beban kerja yang diberikan kepada para pekerja dan memperhatikan kesejahteraan para pekerja, khususnya para pekerja wanita. Hal tersebut dilakukan untuk mencegah menurunnya produktivitas para pekerja, para pekerja dapat menyeimbangkan tanggungjawab dalam pekerjaan maupun tanggungjawab rumah tangga, dan meningkatkan kesejahteraan para pekerja.

##### 2. Saran untuk penelitian selanjutnya

Berdasarkan serangkaian proses penelitian yang sudah dilaksanakan, diharapkan peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian mengenai beban kerja dan *work-family balance* dapat menggunakan teori terbaru, lebih

memperdalam hal-hal yang akan diteliti, skala yang digunakan sebaiknya disesuaikan dengan konsep penelitian dan responden yang akan diteliti, serta menggunakan bahasa yang lebih sederhana agar mudah dipahami oleh responden penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aamodt, M. G. (2010). *Industrial/organizational psychology 6<sup>th</sup> ed.* Wadsworth: Cengage Learning.
- Ananda, M. R. (2013). Self esteem antara ibu rumah tangga yang bekerja dengan yang tidak bekerja. *Jurnal Online Psikologi*, 1(1).
- Aryee, S., Srinivas, E. S., & Tan, H. H. (2005). Rhythms of life: Antecedents and outcomes of work-family balance in employed parents. *Journal of Applied Psychology*, 90(1), 132-246.
- Ayuningtyas, L., & Septarini, B. G. (2013). Hubungan family supportive supervision behaviors dengan work family balance pada wanita yang bekerja. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 2(1), 1-11.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, I. R., & Siswanto. (2015). Beban kerja, implikasinya terhadap motivasi kerja dengan kemampuan kerja sebagai variabel intervening. *Jurnal keuangan dan perbankan*, 19(3), 475-487.
- Badan Pusat Statistik. (2012). *Persentase penduduk berumur 15 tahun ke atas menurut jenis kegiatan seminggu yang lalu 2009-2012*. <https://www.bps.go.id/linkTabelStatis/view/id/1608> diakses pada tanggal 1 April 2017.
- Cleves, J. M. (1996). *Gender dan pembangunan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cucuan, H., & Fitriyani, E. (2017). Hubungan family supportive supervisor behaviors di tempat kerja dengan work family enrichment pada perempuan bekerja. *Jurnal Perempuan, Agama, dan Jender*, 16(1), 1-12.
- Deni, S. (2014). *42% wanita ri lebih pilih bekerja daripada diam dirumah*. <http://bisnis.liputan6.com/read/2019532/42-wanita-ri-lebih-pilih-bekerja-daripada-diam-di-rumah> diakses pada tanggal 7 Juli 2017.
- Dhanita, D. R. (2010). Pengaruh stres kerja, beban kerja terhadap kepuasan kerja (studi pada medical representatif di kota Kudus). *Jurnal Psikologi Universitas Muria Kudus*, 1(1), 15-23.
- Djajendra. (2013). *Work-life balance menciptakan etos kerja yang unggul*. <http://ekonomi.kompasiana.com/manajemen/2013/03/23/work-life-balance-menciptakan-etos-kerja-yang-unggul-545200.html> diakses pada tanggal 17 Maret 2017.
- Greenhaus, J. C., Collins, K. M., & Shaw, J. D. (2003). The relation between work-family balance and quality of life. *Journal of Vocational Behavior*, 63(3), 510-31.

- Hart, S. G., & Staveland, L. E. (1998). *Development of NASA-TLX (task load index) result of empirical and theoretical research*. Amsterdam: North-Holland.
- Hariyanti., Aini, F., & Purwaningsih, P. (2013). Hubungan antara beban kerja dengan stres kerja perawat di instalasi gawat darurat rsud kabupaten semarang. *Jurnal Manajemen Keperawatan*, 1(1), 48-56.
- Hikmah. (2017). Pengaruh konflik peran ganda, kebijakan kehidupan kerja dan dukungan organisasi terhadap kinerja melalui stres kerja pada tenaga kerja wanita. *Jurnal Agribisnis dan Ekonomi*, 1(2), 52-66.
- Hill, E. J., Hawkins, A. J., Ferris, M., & Weitzman, M. (2001). Finding an extra day a week: The positive influence of perceived job flexibility on work and family life balance. *Family Relations*, 50(1), 49-58.
- Jundillah, Z. N., Ahmad, L. O. A. I., & Saktiansyah, L. O. A. (2017). Analisis kejadian stres kerja pada perawat di kabupaten konawe kepulauan tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(6), 1-11.
- Kaur, J. (2013). Work-life balance: It's correlation with satisfaction with life and personality dimensions amongst college teachers. *International Journal of Marketing: Financial Services & Management Research*, 2(8), 24-35.
- Kristianti, I. Y. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dan work-life balance pada wanita pekerja usia dewasa dini. *Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.
- Maretno, A. & Haryono. (2015). Analisa beban kerja fisik dan mental dengan menggunakan work sampling dan NASA-TLX untuk menentukan jumlah operator. *Dinamika Rekayasa*, 11(2), 54-62.
- Munandar, A. S. (2012). *Psikologi industri dan organisasi*. Jakarta: UI Press.
- Mutia, M. (2014). Pengukuran beban kerja fisiologis dan psikologis pada operator pemetikan dan operator produksi teh hijau di pt mitra kerinci. *Jurnal Optimasi Sistem Industri*, 13(1), 503-517.
- Omar, M. K., Mohd. I. H., & Ariffin, M. S. (2015). Workload, role conflict, and work-life balance among employees of an enforcement agency in Malaysia. *International Journal of Business, Economics, and Law*, 8(2), 52-57.
- Prasetyarini, D. R., & Budiani, M. S. (2017). Hubungan antara beban kerja dengan prokrastinasi kerja. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 4(3), 1-7.
- Pratiwi, I. W. (2016). Work life balance. *Jurnal Psikologi*, 14(2).
- Prijayanti, I. (2015). Pengaruh beban kerja dan dukungan sosial terhadap burnout pada pekerja. *Skripsi*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.

- Puspitawati, H. (2009). Pengaruh strategi penyeimbangan antara aktivitas pekerjaan dan keluarga terhadap kesejahteraan keluarga subjektif pada perempuan bekerja di Bogor. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konseling*, 2(2).
- Putri, N. M. & Purwanti, E. Y. (2012). Analisis penawaran tenaga kerja wanita menikah dan faktor yang mempengaruhinya di Kabupaten Brebes. *Diponegoro Journal of Economics*, 1(1).
- Ruslani, L. & Nurfajriah. (2015). analisis beban kerja fisiologis dan psikologi karyawan pembuatan baju pt jaba garmino majalengka. *Bina Teknik*, 11(2), 114-123.
- Schabracq, M. J., Winnubst, J. A. M., & Cooper, C. L. (2003). *The handbook of work & health psychology*. England: John Wiley & Sons Ltd.
- Shah, S. S. H., Jaffari, A. R., Aziz, J., Ejaz, W., Ul-Haq, I., & Raza, S. N. (2011). Workload and performance of employees. *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Business*, 5(3), 256-267.
- Simanjuntak, R. A. & Situmorang, D. A. (2010). Analisis pengaruh shift kerja terhadap beban kerja mental dengan metode subjective workload assesment technique. *Jurnal Teknologi*, 3(1), 53-60.
- Sudarwati. (2015). Analisis peran ganda dosen wanita. *Jurnal Paradigma*, 12(2), 60-72.
- Sulaeman. (2017). Pengaruh beban kerja terhadap peningkatan kinerja pegawai pada dinas perindustrian provinsi nusa tenggara barat. *Jurnal Sangkareang Mataram*, 3(4), 1-6.
- Tarigan, C. F., & Ratnaningsih, I. Z. (2018). Hubungan antara work-family balance dengan kepuasan kerja. *Jurnal Empati*, 7(3), 244-251.
- Tarwaka, B. S., & Lilik, S. (2004). *Ergonomi untuk keselamatan, kesehatan kerja, dan produktivitas*. Surakarta: UNIBA Press.
- Thorntwaite, L. (2002). *Work family balance: International research on employee preferences*. Sydney: ACIRRT University of Sydney.
- Triaryati, N. (2003). Pengaruh adaptasi kebijakan mengenai work family issue terhadap absen dan turnover. *Jurnal manajemen & kewirausahaan*, 5(1), 85-96.
- Vulandari, R. T (2016). Pengaruh beban kerja individu, beban kerja organisasi, dan kepemimpinan terhadap kinerja karyawan (Studi kasus bank sinarmas klaten). *Journal of Mathematics Education, Science and Technology*, 1(2), 245-261.

# LAMPIRAN

**LAMPIRAN 1**

**SKALA UJI COBA**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA**  
**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**  
**Kampus Terpadu, Jalan Kaliurang KM. 14,5, Sleman, Yogyakarta**

**KATA PENGANTAR**

Assalamu'alaikum. Wr. Wb.

Ibu yang saya hormati, saya mahasiswa jurusan Psikologi dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia. Perkenankan saya belajar untuk belajar dari pengalaman Ibu dalam menyeimbangkan waktu dan peran dalam pekerjaan maupun keluarga serta menjalani pekerjaan yang ditekuni setiap hari. Bagaimana pikiran, perasaan, dan sikap yang muncul ketika Ibu melakukan pekerjaan di tempat kerja maupun tugas di rumah dan menghadapi setiap permasalahan terkait pekerjaan maupun rumah tangga, dan bagaimana Ibu menanggapi setiap peristiwa dalam pekerjaan maupun menyeimbangkan waktu dan peran dengan pekerjaan maupun keluarga.

Penelitian ini menjadi syarat kelulusan, sehingga saya meminta bantuan Ibu untuk mengisi kuesioner. Jawaban-jawaban yang Ibu berikan merupakan informasi yang sangat berharga. Oleh karena itu, Ibu tidak perlu ragu untuk menjawab **sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dan tidak ada jawaban yang salah karena semua jawaban adalah benar selama diisi dengan jujur**. Informasi yang sudah Ibu berikan **saya menjamin kerahasiaannya sesuai kode etik penelitian**.

Terima kasih banyak atas kebaikan, kesediaan, kejujuran, dan kesungguhan Ibu. Semoga Allah membalas dengan kebaikan yang lebih banyak dan kemuliaan yang lebih tinggi, Amin Yarobbal'alam.

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb.

Hormat saya,

Sarah Salsabila Ichwanhaq

**SKALA PENELITIAN****IDENTITAS RESPONDEN**

Nama (boleh inisial) :  
Usia : tahun  
Pendidikan terakhir :  
Lama bekerja : tahun  
Jumlah anak :

Dengan ini saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian dengan suka rela dan penuh kesadaran untuk mengisi kuesioner penelitian ini yang terdiri dari pernyataan-pernyataan yang sesuai dengan keadaan saya yang sebenarnya.

Demak, ..... Juni 2018

Tertanda,

---

Responden

**PETUNJUK Pengerjaan Kuesioner**  
**PETUNJUK Pengerjaan Kuesioner Bagian A**

Berilah tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang tersedia untuk setiap pernyataan. **Pilihlah jawaban sesuai dengan kondisi yang Ibu alami sehari-hari.** Terdapat beberapa pilihan jawaban pada setiap pernyataan, antara lain:

**STS** : Jika pernyataan tertulis **Sangat Tidak Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

**TS** : Jika pernyataan tertulis **Tidak Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

**N** : Jika pernyataan tertulis **Netral** dengan kondisi Ibu saat ini

**S** : Jika pernyataan tertulis **Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

**SS** : Jika pernyataan tertulis **Sangat Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

**BAGIAN A**

No.	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1	Waktu berkumpul saya dengan keluarga menjadi terbatas karena pekerjaan yang harus diselesaikan					
2	Saya merasa kurang puas dengan kondisi keluarga dan prestasi kerja yang saya capai hingga saat ini					
3	Saya terlambat datang ke tempat kerja ketika harus mengerjakan pekerjaan rumah tangga yang belum terselesaikan					
4	Saya memiliki waktu untuk berkumpul dengan tetangga atau teman meskipun sedang banyak pekerjaan					
5	Di sela-sela kesibukan kerja saya tetap bisa mengawasi perkembangan dan aktivitas sehari-hari anak-anak saya					
6	Saya tetap bekerja pada hari libur					
7	Berperan sebagai seorang ibu dan seorang pekerja merupakan suatu hal yang menyenangkan bagi saya					
8	Saya mengesampingkan berbagai kegiatan yang saya sukai karena harus bekerja sesuai tuntutan pekerjaan					
9	Saya merasa tertekan karena harus menyelesaikan berbagai tuntutan pekerjaan dan tugas rumah tangga sehari-hari					

10	Saya melewatkan acara bersama masyarakat tempat saya tinggal karena kesibukan pekerjaan					
11	Saya harus meninggalkan keluarga karena tuntutan pekerjaan yang banyak					
12	Saya puas terhadap apa yang saya raih dalam pekerjaan maupun keluarga					
13	Saya tetap terlibat dalam menyiapkan keperluan keluarga sehari-hari meskipun memiliki kesibukan kerja					
14	Tanggungjawab pekerjaan mengurangi waktu saya bersama suami					
15	Saya merasa puas karena pekerjaan yang saya jalani tetap memungkinkan saya untuk menjalankan peran saya di dalam keluarga					
16	Saya merasa bangga dengan pencapaian kerja yang saya peroleh saat ini di tengah berbagai tuntutan keluarga yang harus saya penuhi					
17	Saya tetap meluangkan waktu untuk melakukan kegiatan atau hobi yang saya minati meskipun saya sibuk bekerja					
18	Pada waktu yang bersamaan, saya sulit memilih antara menghadiri kegiatan bersama anak-anak atau tetap bekerja					
19	Tuntutan kerja yang sulit membuat saya sempat berpikir untuk berhenti bekerja sehingga dapat mengurus dan memberikan perhatian penuh pada keluarga					
20	Saya memiliki waktu istirahat yang cukup ketika merasa lelah dan bosan terhadap pekerjaan					
21	Saya dapat mengikuti kegiatan-kegiatan di masyarakat meskipun saya sibuk bekerja dan mengurus rumah tangga					
22	Saya tetap memiliki waktu untuk bermain dengan keluarga di tengah kesibukan saya untuk bekerja					
23	Saya merasa kecewa dengan prestasi kerja saya selama ini karena kesibukan saya mengurus keluarga					
24	Pekerjaan rumah saya terbengkalai karena saya kelelahan akibat tuntutan tugas yang berat di tempat kerja					
25	Saya merasa puas dengan kehidupan bertetangga yang saya jalani di sela-sela kesibukan peran saya sebagai pekerja					

26	Kegiatan di tempat kerja, di rumah, maupun di masyarakat saya jalani dengan senang hati					
27	Saya memiliki waktu untuk bersantai dengan keluarga meskipun harus bekerja					
28	Saya bersemangat menyelesaikan pekerjaan di tempat kerja maupun tanggungjawab di dalam keluarga dan di lingkungan tempat tinggal					
29	Saya mampu membagi waktu untuk menyelesaikan tugas di tempat kerja maupun di rumah dengan baik					
30	Apa yang saya lakukan untuk keluarga dan pekerjaan sesuai dengan harapan saya					
31	Saya menggunakan waktu sepulang bekerja untuk mengikuti acara-acara di lingkungan tempat saya tinggal (arisan, perkumpulan rutin, dan sebagainya)					
32	Saya memilih untuk meninggalkan pekerjaan pada saat anak atau pasangan saya sedang sakit					
33	Saya tetap fokus bekerja ketika sedang mengalami masalah dalam keluarga					
34	Saya tetap dapat menyelesaikan pekerjaan rumah tangga ketika banyak tuntutan kerja di tempat kerja					
35	Saya kesulitan mengikuti acara bersama keluarga karena jadwal kerja yang ketat					
36	Saya merasa terganggu saat melakukan kegiatan di rumah karena memikirkan masalah yang terjadi di tempat kerja					
37	Saya mempunyai waktu untuk menemani anak saya bermain atau belajar setelah pulang bekerja					
38	Saya mampu menyelesaikan tanggungjawab di rumah tanpa mengganggu aktivitas saya di tempat kerja					
39	Saya merasa sedih karena tuntutan kerja menyulitkan saya untuk mengasuh anak sepenuhnya					
40	Saya tetap melakukan kegiatan bersama keluarga seperti biasa meskipun sedang memiliki masalah dengan rekan kerja					
41	Beberapa pekerjaan rumah tangga terbengkalai karena saya kelelahan setelah bekerja					
42	Waktu yang saya miliki lebih banyak saya gunakan untuk urusan pekerjaan daripada aktivitas pribadi					

43	Saya merasa gelisah saat bekerja karena mengkhawatirkan kondisi anak-anak saya di rumah					
44	Waktu berkumpul saya dengan keluarga menjadi terbatas karena harus bekerja lembur					
45	Saya merasa bersalah karena tuntutan pekerjaan membuat perhatian saya kepada keluarga menjadi berkurang					
46	Waktu saya untuk berinteraksi dengan teman dan tetangga menjadi terbatas karena harus bekerja					
47	Kesibukan kerja membuat saya kesulitan untuk memenuhi tanggungjawab dan peran saya dalam keluarga					
48	Saya menyempatkan diri untuk mengantar anak ke sekolah di sela-sela kesibukan saya untuk bekerja					

### PETUNJUK Pengerjaan Kuesioner

#### PETUNJUK Pengerjaan Kuesioner Bagian B

Berilah tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang tersedia untuk setiap pernyataan. **Pilihlah jawaban sesuai dengan kondisi yang Ibu alami sehari-hari.** Terdapat beberapa pilihan jawaban pada setiap pernyataan, antara lain:

**STS** : Jika pernyataan tertulis **Sangat Tidak Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

**TS** : Jika pernyataan tertulis **Tidak Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

**N** : Jika pernyataan tertulis **Netral** dengan kondisi Ibu saat ini

**S** : Jika pernyataan tertulis **Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

**SS** : Jika pernyataan tertulis **Sangat Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

#### BAGIAN B

No.	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1	Duduk lebih dari dua jam					
2	Terkadang saya melakukan pekerjaan lain saat pekerjaan sudah selesai					
3	Saya harus bekerja lembur untuk menyelesaikan pekerjaan					

4	Saya harus naik turun tangga setiap harinya saat bekerja					
5	Saya kurang cekatan dalam bekerja sehingga pekerjaan saya tidak selesai tepat waktu					
6	Pekerjaan saya tidak mengharuskan untuk berpacu dengan waktu					
7	Setelah menyelesaikan tugas yang sangat rumit, saya merasa lega ketika orang lain memuji hasil kerja saya					
8	Pekerjaan yang saya lakukan di tempat kerja hanya mengangkat telepon					
9	Saya bersikap santai ketika target tidak tercapai sesuai dengan standar pekerjaan di tempat kerja					
10	Saya nyaman dan aman di tempat saya bekerja					
11	Saya dapat menikmati pekerjaan yang saya lakukan					
12	Saya memaksimalkan daya ingat saya dalam bekerja					
13	Saya mudah putus asa menghadapi masalah yang sulit diselesaikan saat bekerja					
14	Tugas yang menumpuk membuat saya mengantuk saat bekerja					
15	Pekerjaan saya memiliki kerumitan yang tinggi, sehingga mengharuskan saya untuk berpikir keras					
16	Saya tidak serius dalam mengerjakan pekerjaan					
17	Saya harus bekerja sangat cepat untuk menyelesaikan pekerjaan saya					
18	Aktivitas fisik saya di tempat kerja melelahkan bagi saya					
19	Saya merasa gelisah ketika pekerjaan saya belum selesai sesuai dengan target					
20	Saat bekerja saya memiliki waktu luang untuk bersantai					
21	Saat jam kerja selesai, saya tetap pulang meskipun pekerjaan saya belum selesai					
22	Pekerjaan saya membuat saya jarang istirahat					

23	Saya berhasil dalam setiap tugas rumit yang saya kerjakan dengan hasil yang memuaskan					
24	Saya merasa kurang puas dengan hasil pekerjaan saya					

TELITI KEMBALI JAWABAN ANDA SEBELUM KUESIONER DIKEMBALIKAN  
TERIMA KASIH

**LAMPIRAN 2**

**TABULASI DATA UJI COBA**

TABULASI DATA UJI COBA SKALA BEBAN KERJA

R E S P O N D E N	AITEM																								T O T A L
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
1	4	4	2	1	5	4	4	5	4	1	1	4	2	4	4	5	4	1	4	4	5	2	4	4	82
2	5	3	2	1	4	4	4	5	5	3	2	4	2	5	3	5	4	3	5	4	5	4	5	5	92
3	4	4	2	1	4	3	4	5	5	2	1	5	2	5	4	5	4	2	4	4	5	2	4	4	85
4	3	3	1	1	4	5	4	5	4	2	1	3	2	5	3	4	5	2	4	4	5	2	4	5	81
5	4	3	2	2	5	4	4	5	4	2	2	4	2	5	3	4	3	3	2	3	5	1	3	5	80
6	4	4	2	1	5	4	5	5	5	2	1	4	2	5	3	4	4	3	4	4	5	1	5	4	86
7	4	4	2	1	4	3	5	5	4	1	2	5	1	4	4	4	5	2	4	4	5	2	3	5	83
8	4	3	2	1	5	5	5	5	4	2	1	4	2	5	4	5	5	2	4	3	4	2	5	4	86
9	5	4	1	1	5	2	5	5	4	2	1	5	2	5	4	5	3	5	5	5	5	1	4	5	89
10	4	3	2	1	4	4	4	4	4	2	1	4	1	5	4	5	4	4	4	4	5	2	5	4	84

<b>11</b>	2	3	1	1	4	1	4	5	5	1	1	3	1	4	2	4	4	1	4	4	4	1	4	5	69
<b>12</b>	4	5	1	1	4	5	5	5	4	1	1	5	1	5	4	4	5	3	5	5	4	1	4	5	87
<b>13</b>	4	4	2	1	4	5	4	5	5	1	1	4	1	5	3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	82
<b>14</b>	5	4	1	1	4	2	5	5	4	2	1	4	1	5	3	4	5	3	5	5	5	1	3	5	83
<b>15</b>	2	1	1	1	5	4	4	5	4	2	1	2	5	4	3	5	4	1	4	5	4	1	5	5	78
<b>16</b>	4	4	1	1	4	4	4	5	4	2	1	4	2	5	3	5	2	4	2	5	4	1	4	4	79
<b>17</b>	4	3	2	2	4	3	4	4	5	2	2	3	2	5	3	4	3	3	2	2	5	2	5	5	79
<b>18</b>	4	3	1	1	4	4	4	4	5	1	1	4	2	4	3	4	2	3	1	5	4	2	3	4	73
<b>19</b>	4	3	1	1	5	4	5	5	4	1	1	4	1	5	4	5	5	3	5	5	5	2	4	5	87
<b>20</b>	3	3	1	1	5	4	4	5	5	2	1	3	2	5	3	4	4	1	4	4	4	5	5	5	83
<b>21</b>	5	4	1	1	4	2	4	5	5	1	1	4	2	5	3	4	3	3	2	2	5	2	5	5	78
<b>22</b>	4	3	3	2	4	3	3	5	4	2	2	3	1	5	3	4	3	3	1	4	5	1	3	5	76
<b>23</b>	3	3	1	1	5	2	3	5	4	3	2	3	2	4	4	5	1	4	1	2	4	2	4	5	73
<b>24</b>	4	4	1	1	5	4	5	5	5	3	2	4	2	5	3	4	4	2	5	5	4	1	4	5	87
<b>25</b>	3	2	1	1	4	5	3	4	4	3	2	5	2	5	4	4	3	2	4	3	4	2	4	4	78
<b>26</b>	4	5	2	1	4	3	4	5	5	1	1	5	2	5	4	4	3	4	5	5	5	2	5	5	89
<b>27</b>	4	3	1	1	4	5	4	5	5	1	1	4	2	5	3	5	4	5	5	5	4	2	4	5	87

<b>28</b>	4	4	1	1	4	2	4	5	4	2	2	4	1	4	4	5	4	4	4	5	4	2	4	4	82	
<b>29</b>	3	3	1	1	5	3	4	4	5	1	2	3	2	5	3	4	3	3	2	3	5	1	5	5	76	
<b>30</b>	4	5	2	1	4	5	4	5	4	1	1	5	1	5	5	5	5	3	4	4	5	1	5	5	89	
<b>31</b>	3	2	1	1	5	2	3	4	4	2	1	5	1	5	3	5	2	3	4	4	4	4	1	4	4	73
<b>32</b>	3	2	2	1	4	4	3	5	5	2	2	3	1	5	4	4	5	2	4	4	5	1	5	4	80	
<b>33</b>	5	5	2	1	5	4	4	5	4	2	1	4	1	5	3	5	5	3	5	5	4	2	4	4	88	
<b>34</b>	3	5	1	1	5	2	4	5	5	1	1	5	2	5	4	5	4	3	4	4	4	2	5	5	85	
<b>35</b>	4	3	1	1	4	5	5	5	5	2	2	3	1	4	3	5	4	2	5	5	4	1	4	4	82	
<b>36</b>	4	5	2	1	5	5	4	5	4	1	2	4	2	4	3	5	4	3	5	4	5	2	4	5	88	
<b>37</b>	4	3	1	1	4	5	4	5	4	2	2	4	2	5	4	4	4	2	5	5	5	2	4	5	86	
<b>38</b>	3	2	1	1	4	4	3	5	5	1	2	3	1	4	3	4	3	4	4	3	4	1	4	4	73	
<b>39</b>	4	2	1	1	5	4	4	5	5	1	1	4	2	5	3	5	4	2	5	5	5	2	4	4	83	
<b>40</b>	4	5	2	1	5	2	4	4	5	2	1	4	2	5	4	5	4	2	5	2	5	2	5	5	85	
<b>41</b>	3	4	1	1	5	5	4	5	5	2	1	5	2	4	4	5	5	3	4	3	4	1	4	5	85	
<b>42</b>	2	2	1	1	4	5	4	5	4	3	2	3	1	5	4	4	5	4	5	4	5	1	4	4	82	
<b>43</b>	4	4	1	1	5	5	4	5	4	2	1	5	2	4	4	4	4	3	4	5	5	1	4	5	86	
<b>44</b>	4	5	1	1	5	3	4	5	4	2	2	4	2	5	4	5	3	4	4	4	5	1	3	5	85	

45	4	4	2	1	4	2	3	5	4	1	1	4	1	5	4	5	4	2	3	4	4	1	4	4	76
46	5	4	2	1	4	4	3	5	5	2	1	3	1	4	3	4	2	2	5	5	4	1	4	4	78
47	5	5	1	1	5	3	4	5	5	3	2	4	1	3	3	4	5	3	4	2	4	2	4	5	83
48	3	3	1	1	5	2	3	5	4	2	1	4	1	3	3	4	4	1	4	4	5	2	3	5	73
49	4	4	1	1	4	4	4	5	5	2	1	4	1	5	4	5	4	2	4	5	5	2	4	4	84
50	5	4	2	1	5	5	5	5	4	1	2	4	1	4	4	5	4	3	4	5	4	2	5	5	89
51	5	4	1	1	4	4	3	4	5	3	2	5	1	4	4	5	4	4	4	4	5	2	3	4	85
52	4	3	2	1	5	4	4	5	4	2	1	5	2	4	3	5	5	5	5	5	5	5	4	5	93
53	3	2	2	1	5	4	5	5	5	2	2	4	1	4	3	4	4	3	5	5	5	2	4	5	85
54	4	5	2	1	4	5	4	5	5	2	1	4	1	5	4	4	5	3	5	5	5	2	4	5	90
55	4	3	2	1	5	4	4	5	4	2	1	3	1	4	3	4	4	2	5	5	5	2	5	5	83
56	3	3	1	1	5	4	5	5	4	1	1	4	2	4	4	4	4	2	5	4	4	2	4	5	81
57	4	5	2	1	4	5	4	5	5	2	1	5	2	5	4	4	5	4	5	5	4	1	4	5	91
58	4	3	2	1	5	4	5	5	4	2	1	4	1	4	3	5	4	4	4	4	5	2	5	4	85
59	4	4	2	1	5	4	4	5	5	1	1	5	1	5	4	4	5	5	5	5	5	2	4	5	91
60	4	4	1	1	4	4	5	5	5	2	1	3	2	4	3	5	4	4	5	4	5	2	5	4	86
61	3	3	1	1	5	4	5	5	5	2	1	3	1	4	5	5	4	3	5	4	5	2	5	4	85

<b>62</b>	3	3	1	1	5	4	4	5	5	2	1	4	2	5	4	4	3	2	4	4	4	1	4	4	79
<b>63</b>	5	4	2	1	4	5	5	5	4	1	1	5	2	5	4	5	5	3	5	5	4	2	4	5	91
<b>64</b>	4	5	2	1	5	5	4	5	5	1	2	5	1	4	4	5	5	3	4	5	4	1	4	4	88
<b>65</b>	5	3	2	1	4	5	4	5	4	1	1	4	1	5	4	4	5	5	4	3	4	1	4	5	84
<b>66</b>	4	3	2	1	5	5	5	5	4	2	1	4	2	4	4	5	5	3	4	3	5	2	5	5	88
<b>67</b>	4	4	2	1	5	4	5	5	5	1	1	5	2	3	3	4	4	2	3	4	5	2	3	4	81
<b>68</b>	4	3	1	1	4	4	5	5	4	2	1	4	2	4	3	5	4	5	5	4	5	1	4	4	84
<b>69</b>	4	3	1	1	4	5	4	5	5	2	2	3	1	5	3	5	4	4	4	4	5	2	4	5	85
<b>70</b>	2	2	1	1	4	5	4	5	4	3	2	4	1	4	3	5	4	3	5	2	4	1	4	5	78
<b>71</b>	5	4	2	1	4	5	4	5	4	1	1	4	1	4	4	4	5	3	5	3	4	1	4	4	82
<b>72</b>	3	4	1	1	5	4	3	5	4	2	2	3	2	5	3	4	4	2	4	4	4	1	3	5	78
<b>73</b>	5	3	2	1	5	4	4	5	5	3	1	4	2	5	3	4	5	3	4	4	5	2	4	5	88
<b>74</b>	2	1	2	1	5	5	4	5	4	2	1	4	2	5	3	5	4	1	4	5	4	1	5	5	80
<b>75</b>	5	5	2	1	4	4	5	5	5	1	1	5	1	4	4	5	4	2	5	4	5	1	4	4	86
<b>76</b>	3	3	2	1	5	4	4	5	5	3	2	4	2	5	3	4	5	3	4	4	4	2	4	5	86
<b>77</b>	4	3	2	1	4	5	5	5	5	2	1	4	2	4	4	4	5	3	4	3	5	2	5	5	87
<b>78</b>	3	3	1	1	5	5	3	5	4	3	2	4	2	5	3	4	4	5	5	4	4	1	4	4	84

TABULASI DATA UJI COBA SKALA *WORK-FAMILY BALANCE*

R E S P O N D E N	AITEM																																																T O T A L		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48			
1	5	4	4	5	3	5	5	1	3	4	4	4	4	5	4	5	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	5	4	4	5	4	3	4	4	5	4	3	4	5	4	5	4	1	5	1	3	4	3	187	
2	5	5	5	4	5	5	5	4	5	3	4	5	4	5	5	4	4	4	5	5	4	5	5	5	4	4	3	5	4	4	4	2	5	4	5	4	4	5	4	4	5	5	3	5	3	5	4	4	209		
3	4	4	4	4	4	4	5	1	5	4	4	4	4	5	4	5	3	4	5	4	3	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	3	4	5	5	5	4	5	4	4	5	3	2	5	5	4	4	3	196		
4	4	5	5	4	5	4	4	3	5	4	5	5	5	4	5	4	3	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	3	5	4	4	4	2	5	4	5	5	4	5	4	4	5	5	2	4	2	5	5	2	201	
5	4	5	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	3	3	4	4	4	5	4	4	4	4	3	5	5	5	4	2	3	4	4	198
6	4	5	3	4	5	4	4	2	3	4	5	5	5	4	4	3	2	4	5	4	4	5	5	5	4	4	3	4	5	4	4	3	4	5	4	4	5	4	5	4	4	5	3	4	2	4	4	4	194		
7	5	5	4	4	5	5	5	4	3	4	5	5	5	4	4	5	4	4	5	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4	4	4	1	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	4	2	4	1	3	4	4	202	
8	5	4	5	5	3	4	5	2	4	3	4	4	5	4	4	3	2	4	5	5	4	4	5	4	5	5	4	4	4	5	4	2	3	5	5	4	4	4	3	4	5	5	5	4	2	3	4	4	194		
9	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	4	4	5	5	5	4	5	5	4	5	5	4	5	4	4	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	1	4	2	5	5	4	211
10	4	5	5	4	5	5	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	2	5	3	4	5	4	207

<b>11</b>	4	5	5	4	3	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	3	4	4	5	3	4	5	4	4	4	5	5	4	5	1	5	4	4	5	3	5	4	5	4	4	3	4	1	4	5	2	199		
<b>12</b>	5	5	5	4	4	4	5	4	3	4	5	5	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4	5	2	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	3	5	2	5	4	4	212		
<b>13</b>	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	4	5	4	5	5	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	5	4	3	4	3	4	5	4	213			
<b>14</b>	4	3	5	4	5	5	5	2	4	3	5	3	5	4	3	3	1	4	4	5	5	4	4	5	3	4	4	4	4	3	5	1	5	4	4	4	5	5	4	5	4	5	2	4	2	4	5	4	189		
<b>15</b>	3	4	5	4	3	5	5	3	5	4	4	4	3	4	4	4	3	4	5	5	4	3	4	5	4	4	5	4	4	4	5	2	5	4	5	5	3	5	5	4	5	4	3	4	2	5	4	2	194		
<b>16</b>	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4	5	4	3	4	4	5	3	5	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	5	2	2	4	4	4	4	2	4	5	5	191
<b>17</b>	3	4	5	3	3	4	4	3	4	4	5	3	4	5	4	3	2	4	4	4	3	3	4	4	3	4	5	5	4	3	3	2	4	4	4	4	3	4	5	3	4	5	5	3	3	4	4	3	180		
<b>18</b>	4	4	5	4	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	3	3	3	5	4	4	4	4	4	4	5	3	4	5	4	4	4	4	3	198		
<b>19</b>	4	5	5	4	5	4	5	2	4	3	5	4	4	5	5	4	2	5	4	4	4	5	5	4	4	5	5	4	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	4	1	4	2	4	4	4	203		
<b>20</b>	3	4	3	3	4	5	5	2	3	4	4	5	4	4	4	3	2	3	5	5	3	4	4	4	4	5	4	5	5	5	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	5	3	5	4	5	4	3	188	
<b>21</b>	5	4	5	3	2	5	4	2	4	4	4	3	4	5	5	3	3	4	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5	4	3	4	4	5	4	5	5	4	4	4	5	3	5	2	4	2	4	5	2	192		
<b>22</b>	5	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	3	3	4	4	4	4	4	4	5	5	3	5	4	4	5	5	5	4	4	203	
<b>23</b>	4	5	4	4	5	5	5	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	3	2	5	4	5	5	5	3	4	3	2	2	3	4	2	4	4	2	192		
<b>24</b>	5	5	5	4	5	5	4	4	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	4	5	5	4	3	4	4	5	4	5	4	1	4	4	4	5	5	4	3	4	4	5	3	5	2	4	5	4	203		
<b>25</b>	5	4	4	3	4	5	4	3	4	3	4	4	4	3	5	4	2	4	4	4	3	3	5	5	3	5	3	5	4	3	3	1	4	4	5	3	3	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	2	183		
<b>26</b>	4	4	4	4	5	4	5	4	5	4	4	5	5	4	5	4	1	5	5	5	3	4	4	5	3	4	3	4	4	5	3	2	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	5	4	201		
<b>27</b>	4	5	4	4	5	4	5	3	4	4	5	5	4	5	4	3	3	4	5	4	4	5	5	4	4	4	3	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	5	5	4	4	1	4	1	3	5	4	196	

<b>28</b>	5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	2	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	3	4	4	5	4	5	5	4	4	4	5	5	5	2	4	5	4	205		
<b>29</b>	4	4	5	4	5	4	5	5	4	5	4	5	5	4	5	4	1	4	4	5	5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	5	4	3	4	4	5	5	3	4	3	5	1	5	4	1	191		
<b>30</b>	5	4	5	4	5	4	4	5	5	4	5	5	5	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	2	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	4	5	3	4	4	214		
<b>31</b>	3	3	4	5	4	5	4	2	4	5	4	4	5	5	4	4	2	4	5	4	4	3	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	3	5	3	4	4	5	5	5	4	5	3	4	4	3	198		
<b>32</b>	4	5	3	4	3	5	5	1	3	3	4	4	5	4	5	4	1	3	5	5	3	3	4	5	4	5	3	5	4	4	3	5	4	5	5	5	3	4	5	4	5	5	3	4	3	4	5	2	190		
<b>33</b>	5	4	5	5	5	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	3	5	5	4	5	1	4	5	5	4	5	5	4	5	5	5	2	4	2	5	5	4	213		
<b>34</b>	4	5	4	5	4	5	4	2	4	5	4	4	5	5	5	4	2	5	5	4	4	4	3	4	4	5	4	5	4	5	5	4	4	4	5	4	3	4	2	4	5	5	1	5	2	4	4	3	195		
<b>35</b>	4	5	3	3	4	5	5	4	4	3	5	4	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	5	3	4	5	4	4	1	4	3	5	4	4	5	4	3	5	4	2	4	1	5	4	4	192		
<b>36</b>	4	3	5	4	4	5	4	5	4	4	5	4	4	5	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	4	5	5	4	5	4	5	3	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	4	5	2	5	5	4	212		
<b>37</b>	5	4	3	4	5	4	4	3	5	4	5	5	5	5	5	4	3	5	5	5	4	4	4	5	4	5	3	5	4	5	4	2	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	4	5	4	5	5	4	207		
<b>38</b>	3	5	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5	4	2	5	4	4	3	3	4	5	4	4	5	4	5	4	5	5	4	4	5	4	4	5	3	4	4	5	4	5	3	4	1	4	5	1	197
<b>39</b>	5	5	3	5	5	5	5	3	5	4	5	5	4	4	5	4	3	4	5	5	4	5	5	5	4	4	5	4	5	4	4	3	5	4	4	5	4	4	4	5	5	4	2	5	3	5	5	3	208		
<b>40</b>	4	4	5	5	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	4	4	1	3	5	5	4	4	3	4	5	4	3	5	4	5	3	2	4	5	5	4	4	4	5	4	5	4	2	5	2	3	4	4	195		
<b>41</b>	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	4	3	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	2	4	1	3	4	3	197	
<b>42</b>	4	5	3	3	3	5	4	2	5	4	4	4	4	5	4	4	2	3	4	5	4	3	4	5	4	5	3	4	5	4	4	4	5	4	5	5	3	4	4	4	5	4	3	5	2	5	4	2	190		
<b>43</b>	5	5	4	3	5	4	5	3	5	5	5	4	5	4	4	4	3	4	4	4	5	5	4	5	5	5	3	4	5	4	5	3	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	3	3	4	2	4	5	4	205	
<b>44</b>	5	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	4	5	5	4	4	1	4	5	4	4	5	5	5	4	5	4	5	4	4	4	1	4	5	5	4	4	5	5	4	5	4	4	5	2	3	4	2	203		

45	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5	2	4	5	4	5	5	4	4	4	5	5	5	4	4	5	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	5	2	4	5	2	202						
46	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	3	4	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	4	4	4	5	4	4	5	5	5	4	5	4	3	2	4	1	4	5	3	210					
47	5	3	5	4	5	4	5	1	5	3	4	4	5	4	4	4	1	4	5	4	4	5	5	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5	5	5	4	5	4	3	4	4	5	1	4	2	5	4	4	196					
48	5	5	5	4	3	4	4	3	4	5	4	4	5	5	4	3	3	3	4	5	3	3	5	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	5	5	3	4	5	3	5	5	2	4	5	3	5	2	191					
49	4	5	3	4	5	5	4	1	3	3	4	4	5	4	4	3	1	4	4	5	3	4	4	5	4	4	3	5	4	4	3	1	4	5	4	3	4	4	4	4	5	5	2	4	1	4	5	4	181					
50	4	5	4	4	5	5	5	4	5	4	5	4	4	5	4	3	4	5	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	4	213				
51	4	5	5	5	4	5	4	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	4	5	5	4	4	5	4	2	5	4	4	5	5	5	4	5	4	3	2	5	3	5	5	4	209					
52	3	5	4	4	4	5	5	3	5	4	5	5	4	4	5	4	3	4	5	4	4	4	4	5	4	4	3	5	4	5	4	3	4	5	5	5	4	5	5	4	5	4	4	4	3	4	5	3	203					
53	5	4	3	5	3	5	4	2	4	3	5	4	5	4	5	4	1	5	4	5	4	5	4	5	4	4	3	5	4	4	4	3	5	5	4	4	3	4	5	5	5	4	4	4	2	4	5	2	194					
54	5	4	5	4	4	4	5	3	4	4	5	5	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	3	4	4	5	4	4	5	4	4	5	5	3	4	2	4	5	4	201					
55	5	4	3	3	4	4	5	2	4	3	4	4	5	5	5	4	4	4	5	4	3	5	4	4	4	5	5	4	5	4	3	2	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	3	4	3	5	5	2	197					
56	4	4	4	5	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	4	4	5	4	4	5	4	3	2	5	5	5	5	4	5	5	5	4	4	2	4	2	5	4	4	205				
57	5	5	5	4	5	5	5	1	5	4	5	5	4	4	4	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	4	3	4	5	4	5	3	4	5	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5	4	4	3	2	5	2	4	5	5	207
58	3	4	4	4	3	4	4	2	4	5	4	4	4	4	5	3	2	5	5	5	4	3	4	5	4	5	3	4	5	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	4	5	5	3	5	4	5	4	2	196				
59	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	2	5	2	4	5	5	218				
60	3	4	5	4	4	4	4	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	3	5	5	4	4	4	4	3	4	3	4	5	4	205		
61	5	5	5	4	3	4	5	2	4	4	5	4	5	5	4	5	2	5	4	5	4	3	5	4	4	5	5	4	5	4	4	2	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	3	4	5	2	197			

<b>62</b>	3	5	3	4	3	5	5	3	4	4	4	5	4	5	4	4	3	3	4	5	4	3	5	4	4	5	4	5	5	4	4	1	3	4	4	4	3	4	4	4	5	3	5	3	4	5	2	189				
<b>63</b>	4	5	5	4	5	5	5	4	5	3	5	4	4	4	5	4	4	4	5	4	3	4	4	5	4	5	4	5	3	4	3	2	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	2	4	2	3	4	4	201			
<b>64</b>	4	5	4	4	4	4	4	2	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	4	4	4	5	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	2	5	1	5	5	4	203			
<b>65</b>	4	5	4	4	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	4	5	4	4	5	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5	5	4	4	1	4	4	5	5	5	4	5	5	5	4	2	5	1	4	5	4	206		
<b>66</b>	5	5	4	5	4	4	5	4	3	3	4	5	4	5	4	4	3	5	4	4	5	5	5	4	4	5	4	5	5	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	3	2	4	2	3	5	4	205			
<b>67</b>	4	4	5	5	4	4	5	2	4	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	5	3	4	4	5	4	4	5	4	4	5	3	5	4	4	4	5	5	4	4	4	3	1	4	2	4	4	3	196			
<b>68</b>	4	5	4	4	5	4	5	3	4	5	4	4	4	5	4	3	3	4	5	4	4	5	4	5	4	5	3	5	4	5	4	3	4	4	5	5	5	4	4	5	5	4	1	4	2	4	4	4	198			
<b>69</b>	4	5	4	5	5	4	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	3	4	4	5	3	5	4	4	5	4	3	3	5	5	4	4	4	5	4	5	5	4	2	5	2	3	5	4	205			
<b>70</b>	4	5	3	4	3	5	4	1	5	3	4	4	5	5	4	3	1	3	5	5	3	3	4	5	5	4	2	4	5	4	3	1	4	5	4	4	3	5	3	5	4	4	5	4	5	4	5	2	185			
<b>71</b>	5	5	5	5	5	4	4	3	5	3	4	4	4	5	5	4	3	4	4	4	3	4	5	5	3	4	3	4	5	4	3	4	4	5	5	5	4	5	3	5	3	4	2	5	1	4	5	2	194			
<b>72</b>	5	5	5	5	3	5	5	1	4	4	5	4	4	4	4	4	1	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5	4	5	4	4	4	5	4	5	5	4	3	5	4	4	5	3	4	2	4	5	2	197			
<b>73</b>	5	5	4	3	5	4	4	3	5	4	4	4	4	5	4	5	3	5	4	5	4	5	5	4	4	5	3	5	5	4	4	3	4	5	4	5	5	4	5	4	4	3	2	4	2	4	4	4	199			
<b>74</b>	4	5	3	4	3	5	5	5	4	3	5	4	5	4	4	5	1	4	5	5	3	3	4	5	4	3	5	5	4	3	3	2	5	4	4	4	3	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	2	192			
<b>75</b>	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	3	4	5	4	4	5	4	3	5	3	5	4	4	5	5	5	4	5	5	4	1	5	1	4	5	4	211			
<b>76</b>	4	4	5	4	5	5	5	3	4	3	4	5	4	4	5	4	3	5	4	5	3	5	5	4	4	5	4	5	4	4	4	3	4	5	4	4	5	5	5	4	4	4	3	4	2	4	5	4	201			
<b>77</b>	5	4	4	4	5	5	5	3	4	4	5	5	4	4	5	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4	4	5	3	5	4	5	4	3	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	3	5	3	5	5	4	206
<b>78</b>	5	5	5	4	5	4	4	3	4	5	4	5	4	4	4	3	3	4	5	4	5	4	5	5	4	4	3	5	4	3	4	3	4	5	4	4	5	5	5	4	4	4	3	4	1	4	4	4	197			



**LAMPIRAN 3**

**UJI VALIDITAS**

**DAN**

**RELIABILITAS**

## VALIDITAS DAN RELIABILITAS

### BEBAN KERJA

#### PUTARAN 1

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.563	24

#### Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	3.467	1.038	4.897	3.859	4.716	1.545	24
Inter-Item Correlations	.038	-.490	.561	1.051	-1.144	.023	24

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
bk1	79.3974	22.243	.342	.	.525
bk2	79.7308	22.121	.261	.	.537
bk3	81.7179	24.023	.226	.	.548
bk4	82.1795	25.889	-.231	.	.574
bk5	78.7179	25.218	.000	.	.570
bk6	79.2821	21.997	.247	.	.539
bk7	79.1026	22.717	.381	.	.525
bk8	78.3205	24.714	.219	.	.554
bk9	78.7308	25.342	-.024	.	.572
bk10	81.4103	25.804	-.115	.	.588
bk11	81.8718	26.321	-.220	.	.589
bk12	79.2179	22.614	.341	.	.528
bk13	81.6282	25.691	-.097	.	.585
bk14	78.6667	24.719	.074	.	.564
bk15	79.7179	23.608	.274	.	.541
bk16	78.7308	24.485	.147	.	.556
bk17	79.1923	21.066	.448	.	.502
bk18	80.2692	22.797	.155	.	.559
bk19	79.0897	20.680	.410	.	.505
bk20	79.1410	23.188	.172	.	.553
bk21	78.6667	24.303	.186	.	.552
bk22	81.5513	23.471	.182	.	.551
bk23	79.0641	24.372	.114	.	.559
bk24	78.6154	24.707	.107	.	.560

## VALIDITAS DAN RELIABILITAS

### BEBAN KERJA

#### PUTARAN 2

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.657	19

#### Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	3.839	1.500	4.897	3.397	3.265	.843	19
Inter-Item Correlations	.089	-.204	.561	.765	-2.745	.019	19

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
bk1	69.1282	23.776	.388	.527	.626
bk2	69.4615	23.473	.320	.499	.635
bk3	71.4487	25.809	.254	.347	.645
bk5	68.4487	27.367	-.032	.174	.668
bk6	69.0128	24.013	.233	.325	.649
bk7	68.8333	24.374	.419	.374	.627
bk8	68.0513	26.569	.251	.307	.650
bk12	68.9487	24.075	.404	.466	.626
bk14	68.3974	26.814	.052	.210	.663
bk15	69.4487	25.186	.335	.352	.637
bk16	68.4615	26.304	.173	.222	.652
bk17	68.9231	22.565	.490	.523	.609
bk18	70.0000	24.701	.156	.195	.663
bk19	68.8205	22.175	.447	.478	.613
bk20	68.8718	24.581	.234	.319	.647
bk21	68.3974	26.295	.177	.220	.652
bk22	71.2821	25.686	.145	.233	.657
bk23	68.7949	26.425	.099	.415	.659
bk24	68.3462	26.853	.070	.236	.660

## VALIDITAS DAN RELIABILITAS

### BEBAN KERJA

#### PUTARAN 3

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.668	18

#### Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	3.803	1.500	4.897	3.397	3.265	.866	18
Inter-Item Correlations	.099	-.204	.561	.765	-2.745	.019	18

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
bk1	64.6282	23.535	.410	.508	.635
bk2	64.9615	23.336	.326	.499	.646
bk3	66.9487	25.712	.257	.345	.656
bk6	64.5128	23.837	.243	.323	.660
bk7	64.3333	24.355	.408	.370	.640
bk8	63.5513	26.510	.243	.304	.661
bk12	64.4487	24.017	.401	.457	.638
bk14	63.8974	26.639	.068	.197	.673
bk15	64.9487	25.062	.343	.348	.648
bk16	63.9615	26.271	.163	.210	.664
bk17	64.4231	22.481	.491	.522	.622
bk18	65.5000	24.461	.172	.189	.672
bk19	64.3205	22.117	.445	.478	.626
bk20	64.3718	24.496	.234	.319	.659
bk21	63.8974	26.197	.179	.219	.663
bk22	66.7821	25.705	.132	.228	.670
bk23	64.2949	26.392	.091	.413	.671
bk24	63.8462	26.859	.052	.214	.672

## VALIDITAS DAN RELIABILITAS

### BEBAN KERJA

#### PUTARAN 4

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.700	7

#### Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	3.868	3.487	4.128	.641	1.184	.076	7
Inter-Item Correlations	.257	.077	.561	.484	7.300	.020	7

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
bk1	23.2564	9.076	.401	.352	.668
bk2	23.5897	8.089	.470	.421	.650
bk7	22.9615	9.726	.377	.192	.676
bk12	23.0769	9.059	.479	.311	.651
bk15	23.5769	9.988	.368	.215	.679
bk17	23.0513	8.569	.447	.346	.656
bk19	22.9487	8.439	.374	.311	.682

## VALIDITAS DAN RELIABILITAS

### *WORK-FAMILY BALANCE*

#### PUTARAN 1

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.668	48

##### Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	4.155	2.410	4.628	2.218	1.920	.268	48
Inter-Item Correlations	.041	-.380	.678	1.058	-1.784	.020	48

##### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
wfb1	195.1282	64.477	.248	.	.658
wfb2	194.8974	66.691	.060	.	.669
wfb3	195.1154	64.181	.239	.	.658
wfb4	195.3205	64.974	.239	.	.659
wfb5	195.1923	61.794	.403	.	.646
wfb6	194.9487	68.439	-.128	.	.676
wfb7	194.8333	67.024	.046	.	.669
wfb8	196.2308	58.206	.423	.	.638
wfb9	195.1154	63.870	.314	.	.655
wfb10	195.4872	65.708	.144	.	.664
wfb11	194.9231	64.955	.299	.	.658
wfb12	195.1026	64.041	.367	.	.653
wfb13	194.9744	67.298	.003	.	.671
wfb14	194.9615	66.947	.047	.	.669
wfb15	195.0256	65.428	.227	.	.661
wfb16	195.4103	64.453	.268	.	.657
wfb17	196.4872	56.565	.524	.	.626
wfb18	195.2308	63.245	.404	.	.650
wfb19	194.8974	66.327	.129	.	.665
wfb20	194.9615	68.401	-.123	.	.676
wfb21	195.4615	63.109	.401	.	.650

wfb22	195.3077	61.255	.489	.	.641
wfb23	195.0897	65.849	.161	.	.664
wfb24	194.9487	67.712	-.041	.	.673
wfb25	195.4231	66.143	.166	.	.664
wfb26	194.9103	66.810	.063	.	.668
wfb27	195.5385	65.369	.125	.	.666
wfb28	194.8590	67.162	.028	.	.670
wfb29	195.0385	66.375	.107	.	.666
wfb30	195.3974	65.879	.155	.	.664
wfb31	195.5000	63.396	.366	.	.652
wfb32	196.6026	65.905	.017	.	.681
wfb33	195.1667	65.777	.144	.	.664
wfb34	195.0641	68.009	-.076	.	.674
wfb35	194.9744	67.012	.039	.	.669
wfb36	195.0769	65.500	.188	.	.662
wfb37	195.3205	61.441	.465	.	.643
wfb38	194.9872	64.169	.357	.	.654
wfb39	195.1538	65.041	.176	.	.663
wfb40	195.1923	64.833	.214	.	.660
wfb41	195.0000	65.403	.176	.	.663
wfb42	195.1923	70.001	-.245	.	.687
wfb43	196.7179	71.945	-.295	.	.707
wfb44	195.0641	65.256	.251	.	.660
wfb45	197.0513	69.452	-.164	.	.697
wfb46	195.3333	66.147	.094	.	.667
wfb47	194.9103	65.797	.195	.	.662
wfb48	196.1667	60.530	.402	.	.643

## VALIDITAS DAN RELIABILITAS

### *WORK-FAMILY BALANCE*

#### PUTARAN 2

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.779	41

#### Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	4.198	2.859	4.628	1.769	1.619	.176	41
Inter-Item Correlations	.074	-.380	.678	1.058	-1.784	.017	41

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
wfb1	167.7821	76.562	.278	.	.773
wfb2	167.5513	78.562	.133	.	.778
wfb3	167.7692	75.972	.287	.	.773
wfb4	167.9744	77.376	.246	.	.774
wfb5	167.8462	73.171	.463	.	.764
wfb7	167.4872	79.110	.111	.	.778
wfb8	168.8846	70.077	.425	.	.765
wfb9	167.7692	76.647	.279	.	.773
wfb10	168.1410	77.811	.183	.	.777
wfb11	167.5769	77.338	.308	.	.773
wfb12	167.7564	76.187	.392	.	.770
wfb13	167.6282	80.107	-.010	.	.782
wfb14	167.6154	79.045	.105	.	.779
wfb15	167.6795	77.987	.221	.	.775
wfb16	168.0641	76.243	.326	.	.771
wfb17	169.1410	67.084	.590	.	.753
wfb18	167.8846	75.454	.413	.	.768
wfb19	167.5513	79.186	.099	.	.779
wfb21	168.1154	74.519	.483	.	.766
wfb22	167.9615	72.947	.525	.	.762
wfb23	167.7436	78.687	.132	.	.778

wfb25	168.0769	78.436	.200	.	.776
wfb26	167.5641	79.366	.071	.	.780
wfb27	168.1923	77.560	.149	.	.779
wfb28	167.5128	79.526	.062	.	.780
wfb29	167.6923	79.073	.097	.	.779
wfb30	168.0513	78.465	.152	.	.777
wfb31	168.1538	74.989	.432	.	.767
wfb32	169.2564	77.778	.055	.	.789
wfb33	167.8205	78.331	.143	.	.778
wfb35	167.6282	79.328	.075	.	.780
wfb36	167.7308	77.602	.229	.	.775
wfb37	167.9744	72.545	.548	.	.761
wfb38	167.6410	76.831	.328	.	.772
wfb39	167.8077	77.872	.149	.	.778
wfb40	167.8462	77.145	.227	.	.775
wfb41	167.6538	78.333	.139	.	.778
wfb44	167.7179	78.049	.218	.	.775
wfb46	167.9872	79.441	.035	.	.782
wfb47	167.5641	78.405	.187	.	.776
wfb48	168.8205	72.305	.422	.	.765

## VALIDITAS DAN RELIABILITAS

### *WORK-FAMILY BALANCE*

#### PUTARAN 3

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.782	40

#### Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	4.191	2.859	4.628	1.769	1.619	.179	40
Inter-Item Correlations	.078	-.380	.678	1.058	-1.784	.017	40

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
wfb1	163.2949	76.418	.273	.	.777
wfb2	163.0641	78.295	.139	.	.782
wfb3	163.2821	75.634	.298	.	.776
wfb4	163.4872	77.318	.232	.	.779
wfb5	163.3590	73.116	.453	.	.769
wfb7	163.0000	78.831	.120	.	.782
wfb8	164.3974	69.957	.421	.	.770
wfb9	163.2821	76.439	.279	.	.777
wfb10	163.6538	77.606	.184	.	.780
wfb11	163.0897	77.174	.304	.	.777
wfb12	163.2692	75.940	.397	.	.774
wfb14	163.1282	78.866	.102	.	.783
wfb15	163.1923	77.768	.223	.	.779
wfb16	163.5769	76.039	.326	.	.775
wfb17	164.6538	66.749	.598	.	.757
wfb18	163.3974	75.256	.413	.	.772
wfb19	163.0641	79.048	.091	.	.783
wfb21	163.6282	74.340	.481	.	.770
wfb22	163.4744	72.876	.515	.	.767
wfb23	163.2564	78.401	.140	.	.782
wfb25	163.5897	78.297	.192	.	.780

wfb26	163.0769	79.137	.074	.	.783
wfb27	163.7051	77.276	.155	.	.782
wfb28	163.0256	79.298	.065	.	.783
wfb29	163.2051	78.789	.105	.	.783
wfb30	163.5641	78.327	.146	.	.781
wfb31	163.6667	74.797	.432	.	.771
wfb32	164.7692	77.271	.069	.	.792
wfb33	163.3333	78.173	.139	.	.782
wfb35	163.1410	79.084	.079	.	.783
wfb36	163.2436	77.278	.241	.	.778
wfb37	163.4872	72.461	.539	.	.765
wfb38	163.1538	76.599	.332	.	.776
wfb39	163.3205	77.623	.153	.	.782
wfb40	163.3590	77.064	.217	.	.779
wfb41	163.1667	78.141	.138	.	.782
wfb44	163.2308	77.868	.215	.	.779
wfb46	163.5000	79.162	.041	.	.786
wfb47	163.0769	78.254	.181	.	.780
wfb48	164.3333	72.095	.423	.	.769

## VALIDITAS DAN RELIABILITAS

### *WORK-FAMILY BALANCE*

#### PUTARAN 4

##### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.818	13

##### Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	3.975	2.974	4.538	1.564	1.526	.246	13
Inter-Item Correlations	.266	-.015	.678	.693	-45.702	.018	13

##### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
wfb5	47.4103	28.349	.557	.526	.798
wfb8	48.4487	26.640	.451	.414	.813
wfb11	47.1410	31.551	.364	.221	.813
wfb12	47.3205	31.078	.397	.243	.811
wfb16	47.6282	31.431	.279	.241	.818
wfb17	48.7051	25.146	.593	.488	.795
wfb18	47.4487	30.484	.434	.269	.808
wfb21	47.6795	29.935	.497	.595	.804
wfb22	47.5256	29.006	.524	.542	.801
wfb31	47.7179	30.699	.377	.567	.812
wfb37	47.5385	28.174	.624	.683	.793
wfb38	47.2051	30.892	.434	.269	.809
wfb48	48.3846	27.331	.542	.481	.799

## VALIDITAS DAN RELIABILITAS

### *WORK-FAMILY BALANCE*

#### PUTARAN 5

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.818	12

#### Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	3.969	2.974	4.538	1.564	1.526	.268	12
Inter-Item Correlations	.286	.076	.678	.602	8.921	.017	12

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
wfb5	43.3590	26.051	.565	.522	.796
wfb8	44.3974	24.658	.433	.412	.816
wfb11	43.0897	29.278	.350	.212	.814
wfb12	43.2692	28.771	.393	.241	.811
wfb17	44.6538	23.190	.577	.461	.797
wfb18	43.3974	28.269	.419	.229	.809
wfb21	43.6282	27.665	.494	.585	.803
wfb22	43.4744	26.668	.536	.538	.799
wfb31	43.6667	28.381	.377	.563	.811
wfb37	43.4872	25.734	.655	.660	.789
wfb38	43.1538	28.521	.442	.266	.808
wfb48	44.3333	25.004	.556	.481	.796

**LAMPIRAN 4**

**SKALA PENELITIAN**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA**  
**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**  
 Kampus Terpadu, Jalan Kaliurang KM. 14,5, Sleman, Yogyakarta

**KATA PENGANTAR**

Assalamu'alaikum. Wr. Wb.

Ibu yang saya hormati, saya mahasiswa jurusan Psikologi dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia. Perkenankan saya belajar untuk belajar dari pengalaman Ibu dalam menyeimbangkan waktu dan peran dalam pekerjaan maupun keluarga serta menjalani pekerjaan yang ditekuni setiap hari. Bagaimana pikiran, perasaan, dan sikap yang muncul ketika Ibu melakukan pekerjaan di tempat kerja maupun tugas di rumah dan menghadapi setiap permasalahan terkait pekerjaan maupun rumah tangga, dan bagaimana Ibu menanggapi setiap peristiwa dalam pekerjaan maupun menyeimbangkan waktu dan peran dengan pekerjaan maupun keluarga.

Penelitian ini menjadi syarat kelulusan, sehingga saya meminta bantuan Ibu untuk mengisi kuesioner. Jawaban-jawaban yang Ibu berikan merupakan informasi yang sangat berharga. Oleh karena itu, Ibu tidak perlu ragu untuk menjawab **sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dan tidak ada jawaban yang salah karena semua jawaban adalah benar selama diisi dengan jujur**. Informasi yang sudah Ibu berikan **saya menjamin kerahasiaannya sesuai kode etik penelitian**.

Terima kasih banyak atas kebaikan, kesediaan, kejujuran, dan kesungguhan Ibu. Semoga Allah membalas dengan kebaikan yang lebih banyak dan kemuliaan yang lebih tinggi, Amin Yarobbal'alam.

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb.

Hormat saya,

Sarah Salsabila Ichwanhaq

**SKALA PENELITIAN****IDENTITAS RESPONDEN**

Nama (boleh inisial) :  
Usia : tahun  
Pendidikan terakhir :  
Lama bekerja : tahun  
Jumlah anak :

Dengan ini saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian dengan suka rela dan penuh kesadaran untuk mengisi kuesioner penelitian ini yang terdiri dari pernyataan-pernyataan yang sesuai dengan keadaan saya yang sebenarnya.

Demak, ..... Juli 2018

Tertanda,

---

Responden

**PETUNJUK Pengerjaan Kuesioner**  
**PETUNJUK Pengerjaan Kuesioner Bagian A**

Berilah tanda centang (✓) pada pilihan jawaban yang tersedia untuk setiap pernyataan. **Pilihlah jawaban sesuai dengan kondisi yang Ibu alami sehari-hari.** Terdapat beberapa pilihan jawaban pada setiap pernyataan, antara lain:

**STS** : Jika pernyataan tertulis **Sangat Tidak Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

**TS** : Jika pernyataan tertulis **Tidak Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

**N** : Jika pernyataan tertulis **Netral** dengan kondisi Ibu saat ini

**S** : Jika pernyataan tertulis **Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

**SS** : Jika pernyataan tertulis **Sangat Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

**BAGIAN A**

No.	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1	Di sela-sela kesibukan kerja saya tetap bisa mengawasi perkembangan dan aktivitas sehari-hari anak-anak saya					
2	Saya mengesampingkan berbagai kegiatan yang saya sukai karena harus bekerja sesuai tuntutan pekerjaan					
3	Saya harus meninggalkan keluarga karena tuntutan pekerjaan yang banyak					
4	Saya puas terhadap apa yang saya raih dalam pekerjaan maupun keluarga					
5	Saya tetap meluangkan waktu untuk melakukan kegiatan atau hobi yang saya minati meskipun saya sibuk bekerja					
6	Pada waktu yang bersamaan, saya sulit memilih antara menghadiri kegiatan bersama anak-anak atau tetap bekerja					
7	Saya dapat mengikuti kegiatan-kegiatan di masyarakat meskipun saya sibuk bekerja dan mengurus rumah tangga					

8	Saya tetap memiliki waktu untuk bermain dengan keluarga di tengah kesibukan saya untuk bekerja					
9	Saya menggunakan waktu sepulang bekerja untuk mengikuti acara-acara di lingkungan tempat saya tinggal (arisan, perkumpulan rutin, dan sebagainya)					
10	Saya mempunyai waktu untuk menemani anak saya bermain atau belajar setelah pulang bekerja					
11	Saya mampu menyelesaikan tanggungjawab di rumah tanpa mengganggu aktivitas saya di tempat kerja					
12	Saya menyempatkan diri untuk mengantar anak ke sekolah di sela-sela kesibukan saya untuk bekerja					

### PETUNJUK Pengerjaan Kuesioner

#### PETUNJUK Pengerjaan Kuesioner Bagian B

Berilah tanda centang (√) pada pilihan jawaban yang tersedia untuk setiap pernyataan. **Pilihlah jawaban sesuai dengan kondisi yang Ibu alami sehari-hari.** Terdapat beberapa pilihan jawaban pada setiap pernyataan, antara lain:

**STS** : Jika pernyataan tertulis **Sangat Tidak Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

**TS** : Jika pernyataan tertulis **Tidak Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

**N** : Jika pernyataan tertulis **Netral** dengan kondisi Ibu saat ini

**S** : Jika pernyataan tertulis **Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

**SS** : Jika pernyataan tertulis **Sangat Sesuai** dengan kondisi Ibu saat ini

#### BAGIAN B

No.	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1	Duduk lebih dari dua jam					
2	Terkadang saya melakukan pekerjaan lain saat pekerjaan sudah selesai					
3	Setelah menyelesaikan tugas yang sangat rumit, saya merasa lega ketika orang lain memuji hasil kerja saya					

4	Saya memaksimalkan daya ingat saya dalam bekerja					
5	Pekerjaan saya memiliki kerumitan yang tinggi, sehingga mengharuskan saya untuk berpikir keras					
6	Saya harus bekerja sangat cepat untuk menyelesaikan pekerjaan saya					
7	Saya merasa gelisah ketika pekerjaan saya belum selesai sesuai dengan target					

TELITI KEMBALI JAWABAN ANDA SEBELUM KUESIONER DIKEMBALIKAN

TERIMA KASIH

**LAMPIRAN 5**

**TABULASI DATA PENELITIAN**

## TABULASI DATA PENELITIAN SKALA BEBAN KERJA

RESPONDEN	AITEM							TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	
1	4	3	5	3	3	4	5	27
2	3	3	5	3	5	4	5	28
3	4	5	5	4	4	4	5	31
4	3	3	5	4	4	4	5	28
5	4	5	4	5	4	3	5	30
6	4	3	4	4	4	4	5	28
7	4	4	3	4	4	4	3	26
8	5	4	5	4	3	5	5	31
9	4	4	5	5	3	4	3	28
10	4	4	4	5	4	5	5	31
11	3	3	3	3	4	1	1	18
12	4	5	4	4	4	4	5	30
13	4	4	4	5	4	4	4	29
14	4	3	5	4	4	5	5	30
15	4	4	5	5	4	5	4	31
16	2	1	4	4	3	4	4	22

<b>17</b>	4	3	4	3	3	4	5	26
<b>18</b>	3	4	3	3	3	4	4	24
<b>19</b>	3	3	4	4	4	3	4	25
<b>20</b>	3	3	3	4	3	4	5	25
<b>21</b>	2	3	4	3	2	4	4	22
<b>22</b>	4	3	5	4	4	5	4	29
<b>23</b>	4	3	5	4	4	4	3	27
<b>24</b>	4	3	4	4	3	4	5	27
<b>25</b>	4	4	4	4	4	5	4	29
<b>26</b>	4	4	4	5	4	5	4	30
<b>27</b>	5	4	5	4	4	4	4	30
<b>28</b>	4	2	4	4	3	4	5	26
<b>29</b>	5	4	5	5	4	5	5	33
<b>30</b>	3	3	4	3	3	3	2	21
<b>31</b>	3	3	3	4	3	4	5	25
<b>32</b>	5	5	4	4	3	5	4	30
<b>33</b>	5	5	4	4	3	5	5	31
<b>34</b>	4	3	4	4	3	3	3	24
<b>35</b>	4	3	4	3	3	3	2	22
<b>36</b>	4	4	5	3	3	4	5	28
<b>37</b>	3	2	4	3	4	4	5	25

<b>38</b>	5	4	4	4	3	3	2	25
<b>39</b>	5	5	5	4	4	4	5	32
<b>40</b>	4	4	4	4	5	4	5	30
<b>41</b>	5	2	4	4	4	5	4	28
<b>42</b>	4	5	4	5	5	5	4	32
<b>43</b>	5	3	4	4	3	4	5	28
<b>44</b>	3	4	4	5	4	5	4	29
<b>45</b>	2	1	4	4	3	4	5	23
<b>46</b>	4	5	4	4	4	5	5	31
<b>47</b>	4	3	4	3	3	4	4	25
<b>48</b>	3	2	4	5	3	2	4	23
<b>49</b>	5	4	3	3	3	4	5	27
<b>50</b>	3	3	4	3	3	5	4	25
<b>51</b>	3	3	4	3	3	4	5	25
<b>52</b>	4	3	5	4	4	5	4	29
<b>53</b>	3	2	3	3	4	5	4	24
<b>54</b>	4	5	4	4	3	4	5	29
<b>55</b>	5	4	5	5	4	3	5	31
<b>56</b>	4	4	4	5	3	4	5	29
<b>57</b>	4	3	5	4	3	4	4	27
<b>58</b>	5	4	3	5	4	4	4	29

<b>59</b>	4	5	4	5	4	5	4	31
<b>60</b>	5	4	4	4	4	5	5	31
<b>61</b>	4	4	5	4	3	4	4	28
<b>62</b>	4	5	4	5	4	5	5	32
<b>63</b>	4	3	5	4	3	4	5	28
<b>64</b>	4	3	3	3	3	3	2	21
<b>65</b>	4	3	4	4	4	5	5	29
<b>66</b>	3	3	4	4	3	5	3	25
<b>67</b>	4	4	4	3	4	5	4	28
<b>68</b>	5	3	4	4	3	5	4	28
<b>69</b>	3	5	4	5	4	4	5	30
<b>70</b>	3	2	3	5	4	3	4	24
<b>71</b>	4	5	4	4	4	3	4	28
<b>72</b>	4	4	4	5	4	3	4	28
<b>73</b>	2	2	4	4	3	4	5	24
<b>74</b>	4	3	4	5	3	5	5	29
<b>75</b>	4	3	4	4	3	3	1	22
<b>76</b>	2	2	4	3	4	5	5	25
<b>77</b>	4	4	5	4	3	4	5	29
<b>78</b>	3	2	3	3	3	4	4	22

TABULASI DATA PENELITIAN SKALA *WORK-FAMILY BALANCE*

RESPONDE	AITEM												TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	5	4	50
2	3	2	5	4	2	5	4	3	4	3	4	2	41
3	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	55
4	4	4	5	4	4	5	4	4	3	4	5	4	50
5	5	4	4	5	1	5	3	4	3	4	5	4	47
6	5	3	5	5	3	3	4	5	4	4	5	4	50
7	5	4	5	4	2	4	5	5	5	3	5	2	49
8	5	2	5	3	1	4	5	4	5	5	5	4	48
9	4	2	5	5	4	5	5	3	5	5	5	3	51
10	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	58
11	5	4	4	4	4	4	4	4	3	5	3	2	46
12	4	4	5	4	1	3	4	4	3	4	4	4	44
13	4	1	4	4	3	4	3	4	4	4	5	3	43
14	5	2	5	4	2	5	4	5	4	5	5	4	50

<b>15</b>	5	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	4	54
<b>16</b>	3	5	5	4	1	4	3	3	3	3	4	2	40
<b>17</b>	4	2	4	4	4	4	3	5	3	5	5	2	45
<b>18</b>	3	1	5	4	1	4	4	4	4	4	3	2	39
<b>19</b>	3	3	4	5	3	3	4	3	4	3	4	2	41
<b>20</b>	3	3	4	4	3	3	3	3	5	3	5	2	41
<b>21</b>	3	5	5	5	4	3	5	3	5	3	5	2	48
<b>22</b>	3	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	43
<b>23</b>	4	4	4	5	3	5	5	5	5	5	5	4	54
<b>24</b>	5	3	5	5	3	4	4	5	4	5	4	4	51
<b>25</b>	3	1	4	4	2	4	4	3	4	3	4	3	39
<b>26</b>	5	3	5	4	3	4	5	5	5	5	5	4	53
<b>27</b>	5	4	5	4	4	5	4	5	4	5	5	4	54
<b>28</b>	5	3	5	5	3	5	4	5	4	4	4	3	50
<b>29</b>	5	4	5	4	4	4	3	4	3	4	5	4	49
<b>30</b>	5	5	4	5	1	4	5	4	4	4	4	1	46
<b>31</b>	5	3	4	5	3	4	5	4	4	5	5	4	51
<b>32</b>	5	1	4	4	1	4	4	5	4	5	4	4	45
<b>33</b>	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	58
<b>34</b>	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	46

<b>35</b>	3	3	5	3	2	4	3	3	3	3	4	3	39
<b>36</b>	4	4	4	5	4	4	4	5	4	5	5	4	52
<b>37</b>	3	2	5	4	1	5	4	5	4	4	5	2	44
<b>38</b>	2	2	4	3	3	4	4	4	4	4	5	2	41
<b>39</b>	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	57
<b>40</b>	5	4	5	4	2	4	4	4	4	5	5	4	50
<b>41</b>	5	4	5	4	4	4	4	5	4	5	4	4	52
<b>42</b>	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	58
<b>43</b>	5	4	5	5	4	4	4	5	4	4	5	4	53
<b>44</b>	4	4	5	4	4	2	4	5	4	5	4	3	48
<b>45</b>	3	3	4	4	3	4	4	3	5	3	5	2	43
<b>46</b>	4	3	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	50
<b>47</b>	5	5	5	4	4	1	3	4	3	4	5	4	47
<b>48</b>	5	2	4	4	2	4	4	3	4	3	4	3	42
<b>49</b>	5	5	5	5	3	4	5	4	4	5	5	3	53
<b>50</b>	5	3	5	5	3	4	4	4	4	4	5	2	48
<b>51</b>	4	2	4	5	2	3	3	4	4	3	4	3	41
<b>52</b>	5	3	5	5	3	4	4	5	4	5	4	4	51
<b>53</b>	3	1	4	4	1	3	3	3	3	3	4	2	34
<b>54</b>	4	5	5	4	4	5	4	5	5	4	5	4	54

<b>55</b>	4	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	52
<b>56</b>	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	53
<b>57</b>	3	2	4	4	2	5	4	3	4	4	4	2	41
<b>58</b>	4	4	4	4	4	5	4	5	4	5	5	4	52
<b>59</b>	4	2	4	5	4	5	4	5	4	4	4	4	49
<b>60</b>	5	3	4	4	3	4	3	3	4	4	5	2	44
<b>61</b>	5	2	5	5	2	4	4	5	4	5	4	4	49
<b>62</b>	5	1	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	54
<b>63</b>	5	3	4	4	3	5	4	5	4	5	4	4	50
<b>64</b>	4	4	4	4	4	4	5	4	3	4	5	4	49
<b>65</b>	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	51
<b>66</b>	5	3	4	5	3	5	3	5	4	5	5	4	51
<b>67</b>	5	1	4	4	1	4	3	4	3	4	4	4	41
<b>68</b>	5	3	4	4	3	5	4	5	4	5	4	4	50
<b>69</b>	4	2	4	4	2	5	4	4	5	3	4	3	44
<b>70</b>	4	3	4	4	2	4	3	3	3	3	4	2	39
<b>71</b>	5	4	5	4	1	4	4	5	4	4	5	2	47
<b>72</b>	4	4	5	4	3	5	4	3	3	4	5	5	49
<b>73</b>	3	1	4	4	1	3	3	3	3	4	5	2	36
<b>74</b>	4	3	5	5	3	4	4	4	4	4	5	3	48

<b>75</b>	4	4	5	4	2	4	4	4	3	4	4	3	45
<b>76</b>	3	2	4	4	2	3	4	3	4	3	4	2	38
<b>77</b>	5	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	51
<b>78</b>	5	5	5	5	2	5	3	3	4	3	4	1	45

**LAMPIRAN 6**

**HASIL UJI ASUMSI**

**Case Processing Summary**

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
WFB	78	100.0%	0	0.0%	78	100.0%
BK	78	100.0%	0	0.0%	78	100.0%

**Descriptives**

		Statistic	Std. Error	
WFB	Mean	3.9679	.05117	
	95% Confidence Interval for Mean		Lower Bound	3.8661
			Upper Bound	4.0698
	5% Trimmed Mean		3.9715	
	Median		4.0833	
	Variance		.204	
	Std. Deviation		.45191	
	Minimum		2.83	
	Maximum		4.83	
	Range		2.00	
	Interquartile Range		.60	
	Skewness		-.292	.272

	Kurtosis		- .472	.538
	Mean		3.9011	.05130
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	3.7989	
		Upper Bound	4.0033	
	5% Trimmed Mean		3.9162	
	Median		4.0000	
	Variance		.205	
BK	Std. Deviation		.45311	
	Minimum		2.57	
	Maximum		4.71	
	Range		2.14	
	Interquartile Range		.71	
	Skewness		-.570	.272
	Kurtosis		-.220	.538

#### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
WFB	.114	78	.014	.974	78	.118
BK	.163	78	.000	.954	78	.007

a. Lilliefors Significance Correction

**Case Processing Summary**

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
WFB * BK	78	100.0%	0	0.0%	78	100.0%

**Report**

WFB

BK	Mean	N	Std. Deviation
2.57	3.8333	1	.
3.00	3.9583	2	.17678
3.14	3.6167	5	.31513
3.29	3.5417	2	.05893
3.43	3.2333	5	.37914
3.57	3.6917	10	.38700
3.71	4.0000	3	.22048
3.86	4.1500	5	.43060
4.00	4.0705	13	.31704
4.14	4.0379	11	.40202
4.29	4.0313	8	.33016
4.43	4.3333	9	.39308
4.57	4.6944	3	.17347
4.71	4.0833	1	.
Total	3.9679	78	.45191

**ANOVA Table**

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
WFB * BK	(Combined)	7.650	13	.588	4.664	.000
	Between Groups					
	Linearity	4.509	1	4.509	35.739	.000
	Deviation from Linearity	3.141	12	.262	2.074	.031
Within Groups		8.075	64	.126		
Total		15.725	77			

**Measures of Association**

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
WLB * BK	.536	.287	.697	.486

**LAMPIRAN 7**

**HASIL UJI HIPOTESIS**

**Correlations**

		WLB	BK
Spearman's rho		Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (1-tailed)	.000
		N	78
	WFB	Correlation Coefficient	.544**
	WFB	Sig. (1-tailed)	.
	WFB	N	78
		Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (1-tailed)	.
		N	78
BK	Correlation Coefficient	.544**	1.000
BK	Sig. (1-tailed)	.000	.
BK	N	78	78

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

**LAMPIRAN 8**

**HASIL ANALISIS FREKUENSI**

**Usia Responden**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< 30 tahun	14	17.9	17.9
	30-40 tahun	33	42.3	60.3
	> 40 tahun	31	39.7	100.0
	Total	78	100.0	100.0

**Lama Bekerja**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1-3 tahun	26	33.3	33.3
	4-6 tahun	38	48.7	82.1
	7-8 tahun	14	17.9	100.0
	Total	78	100.0	100.0

**Pendidikan Terakhir Responden**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	70	89.7	89.7
	SMP	7	9.0	98.7
	SMA	1	1.3	100.0
	Total	78	100.0	100.0

**Jumlah Anak**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< 3 anak	50	64.1	64.1
	3-5 anak	26	33.3	97.4
	> 5 anak	2	2.6	100.0
	Total	78	100.0	100.0

**Statistics**

BK		
N	Valid	78
	Missing	0
Mean		3.9011
Median		4.0000
Mode		4.00
Std. Deviation		.45311
Minimum		2.57
Maximum		4.71
Sum		304.29
Percentiles	20	3.5429
	40	3.8571
	60	4.1429
	80	4.2857

**BK**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	2.57	1	1.3	1.3
	3.00	2	2.6	3.8
	3.14	5	6.4	10.3
	3.29	2	2.6	12.8
	3.43	5	6.4	19.2
	3.57	10	12.8	32.1
	3.71	3	3.8	35.9
Valid	3.86	5	6.4	42.3
	4.00	13	16.7	59.0
	4.14	11	14.1	73.1
	4.29	8	10.3	83.3
	4.43	9	11.5	94.9
	4.57	3	3.8	98.7
	4.71	1	1.3	100.0
	Total	78	100.0	100.0

**Beban Kerja Responden**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	Sangat Rendah	15	19.2	19.2
	Rendah	18	23.1	42.3
Valid	Sedang	13	16.7	59.0
	Tinggi	19	24.4	83.3
	Sangat Tinggi	13	16.7	100.0
	Total	78	100.0	100.0

**Statistics**

WFB		
N	Valid	78
	Missing	0
Mean		3.9679
Median		4.0833
Mode		4.17
Std. Deviation		.45191
Minimum		2.83
Maximum		4.83
Sum		309.50
Percentiles	20	3.4833
	40	3.9167
	60	4.1667
	80	4.3333

WFB					
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	2.83	1	1.3	1.3	1.3
	3.00	1	1.3	1.3	2.6
	3.17	1	1.3	1.3	3.8
	3.25	4	5.1	5.1	9.0
	3.33	1	1.3	1.3	10.3
	3.42	7	9.0	9.0	19.2
	3.50	1	1.3	1.3	20.5
	3.58	3	3.8	3.8	24.4
	3.67	4	5.1	5.1	29.5
	3.75	4	5.1	5.1	34.6

3.83	3	3.8	3.8	38.5
3.92	3	3.8	3.8	42.3
4.00	5	6.4	6.4	48.7
4.08	6	7.7	7.7	56.4
4.17	9	11.5	11.5	67.9
4.25	7	9.0	9.0	76.9
4.33	4	5.1	5.1	82.1
4.42	4	5.1	5.1	87.2
4.50	5	6.4	6.4	93.6
4.58	1	1.3	1.3	94.9
4.75	1	1.3	1.3	96.2
4.83	3	3.8	3.8	100.0
Total	78	100.0	100.0	

#### Work Family Balance Responden

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	15	19.2	19.2
	Rendah	15	19.2	38.5
	Sedang	23	29.5	67.9
	Tinggi	7	9.0	76.9
	Sangat Tinggi	18	23.1	100.0
	Total	78	100.0	100.0

**LAMPIRAN 9**

**SURAT IZIN PENELITIAN**



**UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA**

Program Studi Psikologi (S1), Program Studi Ilmu Komunikasi (S1), Program Pendidikan Bahasa Inggris (S1),  
 Program Studi Hubungan Internasional (S1), Program Magister Profesi Psikologi (S2)

Tanggal : 30 Mei 2018  
 Nomor : 95 / Dek / 70/Div.Um.RT / √ / 2018  
 Hal : Permohonan Ijin Pengambilan Data untuk Skripsi  
 Kepada Yth.  
 Kepala Dinas Perdagangan Koperasi dan UKM Kabupaten Demak  
 Jl. Kyai Mugni No. 104 Demak

*Assalamualaikum Wr. Wb*

Dalam rangka mempersiapkan mahasiswa untuk menempuh ujian, bagi setiap mahasiswa diwajibkan membuat skripsi/tugas akhir.

Sehubungan dengan hal tersebut di atas diperlukan data, baik dari Instansi Pemerintah, Badan Usaha Milik Negara, Perusahaan Swasta dan Lembaga maupun individu. Selanjutnya kami mohon ijin penelitian/pengambilan data mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia tersebut dibawah ini :

Nama : **SARAH SALSABILA ICHWANHAQ**  
 Nomor Mahasiswa : **14320257**  
 Judul Skripsi : **BEBAN KERJA DAN WORK-LIFE BALANCE PADA PEKERJA WANITA**

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu/Saudara/i kami ucapkan terimakasih.

*Wassalamualaikum Wr. Wb*

Dekan,

  
 Dr. rer. nat. Arief Fahmie, S.Psi., MA., Psikolog

Dosen Pembimbing,

  
 Dr. rer. nat. Arief Fahmie, S.Psi., MA., Psikolog

**LAMPIRAN 10**

**SURAT SELESAI PENELITIAN**



PEMERINTAH KABUPATEN DEMAK  
DINAS PERDAGANGAN, KOPERASI,  
USAHA KECIL DAN MENENGAH

Alamat : Jl. Kyai Mugni No. 1016 Demak  
Telp. (0291) 681604, Fax (0291) 681604  
<http://www.demakkab.go.id> Email : [dindagkopukm@demakkab.go.id](mailto:dindagkopukm@demakkab.go.id)

Nomor : 070/1546  
Lampiran : -  
Perihal : Ijin Riset / Penelitian

Demak, 23 Juli 2018  
Kepada Yth :  
Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu  
Sosial Budaya  
Universitas Islam Indonesia  
di-  
Yogyakarta

Menindaklanjuti Surat dari Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial dan Budaya Universitas Islam Indonesia Nomor : 515/dek/70/Div.Um.RT/2018 tanggal 30 Mei 2018 perihal Pokok Surat maka kami memberikan ijin riset Tugas Akhir Skripsi dengan Judul Penelitian "BEBAN KERJA DAN WORK-LIFE BALANCE PADA PEKERJA WANITA" di Dinas Perdagangan, Koperasi, Usaha Kecil dan Menengah Kabupaten Demak, pada mahasiswa dibawah ini :

Nama : SARAH SALSABILA ICHWANHAQ  
NIM : 14320257  
Fakultas : Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, UII

Demikian yang disampaikan, untuk menjadi periksa.

KEPALA DINAS PERDAGANGAN, KOPERASI,  
USAHA KECIL DAN MENENGAH  
KABUPATEN DEMAK



**Dra. SITI ZUARIN, MM**  
Pembina Utama Muda  
NIP. 19591006 198403 2 004

Tembusan disampaikan kepada Yth.:

1. Bupati Demak sebagai Laporan;
2. Arsip.