

## ABSTRAK

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

Seftina Aswinda Nurul Wicaksana<sup>1)</sup>, Clara Moningka<sup>2)</sup>, Ellyana Dwi Farisandy<sup>3)</sup>

1) Mahasiswa Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya

2) Dosen Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya

3) Dosen Program Studi Psikologi, Universitas Pembangunan Jaya

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh *gratitude* terhadap *work-life balance* pada ibu bekerja. Partisipan dalam penelitian ini adalah ibu yang bekerja di sektor formal dan memiliki minimal satu anak, sebanyak 360 responden. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *work-life balance* adalah *Work-Life Balance Scale* dan alat ukur *gratitude* adalah *Gratitude Questionnaire Six Item Form (GQ-6)*. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi logistik. Hasil yang diperoleh pada penelitian ini ditemukan adanya pengaruh positif yang signifikan antara *gratitude* terhadap *work-life balance*. Hasil uji regresi logistik menunjukkan bahwa *gratitude* memiliki pengaruh signifikan terhadap *work-life balance* pada ibu bekerja dengan nilai  $X^2(358) = 31,062$ ,  $p < 0,001$ . Kesimpulan hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh *gratitude* terhadap *work-life balance* pada ibu bekerja.

**Kata kunci:** Keseimbangan Kehidupan-Kerja, Rasa Syukur, Ibu Bekerja.

Pustaka : 56  
Tahun Publikasi : 1999 - 2022