

**GAMBARAN *WORK LIFE BALANCE*  
PADA IBU TUNGGALYANG BEKERJA**

**SKRIPSI**



**OLEH:**

**Carolina Permatasari**

**NRP 7103020052**

**Fakultas Psikologi**

**Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya**

**2023**

**GAMBARAN *WORK LIFE BALANCE*  
PADA IBU TUNGGAL YANG BEKERJA**

**SKRIPSI**



**OLEH:**

**Carolina Permatasari**

**NRP 7103020052**

**Fakultas Psikologi**

**Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya**

**2023**

## SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Carolina Permatasari

NRP : 7103020052

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya ini yang berjudul:

### **Gambaran *Work Life Balance* Pada Ibu Tunggal Yang Bekerja**

Benar-benar merupakan karya saya sendiri tanpa adanya 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 dengan penuh kesadaran dalam membuatnya.

Surabaya, 01 Desember 2023

Yang membuat pernyataan,



Carolina Permatasari

**LEMBARAN PERNYATAAN PERSETUJUAN  
PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

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

Nama : Carolina Permatasari

NRP : 7103020052

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

**GAMBARAN *WORK LIFE BALANCE* PADA IBU TUNGGAL YANG  
BEKERJA**

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 pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 1 Desember 2023

Yang membuat pernyataan



Carolina Permatasari

# HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

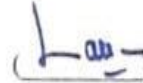
## GAMBARAN *WORK LIFE BALANCE* PADA IBU TUNGGAL YANG BEKERJA

Oleh: Carolina Permatasari

NRP 7103020052

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

Pembimbing Utama : Dr. Nurlaila Effendy, M.Si.



Surabaya, 01 Desember 2023

## 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 08 Desember 2023

Mengesahkan  
Fakultas Psikologi,  
Dekan,



(Agnes Maria Sumargi, Ph. D., Psikolog)

Dewan Penguji:

1. Ketua : F. Yuni Apsari, S.Psi., M.Si., Psikolog
2. Sekretaris : Sylvia Kurniawati Ngonde, M.Si.
3. Anggota : Dr. Y. Yettie Wandansari, M.Si., Psikolog
4. Anggota : Dr. Nurlaila Effendy, M.Si  
NIDN : 0702026606  
Email : [laila.effendy@gmail.com](mailto:laila.effendy@gmail.com)



## **HALAMAN PESEMBAHAN**

**Penelitian ini saya persembahkan kepada:**

Tuhan Yesus Kristus

Keluarga dan teman-teman terkasih

Dosen Pembimbing, ketiga informan dan semua pihak terlibat dalam penelitian ini

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

## **HALAMAN MOTTO**

Aku memulai dengan Nama Tuhan Yesus dan dengan penuh keyakinan  
mengakhiri dengan kata Amin.

“Pada akhirnya, ini semua hanyalah permulaan”

(Nadin Amizah)

Jangan takut, Percaya saja!

(Markus 5:36)



## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, Rahmat dan karuniaNya yang telah dilimpahkan kepada peneliti sehingga skripsi yang berjudul *Gambaran Work Life Balance Pada Ibu Tunggal Yang Bekerja* dapat terselesaikan. Penulis skripsi ini ditujukan untuk memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Pada kesempatan ini, saya ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada berbagai pihak yang telah mendukung dan membantu peneliti selama proses pembuatan naskah ini, sehingga peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. **Tuhan Yang Maha Esa**, yang selalu menyertai dan memberkati penulis selama pengerjaan naskah skripsi ini
2. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya **Ibu Agnes Maria Sumargi, Ph.D., Psikolog** dan Kaprodi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala **Bapak Made Rama, M. Psi., Psikolog** yang telah memberikan kesempatan dan menyediakan fasilitas serta pelayanan yang baik selama proses perkuliahan.
3. Dosen pembimbing **Ibu Dr. Nurlaila Effendy, S. Psi., M.Si.** yang senantiasa bersedia untuk meluangkan waktu dan memberikan ilmu baru dalam membantu proses jalannya penelitian serta mengarahkan dan membimbing penyusunan skripsi ini.
4. **Dosen penguji Ibu Y. Yettie Wansansari, S.Psi., M.Si., Psikolog dan Ibu F. Yuni Apsari, S.Psi., M.Si., Psikolog.** Yang telah memberikan bimbingan dan telah membantu dalam proses melengkapi materi penyusunan skripsi ini.
5. Penasehat Akademik **Ibu Agustina Engri, M. Psi., Psikolog** yang telah membantu persoalan-persoalan selama perkuliahan berlangsung, memberikan saran dan masukan-masukan mengenai perkuliahan.
6. **Seluruh dosen** yang telah memperkaya wawasan dan pengetahuan penulis mengenai perkembangan ilmu dunia psikologi.

7. Dua orang yang sangat berjasa dalam hidup penulis, **Ibu Yuli Astanti dan Bapak Denny Boy** sebagai orang tua tercinta dan terhebat yang selalu menjadi alasan penulis untuk tetap semangat dan sebagai sandaran terkuat atas kerasnya kehidupan, yang tiada hentinya selalu memberikan doa, kasih sayang, motivasi dengan penuh ikhlas dan tak terhingga kepada penulis. Terima kasih karena tetap selalu berjuang untuk kehidupan penulis. Sehat selalu dan hiduplah lebih lama lagi agar selalu ada di setiap perjalanan dan pencapaian penulis.
8. Kepada cinta kasih dari kedua saudara penulis, **Angelina Permatasari dan Dewi Permatasari**. Terima kasih atas segala doa, motivasi dan kasih sayang yang telah diberikan kepada adik terakhirnya ini.
9. Teman-teman seperjuangan peneliti yang sangat penulis cintai dan banggakan **Angeline Margareth, Maryshel Mangkey, Khaerina Herind dan Fransisca Octaviani Depa** yang selalu ada dan mendukung apa saja yang penulis hadapi dan lalui, selalu ada di setiap suka dan duka, sebagai tempat bekeluh kesah penulis dan terima kasih telah menjadi rumah baru untuk penulis selama merantau, semoga pertemanan ini selalu abadi.
10. Sahabat-sahabat penulis sejak SMP, **Azzahra Sisila, Dita Paramita, Ina Mutmaina, Nurul Iradha dan Zely Angelica** yang selalu menjadi tempat untuk bersandar dan menjadi tempat bercerita penulis. Terima kasih telah mendukung dan memberikan semangat pada penulis.
11. Sahabat SMA penulis yang masih bertahan hingga saat ini, **St. Maliqa Muqitha**. Terima kasih untuk dukungan dan motivasi yang selalu diberikan serta perjuangan yang di keluarkan untuk penulis menyelesaikan skripsi ini.
12. Teman sepembimbing **Sachiko Nikita** yang telah membantu menjawab pertanyaan penulis saat sedang bingung dengan proses penyelesaian skripsi dan memberikan semangat kepada penulis.
13. Kepada seseorang yang tidak kalah penting kehadirannya, **Ismail Ali**. Terima kasih telah menjadi perjalanan dalam hidup penulis dan menjadi rumah yang selalu mendampingi di segala hal, yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, materi dalam mendukung dan menghibur penulis

serta menjadi seseorang penyemangat penulis.

14. Terakhir, terima kasih untuk diri sendiri karena telah mampu berjuang dalam kerasnya kehidupan di perantauan. Terima kasih karena sudah mampu belajar mengendalikan diri sendiri dari berbagai tekanan yang ada dan terima kasih karena tidak menyerah dalam proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan dengan sebaik dan semaksimal mungkin.
15. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah memberikan bantuan selama proses pengerjaan skripsi ini

Dengan keterbatasan pengalaman, pengetahuan, maupun Pustaka yang ditinjau, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan naskah skripsi ini, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak agar skripsi ini dapat disempurnakan. Akhir kata, semoga penelitian ini dapat memberikan banyak manfaat bagi kepentingan masyarakat.

Surabaya, 2023  
Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PESEMBAHAN.....	vii
HALAMAN MOTTO.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR BAGAN.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
ABSTRAK.....	xviii
<i>ABSTRACT</i> .....	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Fokus Penelitian.....	14
1.3 Tujuan Penelitian.....	14
1.4 Manfaat Penelitian.....	14
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	14
1.4.2 Manfaat Praktis.....	14
BAB II LANDASAN TEORI.....	15
2.1 Kajian Literatur Seputar Fenomena Ibu Tunggal yang Bekerja.....	15
2.2 Kajian Literatur Seputar <i>Work Life Balance</i> .....	18
2.3 <i>Work Life Balance</i> pada Ibu Tunggal yang Bekerja.....	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
3.1 Pendekatan dalam Penelitian.....	26
3.2 Partisipan Penelitian.....	27
3.2.1 Karakteristik Informan Penelitian.....	27
3.2.2 Cara Mendapatkan Informan Penelitian.....	28
3.3 Metode Pengumpulan Data.....	28
3.4 Teknik Analisis Data.....	31
3.5 Validitas Penelitian.....	31

3.6	Etika Penelitian .....	32
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....		33
4.1	Persiapan Penelitian .....	33
4.1.1	Persiapan Penelitian.....	33
4.1.2	Tata Cara Mendapatkan Informan.....	34
4.1.3	Perijinan Penelitian.....	34
4.2	Proses Pengambilan Data .....	35
4.2.1	<i>Setting</i> dan <i>Timing</i> Lapangan Penelitian Informan I (D) .....	35
4.2.1.1	Pertemuan I.....	36
4.2.1.2	Pertemuan II .....	37
4.2.1.3	Pertemuan III.....	37
4.2.1.4	Pertemuan IV.....	38
4.2.2	<i>Setting</i> dan <i>Timing</i> Lapangan Penelitian Informan II.....	39
4.2.2.1	Pertemuan I.....	40
4.2.2.2	Pertemuan II .....	41
4.2.2.3	Pertemuan III.....	42
4.2.3	<i>Setting</i> dan <i>Timing</i> Lapangan Penelitian Informan III .....	42
4.2.3.1	Pertemuan I.....	44
4.2.3.2	Pertemuan II .....	45
4.2.3.3	Pertemuan III.....	45
4.3	Hasil Penelitian .....	46
4.3.1	Pengolahan Data Penelitian Informan D .....	46
4.3.1.1	Anamnesa Informan D .....	46
4.3.1.2	Kategorisasi Informan D .....	47
4.3.1.3	Deskripsi Tema Informan D.....	51
4.3.1.4	Deskripsi Bagan <i>Work Life Balance</i> Informan D.....	64
4.3.2	Pengolahan Data Penelitian Informan M.....	66
4.3.2.1	Anamnesa Informan M.....	66
4.3.2.2	Kategorisasi Informan M.....	67
4.3.2.3	Deskripsi Tema Informan M .....	70
4.3.2.4	Deskripsi Bagan <i>Work Life Balance</i> Informan M .....	79
4.3.3	Pengolahan Data Penelitian Informan I.....	81

4.3.3.1	Anamnesa Informan I .....	81
4.3.3.2	Kategorisasi Informan W .....	82
4.3.3.3	Deskripsi Tema Informan D .....	86
4.3.3.4	Deskripsi Bagan <i>Work Life Balance</i> Informan W .....	101
4.3.3.5	Deskripsi Bagan Antar Tema Ketiga Informan .....	105
4.3.3.6	Deskripsi Bagan Persamaan Antar Tema Pada Ketiga Informan .....	110
4.3.3.7	Deskripsi Bagan Perbedaan Antar Tema Pada Ketiga Informan .....	113
4.4	Validitas Penelitian .....	114
4.4.1	Validitas Komunikatif .....	114
4.4.2	Validitas Argumentatif .....	114
BAB V PENUTUP .....		115
5.1	Pembahasan Hasil Penelitian .....	115
5.2	Refleksi Penelitian .....	119
5.3	Simpulan .....	120
5.4	Saran .....	121
5.4.1	Saran Praktis .....	121
5.4.2	Saran Untuk Peneliti Selanjutnya .....	122
DAFTAR PUSTAKA .....		123
LAMPIRAN .....		127

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 4.1 Jadwal Interview Informan D .....	35
Tabel 4.2 Jadwal Interview Informan M.....	39
Tabel 4.3 Jadwal Interview Informan W.....	42
Tabel 4.4 Kategorisasi Informan D .....	47
Tabel 4.5 Kategorisasi Informan M .....	67
Tabel 4.6 Kategorisasi Informan W .....	82

## DAFTAR BAGAN

Bagan 4.1 Gambaran <i>Work Life Balance</i> Pada Informan D Sebagai Ibu Tunggal Yang Bekerja .....	63
Bagan 4.2 Gambaran <i>Work Life Balance</i> Pada Informan M Sebagai Ibu Tunggal Yang Bekerja .....	78
Bagan 4.3 Gambaran <i>Work Life Balance</i> Pada Informan W Sebagai Ibu Tunggal Yang Bekerja .....	100
Bagan 4.4 Gambaran Antar Tema Pada Ketiga Informan.....	104
Bagan 4.5 Gambaran Persamaan Antar Tema Pada Ketiga Informan .....	109
Bagan 4.6 Gambaran Perbedaan Antar Tema Pada Ketiga Informan.....	112



## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Pernyataan Kesediaan Mengikuti Penelitian Informan D.....	127
Lampiran 2 Pernyataan Kesediaan Mengikuti Penelitian Informan M.....	128
Lampiran 3 Pernyataan Kesediaan Mengikuti Penelitian Informan W.....	129
Lampiran 4 Surat Keterangan Keabsahan Hasil Wawancara Informan D.....	130
Lampiran 5 Surat Keterangan Keabsahan Hasil Wawancara Informan M.....	131
Lampiran 6 Surat Keterangan Keabsahan Hasil Wawancara Informan W.....	132

**Carolina Permatasari (2023).** “Gamabran *Work Life Balance* Pada Ibu Tunggal Yang Bekerja”. **Skripsi Sarjana Strata 1.** Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

### **ABSTRAK**

*Work life balance* adalah keseimbangan hidup yang dimiliki oleh individu dimana individu mampu untuk membagi dan menyeimbangkan antara kehidupan pekerjaan yang dimiliki dan kehidupan diluar pekerjaannya sehingga hal ini membuat individu akan merasakan kepuasan dalam dirinya dan adanya manfaat yang didapatkan oleh individu di rumah maupun di tempat kerja dengan minimnya konflik. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran *work life balance* pada ibu tunggal yang bekerja. Metode penelitian kualitatif, peneliti melakukan wawancara terhadap tiga ibu tunggal yang bekerja dan memiliki anak. Melalui pendekatan fenomenologis, terdapat dua tema utama yang menjadi pokok dari pengambilan data tersebut, yaitu aspek *work life balance* yang mencakup keseimbangan waktu, keseimbangan keterlibatan dan keseimbangan kepuasan serta faktor-faktor *work life balance* yang mencakup kecerdasan emosi, aktivitas religi, *job stress*, *child responsibilities*, dukungan sosial dan *work arrangement*. Tema-tema dalam penelitian ini, dapat menjadi pertimbangan bagi para ibu tunggal yang memilih untuk bekerja.

**Kata kunci:** *Work, life, balance*, ibu tunggal

**Carolina Permatasari (2023).** *“Illustration of Work Life Balance Is Like For Working Single Mothers”*. **Bachelor's Thesis Strata I.** Faculty of Psychology, Widya Mandala Catholic University, Surabaya

### **ABSTRACT**

*Work-life balance is a kind of balance between an individual where the individual is able to divide and balance between their work life and life outside of work, so that this makes the individual feel the satisfaction within themselves and the benefits that the individual gets at home and at work with minimal conflict. Therefore, the purpose of this research is to find out what the work-life balance is like for working single mothers. Using qualitative research methods, researchers conducted interviews with three single mothers who worked and had children. Through a phenomenological approach, there are two main themes at the heart of the data collection, namely the work-life balance aspect, which includes time balance, balance of involvement and balance of satisfaction, as well as work-life balance factors, which include emotional intelligence, religious activities, job stress, child responsibilities, social support and work arrangements. The themes in this research can be a consideration for single mothers who choose to work.*

*Keywords: Work, life, balance, single mom*