

**PENGARUH KONFLIK PERAN GANDA DAN BEBAN KERJA  
TERHADAP STRES KERJA WANITA KARIR**

**SKRIPSI**



**Oleh :**

Valyna Yudma Elva Fawza

J01219042

**Dosen pembimbing:**

**Dr. Lufiana Harnany Utami, M.Si**

**Nip. 197602272009122001**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA**

**2023**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Konflik Peran Ganda Dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Wanita Karir” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang sepengetahuan saya, tidak terdapat karya dan pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 28 Desember 2023



Valyna Yudma Elva Fawza

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**SKRIPSI**

Pengaruh Konflik Peran Ganda Dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Wanita Karir

**Oleh :**


Valyna Yudma Elva Fawza

J01219042

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 28 Desember 2023

Dosen Pembimbing



Dr. Lufiana Harnany Utami, M.Si

NIP.197602272009122001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI  
Pengaruh Konflik Peran Ganda dan Beban Kerja  
Terhadap Stres kerja Wanita Karir

Yang disusun oleh:  
Valyna Yudma Elva Fawza  
J01219042

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji  
pada Tanggal 22 Desember 2023



Mengetahui/  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. Khoirun Niam  
NIP. 197007251996031004

Susunan Tim Penguji  
Penguji I

Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si  
NIP. 197502052003121002

Penguji II,

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

Penguji III,

Lucky Abrorry, M.Psi  
NIP. 197910012006041005

Penguji IV,

M. Syifaul Muntafi, M.Sc  
NIP. 199211142020121008

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



UIN SUNAN AMPEL  
SURABAYA

### KEMENTERIAN AGAMA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: perpustakaan@uinsby.ac.id

#### LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : VALYNA YUDMA ELVA FAWZA  
NIM : J01219042  
Fakultas/Jurusan : PSIKOLOGI / PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
E-mail address : valyna.fawza@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 KOMPLIK PERAN EMANDA DAN BEBAN KERJA  
TERHADAP STRES KERJA WANITA KARIR

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, 25 Januari 2025

Penulis

( VALYNA YUDMA ELVA F )  
nama terang dan tanda tangan

## INTISARI

Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh konflik peran ganda dan beban kerja terhadap stres kerja wanita karir. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Jumlah responden adalah 400 wanita karir. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan metode simple random sampling digunakan sebagai metode probability sampling dengan pemilihan sampel sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dalam bentuk google form dan terdiri dari tiga skala, yaitu skala konflik peran ganda, skala beban kerja, dan skala stres kerja. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan regresi linier berganda dengan bantuan *IBM SPSS 25.0 for windows*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh secara bersamaan antara konflik peran ganda dan beban kerja terhadap stres kerja dengan diperoleh hasil R Square sebesar 0,684, yang berarti 68% variabel stres kerja dipengaruhi oleh variabel konflik peran ganda dan beban kerja, sisanya sebesar 32% oleh faktor lainnya seperti, kecemasan dan kelelahan.

**Kata kunci: Konflik Peran Ganda, Beban Kerja, Stres Kerja**



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## **ABSTRACT**

*The purpose of this study was to determine the effect of work-family conflict and workload on career women's work stress. This research is a correlational quantitative research. The number of respondents was 400 career women. The sampling technique in this study uses simple random sampling method used as a probability sampling method with sample selection according to the required criteria. The data collection technique in this study used a questionnaire in the form of a google form and consisted of three scales, namely work-family conflict scale, the workload scale, and the work stress scale. The data analysis technique in this study used multiple linear regression with the help of IBM SPSS 25.0 for windows. The results of the research show that there is a simultaneous influence between dual role conflict and workload on work stress with an R Square result of 0.684, which means that 68% of the work stress variable is influenced by the variable dual role conflict and workload, the remaining 32% is by other factors. such as, anxiety and fatigue.*

**Keyword: Work-Family Conflict, Workload, Work Stres.**

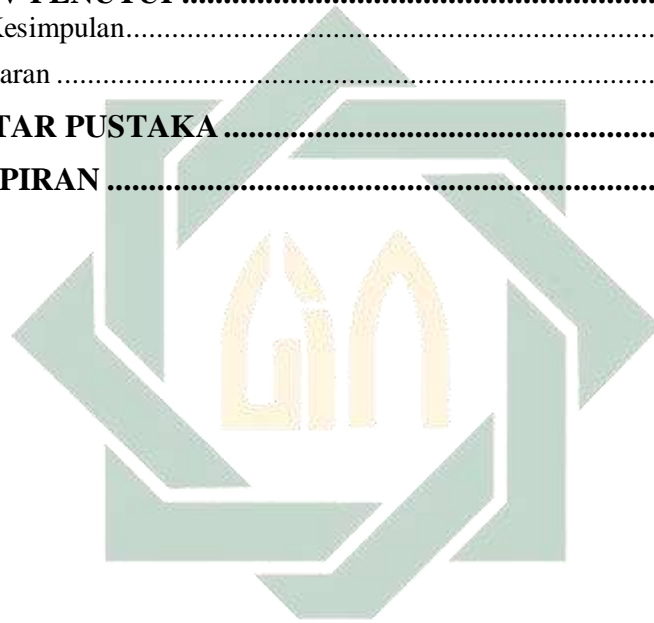


UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN COVER .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....</b>	<b>vi</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>INTISARI.....</b>	<b>x</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>17</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	17
B. Rumusan Masalah.....	22
C. Keaslian Penelitian .....	23
D. Tujuan Penelitian .....	25
E. Manfaat Penelitian .....	25
F. Sistematika Pembahasan .....	26
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>27</b>
A. Konflik Peran Ganda.....	27
B. Beban Kerja.....	30
C. Stres Kerja .....	34
D. Kerangka Teori .....	36
E. Hipotesis.....	37
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>38</b>
A. Rancangan Penelitian .....	38
B. Identitas Variabel .....	38
C. Definisi Konseptual .....	39
D. Definisi Operasional .....	40

E. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....	40
F. Instrument Penelitian .....	43
G. Analisis Data.....	51
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>55</b>
A. Hasil Penelitian.....	55
B. Pengujian Hipotesis .....	60
C. Pembahasan.....	62
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>70</b>
A. Kesimpulan.....	70
B. Saran .....	70
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>72</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>75</b>



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

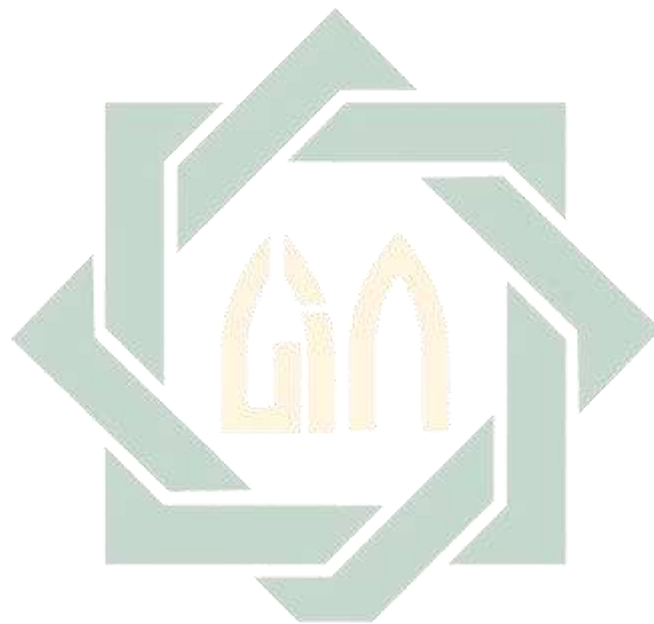
## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Skala Konflik Peran Ganda .....	44
Tabel 3. 2 Uji Validitas Skala Konflik Peran Ganda .....	45
Tabel 3. 3 Uji Reliabilitas Skala Konflik Peran Ganda.....	46
Tabel 3. 4 Blueprint Skala Beban Kerja.....	47
Tabel 3. 5 Uji Validitas Skala Beban Kerja.....	48
Tabel 3. 6 Uji Reliabilitas Skala Beban Kerja.....	48
Tabel 3. 7 Blueprint Skala Stres Kerja.....	49
Tabel 3. 8 Uji Validitas Skala Stres Kerja.....	50
Tabel 3. 9 Uji Reliabilitas Skala Stres Kerja .....	50
Tabel 3. 10 Uji Normalitas .....	51
Tabel 3. 11 Hasil Uji Linieritas Variabel Konflik Peran Ganda.....	52
Tabel 3. 12 Hasil Uji Linieritas Variabel Beban Kerja.....	52
Tabel 3. 13 Hasil Uji Multikolinearitas .....	53
Tabel 3. 14 Hasil Uji Heterokedastisitas .....	54
Tabel 4. 1 Klasifikasi Usia .....	55
Tabel 4. 2 Klasifikasi Domisili .....	55
Tabel 4. 3 Klasifikasi Pekerjaan.....	56
Tabel 4. 6 Kategorisasi Variabel .....	56
Tabel 4. 9 Tabulasi Silang Usia Dengan Stres Kerja .....	57
Tabel 4. 12 Tabulasi Silang Domisili Dengan Stres Kerja.....	58
Tabel 4. 15 Silang Jenis Pekerjaan Dengan Stres Kerja .....	59
Tabel 4. 18 Tabulasi Silang Jenis Penghasilan Dengan Stres Kerja .....	59
Tabel 4. 19 Hasil Uji T .....	60
Tabel 4. 21 Hasil Uji F Simultan Regresi Linear Berganda .....	62
Tabel 4. 23 Koefisien Determinasi (R square) .....	62

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

**DAFTAR GAMBAR**

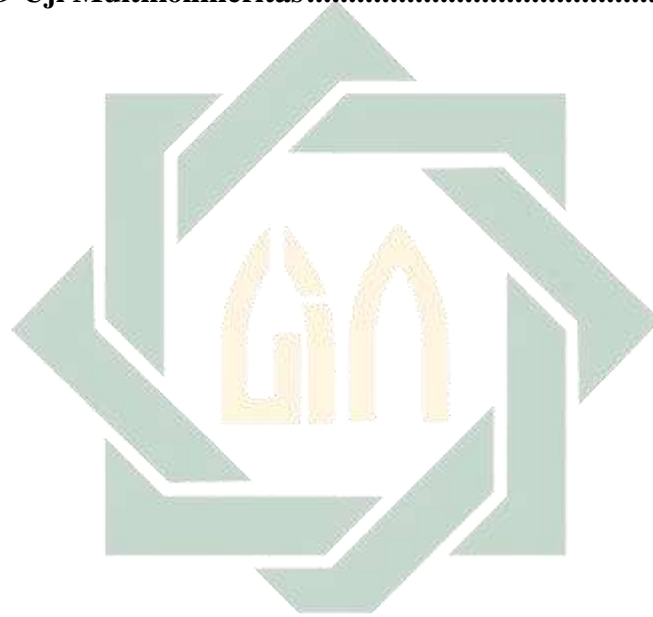
**Gambar 2. 1 Kerangka Teori ..... 37**



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen penelitian .....	75
Lampiran 2 Uji Validitas Konflik Peran Ganda .....	79
Lampiran 3 Uji Reabilitas Konflik Peran Ganda.....	80
Lampiran 4 Uji Validitas beban kerja .....	80
Lampiran 5 Uji Reliabilitas Beban Kerja .....	81
Lampiran 6 Uji Validitas Stres Kerja .....	81
Lampiran 7 Reliabilitas Stres Kerja .....	82
Lampiran 8 Uji Normalitas .....	82
Lampiran 9 Uji Multikolinieritas.....	82



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmaddien Dan Syarkani. 2019. Statistika Terapan Dengan Sistem SPSS  
*Bps Provinsi Jawa Timur.* (2021).  
<https://jatim.bps.go.id/publication/2022/12/30/C45b6f6ea93dbb67f3cc41a4/profil-angkatan-kerja-perempuan-provinsi-jawa-timur-2021.html>
- Geoo, N. A. P., Yuniar, N., & Hartoyo, A. M. (2022). Hubungan Beban Kerja, Kedisiplinan Dan Stres Kerja Dengan Kinerja Pelayanan Petugas Puskesmas Abeli Di Kota Kendari Tahun 2022. *Jurnal Administrasi Kebijakan Kesehatan Universitas Halu Oleo*, 2(4), Article 4. <https://doi.org/10.37887/jakk.v2i4.38080>
- Irawati, R., & Carollina, D. A. (2017). Analisis Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Operator Pada Pt Giken Precision Indonesia. *Inovbiz*, 5(1), 51–58. <https://doi.org/10.35314/inovbiz.v5i1.171>
- Jaya, P., Mahdum, M., & Hadriana, H. (2022). Pengaruh Beban Kerja Dan Konflik Peran Ganda Terhadap Tingkat Stres Kerja Guru Sd Sekecamatan Tanjung Medan Kabupaten Rokan Hilir. *Jurnal Kepemimpinan Dan Pengurusan Sekolah*, 7, 253–263. <https://doi.org/10.34125/kp.v7i2.754>
- Martha, L., & Prahasta, G. (2023). Pengaruh Konflik Peran Ganda Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Wanita Pada Dinas Perpustakaan Dan Kearsipan Provinsi Sumatera Barat. *Jurnal Economina*, 2(1), Article 1. <https://doi.org/10.55681/economina.v2i1.249>
- Pratiwi, T. Y. (2023). *Konflik Peran Ganda Dan Stres Kerja Pada Karyawan Perempuan* / *Jurnal Ilmiah Cano Ekonomos*. <https://journal.upp.ac.id/index.php/cano/article/view/1127>
- Rolos, J. K. R., Sambul, S. A. P., & Rumawas, W. (2018). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Asuransi Jiwasraya Cabang Manado Kota. *Jurnal Administrasi Bisnis*, 6(004), 19–27.
- Safitri, R. A., & Agustin, A. (2023). Analisis Konflik Peran Ganda Dan Tingkat Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Wanita. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 4(1), Article 1. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v4i1.98>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Rd* (Bandung). Alfabeta.  
[//elibrary.stikesghsby.ac.id/index.php/3fp%3dshow\\_detail%26id%3d1879%26keywords%3d](http://elibrary.stikesghsby.ac.id/index.php/3fp%3dshow_detail%26id%3d1879%26keywords%3d)
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Asih, G. Y., Widhiastuti, H., & Dewi, R. (2018). Stres Kerja (Issue 1). *Semarang University*. Dr. Afdal, M. P. K., Miftahul Fikri, M. P., & Denia Syapitri, S. P. (2022). *KONSELING PRA NIKAH*. Eureka Media Aksara.
- Dr.Mehdi Babaei Ahari, Dr.Javad Mehrabi, Koroush Kord, & Dr.Farzad Karimi. (2013). Studying the Relation of Job stres with Job satisfaction and Organizational Productivity among the Telecommunications

- Employees in Lorestan Province. *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Business*.
- Fitriantini, R., Agusdin, A., & Nurmayanti, S. (2019). Pengaruh Beban Kerja, Kepuasan Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Turnover Intention Tenaga Kesehatan Berstatus Kontrak Di Rsud Kota Mataram. *Distribusi - Journal of Management and Business*, 8(1), 23–38. <https://doi.org/10.29303/distribusi.v8i1.100>
- GonzoSebuahlez. J. G., Ruqiong. W., Rodriguez. R. A., Mullor. M. R., Ding. C., & Miranda.
- M. I. V. (2021). Analysis of Anxiety Levels of Nursing Students Because of e-Learning during the COVID-19 Pandemic. *Healthcare*, 9(252), 1–11.
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of Conflict between Work and Family Roles. *Academy Of Anagement Review*, 10, 76–88.
- Hamali, arif yusuf. (2018). *pemahaman manajemen sumber daya manusia strategi mengelola karyawan*. Center for Academic Publishing Service.
- Hendrawan, B., A. M., & Hidayat, R. (2013). Pengukuran dan Analisis Beban Kerja Pegawai Bandara Hang Nadim.. *Jurnal Akuntansi, Ekonomi Dan Manajemen Bisnis*, 1(1), 1–14.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Asih, G. Y., Widhiastuti, H., & Dewi, R. (2018). Stres Kerja (Issue 1). *Semarang University*.
- Dr. Afdal, M. P. K., Miftahul Fikri, M. P., & Denia Syapitri, S. P. (2022). *KONSELING PRANIKAH*. Eureka Media Aksara.
- Dr. Mehdi Babaei Ahari, Dr. Javad Mehrabi, Koroush Kord, & Dr. Farzad Karimi. (2013).
- Studying the Relation of Job stres with Job satisfaction and Organizational Productivity among the Telecommunications Employees in Lorestan Province. *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Business*.
- Fitriantini, R., Agusdin, A., & Nurmayanti, S. (2019). Pengaruh Beban Kerja, Kepuasan Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Turnover Intention Tenaga Kesehatan Berstatus Kontrak Di Rsud Kota Mataram. *Distribusi - Journal of Management and Business*, 8(1), 23–38. <https://doi.org/10.29303/distribusi.v8i1.100>
- GonzoSebuahlez. J. G., Ruqiong. W., Rodriguez. R. A., Mullor. M. R., Ding. C., & Miranda.
- M. I. V. (2021). Analysis of Anxiety Levels of Nursing Students Because of e-Learning during the COVID-19 Pandemic. *Healthcare*, 9(252), 1–11.
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of Conflict between Work and Family Roles. *Academy Of Anagement Review*, 10, 76–88.
- Hamali, arif yusuf. (2018). *pemahaman manajemen sumber daya manusia strategi mengelola karyawan*. Center for Academic Publishing Service.
- Hoboubi, N., Choobineh, A., Kamari Ghanavati, F., Keshavarzi, S., & Akbar Hosseini, A. (2017). The Impact of Job Stres and Job Satisfaction on

- Workforce Productivity in an Iranian Petrochemical Industry. *Safety and Health at Work*, 8(1), 67–71. <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2016.07.002>
- House, J. S., Wells, J. A., Landerman, L. R., McMichael, A. J., & Kaplan, B. H. (1979). Occupational Stres and Health among Factory Workers. *Journal of Health and Social Behavior*, 20(2), 139. <https://doi.org/10.2307/2136435>
- Luthans, Fred. (2006). *Perilaku Organisasi. Alih bahasa: Vivin Andhika Yuwono, Sekar Purwanti, Arie P, dan Winong Rosari*. Andi.
- Made, N., Astari, M., Gde, I., & Sudibya, A. (2018). *PENGARUH WORK FAMILY CONFLICT TERHADAP STRES KERJA DAN KEPUASAN KERJA* (Vol. 7).
- Maharani, R., & Budianto, A. (2019). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja dan Kinerja Perawat Rawat Inap Dalam. *Journal of Management Review*, 3(2), 327–332.
- Mangkunegara, A. P. (2013). *Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan*. PT Remaja Rosdakarya.
- Muis Masyitha. (2014). Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Kelor pada Ibu Hamil Pekerja Sektor Informal terhadap Stres Kerja, Status Gizi dan Kerusakan DNA. *Disertasi*. Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat (LP2M). Universitas Indonesia.
- Rivai, V., & dan Mulyadi, D. (2012). *Kepemimpinan dan Prilaku Organisasi*. Rajawali Press.
- Robbins, S. P., & dan Timothy A. Judge. (2008). *Perilaku Organisasi*. Salemba Empat.
- Robbins, S. P., & Dan Timothy A. Judge. (2013). *Organizational Behavior*. (Edisi 15). Pearson.
- Robbins, S. P., & Timothy A. Judge. (2016). *Perilaku Organisasi* (Edisi 16). Salemba Empat.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & B*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & B*. Alfabeta.
- Tewal, B. T., Adolfini., Pandowo, M. H. C., & & Tawas, H. N. (2017). *Perilaku Organisasi* (Cetakan Pertama). CV Patra Media Grafindo.
- Triastuti, S. (2015). *Pengaruh variasi penyajian makanan terhadap persepsi penampilan dan daya terima makanan pada pasien anak di rsud banyumas*.
- Waluyo, M. (2009). *Psikologi Teknik Industri*. Graha Ilmu.
- Widyaningrum, B. W. (2022). *Developing An E-Module Application for The Tenth Grade Senior High School Students*. Sanata Dharma University.
- Wijono, S. (2011). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Prenada Media Gr