

**PENGARUH *COPING STRATEGY* TERHADAP *WORK-LIFE*  
*BALANCE* PADA IBU BEKERJA**



**Universitas  
Pembangunan Jaya**

**Skripsi**

Oleh:

Athiyya Rahmani Afiya Tasya

2018031020

**Program Studi Psikologi  
Fakultas Humaniora dan Bisnis**

**2025**

**PENGARUH *COPING STRATEGY* TERHADAP *WORK-LIFE BALANCE*  
PADA IBU BEKERJA**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar Sarjana dalam  
Bidang Psikologi pada Fakultas Humaniora dan Bisnis  
Universitas Pembangunan Jaya

**Athiyya Rahmani Afiya Tasya  
2018031020**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS HUMANIORA DAN BISNIS  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN JAYA  
TANGERANG SELATAN  
2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI**

**PENGARUH *COPING STRATEGY* TERHADAP *WORK-LIFE BALANCE* PADA  
IBU BEKERJA**

**Nama** : Athiyya Rahmani Afiya Tasya  
**NIM** : 2018031020  
**Program Studi** : Psikologi

Telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan dan dipertahankan dalam Sidang Skripsi guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi Strata Satu pada Program Studi Psikologi, Fakultas Humaniora dan Bisnis, Universitas Pembangunan Jaya.

Tangerang Selatan, 31 Januari 2025

**Menyetujui:**

**Pembimbing**



(Maria Jane Tienoviani Simanjuntak,  
S.Psi., M.Psi., Psikolog)  
NIP: 08.0720.015

**Kepala Program Studi**



(Aries Yulianto, S.Psi., M.Si.)  
NIP: 08.0718.015

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**  
**PENGARUH COPING STRATEGY TERHADAP WORK-LIFE BALANCE PADA**  
**IBU BEKERJA**  
**SKRIPSI**

Oleh:  
Athiyya Rahmani Afiya Tasya  
2018301020

Telah dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Pada  
Hari/Tanggal: 20 Januari 2025

Pembimbing:	Tanda Tangan	Tanggal
<u>Maria Jane Ticnoviani Simanjuntak</u> S.Psi., M.Psi., Psikolog NIP: 08.0720.015	 .....	31. 01. 25 .....
<b>Dosen Penguji:</b>		
<u>Gita Widya L Soerjoatmodjo, MA.</u> M.Psi., Psikolog NIP: 08.0711.049	 .....	31. 01. 25 .....
<u>Veronica Anastasia Melany Kaihatu</u> S.Psi., M.Si. NIP: 08.0211.037	 .....	31 Januari 2025 .....
<b>Kepala Program Studi</b>	Mengetahui:	
 <u>Aries Yulianto, S.Psi., M.Si.</u> NIP: 08.0718.015 Tanggal: 07. 01. 25 .....	Dekan Fakultas Humaniora Dan Bisnis  <u>Clara Evi C. Citraningtyas, Dra., M.A., Ph.D.</u> NIP: 08.0920.022 Tanggal: 07. 01. 25 .....	

**SURAT PERNYATAAN  
MENGENAI ORIGINALITAS SKRIPSI, KESEDIAAN  
PUBLIKASI DAN PELIMPAHAN HAK CIPTA**

Saya mahasiswa Universitas Pembangunan Jaya, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Athiyya Rahmani Afiya Tasya  
NIM : 2018031020  
Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil Skripsi saya yang berjudul:  
Pengaruh *Coping Strategy* Terhadap *Work-life Balance* Pada Ibu Bekerja

1. Adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Apabila di kemudian hari diketahui bahwa Skripsi ini merupakan hasil plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan atau pencabutan gelar Sarjana yang saya peroleh.
2. Adalah benar karya saya dengan arahan dari Tim pembimbing dan belum pernah diajukan dalam bentuk apapun kepada Perguruan Tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang telah diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir Skripsi ini. Dengan ini saya melimpahkan Hak Cipta dari Skripsi saya kepada Universitas Pembangunan Jaya dan memberikan hak pada Universitas Pembangunan Jaya untuk mempublikasikan Skripsi saya baik secara daring (*online*) ataupun cetak.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tangerang Selatan, 29 Desember 2024

Peneliti,



Athiyya Rahmani Afiya Tasya

NIM : 2018031020

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat limpahan Rahmat dan Karunia-NYA sehingga penulis dapat menyusun skripsi ini dengan baik dan tepat pada waktunya. Skripsi dengan judul: **“PENGARUH *COPING STRATEGY* TERHADAP *WORK-LIFE BALANCE* PADA IBU BEKERJA”** ini ditujukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi Strata Satu pada Program Studi Psikologi, Fakultas Humaniora dan Bisnis, Universitas Pembangunan Jaya, Tangerang Selatan.

Skripsi ini dibuat dengan berbagai observasi dan beberapa bantuan dari berbagai pihak untuk membantu menyelesaikan tantangan dan hambatan selama mengerjakan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini, yaitu kepada:

1. Bapak Ir. Frans Satyaki Sunito selaku Presiden Universitas Pembangunan Jaya.
2. Bapak Ir. Yudi Samyudia, Ph.D. selaku Rektor Universitas Pembangunan Jaya.
3. Ibu Clara Evi C. Citraningtyas, M.A., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Humaniora dan Bisnis.
4. Bapak Aries Yulianto, S.Psi., M.Si. selaku Kepala Program Studi Psikologi dan Dosen Pembimbing Akademik
5. Ibu Maria Jane Tienoviani Simanjuntak S.Psi., M.Psi., Psikolog. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang selalu mengarahkan dan mendukung penulis dalam proses penyusunan skripsi.
6. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya atas setiap ilmu yang diberikan kepada penulis.
7. Kedua orang tua, dan sahabat-sahabat selalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis selama penyusunan skripsi.
8. Teman-teman Psikologi UPJ lainnya yang tidak dapat disebutkan satu-persatu yang telah berjuang bersama penulis selama perkuliahan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih kurang sempurna. Oleh karena itu kritik dan saran dari pembaca sangat bermanfaat dan kami harapkan untuk penyempurnaan skripsi ini. Penulis berharap agar skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang membacanya.

Tangerang Selatan, 29 Desember 2024

Penulis



Athiyya Rahmani Afiya Tasya