

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN
WORK-LIFE BALANCE PADA KARYAWAN *STARTUP***

SKRIPSI



Disusun Oleh:

GISTHA PARAMITA NUGRAHA

NIM. 111611133058

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

2022

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN
WORK-LIFE BALANCE PADA KARYAWAN *STARTUP***

SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Universitas Airlangga Surabaya**

Disusun Oleh:

GISTHA PARAMITA NUGRAHA

NIM. 111611133058

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

2022

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa apa yang tertulis dalam skripsi ini adalah benar adanya dan merupakan hasil karya saya sendiri. Segala kutipan karya pihak lain telah saya tuliskan dengan menyebutkan sumbernya. Apabila kemudian hari ditemukan adanya plagiasi maka saya rela gelar keserjanaan saya dicabut.

Surabaya, 7 Juli 2022

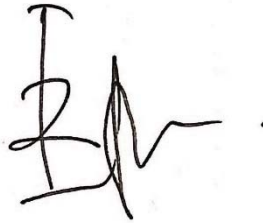


(Gistha Paramita Nugraha)

NIM. 111611133058

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh
Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized letters and a long horizontal stroke with a small loop at the end.

Rosatyani Puspita Adiati, M.Psi., Psikolog

(NIP. 198512012015042001)

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji
Pada hari Kamis, 7 Juli 2022 dengan susunan Dewan Penguji

Ketua



Dr. Fajrianthi, M.Psi., Psikolog

NIP. 196803081998022001

Sekretaris



Reza Lidia Sari, S.Psi, Msi

NIP. 199010172019032024

Anggota



Rosatyani Puspita Adiati, M.Psi., Psikolog

NIP. 198512012015042001

HALAMAN MOTTO

“You are wanted. You are blessed. You are worth it.

You are loved. You are NOT a burden.

Read those words over and over again until it sinks.”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Teruntuk Mama, Papa dan Mas. Terima kasih telah selalu percaya dan memberikan dukungan penuh atas apapun. Tidak lupa juga untuk diri sendiri, terima kasih telah bertahan sejauh ini.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim, Alhamdulillahirabbil 'alamin, puji syukur atas segala rahmat dan karunia yang telah diberikan oleh Allah SWT sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dari awal hingga selesai. Penulis ingin berterima kasih kepada beberapa pihak yang telah sangat membantu dalam penyelesaian penulisan skripsi ini:

1. Bapak Prof. Dr. Suryanto, M.Si., Psikolog selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
2. Ibu Dr. Nur Ainy Fardana N., M.Si., Psikolog, Bapak Dimas Aryo Wicaksono, S.Psi., M.Sc., dan Ibu Endang Retno Surjaningrum, M.AppPsych., Ph.D., Psikolog selaku jajaran dekanat Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
3. Ibu Rosatyani Puspita Adiati, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing skripsi penulis yang telah meluangkan waktu untuk membimbing penulis. Terima kasih atas waktu, ilmu, arahan, saran dan bimbingan yang telah diberikan serta kesabaran yang luar biasa dalam membimbing penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Herison P. Purba, S.Psi., M.Sc selaku dosen wali penulis.
5. Seluruh jajaran dosen serta karyawan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga atas segala ilmu dan bantuan yang telah diberikan selama penulis berada di kampus ini.
6. Mama, Papa dan Mas, terima kasih atas kesabaran, cinta, kasih sayang, kehangatan, pengorbanan dan kepercayaan kepada penulis yang tidak ada

habisnya. Terima kasih atas segala yang telah diberikan agar penulis dapat terus maju kedepan dan percaya pada diri sendiri. Terima kasih atas doa dan harapan yang tidak pernah putus.

7. Amira Indriani Cahyadewi dan Febpy Nurul Safrina yang telah sangat membantu penulis saat penulis sedang dalam masa terendah di hidupnya. Terima kasih atas usaha, kesabaran, waktu dan energi yang telah diberikan untuk penulis.
8. Anditia Safira dan Fameza Ayesha, selaku teman dekat penulis sejak masa SMP dan SMA, terima kasih telah selalu membuat penulis merasa lebih baik. Terima kasih selalu mendengarkan cerita penulis dengan sabar.
9. Teman dekat penulis semasa kuliah, Puspita Sandya Mahardika, Cellina Aura Sandita, Regitta Farah, Rosita dan Saphira Rizky. Terima kasih telah menemani penulis dari awal kuliah hingga akhir, selalu berusaha membantu penulis dan membuat penulis merasa nyaman.
10. BPH BEM 2018, Mas Yusuf Thol'at, Mba Annisa'i Salma Nur Amalina, Mba Belliana Salvia, Amira Indriani dan Laili Faristin. Terima kasih sudah menjadi tempat penulis belajar dan berproses selama kuliah dan di luar kuliah.
11. Teman-teman HARMONI, terima kasih telah memberikan pengalaman berorganisasi dan menjadi keluarga bagi penulis.
12. Teman-teman Psikologi UNAIR angkatan 2016, terima kasih untuk kebersamaan dan bantuannya selama penulis menjalani masa perkuliahan.

13. BPH PSYCHOFEST UNAIR 2019, terima kasih atas pengalaman

berorganisasi yang telah diberikan, terima kasih atas kesempatannya.

14. Seluruh responden penelitian yang telah menyempatkan waktu dan energi

untuk mengisi kuisioner peneliti.

15. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Terima kasih atas

dukungan, doa dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga penulis bersedia menerima kritik dan saran. Terima kasih.

DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	12
1.3 Batasan Masalah.....	16
1.4 Rumusan Masalah	17
1.5 Tujuan Penelitian.....	17
1.6 Manfaat Penelitian.....	17
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	17
1.6.2 Manfaat Praktis	18
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	20
2.1. <i>Work-life Balance</i>	20
2.1.1 Definisi <i>Work-life Balance</i>	20
2.1.2 Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Work-life Balance</i>	21
2.1.3 Aspek <i>Work-life Balance</i>	22
2.1.4 Dimensi <i>Work-life Balance</i>	23
2.2 Kecerdasan Emosional	24

2.2.1	Definisi Kecerdasan Emosional	24
2.2.2	Pendekatan Kecerdasan Emosional	27
2.2.3	Dimensi Kecerdasan Emosional	28
2.3	<i>Startup</i>	29
2.4	Hubungan Variabel Kecerdasan Emosional dengan <i>Work-life Balance</i>	30
2.6	Hipotesis	34
BAB III METODE PENELITIAN		35
3.1	Tipe Penelitian.....	35
3.2	Identifikasi Variabel	36
3.3	Definisi Operasional.....	37
3.3.1	<i>Work-life Balance</i>	37
3.4	Subjek Penelitian.....	38
3.4.1	Populasi Penelitian.....	38
3.5	Teknik Pengumpulan Data	39
3.5.1	Instrumen <i>Work-life Balance</i>	39
3.5.2	Instrumen Kecerdasan Emosional	40
3.6	Validitas dan Reliabilitas.....	41
3.6.1	Validitas Alat Ukur	41
3.6.2	Reliabilitas Alat Ukur	43
3.7	Analisa Data	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		46
4.1	Gambaran Subjek Penelitian	46
4.2	Pelaksanaan Penelitian	47
4.2.1	Persiapan Penelitian	47
4.3	Pengumpulan Data Penelitian.....	48
4.4	Hasil Penelitian.....	48
4.4.1	Analisis Reliabilitas	48
4.4.2	Analisis Statistik Deskriptif	50
4.4.3	Pengkategorian Subjek	51
4.4.4	Analisis Uji Asumsi	52
4.5	Hasil Analisis Data	55

4.5.1	Hasil Uji Korelasi	55
4.5.2	Analisis Tambahan	57
4.5.2.1	Analisis Korelasi Kecerdasan Emosional dengan Dimensi <i>Work-life Balance</i>	57
4.6	Pembahasan	621
4.7	Keterbatasan Penelitian	655
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		666
5.1	Simpulan	666
5.2	Saran	666
5.2.1	Saran untuk Penelitian Selanjutnya	666
DAFTAR PUSTAKA		677
LAMPIRAN		722

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint Work-life Balance Scale</i>	40
Tabel 3.2 <i>Blueprint The Assessing Emotions Scale</i>	41
Tabel 3.3 Hasil <i>Expert Judgement</i> WLBS	42
Tabel 3.4 Hasil Pengukuran Reliabilitas <i>Work-life Balance</i> (WLBS).....	44
Tabel 3.5 Hasil Pengukuran Reliabilitas <i>The Assessing Emotions Scale</i>	44
Tabel 4.1 Data Demografi.....	46
Tabel 4.2 Kategorisasi Tingkat Reliabilitas	49
Tabel 4.3 Analisis Reliabilitas Alat Ukur	49
Tabel 4.4 Analisis Deskriptif	50
Tabel 4.5 Rumus Kategorisasi	51
Tabel 4.6 Kategorisasi <i>Work-life Balance</i>	51
Tabel 4.7 Kategorisasi Kecerdasan Emosional	52
Tabel 4.8 Uji Normalitas.....	53
Tabel 4.9 Kategorisasi Nilai Koefisien Korelasi.....	56
Tabel 4.10 Matriks Korelasi.....	56
Tabel 4.11 Uji Normalitas Kecerdasan Emosional dengan Dimensi <i>Work-life Balance</i>	58
Tabel 4.12 Matriks Korelasi Kecerdasan Emosional dengan Dimensi <i>Work-life Balance</i>	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Konseptual Hubungan Kecerdasan Emosional dengan <i>Work-life Balance</i>	33
Gambar 3.1	Skema Hubungan Variabel	36
Gambar 4.1	Persebaran Data (<i>Scatterplot</i>)	544
Gambar 4.2	Persebaran Data (<i>Scatterplot</i>) WIPL	58
Gambar 4.3	Persebaran Data (<i>Scatterplot</i>) PLIW	59
Gambar 4.4	Persebaran Data (<i>Scatterplot</i>) WEPL	59
Gambar 4.5	Persebaran Data (<i>Scatterplot</i>) PLEW	60

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuisisioner	7272
Lampiran 2 Form Rater Alat Ukur Penelitian.....	110
Lampiran 3 Uji Reliabilitas.....	113
Lampiran 4 Hasil Kalkulasi <i>GPower</i>	114
Lampiran 5 Hasil Analisis Deskriptif	115
Lampiran 6 Hasil Uji Linearitas.....	117
Lampiran 7 Hasil Uji Korelasi	122
Lampiran 8 Data Hasil Kuisisioner	124

ABSTRAK

Gistha Paramita Nugraha, 111611133058, Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan *Work-life Balance*, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, xviii + 71 halaman, 8 lampiran

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan work-life balance pada karyawan startup. Kecerdasan emosional adalah bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan dalam mengamati perasaan dan emosi diri sendiri serta orang lain, membedakannya, kemudian menggunakannya untuk mengatasi suatu kondisi atau situasi tertentu. Sedangkan work-life balance adalah kemampuan seseorang dalam menyeimbangkan kehidupan pekerjaan dan personalnya dengan meminimalisir konflik antar keduanya.

Kecerdasan emosional dibutuhkan karyawan startup yang memiliki beban pekerjaan lebih besar, sehingga dapat mencapai work-life balance. Apabila kecerdasan emosional rendah, selain akan memengaruhi keseimbangan kehidupan pekerja, juga akan memengaruhi berkurangnya produktivitas karyawan yang selanjutnya juga akan memengaruhi perusahaan.

Subjek dalam penelitian ini adalah karyawan startup yang berdomisili dan warga negara Indonesia dengan rentang usia 18 – 54 tahun. Total subjek dalam penelitian ini adalah 111 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur kecerdasan emosional adalah The Assessing Emotions Scale (AES). Sedangkan alat ukur work-life balance dalam penelitian ini adalah Work-life Balance Scale (WLBS). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei dan analisis data korelasi dilakukan dengan teknik Pearson product-moment, menggunakan bantuan program Jamovi 2.2.5 for Windows.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara kecerdasan emosional dengan work-life balance pada karyawan startup. Dimensi dari work-life balance yang memiliki hubungan signifikan dengan kecerdasan emosional adalah PLEW dengan nilai koefisien sebesar 0,332 dan p-value sebesar <,001 dan PLIW dengan nilai koefisien sebesar 0,227 dan p-value sebesar 0,016.

Kata kunci: kecerdasan emosional, work-life balance, startup
Daftar Pustaka, 51 – (1990 – 2020)

ABSTRACT

Gistha Paramita Nugraha, 111611133058, The Relationship between Emotional Intelligence and Work-life Balance at Startup Employee, *Undergraduate Thesis*, Faculty of Psychology Universitas Airlangga, xvii + 71 pages, 8 appendices

This research aims to discover the relationship between emotional intelligence and work-life balance among employees at startup. Emotional intelligence defines as a subset of social intelligence that involves the ability to monitor one's own emotions and other's feelings and emotions, to discriminate among them, and use it to handle certain conditions or situations. While work-life balance is the ability to balance between work and personal life with minimal conflicts between the two.

Emotional intelligence is needed by startup employees who have a larger workload, so they can achieve work-life balance. If emotional intelligence is low, in addition to affecting the balance of workers lives, it will also reduce employee productivity which in turn will also affect the company.

The subjects of this research were startup employees who live in Indonesia, Indonesian citizens with age range between 18 – 54 years old. The total subjects of this research were 111 subjects. The measuring instrument in this research to measure emotional intelligence was The Assessing Emotions Scale (AES). While the measuring instrument for work-life balance in this research was Work-life Balance Scale (WLBS). This research used quantitative approach with survey as the method and analysis data correlation was carried out with Pearson product-moment technique, supported by Jamovi 2.2.5 for Windows program.

The result of this research obtained that there was no significant relationship between emotional intelligence and work-life balance at startup employees. The dimensions of work-life balance that have a significant relationship with emotional intelligence are PLEW with a coefficient value of 0,332 and p-value of <,001 and PLIW with a coefficient value of 0,227 and a p-value of 0,016.

Keywords: *emotional intelligence, work-life balance, startup*
References, 51 – (1990 – 2020)