

**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *SELF EFFICACY* TERHADAP
SUBJECTIVE WELL-BEING PEGAWAI NEGERI SIPIL (PNS)**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk Memenuhi
Salah satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Studi Strata Satu (S1)
Psikologi (S.Psi)



Reza Silvana Bariroh

11010120028

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL

SURABAYA

2024

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Pengaruh *Work Life Balance* dan *Self Efficacy* Terhadap *Subjective Well-Being* Pegawai Negeri Sipil (PNS)” merupakan karya hasil penelitian asli yang diajukan untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Sepanjang pengetahuan yang saya miliki, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain yang sama persis dengan karya ini, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Lamongan, 21 Mei 2024



SEPLAS RIBU RUPAH
10000
METERA
TEMPEL
F36E0ALX197291091
Reza Silvana Bariroh

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *SELF EFFICACY* TERHADAP
SUBJECTIVE WELL-BEING PEGAWAI NEGERI SIPIL (PNS)**

Oleh :

REZA SILVANA BARIROH

11010120028

Telah Disetujui Untuk Diajukan pada Sidang Skripsi.

Surabaya, 11 Juni 2024

Dosen Pembimbing,



Dr. Lufiana Harnany Utami, M.Si

NIP. 197602272009122001

SKRIPSI

**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *SELF EFFICACY* TERHADAP
SUBJECTIVE WELL-BEING PEGAWAI NEGERI SIPIL (PNS)**

Yang disusun oleh:
Reza Silvana Bariroh
11010120028


Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
pada Tanggal 13 Juni 2024

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

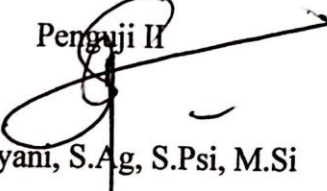


Dr. phil. Khoirun Niam
NIP. 197007251996031004


Susunan Tim Penguji
Penguji I,


Dr. Lufiana Harnany Utami, S.Pd, M.Si
NIP. 197602272009122001

Penguji II


Dr. Suryani, S.Ag, S.Psi, M.Si
NIP. 197708122005012004

Penguji III


Nova Lusiana, M.Keb.

NIP. 198111022014032001

Penguji IV


Esti Novi Andyarini, M.Kes.

NIP. 198411172014032003

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Reza Silvana Bariroh
NIM : 11010120028
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi
E-mail address : rezasilva12@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Work Life Balance dan Self Efficacy Terhadap Subjective Well-Being Pegawai Negeri Sipil (PNS)

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 28 Juni 2024

Penulis

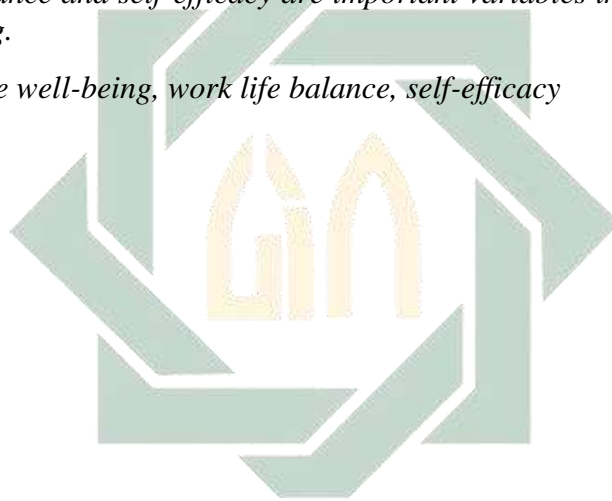


(Reza Silvana Bariroh)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRACT

The aim of this research is to determine the influence of work life balance and self-efficacy on the subjective well-being of civil servants (PNS). The research method used is quantitative correlational with multiple regression analysis. With subjects as many as 388 civil servants who live in Surabaya. Four instruments were used, namely the Satisfaction With Life Scale, Positive and Negative Experience Scale, Work Life Balance Scale and Self Efficacy Scale. The research results show that work life balance and self-efficacy each have an influence on subjective well-being. Apart from that, work life balance and self-efficacy also jointly influence subjective well-being. In other words, work life balance and self-efficacy are important variables in the formation of subjective well-being.

Keywords: subjective well-being, work life balance, self-efficacy



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
INTISARI	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II	9
KAJIAN PUSTAKA	9
A. Subjective Well-Being	9
1. Pengertian Subjective Well-Being	9
2. Aspek Subjective Well-Being	10
3. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Subjective Well-Being</i>	11
B. <i>Work Life Balance</i>	12
1. Pengertian <i>Work Life Balance</i>	12
2. Dimensi <i>Work Life Balance</i>	13
3. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Work Life Balance</i>	14

C. <i>Self-Efficacy</i>	15
1. Pengertian <i>Self-Efficacy</i>	15
2. Dimensi <i>Self-Efficacy</i>	16
3. Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Efficacy</i>	17
D. Kerangka Teori.....	18
E. Hipotesis.....	20
BAB III.....	21
METODE PENELITIAN.....	21
A. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	21
B. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel.....	22
1. Populasi.....	22
2. Teknik Sampling	22
3. Sampel	23
C. Teknik Pengumpulan Data	23
1. Instrument Pengukuran <i>Subjective Well-Being</i>	24
2. Instrumen <i>Work Life Balance</i>	26
3. Instrument <i>Self-Efficacy</i>	27
D. Validitas dan Reliabilitas Data.....	28
1. Uji Validitas	28
2. Uji Reliabilitas.....	34
E. Analisis Data	36
BAB IV	41
HASIL DAN PEMBAHASAN	41
A. Hasil Penelitian	41
B. Pembahasan.....	58
BAB V.....	66
PENUTUP.....	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	69

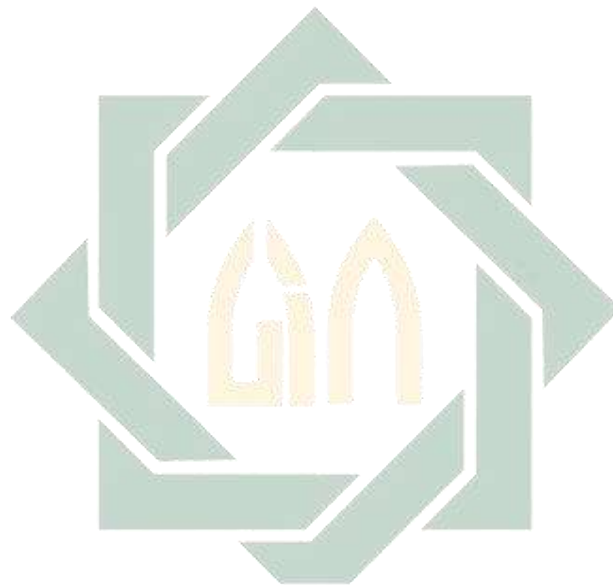


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blue Print Satisfaction with scale (SWLS)	25
Tabel 2. Blueprint Scale of Positif and Negative Experience	26
Tabel 3. Blueprint Work Life Balance Scale	27
Tabel 4. Blueprint Self Efficacy Scale	28
Tabel 5. Hasil Uji Validitas SWLS (Satisfaction With Life Scale)	29
Tabel 6. Hasil Uji Validitas SPANE Positif.....	29
Tabel 7. <i>Blueprint Scale of Positif and Negative Experience</i> Setelah Uji Validitas ..	30
Tabel 8. Hasil Uji Validitas SPANE Negative.....	30
Tabel 9. <i>Blueprint Scale of Positif and Negative Experience</i> Setelah Uji Validitas...	31
Tabel 10. Hasil Uji Validitas <i>Work Life Balance Scale</i>	31
Tabel 11. <i>Blueprint Work Life Balance Scale</i> Setelah Uji Validitas.....	32
Tabel 12. Hasil Uji Validitas <i>Self Efficacy Scale</i>	32
Tabel 13. <i>Blueprint Self Efficacy Scale</i> Setelah Uji Validitas	34
Tabel 14. Hasil Uji Reliabilitas Skala SWLS	34
Tabel 15. Hasil Uji Reliabilitas Skala SPANE	35
Tabel 16. Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Work Life Balance</i>	35
Tabel 17. Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Self Efficacy</i>	36
Tabel 18. Rumus Analisis Regresi Berganda.....	37
Tabel 19. Hasil Uji Normalitas	38
Tabel 20. Hasil Uji Heterokedastisitas.....	39
Tabel 21. Hasil Uji Multikolinieritas	40
Tabel 22. Hasil Klasifikasi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	41
Tabel 23. Hasil Klasifikasi Subjek Berdasarkan Status Pernikahan	42
Tabel 24. Hasil Klasifikasi Subjek Berdasarkan Penghasilan	43
Tabel 25. Hasil Klasifikasi Subjek Berdasarkan Pengeluaran	43
Tabel 26. Hasil Klasifikasi Subjek Berdasarkan Lama Waktu Bekerja.....	44
Tabel 27. Hasil Klasifikasi Subjek Berdasarkan Jumlah Tanggungan Keluarga.....	45
Tabel 28. Pedoman Hasil Pengukuran	45
Tabel 29. Hasil Kategori Subjective Well-Being.....	46
Tabel 30. Hasil Kategori Work Life Balance.....	46
Tabel 31. Hasil Kategori Self Efficacy	47
Tabel 32. Hasil Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan Subjective Well-Being	47
Tabel 33. Hasil Tabulasi Silang Status Pernikahan dengan Subjective Well-Being ..	48
Tabel 34. Hasil Tabulasi Silang Penghasilan Per-Bulan dengan Subjective Well-Being	49
Tabel 35. Hasil Tabulasi Silang Pengeluaran Per-Bulan dengan Subjective Well-Being	50
Tabel 36. Hasil Tabulasi Silang Jumlah Tanggungan Keluarga dengan Subjective Well-Being	51
Tabel 37. Hasil Tabulasi Silang Lama Waktu Bekerja Dengan Subjective Well-Being	53

Tabel 38. Hasil Tabulasi Silang Variabel Work Life Balance dengan Subjective Well-Being	54
Tabel 39. Hasil Tabulasi Silang Variabel Self-efficacy dengan Subjective Well-Being	55
Tabel 40. Hasil Uji T Parsial.....	56
Tabel 41. Hasil Uji F Simultan	57
Tabel 42. Hasil Uji Koefisien Determinasi.....	57



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	19
-------------------------------	----



raniry.ac.id/id/eprint/25420/1/Maula Atqia, 180901044, FPSI, PSI, 082277834202.pdf

Azzukhruf Ariliusra. (2023). *Dimediasi Oleh Organizational Crisis Preparedness Pada UKM di Sumatera Barat*. 3(1), 13–21.

Bandura. (2012). *On the functional properties of perceived self-efficacy revisited*. *Journal of Management*.

Barkhowa, M. K., Widodo, T., & Fahlefi, M. F. (2021). Work Life Balance dan Work Engagement. *Jurnal Ilmu Manajemen Dan Akuntansi Terapan (JIMAT)*, 12(2), 104–117.

Basid, R. A., & Elfariani, A. R. (2020). Analisis Pengaruh Elemen Subjective Well-Being terhadap Organizational Citizenship Behavior Karyawan. *Optimal: Jurnal Ekonomi Dan Kewirausahaan*, 14(1), 1–15. <https://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/optimal/article/view/2029>

Batra, M., Zubenschi, M., M Zheng, C. S., & Hassan Jafri, M. (2018). Work-life balance and subjective well-being: Role of social support and psychological detachment work-life balance. *International Journal of Management*, 2(4), 133–150.

BKPSDM. (2018). *PNS Sejahtera, Antara Harapan Dan Realita*.

Budiyanto, A. (2021). Pengaruh Self Esteem , Self Efficacy , Kepuasan Kerja Dan Neotekno Nusantara. *Jurnal Management Bisnis*, 24(3), 310–329.

Chaniago, S. (2020). *Pengaruh keseimbangan kerja-kehidupan dan persepsi dukungan organisasi terhadap kesejahteraan subjektif pekerja perempuan*. [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/74167/1/SAFARA CHANIAGO - FPSI.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/74167/1/SAFARA%20CHANIAGO%20-%20FPSI.pdf)

Cintantya, D., & Nurtjahjanti, H. (2020). Hubungan Antara Work-Life Balance Dengan Subjective Well-Being Pada Sopir Taksi Pt. Express Transindo Utama Tbk Di Jakarta. *Jurnal EMPATI*, 7(1), 339–344. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.20246>

Desi, D., Tanti, T., & Ranimpi, Y. Y. (2019). Subjective Well-Being Perawat Yang Bekerja Di RS Jiwa Prof. Dr. Soerojo Magelang. *Insight : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 15(2), 163. <https://doi.org/10.32528/ins.v15i2.1667>

Dhingra, V., & Dhingra, M. (2021). Who doesn't want to be happy? Measuring the impact of factors influencing work-life balance on subjective happiness of

- doctors. *Ethics, Medicine and Public Health*, 16, 100630. <https://doi.org/10.1016/j.jemep.2021.100630>
- Dian Suwito, E., Adi Pamungkas, R., & Indrawati, R. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Work Life Balance Tenaga Kesehatan Di Rumah Sakit Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Health Sains*, 3(3), 377–393. <https://doi.org/10.46799/jhs.v3i3.449>
- Diener, Emmons, Larsen, dkk. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *The Routledge Companion to Performance Philosophy*, 347–350. <https://doi.org/10.4324/9781003035312-41>
- Diener, Wirtz, Tov, D. (2009). The Scale of Positive and Negative Experience (SPANE). *PLoS ONE*, 8(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0061137>
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34–43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener, E., & Chan, M. Y. (2011). Happy People Live Longer: Subjective Well-Being Contributes to Health and Longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3(1), 1–43. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x>
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2015). National accounts of subjective well-being. *American Psychologist*, 70(3), 234–242. <https://doi.org/10.1037/a0038899>
- Dimala, C. P., Halin, A. R., & Mauludin, H. (2021). Subjective Well-Being Driver Ditinjau Dari Work Life Balance dan Self-Esteem. *Psychophedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 6(1), 59–61.
- Dwianti, N. R. (2020). *Pengaruh social media use dan work-life balance terhadap subjective well-being perempuan bekerja*. 1–79.
- Ferianto, K., & Rini, Ahsan, I. S. (2024). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Efficacy Perawat Dalam Melaksanakan Resusitasi Pada Pasien Henti Jantung. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 2(4). <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v2i4.10>
- Fetra Bonita Sari, Risda Amini, M. (2020). *HUBUNGAN ANTARA SELF EFFICACY DENGAN SUBJECTIVE WELL BEING PADA MAHASISWA BARU DI ETNIS TIMUR (IKMASTI) DI SALATIGA*. 4(1), 3(2), 524–532. <https://journal.uii.ac.id/ajie/article/view/971>
- Firmansyah, D. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi

- Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114.
- Fisher, G. G., Bulger, C. A., & Smith, C. S. (2009). Beyond Work and Family: A Measure of Work/Nonwork Interference and Enhancement. *Journal of Occupational Health Psychology*, 14(4), 441–456. <https://doi.org/10.1037/a0016737>
- Gunawan, T. M. E., & Franksiska, R. (2020). the Influence of Flexible Working Arrangement To Employee Performance With Work Life Balance As Mediating Variable. *Jurnal Ilmiah Manajemen*, 308(3), 308–321. <https://doi.org/https://doi.org/10.35145/procuratio.v8i3.698>
- Herman, K. M., & Larouche, R. (2021). Active commuting to work or school: Associations with subjective well-being and work-life balance. *Journal of Transport and Health*, 22(October 2020), 101118. <https://doi.org/10.1016/j.jth.2021.101118>
- illham Pratama Putra, N. W. S. (2019). PERBEDAAN SUBJECTIVE WELL-BEING DITINJAU DARI JENIS KELAMIN DAN STATUS PERNIKAHAN PADA PEGAWAI NEGERI SIPIL. *PENGARUH PENGGUNAAN PASTA LABU KUNING (Cucurbita Moschata) UNTUK SUBSTITUSI TEPUNG TERIGU DENGAN PENAMBAHAN TEPUNG ANGKAK DALAM PEMBUATAN MIE KERING*, 8(1), 165–175.
- Izzy, I. N., & Djamil, M. (2023). Pengaruh Work Life Balance dan Self Efficacy terhadap Kepuasan Kerja dengan Employee Engagement sebagai Variabel Intervening pada Instansi Pemerintah XYZ. *Jurnal Ilmu Manajemen Terapan (JIMT)*, 5(2), 90–102. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=buh&AN=174984289&site=ehost-live&scope=site&authtype=sso&custid=s3776028>
- Karni, A. (2018). Subjective well-being pada lansia asniti karni. *Syi'ar*, 18(2), 84–102.
- Khairunnisa, M. K., & Suhana. (2023). Pengaruh Work-Life Balance terhadap Subjective Wellbeing pada Polisi Wanita di Polrestabes Bandung. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3(1), 126–133. <https://doi.org/10.29313/bcpsps.v3i1.5158>
- Kompas. (2018). *PNS Jadi Profesi dengan Tingkat Kepuasan Tertinggi*.
- Kusumastuti, A., Khoiron, A. M., & Achmadi, T. A. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Deepublish.

- Laili, D. Y. S., & Aghniacakti, A. (2023). *The Relationship Between Self-Efficacy and Subjective Well-Being of the Gontor for Girl Islamic Boarding School Devotion Teachers*. Atlantis Press SARL. https://doi.org/10.2991/978-2-38476-032-9_18
- Larasati, L. G. (2018). HUBUNGAN SELF-EFFICACY DENGAN SUBJECTIVE WELL BEING PADA DEWASA MUDA POSITIF HIV YANG TERGABUNG DALAM KELOMPOK DUKUNGAN SEBAYA. *Universitas Nusantara PGRI Kediri, 01*, 1–7. <http://www.albayan.ae>
- Lestari, A., & Hartati, N. (2019). Hubungan Self Efficacy dengan Subjective Well Being pada Lansia yang Tinggal Di Rumahnya Sendiri. *Jurnal RAP, 7*(1), 12–23. <https://doi.org/10.24036/rapun.v7i1.6603>
- Lianto, L. (2019). Self-Efficacy: A Brief Literature Review. *Jurnal Manajemen Motivasi, 15*(2), 55. <https://doi.org/10.29406/jmm.v15i2.1409>
- Lie, D., Megumi, E. H., Zaneta, A., Zalukhu, P. M. B., Gianti, R., & Pribadi, R. B. (2022). Gambaran Work-Life Balance pada Wanita Single Parent yang Bekerja. *Psikodimensia, 21*(2), 132–143. <https://doi.org/10.24167/psidim.v21i2.4656>
- Liputan 6. (2023). *Enaknya Jasi PNS, Kesejahteraan di Atas Rata-Rata Orang Indonesia*.
- Mardiatmoko, G. (2020). Pentingnya uji asumsi klasik pada analisis regresi linier berganda (studi kasus penyusunan persamaan allometrik kenari muda [canarium indicum l.]). *BAREKENG: Jurnal Ilmu Matematika Dan Terapan, 14*(3), 333–342.
- Matulessy, E. R., & Tambunan, A. U. (2023). Analisis Regresi PLS Sebagai Alternatif Dari Regresi Linear Berganda: Studi Kasus Pengaruh Luas Lahan dan Luas Panen Terhadap Produksi Padi di Kabupaten Manokwari. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK), 5*(1), 3358–3361.
- Mega Langi, C., Tewal, B., & Dotulong, L. O. . (2022). Pengaruh Self Esteem, Self Efficacy Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Timurjaya Dayatama (Wings) Kantor Cabang Sonder. *Jurnal EMBA, 10*(1), 450–460.
- Muhid, A. (2019). Analisis Statistik Edisi 2. In *Zifatama Jawa*.
- Nadialista Kurniawan, R. A. (2021). HUBUNGAN ANTARA WORK-LIFE BALANCE DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA MAHASISWA YANG BEKERJA. In *Industry and Higher Education* (Vol. 3, Issue 1). <http://journal.unilak.ac.id/index.php/JIEB/article/view/3845%0Ahttp://dspace.uc.ac.id/handle/123456789/1288>

- Nur, A. P. L., & Frianto, A. (2022). Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Job Satisfaction Melalui WorkEngagement Pada Karyawan. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 10, 357–369.
- Nuraeni, R., Mulyati, S., Putri, T. E., Rangkuti, Z. R., Pratomo, D., Ak, M., Ab, S., Soly, N., Wijaya, N., Operasi, S., Ukuran, D. A. N., Terhadap, P., Sihalo, S., Pratomo, D., Nurhandono, F., Amrie, F., Fauzia, E., Sukarmanto, E., Partha, I. G. A., ... Aryan, M. A. (2019). PENGARUH SELF EFFICACY DAN REGULASI EMOSI TERHADAP SUBJECTIVE WELL-BEING MAHASISWA BARU TEKNIK ARSITEKTUR UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG. *Diponegoro Journal of Accounting*, 2(1), 2–6. http://i-lib.ugm.ac.id/jurnal/download.php?dataId=2227%0A???%0Ahttps://ejournal.uni-sba.ac.id/index.php/kajian_akuntansi/article/view/3307%0Ahttp://publicacoes.cardiol.br/portal/ijcs/portugues/2018/v3103/pdf/3103009.pdf%0Ahttp://www.scielo.org.co/scielo.ph
- Nurliawati, I., & Lestari Kadiyono, A. (2022). Penggunaan Digital Berlebihan dan Kesejahteraan Subjektif pada Pegawai Negeri Sipil (PNS). *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 27(2), 291–314. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol27.iss2.art6>
- Nurliawati, I., & Nurtjahjanti, H. (2020). Hubungan Antara Person-Organization Fit (P-O Fit) Dengan Subjective Well-Being (Swb) Pada Pegawai Negeri Sipil (Pns) Dinas Bina Marga Dan Penataan Ruang Provinsi Jawa Barat. *Jurnal EMPATI*, 7(1), 387–396. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.20255>
- Oswaldo Lerry Masambe, I. G. P. (2024). *Hubungan efikasi diri dan optimisme dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa keperawatan tahun pertama*. 39–47.
- Permata, E., & Fauzan, M. (2024). Pengaruh Work Life Balance Dan Keterlibatan Kerja Terhadap Kesejahteraan Subjektif (Studi Pada Kantor Komando Distrik Militer 0733/Kota Semarang). *Management Studies and Entrepreneurship Journal*, 5(1), 901–907. <https://doi.org/10.37385/msej.v5i1.4057>
- Pramudita, R. (2018). Hubungan antara Self-Efficacy dengan Subjective Well-Being pada Siswa SMA Negeri 1 Belitang. *Psychology Forum UMM, ISBN*, 978–979. <http://mpsi.umm.ac.id/files/file/541-546Rhesaroka.pdf>
- Pratiwi, A. M. A., Pertiwi, M., & Andriany, A. R. (2020). Hubungan Subjective Well Being Dengan Komitmen Organisasi Pada Pekerja Yang Melakukan Work From Home Di Masa Pandemi Covid 19. *Syntax Idea*, 11(2), 1689–1699.
- Putra, I. P., & Sukmawati, N. W. (2020). Perbedaan Subjective Well-Being ditinjau dari Jenis Kelamin dan Status Pernikahan pada Pegawai Negeri Sipil. *Character* :

Jurnal Penelitian Psikologi, 07(1), 1–5.

R Lukmiati, S. A. (2020). Pengaruh Work Life Balance terhadap Kinerja Karyawan pada Karyawan Staff PT. Muara Tunggal. *Jurnal Ekobis Dewantara*, 3(3), 46–50. https://doi.org/10.26460/ed_en.v3i3.1688

Rachmah, N. V. (2018). Hubungan antara self-efficacy dengan subjective well-being pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. In *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang*. <http://eprints.umm.ac.id/44066/>

Rahmadini, A. P. (2011). Studi Deskriptif Mengenai Self-Efficacy Terhadap Pekerjaan Pada Pegawai Staf Bidang Statistik Sosial di Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat. *Doctoral Dissertation Program Sarjana Psikologi*. Bandung: Universitas Islam Bandung.

Robertus Surjoseto, & Devy Sofyanty. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri terhadap Subjective Well Being pada Pasien Kanker Payudara Pasca Mastektomi. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(1), 129–135. <https://doi.org/10.55606/klinik.v2i1.900>

Rusydi, A., Subroto, W. T., & Sakti, N. C. (2023). Influence of Self-Efficacy and Resilience on Subjective Well-Being: A Study of the New Curriculum Implementation in Indonesia. *IJORER: International Journal of Recent Educational Research*, 4(5), 597–609. <https://doi.org/10.46245/ijorer.v4i5.401>

Sari, N. L. K. R., & Wideasavitri, P. N. (2018). Gambaran Kesejahteraan Subjekif Pada Wanita Yang Mengalami Involuntary Childlessness. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(02), 357. <https://doi.org/10.24843/jpu.2017.v04.i02.p11>

Shams, K., & Kadow, A. (2019). The Relationship Between Subjective Well-Being and Work–Life Balance Among Labourers in Pakistan. *Journal of Family and Economic Issues*, 40(4), 681–690. <https://doi.org/10.1007/s10834-019-09631-5>

Situmorang, N. Z. (2018). *Subjective Well-Being Pada Pekerja Perempuan*. 28–36.

Sofiah, D., & Kurniawan, G. (2019). Hubungan self-efficacy dengan employee work engagement pada karyawan. *Fenomena*, 28(1), 54–61. <https://doi.org/10.30996/fn.v28i1.2641>

Statistik, B. P. (2023). *Data Jumlah Pegawai Negeri Sipil Menurut Kabupaten/Kota dan Jenis Kelamin di Provinsi Jawa Timur*. <https://jatim.bps.go.id/statictable/2023/04/13/2680/jumlah-pegawai-negeri-sipil-menurut-kabupaten-kota-dan-jenis-kelamin-di-provinsi-jawa-timur-desember-2021.html>

- Sugiyono. (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif*.
- Tongam, E. G., Linardy, M. F. E., Saputra, M. K., & Saputra, N. (2021). Meneropong Work-Life Balance selama Covid-19: Studi Kasus Aparatur Sipil Negara di Jakarta Pusat. *Studi Ilmu Manajemen Dan Organisasi*, 2(2), 77–95. <https://doi.org/10.35912/simo.v2i2.433>
- Tovan, T., & Rauf, R. (2020). Pengaruh Subjective Well-Being Dan Psychological Capital Terhadap Kinerja Pegawai Pemerintah Daerah Kabupaten Morowali. *Jurnal Mirai Management*, 6(1), 137–147. <https://journal.stieamkop.ac.id/index.php/mirai>
- Veluthan, M. R., & Valarmathi, D. A. (2020). Constituent Factors and Implications of Work-Life Balance on Female Employees: A Study on the Indian IT industry. *International Journal of Management and Humanities*, 4(5), 68–72. <https://doi.org/10.35940/ijmh.e0521.014520>
- Wenno, M. W. (2018). Hubungan antara Work Life Balance dan Kepuasan Kerja pada Karyawan di PT PLN PERSERO Area Ambon. *Jurnal Maneksi*, 7(1), 47–54. <https://doi.org/10.31959/jm.v7i1.86>
- Widiana, W., & Rusli, D. (2020). Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Subjective Well-Being pada Mahasiswa yang Sedang Skripsi di Jurusan Psikologi UNP. *Jurnal Riset Psikologi*, 2020(1), 1–10.
- Witriaryani, A. S., Putri, A., Jonathan, D., Mohd, T., & Abdullah, K. (2022). Pengaruh Work-life Balance dan Flexible Working Arrangement terhadap Job Performance dengan Dimediasi oleh Employee Engagement. *Fair Value: Jurnal Ilmiah Akuntansi Dan Keuangan*, 4(7), 932–947. <http://journal.ikopin.ac.id/index.php/fairvalue/article/view/1202>
- Wulansari, O. D. (2023). Studi Literatur: Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Work-Life Balance. *Psychopreneur Journal*, 7(1), 15–28. <https://doi.org/10.37715/psy.v7i1.3404>
- Yusnita, E. R. (2018). Subjective Well-Being (Swb): Pns Dan Non Pns Yang Bersuku Kutai (Study Indigenous). *Motiva Jurnal Psikologi*, 1(1), 47. <https://doi.org/10.31293/mv.v1i1.3497>