



**GAMBARAN *WORK LIFE BALANCE* PADA KARYAWAN  
YANG BERKULIAH DI JABODETABEK**

**SKRIPSI**

Fransiska Florensia  
2018031008

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS HUMANIORA DAN BISNIS  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN JAYA  
TANGERANG SELATAN  
2024

**GAMBARAN *WORK LIFE BALANCE* PADA KARYAWAN  
YANG BERKULIAH DI JABODETABEK**

**SKRIPSI**

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

Fransiska Florensia  
2018031008

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS HUMANIORA DAN BISNIS  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN JAYA  
TANGERANG SELATAN  
2024

**PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI**

**GAMBARAN *WORK LIFE BALANCE* PADA KARYAWAN YANG  
BERKULIAH DI JABODETABEK**

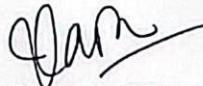
**Nama** : Fransiska Florensia  
**NIM** : 2018031008  
**Program Studi** : Psikologi

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, 27 Desember 2023**

**Menyetujui:**

**Pembimbing**



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

**Kepala Program Studi**



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

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

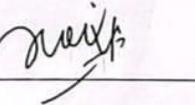
**GAMBARAN *WORK LIFE BALANCE* PADA KARYAWAN YANG BERKULIAH DI  
JABODETABEK**

**SKRIPSI**

Oleh :

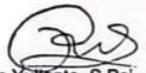
Fransiska Florensia  
2018031008

Telah dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana  
Pada Hari/Tanggal: Selasa, 8 Januari 2024

	Tanda Tangan	Tanggal
<b>Pembimbing Utama:</b> <u>Dr. Clara Moningka, S.Psi., M.Si</u> NIP. 08.0117.004		<u>23 Januari 2024</u>
<b>Dosen Penguji 1:</b> <u>Aries Yulianto, S.Psi., M.Si</u> NIP. 08.0718.015		<u>23 Januari 2024</u>
<b>Dosen Penguji 2:</b> <u>Supriyanto, S.Psi., M.Si</u> NIP. 08.0714.003		<u>23 Januari 2024</u>

Mengetahui,

Kepala Program Studi Psikologi

  
Aries Yulianto, S.Psi., M.Si  
NIP. 08.0718.015

Tanggal: 23 Januari 2024

Dekan Fakultas Humaniora Dan Bisnis

  
Dra. Clara Evi C. Gilranganqiyas, M.A, Ph.D  
NIP. 08.0820.027  
Tanggal: 23 Januari 2024

**SURAT PERNYATAAN MENGENAI ORIGINALITAS SKRIPSI,  
KESEDIAAN PUBLIKASIDAN PELIMPAHAN HAK CIPTA**

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

Nama Mahasiswa : Fransiska Florensia  
NIM : 2018031008  
Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil Skripsi saya yang berjudul:

**GAMBARAN *WORK LIFE BALANCE* PADA KARYAWAN YANG BERKULIAH DI  
JABODETABEK**

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, 1 Januari 2024

Peneliti,



Nama : Fransiska Florensia  
NIM : 2018031008

## 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: **“GAMBARAN WORK LIFE BALANCE PADA KARYAWAN YANG BERKULIAH DI JABODETABEK”** ini ditujukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh gelar S.Psi 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, MBA. selaku Presiden Universitas Pembangunan Jaya.
2. Bapak Ir. Yudi Samyudia, 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 Universitas Pembangunan Jaya dan Dosen Pembimbing Akademik yang telah mendampingi dan memberikan bimbingan selama perkuliahan.
5. Ibu Dr. Clara Moningka, S.Psi., M.Si. selaku pembimbing skripsi Penulis yang telah memberikan banyak arahan dan masukan kepada Penulis.
6. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya atas setiap ilmu yang sangat berharga dan sebagai bekal bagi Penulis di masa depan.
7. Orang tua dan adik Penulis yang selalu memberikan dukungan selama proses perkuliahan hingga penulisan skripsi.
8. Icha, Aura, Ika, Rifdah dan teman-teman Penulis yang tidak dapat Penulis tuliskan satu per satu yang telah menemani dan memberi dukungan selama penulisan skripsi.

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, 8 Januari 2024

Penulis