

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN ATASAN DENGAN
WORK LIFE BALANCE PADA KARYAWAN PT X
YANG SUDAH MENIKAH**

SKRIPSI

Matari Punta Rasikhah

21.E1.0314



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2025

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN ATASAN DENGAN
WORK LIFE BALANCE PADA KARYAWAN PT X
YANG SUDAH MENIKAH**

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk
Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Matari Punta Rasikhah

21.E1.0314



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2025

Hubungan Antara Dukungan Atasan Dengan *Work Life Balance* Pada Karyawan PT X Yang Sudah Menikah

*(The Relationship Between Supervisory Support and Work Life
Balance on PT X Married Employees)*

Matari Punta Rasikhah, Kuriake Kharismawan

Fakultas Psikologi, Soegijapranata Catholic University

mataripuntaa@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan atasan dengan *work life balance* karyawan PT X yang sudah menikah. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan positif antara dukungan atasan dengan *work life balance* pada karyawan PT X yang sudah menikah. Penelitian dilaksanakan di PT X dengan melibatkan 57 karyawan yang sudah menikah dan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur menggunakan skala dukungan atasan yang berjumlah 12 item dan skala *work life balance* yang berjumlah 16 item. Data dianalisis menggunakan teknik korelasi *Spearman Rho* dengan IBM SPSS 31. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan atasan dengan *work life balance* pada karyawan PT X yang sudah menikah ($p = 0,442$, $p < 0,001$), yang berarti semakin tinggi dukungan atasan maka semakin tinggi pula *work life balance* nya, begitupun sebaliknya. Dukungan atasan memberikan kontribusi sebesar 18% terhadap *work life balance*, dengan kesediaan mendengarkan sebagai aspek yang paling berpengaruh. Penelitian ini menyarankan pentingnya ruang aman bagi karyawan dan atasannya dalam berbagi cerita, bahkan terkait non-pekerjaan untuk membantu karyawan menyeimbangkan kehidupan pekerjaan dan pribadinya.

Kata kunci: Dukungan atasan, *work life balance*, karyawan menikah.

Abstract

This study aims to examine the relationship between supervisor support and work-life balance among married employees at PT X. This research uses quantitative method with a correlational design. The proposed hypothesis stated that there is a positive relationship between supervisor support and work life balance among married employees of PT X. This research was conducted at PT X involving 57 married employees, selected through purposive sampling. Data were collected using a Supervisor Support Scale consisting of 12 items and a Work Life Balance Scale consisting of 16 items. The data were analyzed using the Spearman's Rho correlation test with IBM SPSS version 31. The results revealed