



**PENGARUH *GRATITUDE* TERHADAP *WORK-LIFE*
BALANCE PADA IBU BEKERJA**

SKRIPSI

Seftina Aswinda Nurul Wicaksana
2019031029

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS HUMANIORA DAN BISNIS
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN JAYA
TANGERANG SELATAN
2023

**PENGARUH *GRATITUDE* 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

Seftina Aswinda Nurul Wicaksana
2019031029

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS HUMANIORA DAN BISNIS
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN JAYA
TANGERANG SELATAN
2023

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI

PENGARUH GRATITUDE TERHADAP WORK-LIFE BALANCE PADA IBU BEKERJA

Nama : Seftina Aswinda Nurul Wicaksana
NIM : 2019031029
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, 7 Juni 2023

Menyetujui:

Pembimbing 1



(Dr. Clara Moningka, S.Psi.,
M.Si.)
NIP: 08.0117.004

Pembimbing 2



(Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi.,
Psikolog)
NIP: 08.0821.019

Kepala Program Studi



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

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

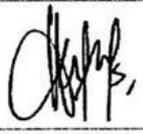
PENGARUH GRATITUDE TERHADAP WORK-LIFE BALANCE PADA IBU BEKERJA

SKRIPSI

Oleh :

Seftina Aswinda Nurul Wicaksana
2019031029

Telah dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana
Pada Hari/Tanggal: Kamis, 15 Juni 2023

	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing 1: <u>Dr. Clara Moningka, S.Psi., M.Si.</u> NIP. 08.0117.004		26 Juni 2023
Pembimbing 2: <u>Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog</u> NIP. 08.0821.019		26 Juni 2023
Dosen Penguji: <u>Aries Yulianto, S.Psi., M.Si.</u> NIP. 08.0718.015		4 Juli 2023
<u>Runi Rulanggi, M.Psi., Psikolog</u> NIP. 08.0221.003		26 Juni 2023

Kepala Program Studi Psikologi



Aries Yulianto, S.Psi., M.Si.
NIP. 08.0718.015
Tanggal: 6 Juli 2023

Mengetahui:

Dekan Fakultas Humaniora dan Bisnis



Clara Evi C. Citraningtyas, M.A., Ph.D.
NIP. 08.0920.027
Tanggal: 7 Juli 2023

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

Saya mahasiswa Universitas Pembangunan Jaya, yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Seftina Aswinda Nurul Wicaksana
NIM : 2019031029
Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi saya yang berjudul:

"Pengaruh *Gratitude* 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 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, 27 Juni 2023

Peneliti,



Nama : Seftina Aswinda Nurul
Wicaksana

NIM : 2019031029

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 GRATITUDE 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. Ir. Frans Satyaki Sunito, Selaku Presiden Universitas Pembangunan Jaya
2. Ibu Leenawaty Limantara, Ph.D., Selaku Rektor Universitas Pembangunan Jaya
3. Ibu Dra. 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
5. Ibu Jane Luvena Pietra, M.Psi., Psikolog, Selaku Dosen Pembimbing Akademik
6. Ibu Dr. Clara Moningka, S.Psi., M.Si., Selaku Dosen Pembimbing Skripsi 1
7. Ibu Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog, Selaku Dosen Pembimbing Skripsi 2
8. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya yang telah mengajarkan dan memberikan ilmu kepada penulis.
9. Kedua orang tua, serta adik-adik penulis yang selalu memotivasi dan mendoakan penulis untuk menyelesaikan penulisan skripsi.
10. Imam Akbar Liari, selaku pasangan yang selalu mendampingi, memberikan semangat, mendukung dan mendengarkan seluruh keluh kesah peneliti selama menjalankan perkuliahan serta menyelesaikan skripsi.
11. Teman-teman dekat yang selalu memotivasi dan menyemangati penulis.

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, 15 Juni 2023

Penulis