

**STUDI DESKRIPTIF GAMBARAN *WORK LIFE*
BALANCE PADA MAHASISWA YANG BEKERJA
PART TIME DI SURABAYA**

SKRIPSI



OLEH:
Mildred Alleta Virgie
NRP: 7103021060

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
2025**

**STUDI DESKRIPTIF GAMBARAN *WORK LIFE
BALANCE* PADA MAHASISWA YANG BEKERJA
PART TIME DI SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk memenuhi sebagai persyaratan memperoleh
derajat Sarjana Psikologi



OLEH:
Mildred Alleta Virgie
NRP: 7103021060

**Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
2025**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Mildred Alleta Virgie

NRP : 7103021060

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

STUDI DESKRIPTIF GAMBARAN *WORK LIFE BALANCE* PADA MAHASISWA YANG BEKERJA *PART TIME* DI SURABAYA

Benar-benar merupakan karya saya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti, bahwa skripsi saya 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 dalam membuatnya.

Surabaya, 5 Mei 2025

Yang membuat pernyataan,



Mildred Alleta Virgie

SURAT PENYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

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

Nama : Mildred Alleta Virgie

NRP : 7103021060

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul :

STUDI DESKRIPTIF GAMBARAN *WORK LIFE BALANCE* PADA MAHASISWA YANG BEKERJA *PART TIME* DI SURABAYA

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, 5 Mei 2025

Yang membuat pernyataan,



Mildred Alleta Virgie

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**STUDI DESKRIPTIF GAMBARAN *WORK LIFE BALANCE* PADA
MAHASISWA YANG BEKERJA *PART TIME* DI SURABAYA**

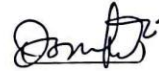
OLEH:

Mildred Alleta Virgie

NRP 7103021036

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

Pembimbing : Dr. Desak Nyoman Arista RD, M.Psi., Psikolog.



NIDN : 072618203

Email : desakdewi@ukwms.ac.id

Surabaya, 5 Mei 2025

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Studi Deskriptif Kuantitatif Gambaran *Work Life Balance* pada Mahasiswa yang Bekerja *Part Time* di Surabaya” oleh Mildred Alleta Virgie (7103021060) dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Pada tanggal, 23 Mei 2025

Mengesahkan
Fakultas Psikologi,
Dekan,



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

Dewan Penguji:

1. Ketua : F. Yuni Apsari. M.Si., psikolog

2. Sekretaris : Detricia Tedjawidjaja, M.Psi., Psikolog

3. Anggota : Elisabet Widyaning H., M.Psi., Psikolog

4. Anggota : Dr. Desak Nyoman A.R.D, M.Psi., Psikolog
NIDN : 072618203

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penelitian ini dipersembahkan untuk :

Tuhan Yesus Kristus

Mama, Ai, Oma dan Keluarga

Dosen Pembimbing, Mahasiswa yang bekerja di Surabaya

Sahabat dan seluruh teman saya

serta

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

HALAMAN MOTTO

"Cura, et valeas!"
Berusahalah agar kau berhasil!

"Non est astra mollis e terris via" - Seneca
Tidak ada cara mudah untuk mencapai bintang-bintang dari bumi.

"Nulla tenaci invia est via"
Bagi orang yang terus masu berjuang, tidak ada jalan yang tidak bisa dilewati

"Ama et quid vis fac" – San Agustn
Cintai dan lakukan apa yang anda inginkan

UNGKAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala rahmat, karunia serta kekuatan yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Tanpa pertolongan-Nya, penulis tidak akan mampu melewati berbagai proses dan tantangan selama proses penyusunan skripsi ini. Skripsi ini dapat terselesaikan karena dukungan, bimbingan, bantuan dan doa dari berbagai pihak yang memotivasi dan selalu support peneliti. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin mengungkapkan terima kasih kepada :

1. Tuhan Yesus Kristus Atas kasih dan karunia, kekuatan dan penyertaan-Nya yang sempurna sepanjang proses penyusunan skripsi ini. Dalam setiap tantangan, Tuhan hadir memberi pengharapan dan jalan keluar yang tidak pernah dibayangkan sebelumnya. Tanpa pertolongannya, penulis tidak akan mampu menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Agnes Maria Sumargi, Ph. D., Psikolog. Selaku Dekan Fakultas Psikologi serta dosen Fakultas Psikologi Universitas katolik widya mandala Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan jalan keluar ketika peneliti kesulitan serta pengarahan dan ilmu yang bermanfaat bagi peneliti.
3. Ibu Dr. Desak Nyoman Arista RD., M. Psi., Psikolog. Selaku dosen pembimbing skripsi yang telah membimbing dan mau menerima saya sebagai anak bimbingan. Sangat berterimakasih karena telah sabar membimbing, mengarahkan dan memberikan masukan yang sangat berarti dalam proses penyusunan skripsi ini.
4. Ibu F. Yuni Apsari, M. Si., Psikolog dan Elisabet Widyaning Hapsari, M.Psi., Psikolog. Selaku ketua penguji dan dosen penguji, Penulis menyampaikan terimakasih kepada dosen penguji atas waktu, kritik dan saran serta masukan yang sangat membantu dalam penyempurnaan skripsi ini.

5. Ibu Dr. Ermida Listyani Simanjuntak, [M.Sc.](#), M.Psi. Psikolog. Selaku dosen pembimbing akademik, penulis menyampaikan terimakasih karena telah membimbing peneliti mulai dari awal perkuliahan hingga akhir perkuliahan.
6. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh dosen di Fakultas Psikologi atas ilmu, bimbingan dan dedikasi yang telah diberikan selama masa studi. Setiap materi, masihat dan pengalaman yang dibagikan menjadi bekal berharga bagi penulis dan menyusun skripsi ini dan mempersiapkan diri menghadapi dunia professional. Semoga Tuhan membalas segala kebaikan Bapak dan Ibu Dosen dengan berkat yang melimpah.
7. Seluruh mahasiswa yang bekerja *part time* di Surabaya. Sebagai responden dalam penelitian ini. Penulis juga menyampaikan terimakasih kepada seluruh mahasiswa yang bekerja part-time di Surabaya yang telah menyediakan waktu untuk berpartisipasi dalam pengisian kuesioner penelitian ini. Tanpa bantuan dan keterbukaan dari teman-teman partisipan, penelitian ini mungkin tidak dapat diselesaikan.
8. Maria Melania Ira Meilani. Ucapan terimakasih yang paling dalam penulis sampaikan kepada mama tersayang, yang selalu menjadi sumber kekuatan, kasih sayang dan semangat dalam setiap langkah hidup penulis. Terimakasih atas doa yang tiada henti, dukungan tanpa syarat serta perjuangan dan pengorbanan yang tak pernah kenal lelah demi masa depan penulis. Setiap pencapaian ini adalah hasil dari cinta dan keteguhan hati mama. Senantiasa Tuhan memberkati mama dengan kesehatan, kebahagiaan dan Umur panjang. Penyelesaian skripsi ini akan penulis berikan sebagai hadiah untuk ulang tahun mama yang ke 45 Tahun. Happy Birthday Mom and God Bless you.
9. Ai dan Oma. Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ai dan oma Oma tercinta, yang selalu hadir dengan doa, dukungan dan kasih sayang yang tak ternilai. Telah menguatkan penulis dalam setiap proses yang penulis lalui, kehadiran dan semangat dari ai dan

oma menjadi kekuatan yang menenangkan dan menguatkan hati. Terimakasih atas perhatian, nasihat dan cinta yang selalu tulus. Senantiasa Tuhan memberikan kesehatan, kebahagiaan dan umur panjang. God Bless you ii dan oma.

10. Adi Kristanto. Penulis ingin mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada Adi Kristanto, yang selalu menemani, mendampingi, mendukung dan memberikan semangat dalam setiap langkah perjalanan ini. Terima kasih karena selalu ada bahkan di saat-saat sulit sekalipun. Kehadiranmu memberikan kekuatan. Semoga kita selalu bersama-sama meraih kebahagiaan dan terus saling support satu sama lain.
11. Teman-teman saya (Angellyne, Angelia P.J, Femmy, Abigail, Azmil) Penulis mengucapkan terima kasih yang tulus kepada teman-teman tercinta, yang selalu menemani saya dan memberikan dukungan bantuan sepanjang kuliah. Terimakasih atas kebersamaan, dukungan, serta tawa yang selalu mengisi hari-hari. Tanpa kalian, perjalanan ini tidak akan terasa seberat ini. Semoga pertemanan ini terus langgeng dan penuh kebahagiaan. Terimakasih telah menjadi bagian penting dalam hidup penulis.
12. Teman-teman SRK (Solidaritas Relawan Kemanusiaan). Penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada teman SRK yang telah memberikan dukungan luar biasa selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah menerima penulis dengan tangan terbuka, menjadi teman dan memberikan rasa nyaman serta kebahagiaan seolah-olah SRK menjadi Rumah kedua. Kebersamaan dan semangat yang kalian berikan menjadi sumber inspirasi bagi penulis untuk terus maju. Semoga kebaikan dan solidaritas yang telah terjalin terus maju dan berkembang serta membawa manfaat bagi banyak orang.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL LUAR.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK.....	xvi
<i>ABSTRACT</i>.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Batasan Masalah	12
1.3. Rumusan Masalah	12
1.4. Tujuan Penelitian.....	13
1.5. Manfaat Penelitian	13
1.5.1. Manfaat Teoritis	13
1.5.2. Manfaat Praktis.....	13
BAB II LANDASAN TEORI.....	14
2.1. Landasan Teori Work-Life Balance	14
2.1.1. Definisi Work life balance.....	14
2.1.2. Aspek Work-Life Balance	15
2.1.3. Faktor Work life balance	16
2.2. Landasan Teori Mahasiswa Bekerja Part-time di Surabaya	16
2.3. Work life balance pada mahasiswa yang bekerja Part-time di Surabaya	18
BAB III METODE PENELITIAN.....	23

3.1. Identifikasi Variabel Penelitian	23
3.2. Definisi Operasional Work-Life Balance	23
3.3. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	23
3.3.1 Populasi	23
3.3.2 Teknik Pengambilan Sampel.....	24
3.4. Metode Pengumpulan Data	24
3.5. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	25
3.5.1. Validitas Alat Ukur.....	25
3.5.2 Reliabilitas Alat Ukur.....	25
3.6. Teknik Analisis Data	26
3.7. Etika Penelitian.....	27
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	28
4.1. Orientasi Kancan Penelitian	28
4.2. Persiapan Pengambilan Data	29
4.3. Pelaksanaan Penelitian	31
4.4. Hasil Penelitian.....	32
4.4.1. Deskripsi Identitas Subjek.....	32
4.4.2. Hasil Uji Validitas	34
4.4.3. Hasil Uji Reliabilitas	34
4.4.4. Hasil Deskripsi Data Variabel	34
BAB V PENUTUP	50
5.1. Bahasan	50
5.1.1. Keterbatasan Penelitian	53
5.2 Simpulan.....	53
5.3 Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA	54

DAFAR TABEL

Tabel 3.1. <i>Blueprint work life balance Scale</i>	28
Tabel 4.1. <i>Blueprint Skala work life balance</i>	29
Tabel 4.2. Bobot Nilai Aitem... ..	35
Tabel 4.3. Semester... ..	36
Tabel 4.3. Deskripsi Identitas Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	37
Tabel 4.5. Lama Bekerja	41
Tabel 4.6. Rumus Kategorisasi... ..	41
Tabel 4.7. Distribusi variabel <i>Work life balance</i>	42
Tabel 4.8. Kategorisasi Dimensi <i>Demand</i>	45
Tabel 4.9. Kategorisasi Dimensi <i>Resource</i>	46
Tabel 4.10. Kategorisasi Aspek <i>Work Interference with personal Life</i>	37
Tabel 4.11. Kategorisasi Aspek <i>Personal Life Interference with Work</i>	41
Tabel 4.12. Kategorisasi Aspek <i>Work Enchancement of personal work</i>	41
Tabel 4.13. Kategorisasi Aspek <i>Personal Life Enchancement of Work</i>	42
Tabel 4.14. Kategorisasi <i>work life balance</i> berdasarkan semester	37
Tabel 4.15. Kategorisasi <i>work life balance</i> berdasarkan lama bekerja	41
Tabel 4.16. Kategorisasi <i>work life balance</i> berdasarkan bidang pekerjaan.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data <i>Coding</i> Variabel <i>work life balance</i>	55
Lampiran 2. Data <i>Coding</i> Variabel <i>work life balance</i>	59
Lampiran 3. Data Hasil Uji Validitas & Reliabilitas Variabel <i>work life balance</i>	72
Lampiran 4. Bentuk Kuesioner <i>Google Form</i>	72

Mildred Alleta Virgie (2025). “Studi Deskriptif Gambaran *Work Life Balance* pada Mahasiswa yang bekerja *Part Time* di Surabaya”. **Skripsi Sarjana Strata I.** Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

ABSTRAK

Mahasiswa yang bekerja *part time* menghadapi tantangan dalam menjalani peran ganda sebagai pelajar dan pekerja. Peran ini menuntut kemampuan untuk menyeimbangkan waktu, energi serta perhatian antara perkuliahan dan pekerjaannya. Ketidakseimbangan antara peran akademik dan pekerjaan dapat berdampak pada kinerja akademik. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan *work life balance* pada mahasiswa yang bekerja *part time* di Surabaya. *Work life balance* dalam penelitian ini mengacu pada teori Fisher et al. (2009), yang membagi keseimbangan hidup kedalam empat aspek; *Work Interference with Personal Life* (WIPL), *Personal Life Interference with Work* (PLIW), *Work Enhancement of Personal Life* (WEPL) dan *Personal Life Enhancement of Work* (PLEW). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan subjek sebanyak 124 mahasiswa semester 6 dan 8 yang bekerja *part time*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dan pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner online yang berisikan skala *work life balance*. Analisis data dilakukan menggunakan kategorisasi dan tabulasi silang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori sangat rendah (41,9%) dan rendah (21,7%) dalam *work life balance*. Mahasiswa mengalami kesulitan menyeimbangkan perkuliahan dan pekerjaan, Terutama pada aspek WEPL dan PLEW menunjukkan bahwa beberapa responden tidak memperoleh manfaat dari pekerjaan terhadap pengembangan diri dan pada perkuliahan. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja *part time* di Surabaya mengalami tantangan besar dalam menjaga *work life balance*, yang dapat berdampak pada pencapaian akademik.

Kata Kunci: *Work life balance*, Mahasiswa *part time*, Mahasiswa yang bekerja

Mildred Alleta Virgie (2025). “*Descriptive Study of Work Life Balance in Students who work Part Time in Surabaya*”. **Undergraduate Thesis.** Faculty of Psychology, Widya Mandala Surabaya Catholic University.”

ABSTRACT

Part time working student face significant challenges in managing their dual roles as learners and employees. These roles demand the ability to balance time, energy and attention between academic responsibilities and job duties. imbalance between academic and work roles may negatively impact academic performance. This study aims to describe the work life balance among part time working students in Surabaya. The concept of work life balance in this research refers to the theory proposed by Fisher et al. (2009), which categorizes balance into four aspect; Work Interference with Personal Life (WIPL), Personal Life Interference with Work (PLIW), Work Enhancement of Personal Life (WEPL), and Personal Life Enhancement of Work (PLEW). This research employed a quantitative descriptive method involving 124, 6 and 8 semester student who are working part time. The sampling technique used was purposive sampling and data were collected through an online questionnaire containing a work life balance scale. The data were analyzed using categorization and cross tabulation. The results indicate that the majority of respondents fall into the very low (41.9%) and low (21.7%) categories of work-life balance. Students struggled to balance their academic and work responsibilities. Particularly in the WEPL and PLEW aspects, some respondents reported that their jobs did not contribute positively to personal development or academic progress. The study concludes that part-time working students in Surabaya face considerable challenges in maintaining work-life balance, which may affect their academic achievement.

Keywords: *Work life balance, part time students, student employment.*