

**KONFLIK PERAN GANDA PADA WANITA BEKERJA DITINJAU DARI  
DUKUNGAN SOSIAL PASANGAN DAN AKTUALISASI DIRI**

**SKRIPSI**



**Disusun Oleh:**

**GITA SETYAWATI**

**(201460008)**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
TAHUN 2018**

**KONFLIK PERAN GANDA PADA WANITA BEKERJA DITINJAU DARI  
DUKUNGAN SOSIAL PASANGAN DAN AKTUALISASI DIRI**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



**Disusun Oleh :**

**GITA SETYAWATI**

**201460008**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

**TAHUN 2018**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Dipertahankan Didepan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan Diterima Untuk Memenuhi  
Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Pada Tanggal : 27 Agustus 2018

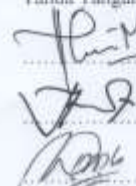
Mengesahkan Fakultas Psikologi  
Universitas Muria Kudus

Dekan  
  
Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi

Dewan Penguji :

1. Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi., M.Psi
2. Trubus Raharjo, S.Psi., M.Psi
3. Rr. Dwi Astuti, S.Psi., M.Psi

Tanda Tangan



**HALAMAN PERSETUJUAN**  
**KONFLIK PERAN GANDA PADA WANITA BEKERJA DITINJAU DARI**  
**DUKUNGAN SOSIAL PASANGAN DAN AKTUALISASI DIRI**

Diajukan Oleh :

**GITA SETYAWATI**

**201460008**

Telah disetujui untuk dipertahankan didepan dewan penguji

Telah disetujui oleh :

Pembimbing Utama



Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi.

27 AUG 2018  
Tanggal : .....

Pembimbing Pendamping



Dhini Rama Dhania, S.Psi, M.Si

27 AUG 2018  
Tanggal : .....

## MOTTO

Kita hanya bisa sukses apabila kita bekerja sama untuk mencapai tujuan yang  
sama

Untuk bisa bekerja sama kita memerlukan nilai-nilai kerja yang sama  
Apabila kita bisa bekerja sama dengan baik kita akan sukses bersama

- Robert Budi Hartono -

Kesungguhan dan kerja keras akan mengantarkanmu pada ribuan definisi  
kesuksesan, suksesmu hari ini akan jadi bekal untuk suksesmu esok dan  
proses suksesmu kelak akan jadi cerita yang kan terus menyerta

- Gita Setyawati -



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur yang mendalam, sebuah karya sederhana ini penulis persembahkan untuk :

- Kedua orangtuaku Bapak Sugirin dan Ibu Murni serta kakakku Dwiyanti, yang selalu banyak berkorban untuk penulis dan selalu mendoakan penulis
- Seluruh keluarga besar Sastroutomo dan seluruh keluarga besar Jokarso, yang selalu mendukung kemajuan pendidikan penulis
- Seluruh perempuan-perempuan yang berperan ganda sebagai ibu rumah tangga dan pekerja
- Almamaterku tercinta Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus



## **PRAKATA**

Puji dan syukur Penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan segala nikmat sehat lahir dan batin, sehingga Penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Konflik Peran Ganda Pada Wanita Bekerja Ditinjau Dari Dukungan Sosial Pasangan Dan Aktualisasi Diri” dengan tepat waktu. Dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini Penulis mendapatkan banyak dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu Penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi, M.Psi, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan juga pembimbing utama Penulis yang telah memberikan kesempatan dan ijin untuk melakukan penelitian ini
2. Ibu Dhini Rama Dhania, S.Psi, M.Si, selaku dosen pendamping yang selalu meluangkan waktu dan membimbing Penulis dalam menyelesaikan skripsi ini
3. Bapak Trubus Raharjo S.Psi, M.Si dan Bapak Muji Syukur, S.Psi., yang telah membantu Penulis dalam olah data SPSS dan menjelaskan hasil pengolahan data dalam skripsi ini
4. Seluruh dosen dan staff karyawan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ilmu, motivasi dan juga teladan kepada Penulis selama menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
5. Kedua orangtuaku tercinta Bapak Sugirin dan Ibu Murni yang tak hentinya memberikan semangat dan selalu mendoakan Penulis selama menempuh pendidikan tinggi dan selama mengerjakan skripsi ini

6. Kakakku Dwiyanti dan keluarga yang selama ini selalu memberikan dukungan baik dukungan langsung maupun tidak langsung kepada Penulis selama menempuh pendidikan tinggi
7. Muhtarossy Ibnu Barkah yang selalu menemani, tak henti memberikan semangat dan menjadi tumpuan tempat berkeluh kesah Penulis selama menyelesaikan skripsi
8. Kedua sahabatku selama 8 tahun ini Desi Dhakiratun Nafiah, Amd.Keb dan Nawang Mustikawati, S.Pd yang selalu rajin menanyakan kapan nikah dan tidak lupa menyemangati dalam hal perskripsian ini, akhirnya aku sarjana
9. Sahabat “Pengabdian Wifi” (Novian Hanyeka Putri dan Maula Rahmatika) yang selalu aku sayangi, setia kebersamaan dan selalu saling menyemangati
10. Sahabat Luffia Dwi Indriyani yang selalu siap sepanjang waktu mendengar curhatanku dan memelukku dikala suntuk dengan mood yang tidak karuan selama perskripsian ini
11. Sahabat seperjuangan dalam kelas dan saat mengerjakan skripsi ( Damalena Afiani, Balkis Nur Asyifa, Feri Nugroho, Cahya Dhamar Aji, Ovita Nirmala Santi, Arryma Suryaningtyas, Hana Fitria Rahmawati, Niki Anzar Sari, Purnomo, Shoffi Mujahiddah)
12. Sahabat KPT Insight Angkatan V Tahun 2016/2017 ( Atiqah, Cahya, Feri, Hana, Momo dan Niki)
13. Sahabat Beswan Djarum Kudus Angkatan 32 yang selalu julid tapi aku sayang kalian ( Bima, Yanna, Mas Ali, Mas Joyo, Adelina, dan Lutfi)
14. Sahabat Iyek-iyek yang rame-rame ( Uluwin, Oka, Nanda, Ita, Riska, Surya)



15. Teman-teman BheclassPsikologi 2014 yang kenangannya tak akan terlupakan
16. Teman-teman Psikologi Angkatan 2014 Kelas NonReguler ( Cik Anggi, Mbak Atiqah, Mas Apri, Mas Jem, Mas Kus, Pak Agus, Mbak Anif, Via, Irwan, (Alm) Afik)
17. Teman-teman seperjuangan KKN Posko Desa Ngurenrejo, Kec. Wedarijaksa, Kab. Pati ( Ayu, Luffia, Isyfa, Zuny, Yusin, Lutfi, Mbak Dila, Pak Kordes Triawan, Angga, Arif, Shoni, Syahrul, Rossy)
18. Seluruh pihak yang telah membantu setiap proses yang Penulis lakukan selama menyelesaikan skripsi.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam skripsi ini, oleh karena itu Penulis mengharapkan saran yang bersifat membangun untuk lebih menyempurnakan lagi tulisan-tulisan selanjutnya. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan pengetahuan terapan khususnya mengenai konflik peran ganda, dukungan sosial pasangan, dan aktualisasi diri pada wanita yang sudah bekerja dan memiliki keluarga.

Kudus, 1 Agustus 2018

Penulis

Gita Setyawati

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
PRAKATA.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAKSI .....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian .....	9
C. Manfaat Penelitian .....	9
1. Manfaat Teoritis .....	9
2. Manfaat Praktis .....	10
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Konflik Peran Ganda.....	11
1. Pengertian Konflik Peran Ganda.....	11
2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Konflik Peran Ganda .....	12

3. Aspek-aspek Konflik Peran Ganda .....	13
B. Dukungan Sosial Pasangan .....	15
1. Pengertian Dukungan Sosial .....	15
2. Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	16
C. Aktualisasi Diri .....	18
1. Pengertian Aktualisasi Diri .....	18
2. Aspek-aspek Aktualisasi Diri.....	19
D. Hubungan antara Dukungan Sosial Pasangan dan Aktualisasi Diri dengan Konflik Peran Ganda Pada Wanita Bekerja .....	24
E. Hipotesis.....	27
<b>BAB III. METODE PENELITIAN.....</b>	<b>28</b>
A. Identifikasi Variabel.....	28
B. Definisi Operasional Variabel.....	28
1. Konflik Peran Ganda.....	28
2. Dukungan Sosial Pasangan .....	29
3. Aktualisasi Diri .....	29
C. Subjek Penelitian.....	30
1. Populasi.....	30
2. Teknik Pengambilan Sample.....	30
D. Metode Pengumpulan Data .....	31
1. Skala Konflik Peran Ganda.....	31
2. Skala Dukungan Sosial Pasangan .....	33
3. Skala Aktualisasi Diri .....	34

E. Validitas dan Reliabilitas .....	35
1. Validitas .....	35
2. Reliabilitas .....	35
F. Metode Analisis Data .....	36
<b>BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>37</b>
A. Orientasi Kancan Penelitian .....	37
B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian .....	38
1. Perijinan Penelitian .....	38
2. Persiapan Alat Pengumpulan Data .....	38
3. Pelaksanaan Penelitian .....	41
C. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas .....	41
1. Perhitungan Validitas .....	42
2. Perhitungan Reliabilitas .....	44
D. Analisis Data .....	45
1. Uji Normalitas .....	46
2. Uji Linieritas .....	46
3. Uji Hipotesis .....	47
E. Pembahasan .....	49
<b>BAB V. SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>55</b>
A. Simpulan .....	55
B. Saran .....	55
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>56</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>61</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Skala Konflik Peran Ganda.....	32
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala Dukungan Sosial Pasangan.....	34
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Skala Aktualisasi Diri .....	35
Tabel 4.1 <i>Blueprint</i> Konflik Peran Ganda.....	39
Tabel 4.2 <i>Blueprint</i> Dukungan Sosial Pasangan.....	40
Tabel 4.3 <i>Blueprint</i> Aktualisasi Diri .....	41
Tabel 4.4 Sebaran Skala Konflik Peran Ganda yang Valid dan Gugur .....	42
Tabel 4.5 Sebaran Skala Dukungan Sosial Pasangan yang Valid dan Gugur..	43
Tabel 4.6 Sebaran Skala Aktualisasi Diri yang Valid dan Gugur.....	44
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas Sebaran .....	46
Tabel 4.8 Hasil Uji Linieritas Dukungan Sosial Pasangan & Konflik Peran Ganda .....	47
Tabel 4.9 Hasil Uji Linieritas Aktualisasi Diri & Konflik Peran Ganda.....	47
Tabel 4.10 Hasil Uji Analisis Regresi antara Dukungan Sosial Pasangan Aktualisasi Diri dengan Konflik Peran Ganda.....	48
Tabel 4.11 Hasil Analisis Korelasi Dukungan Sosial Pasangan & Konflik Peran Ganda.....	48
Tabel 4.12 Hasil Analisis Korelasi Aktualisasi Diri & Konflik Peran Ganda.....	49

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Instrumen Skala Penelitian .....	62
Lampiran B. Data Angka Kasar Hasil Penelitian.....	73
Lampiran C. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	81
Lampiran D. Data Penelitian Fix .....	82
Lampiran E. Data Persiapan Uji Hipotesis .....	83
Lampiran F. Hasil Uji Hipotesis .....	84

