

**GAMBARAN *WORK-LIFE BALANCE* PADA  
WANITA KARIER *SINGLE PARENT***

**SKRIPSI**



**OLEH :**

**Livia Sintya Wahyuningtyas**

**7103017100**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA**

**SURABAYA**

**2020**

**GAMBARAN *WORK-LIFE BALANCE* PADA WANITA  
KARIER *SINGLE PARENT***

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada:

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya  
Mandala Surabaya untuk memenuhi Sebagian  
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi



Oleh :

**Livia Sintya Wahyuningtyas**

**7103017100**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA  
SURABAYA**

**2020**

## SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya :

Nama : Livia Sintya Wahyuningtyas

NRP : 710301700

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya berjudul :

### **GAMBARAN *WORK-LIFE BALANCE* PADA WANITA KARIER *SINGLE PARENT***

Benar-benar merupakan karya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun, apabila pada kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiat atau hasil dari manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh. Serta permohonan maaf dari pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dan dinyatakan dengan sesungguhnya penuh kesadaran membuatnya.

Surabaya, 9 Desember 2020

Yang membuat pernyataan,



Livia Sintya Wahyuingtyas

# HALAMAN PERSETUJUAN

SKIPSI

## GAMBARAN *WORK-LIFE BALANCE* PADA WANITA KARIER *SINGLE PARENT*

Oleh:

Livia Sintya Wahyuningtyas

NRP. 7103017100

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing Utama:

F. Yuni Apsari, M.Si, Psikolog

(  )

NIDN : 0717067305

Email : [Apsari\\_y@yahoo.com](mailto:Apsari_y@yahoo.com)

Surabaya, 9 Desember 2020

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa  
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Livia Sintya Wahyuningtyas

NRP : 710301700

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

### **GAMBARAN *WORK-LIFE BALANCE* PADA WANITA KARIER *SINGLE PARENT***

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian surat pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 9 Desember 2020  
Yang membuat pernyataan,



Livia Sintya Wahyuningtyas

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan diterima untuk  
memenuhi sebagian dari persyaratan memperoleh derajat Sarjana  
Psikologi

Pada tanggal 8 Desember 2020

Mengesahkan





Fakultas Psikologi,

Dekan



(F. Yuni Apsaru, M.Si, Psikolog)

Dewan Penguji:

1. Ketua : Andhika Alexander Repi, M. Psi., Psikolog (  )
2. Sekretaris : Agustina Engri, M. Psi., Psikolog (  )
3. Anggota : Made D. Rama A., M. Psi., Psikolog (  )
4. Anggota : F. Yuni Apsaru, M. Si., Psikolog (  )

NIDN : 0717067305

**HALAMAN PERSEMBAHAN**

Penelitian ini dipersembahkan kepada:

UNIVERSITAS,

FAKULTAS,

KELUARGA,

TEMAN – TEMAN,

&

PARA WANITA KARIER  
*SINGLE PARENT* DALAM  
MENCAPAI *WORK-LIFE*  
*BALANCE*

HALAMAN MOTTO

THE GOOD  
LIFE IS A  
PROCESS,  
NOT A STATE  
OF BEING. IT  
IS A  
DIRECTION,  
NOT A  
DESTINATION

- Carl Rogers –



## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih saya ajukan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat, karunia dan penyertaan-Nya skripsi ini bisa selesai tepat pada waktunya. Tidak lupa pula selesainya skripsi ini bukan semata-mata usaha peneliti sendiri, namun ada juga berbagai pihak yang mendukung dengan tulus penyelesaian skripsi ini. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini peneliti ingin mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada :

1. Tuhan Yang Maha Esa yang selalu memberikan kekuatan melalui doa-doa yang saya panjatkan dalam keseharian saya untuk selalu menguatkan saya dalam pengerjaan skripsi ini.
2. Ibu F. Yuni Apsari, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi, Dosen Penasihat Akademik dan selaku dosen pembimbing dalam skripsi ini, saya sangat berterima kasih atas bimbingan Ibu hingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini. Saya ingin memohon maaf yang sebesar-besarnya karena banyak bertanya kepada Ibu terkait pembuatan skripsi karena sering mengganggu ditengah kesibukan Bu Yuni.
3. Bapak Andhika Alexander Repi, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Penguji dalam skripsi ini. Saya ingin berterima kasih atas semua masukan-masukannya dan waktu yang diberikan kepada peneliti dalam mendukung penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak M. D. Rama Adhyatama, M.Psi., Psikolog selaku penguji dalam skripsi ini ingin mengucapkan terimakasih telah meluangkan waktunya dalam membantu saya dengan merevisi beberapa hal terkait isi didalam skripsi ini.
5. Kepada segenap segenap Dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan banyak pembelajaran yang sangat berharga untuk jenjang selanjutnya selama peneliti menempuh Pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Serta kepada segenap staf Tata Usaha terimakasih sudah membantu dan memberikan dukungan terkait masalah administrasi kuliah selama ini hingga pengerjaan skripsi sampai selesai. Serta

6. Kepada keluarga saya yang selalu memberikan dukungan dari awal masuk kuliah hingga selesai, dan terutama adik saya yang telah banyak memberikan dukungan kepada saya selama pengerjaan skripsi ini.
7. Ketiga informan yang telah membantu dalam skripsi ini dan berusaha meluangkan waktunya Ketika pengambilan data dengan lancar meskipun harus melakukan pengambilan data secara *online* dikarenakan *pandemic covid-19*. Saya sangat berterimakasih atas kesediaan waktunya dan keterlibatannya dalam skripsi ini.
8. Teman-teman Angkatan 2017, terimakasih atas dukungan, pembelajaran dan kebersamaannya selama saya menempuh Pendidikan di Fakultas Psikologi UKWMS. Dan teman-teman dekat saya yang selalu berjuang bersama saya dari semester 1 hingga 7 yang telah berproses Bersama saya di Fakultas Psikologi UKWMS yaitu Nadia, Sheryant, Khatarina, Hani, Samantha dan Gabriela yang selalu memberikan semangat dan kekuatan serta dukungan selama saya berproses di Fakultas Psikologi UKWMS dan telah memberikan banyak pembelajaran baru terkait banyak hal yang tidak akan pernah saya lupakan. Semoga kelak kita nanti bisa sukses bersama di kemudian hari dan menjadi manusia yang tidak lupa untuk selalu bersyukur dalam tiap langkahnya.
9. Tidak lupa juga sangat berterimakasih kepada Raras dan Nadia atas bantuannya dalam memfotokan buku panduan penelitian kualitatif karena saya tidak punya buku nya, terimakasih kepada Jermia telah membantu dalam memberikan tutorial pembuatan daftar isi dan hal-hal yang terkait seputar Ms. Word tanpa kalian skripsi ini juga tidak akan selesai tepat pada waktunya. Dan juga terimakasih kepada raras telah menemani saya membucin Bersama BTS selama pengerjaan skripsi ini jadi skripsi tetap terasa *fun* dan tidak berat.
10. Tidak lupa juga kepada anak-anak asdos saya yang telah banyak mengganggu saya selama proses pengerjaan skripsi ini sekaligus menemani saya bergadang dan men-*support* saya dalam pengerjaan skripsi ini yaitu, Josephine, Lusi, Ophyra dan anak-anak asdos saya yang lain semoga kalian cepet nyusul ya, jangan malas malas juga tetep semangat sampai lulus. Terimakasih juga telah mengisi hari-hari saya selama pengerjaan skripsi hingga lulus.

## DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
HALAMAN MOTTO .....	vii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR BAGAN .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
<b>1.1 Latar Belakang .....</b>	<b>1</b>
<b>1.2 Fokus Penelitian.....</b>	<b>8</b>
<b>1.3 Tujuan Penelitian.....</b>	<b>8</b>
<b>1.4 Manfaat Penelitian.....</b>	<b>8</b>
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	8
1.4.2 Manfaat Praktis .....	8
BAB II.....	10

LANDASAN TEORI.....	10
<b>2.1 Kajian Literatur Seputar Fenomena Wanita Karier     <i>Single Parent</i> .....</b>	<b>10</b>
<b>2.2 Kajian Literatur Seputar <i>Work-Life Balance</i> .....</b>	<b>18</b>
<b>2.3 Gambaran <i>Work-Life Balance</i> Pada Wanita Karier     <i>Single Parent</i> .....</b>	<b>23</b>
BAB III .....	30
METODE PENELITIAN.....	30
<b>3.1 Pendekatan Dalam Penelitian.....</b>	<b>30</b>
<b>3.2 Partisipan Penelitian .....</b>	<b>31</b>
3.2.1 Karakteristik informan penelitian.....	31
3.2.2 Cara mendapatkan informan penelitian.....	33
<b>3.3 Metode Pengumpulan Data .....</b>	<b>34</b>
<b>3.4 Teknik Analisis Data .....</b>	<b>36</b>
<b>3.5 Validitas Penelitian .....</b>	<b>37</b>
<b>3.6 Etika Penelitian.....</b>	<b>38</b>
BAB IV .....	39
PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....	39
<b>4.1 Persiapan Penelitian.....</b>	<b>39</b>
4.1.1 Persiapan Peneliti .....	39
4.1.2 Perijinan Penelitian .....	40
<b>4.2 Proses Pengambilan Data.....</b>	<b>41</b>
4.2.1 <i>Setting</i> dan <i>Timing</i> Lapangan Penelitian Informan I (N) .....	41
4.2.2 <i>Setting</i> dan <i>Timing</i> Lapangan Penelitian Informan II (E) .....	44
4.2.3 <i>Setting</i> dan <i>Timing</i> Lapangan Penelitian Informan II (E) .....	47

<b>4.3</b>	<b>Hasil Penelitian .....</b>	<b>49</b>
4.3.1	Pengolahan Data Penelitian Informan N .....	49
4.3.2	Pengolahan Data Penelitian Informan E .....	81
4.3.3	Pengolahan Data Penelitian Informan F.....	120
<b>4.4</b>	<b>Pengolahan Hasil Penelitian .....</b>	<b>154</b>
4.4.1	Persamaan Ketiga Informan Penelitian.....	154
4.4.2	Perbedaan Ketiga Informan Penelitian.....	159
<b>4.5</b>	<b>Validitas Penelitian .....</b>	<b>162</b>
4.5.1	Validitas Komunikatif.....	162
4.5.2	Validitas Argumentatif.....	162
BAB V.....		164
PENUTUP.....		164
<b>5.1</b>	<b>Pembahasan Hasil Penelitian .....</b>	<b>164</b>
<b>5.2</b>	<b>Refleksi Penelitian.....</b>	<b>170</b>
<b>5.3</b>	<b>Simpulan.....</b>	<b>172</b>
<b>5.4</b>	<b>Saran.....</b>	<b>173</b>
5.4.1	Saran Praktis.....	173
5.4.2	Saran Untuk Penelitian Selanjutnya.....	174
DAFTAR PUSTAKA .....		175

## DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Jadwal Interview Informan N.....	41
Tabel 4. 2 Jadwal Interview Informan E.....	44
Tabel 4. 3 Jadwal Interview Informan F.....	47
Tabel 4. 4 Kategorisasi Informan N.....	51
Tabel 4. 5 Kategorisasi Informan E.....	83
Tabel 4. 6 Kategorisasi Informan F.....	122
Tabel 4. 7 Kategorisasi Persamaan Ketiga Informan.....	154
Tabel 4. 8 Kategorisasi Perbedaan Ketiga Informan.....	159

## DAFTAR BAGAN

Bagan 4. 1 Gambaran Work-Life Balance Pada Informan N sebagai Seorang Wanita Karir Single Parent.....	80
Bagan 4. 2 Gambaran Work-Life Balance Pada Informan E Sebagai Seorang Wanita Karir Single Parent .....	119
Bagan 4. 3 Gambaran Work-Life Balance Pada Informan F Sebagai Seorang Wanita Karir Single Parent .....	152
Bagan 4. 4 Gambaran Work-Life Balance Pada Ketiga Informan Sebagai Seorang Wanita Karir Single Parent.....	158

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informasi Mengenai Penelitian.....	185
Lampiran 2 Surat Pernyataan Kesiapan Informan N.....	187
Lampiran 3 Surat Pernyataan Kesiapan Informan E .....	188
Lampiran 4 Surat Pernyataan Kesiapan Informan F .....	189
Lampiran 5 Surat Pernyataan Keabsahan Hasil Wawancara Informan N.....	190
Lampiran 6 Surat Pernyataan Keabsahan Hasil Wawancara Informan E .....	191
Lampiran 7 Surat Pernyataan Keabsahan Hasil Wawancara Informan F.....	192



Livia Sintya Wahyuningtyas (2020). “Gambaran *Work-Life Balance* Pada Wanita Karier *Single Parent*”. **Skripsi Sarjana Strata 1**, Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

## ABSTRAK

Wanita karier *single parent* merupakan seorang wanita karier yang berbeda dari kebanyakan wanita karier biasanya, dikarenakan seorang wanita karier *single parent* selain menjadi seorang wanita karier juga harus bisa menjadi kepala rumah tangga ataupun tulang punggung dalam keluarganya. Oleh karena itu agar kehidupan seorang wanita karier *single parent* tetap sejahtera maka diperlukan adanya keseimbangan atau *work-life balance*. Penelitian ini menggambarkan *work-life balance* pada wanita karier *single parent*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan tipe studi fenomenologis. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Informan dalam penelitian ini adalah seorang wanita karier yang berstatus sebagai seorang *single parent* yang berfokus pada kehidupan karier, anak dan keluarganya dan telah menjadi *single parent* yang disebabkan oleh perceraian dan kematian pasangannya dengan jangka waktu telah menjadi *single parent* selama minimal 4 tahun dan memiliki produktif wanita dalam berkarier (<64 tahun). Hasil dari penelitian ini yang telah dilakukan pada ketiga informan yang telah menggambarkan *work-life balance* pada seorang wanita karier dan dipengaruhi oleh lima aspek yaitu keseimbangan waktu, kesehatan psikologis, keseimbangan peran, cara pencapaian kepuasan hidup dan keseimbangan sosial. Kesehatan psikologis, keseimbangan peran, cara pencapaian kepuasan hidup dan keseimbangan sosial merupakan aspek baru yang ditemukan dalam penelitian ini yang mempengaruhi seorang individu dalam mencapai *work-life balance*.

Kata Kunci : *Work-life balance*, wanita karier *single parent*, keseimbangan waktu, kesehatan psikologis, keseimbangan peran, cara pencapaian kepuasan hidup dan keseimbangan sosial.

Livia Sintya Wahyuningtyas (2020). "Work-Life Balance Overview in Single Parent Career Women". **Undergraduate Thesis**, Faculty of Psychology, Widya Mandala Surabaya Catholic University

## ABSTRACT

*A single parent career woman is a career woman who is different from most career women, because a single parent career woman in addition to being a career woman must also be the head of the household or the backbone of her family. Therefore in order for the life of a single parent career woman to remain prosperous, it is necessary to have a work-life balance. This study describes the work-life balance of single parent career women. The method used in this research is qualitative with a phenomenological study type. The data analysis technique used in this study was purposive sampling. The informant in this study is a career woman who is a single parent who focuses on career life, children and their families and the informant in this study has become a single parent due to divorce and death of her partner with a period of being a single parent for at least 4 years. and informants are currently in the productive age of women in career (<64 years old). The results of this study which was conducted on the three informants who have described the work-life balance of a career woman and are influenced by five aspects, namely time balance, psychological health, role balance, how to achieve life satisfaction and social balance. Psychological health, role balance, how to achieve life satisfaction and social balance are new aspects found in this study that affect an individual in achieving work-life balance.*

*Keywords: Work-life balance, single parent career woman, time balance, psychological health, role balance, how to achieve life satisfaction and social balance.*