

202210230311434

Yulita

Prodi Psikologi

**PERBEDAAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* IBU BEKERJA PADA
SEKTOR FORMAL DAN INFORMAL**



TUGAS AKHIR

**Yulita
202210230311434**

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

TAHUN 2026

202210230311434

Yulita

Prodi Psikologi

**PERBEDAAN *PSYCHOLOGICAL WELL BEING* IBU BEKERJA
PADA SEKTOR FORMAL DAN INFORMAL**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Malang sebagai
Salah satu persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



Yulita

NIM : 202210230311434

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

2026

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Yulita

Nim : 202210230311434

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 20 JANUARI 2026
dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan
memperoleh gelar Sarjana (S1) Psikologi
Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI :

Ketua/Pembimbing I,


Dr. Dr. Siti Suminarti Fasikhah.,M.Si

Anggota I


Zakarija Achmat, S.Psi.,M.Si

Anggota II


May Lia Elfina, S.Psi.,M.Psi



Mengesahkan

D e k a n,


Dr. Dr. Siti Suminarti Fasikhah, M.Si

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yulita

NIM : 202210230311434

Fakultas / Jurusan : Psikologi

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa TUGAS AKHIR yang berjudul :

Perbedaan *Psychological Well-Being* Ibu Bekerja pada Sektor Formal dan Informal

1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan TA yang saya lakukan merupakan Hak bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

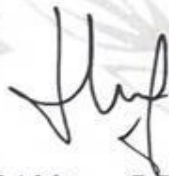
Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar- benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Mengetahui

Malang, 05 Februari 2026

Ketua Program Studi

Yang menyatakan



Hanif Akhtar, S.Psi., M.A.



Yulita

KATAPENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya yang tak terhingga, sehingga penulis diberikan kekuatan untuk menyelesaikan skripsi berjudul “Perbedaan *Psychological Well-Being* pada Ibu Bekerja di Sektor Formal dan Informal”. Karya tulis ini merupakan manifestasi dari perjalanan akademik penulis guna memenuhi syarat kelulusan dalam meraih gelar Sarjana Psikologi pada Universitas Muhammadiyah Malang.

Penulis menyadari bahwa proses penyusunan skripsi ini tidak luput dari bimbingan, bantuan, serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

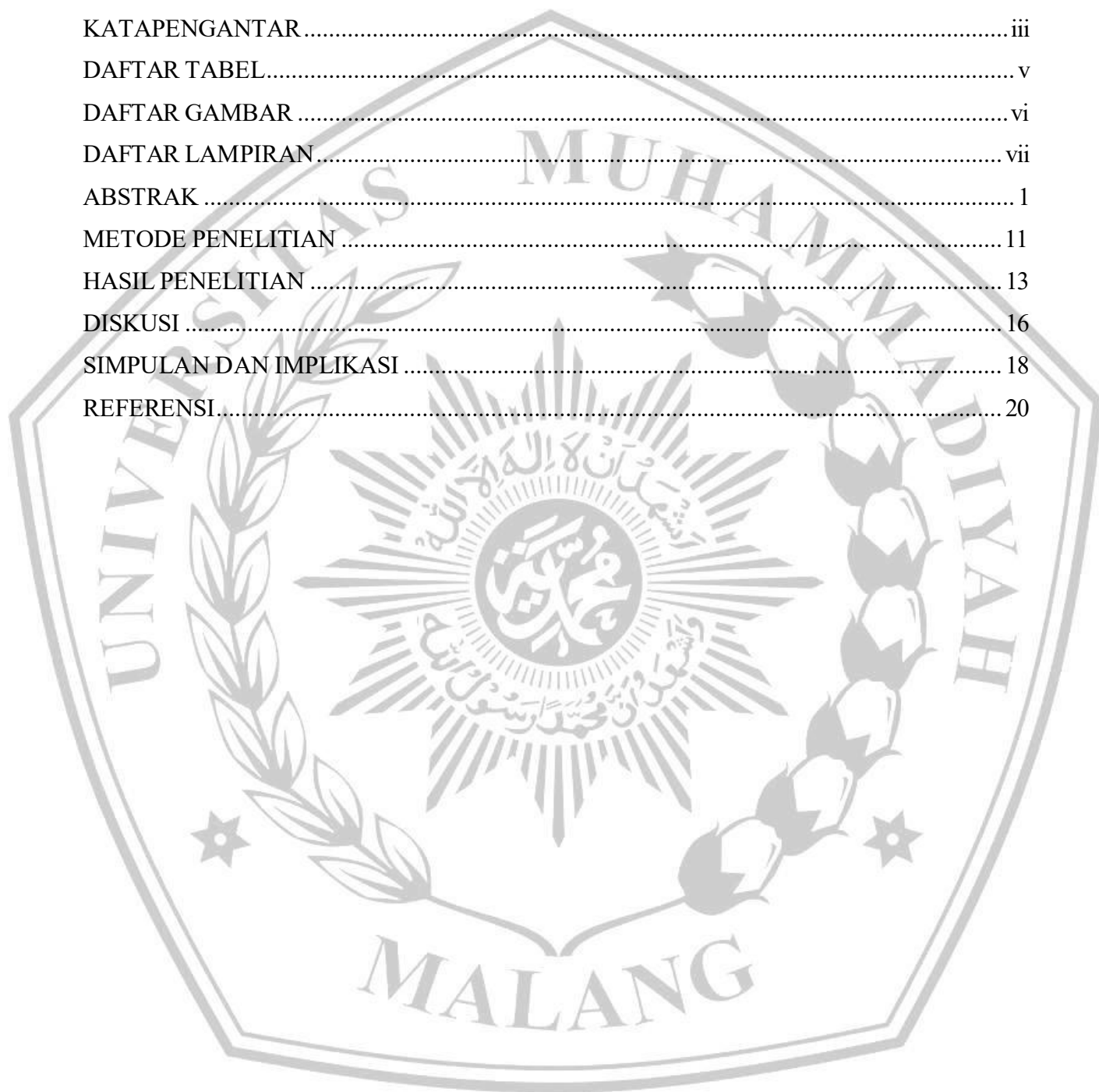
1. Ibu Dr. Siti Suminarti Fasikha, M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang sekaligus Dosen Pembimbing, yang di sela-sela kesibukannya telah memberikan waktu, arahan, ilmu, serta kesabaran yang luar biasa dalam membimbing penulis hingga skripsi ini selesai.
2. Bapak Hanif Akhtar, S.Psi., M.A., selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang atas segala kemudahan administrasi selama masa studi.
3. Ibu Prof. Dr. Iswinarti, M.Si., selaku dosen wali yang telah memberikan bimbingan akademik selama masa perkuliahan.
4. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang telah memberikan bekal ilmu dan pengalaman berharga kepada penulis selama menempuh pendidikan.
5. Kedua Orang Tua Tercinta, Bapak Abdul Kodir dan Ibu Suhenih, yang selalu menjadi sumber kekuatan utama bagi penulis melalui doa-doa yang tulus, kasih sayang, serta dukungan moril maupun materil yang tak terhingga.
6. Kakak Tersayang, yang selalu memberikan dukungan, motivasi, dan keceriaan, serta senantiasa mendampingi dan menyemangati penulis dalam menghadapi setiap tantangan selama masa perkuliahan.
7. Para Responden Penelitian, ibu bekerja di sektor formal dan informal, yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk berpartisipasi dan membantu kelancaran pengumpulan data penelitian ini.
8. Teman-teman seperjuangan saya, yang selalu ada untuk mendengarkan keluh kesah dan memberikan motivasi di saat penulis merasa kesulitan.
9. Terakhir untuk diri saya sendiri, terimakasih sudah berjuang dan bertahan sejauh ini, untuk malam-malam penuh tekanan, keraguan dan air mata, terimakasih karna memilih untuk tetap melangkah meski melewati banyak kesulitan.

Malang, 05 Februari 2026

Yulita

Daftar Pustaka

| | |
|------------------------------|-----|
| LEMBAR PENGESAHAN | i |
| SURAT PERNYATAAN..... | i |
| KATAPENGANTAR..... | iii |
| DAFTAR TABEL..... | v |
| DAFTAR GAMBAR..... | vi |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | vii |
| ABSTRAK | 1 |
| METODE PENELITIAN | 11 |
| HASIL PENELITIAN | 13 |
| DISKUSI | 16 |
| SIMPULAN DAN IMPLIKASI | 18 |
| REFERENSI..... | 20 |



Daftar Tabel

| | |
|--|----|
| Tabel 1. Data Demografis..... | 11 |
| Tabel 2. Hasil Analisis Deskripsi..... | 14 |
| Tabel 3. Hasil Analisis Independent Simple T-test..... | 15 |



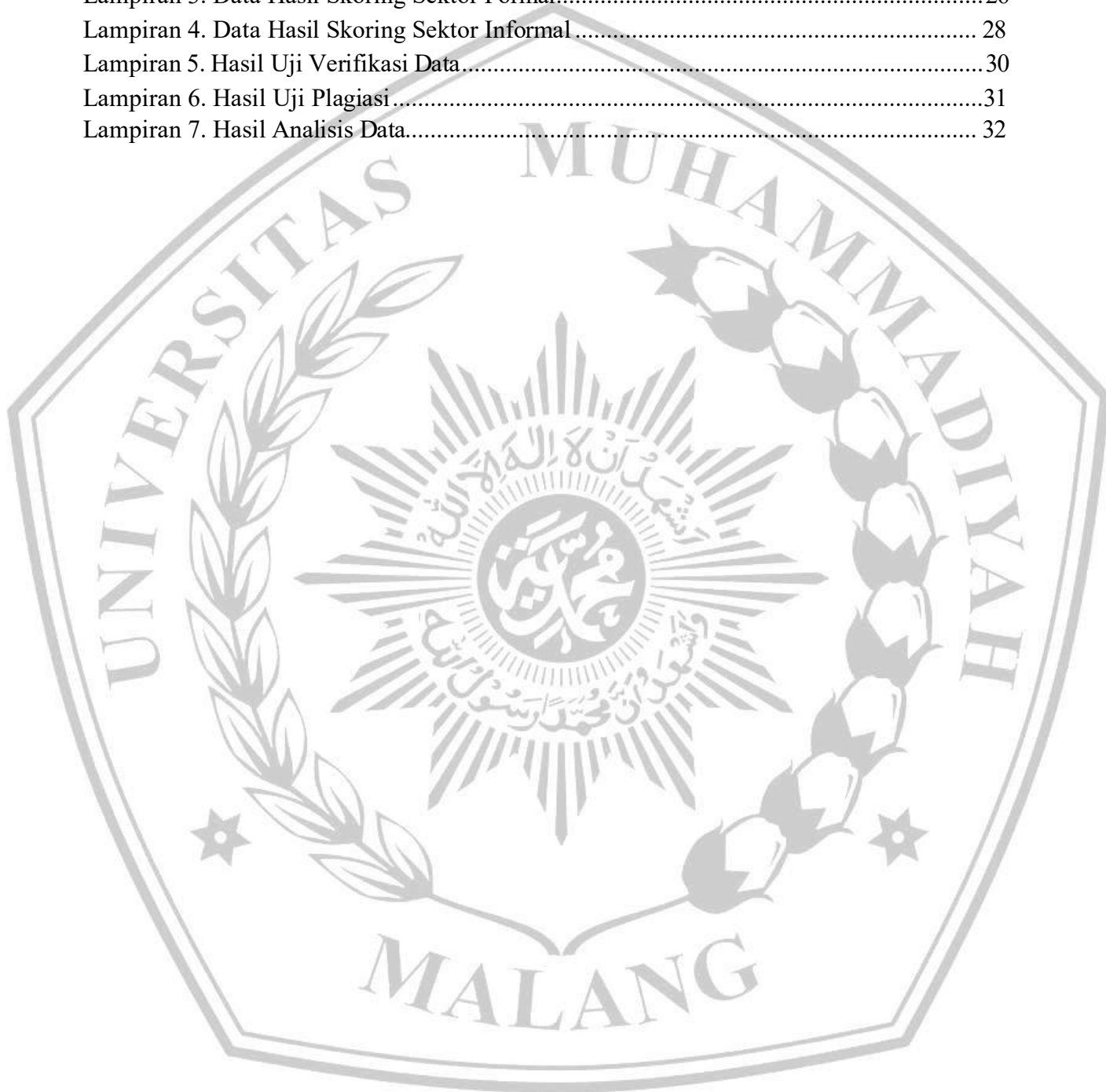
Daftar Gambar

| | |
|---|----|
| Gambar 1. Kerangka Berfikir..... | 10 |
| Gambar 2. hasil Q-Q Plot Sektor Formal..... | 14 |
| Gambar 3. hasil Q-Q Plot Sektor Informal..... | 15 |



Daftar Lampiran

| | |
|--|----|
| Lampiran 1. Blue Print Skala | 22 |
| Lampiran 2. Pertanyaan Kuesioner | 23 |
| Lampiran 3. Data Hasil Skoring Sektor Formal | 26 |
| Lampiran 4. Data Hasil Skoring Sektor Informal | 28 |
| Lampiran 5. Hasil Uji Verifikasi Data | 30 |
| Lampiran 6. Hasil Uji Plagiasi | 31 |
| Lampiran 7. Hasil Analisis Data | 32 |



PERBEDAAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* IBU BEKERJA PADA SEKTOR FORMAL DAN INFORMAL

Yulita

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

Email: yyulita660@gmail.com

Abstrak. *Psychological well-being* merupakan indikator penting kualitas hidup yang mencerminkan kondisi psikologis positif individu, seperti perasaan bermakna, kepuasan hidup, serta kemampuan berfungsi secara optimal dalam menjalankan peran sehari-hari. Fenomena peran ganda pada ibu bekerja menimbulkan tantangan psikologis baik di sektor formal maupun informal. Penelitian ini bertujuan untuk menguji perbedaan *psychological well-being* pada ibu bekerja di sektor formal dan informal. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif komparatif dengan melibatkan 747 ibu bekerja, terdiri dari 433 ibu bekerja di sektor formal dan 314 ibu bekerja di sektor informal, yang dipilih melalui teknik *accidental sampling*. Data dikumpulkan menggunakan instrumen *Flourishing Scale* ($\alpha = 0,87$) dan dianalisis menggunakan uji *Independent Sample T-test*. Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan ($p < 0,05$) pada tingkat *psychological well-being* antara kedua kelompok, di mana ibu yang bekerja di sektor formal memiliki skor rata-rata lebih tinggi ($M = 46,91$) dibandingkan ibu yang bekerja di sektor informal ($M = 44,10$). Temuan ini menegaskan bahwa ibu bekerja di sektor formal memiliki *psychological well-being* yang lebih baik dibandingkan ibu bekerja di sektor informal, serta menunjukkan bahwa karakteristik lingkungan kerja pada masing-masing sektor berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis ibu bekerja.

Kata Kunci: *psychological well-being*, ibu bekerja, sektor formal, sektor informal

Abstract: *Psychological well-being* is a crucial indicator of individuals' quality of life, reflecting positive psychological functioning such as a sense of meaning, life satisfaction, and the ability to perform daily roles effectively. The phenomenon of multiple role demands experienced by working mothers presents psychological challenges in both formal and informal employment sectors. This study aimed to examine differences in psychological wellbeing between working mothers employed in the formal and informal sectors. A quantitative comparative method was employed, involving 747 working mothers, consisting of 433 mothers in the formal sector and 314 mothers in the informal sector, selected through accidental sampling. Data were collected using the *Flourishing Scale* ($\alpha = 0.87$) and analyzed using an *Independent Samples T-test*. The results indicated a significant difference in psychological wellbeing between the two groups ($p < 0.05$), with working mothers in the formal sector demonstrating higher mean scores ($M = 46.91$) compared to those in the informal sector ($M = 44.10$). These findings suggest that working mothers in the formal sector exhibit better *psychological well-being* than those in the informal sector and highlight that workplace characteristics in each sector contribute to the *psychological well-being* of working mothers.

Keywords: *psychological well-being*, working mothers, formal sector, informal sector

Psychological well-being merupakan salah satu indikator penting kualitas hidup, terutama bagi ibu bekerja yang menjalankan peran ganda di ranah domestik dan publik (Sesarelia *et al.*, 2024). Partisipasi seorang ibu dalam dunia kerja terus meningkat di berbagai belahan dunia dan sering dipandang sebagai indikator kemajuan. Keputusan ibu untuk tetap bekerja setelah menikah dan memiliki anak didorong oleh berbagai motif psikologis yang berkaitan erat dengan pemenuhan kebutuhan dasar manusia, seorang ibu bekerja akan menghadapi tantangan besar berupa beban ganda seperti tanggung jawab profesional sekaligus tanggung jawab domestik yang seringkali menimbulkan tekanan psikologis, seperti stres bahkan dapat menurunkan kepuasan hidup. Penelitian-penelitian terkait ibu bekerja masih jarang dilakukan sehingga data yang tepat mengenai tingkat partisipasi ibu dalam dunia kerja masih sulit untuk ditemukan di Indonesia. Meski demikian, berdasarkan data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik Indonesia. Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja (TPAK) perempuan di Indonesia pada tahun 2024 mencapai 56,42% angka tersebut mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2022 yang hanya mencapai 53,41% Meskipun persentase tersebut masih lebih rendah daripada persentase partisipasi laki-laki (2024) di dunia kerja sekitar 84,66% (BPS, 2025). Hal ini mencerminkan bahwa adanya perubahan struktural dalam peran gender, dimana seorang ibu saat ini tidak hanya menjadi pengelola rumah tangga, tetapi juga penggerak roda ekonomi.

Kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) merupakan salah satu aspek penting dalam memahami kualitas hidup individu khususnya bagi seorang ibu. Kesejahteraan bukan sekadar perasaan bahagia atau kesenangan sesaat (*hedonia*), melainkan upaya untuk mengaktualisasikan potensi diri dan menemukan makna hidup yang mendalam (Hardjo *et al.*, 2020). Ryff dan Singer (1996) menjelaskan bahwa *psychological well-being* itu terdiri dari enam dimensi utama, diantaranya penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Keenam dimensi ini menjadi indikator penting dalam menilai bagaimana seorang ibu dapat beradaptasi, berkembang, dan mencapai keseimbangan dalam berbagai aspek kehidupan. *Psychological well-being* tidak hanya dipengaruhi oleh karakteristik internal individu, tetapi juga oleh berbagai faktor eksternal. (Ryff C. D., 1989) menyebutkan bahwa faktor demografis seperti usia, jenis kelamin, status pekerjaan, serta kondisi sosial ekonomi turut memengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis seseorang termasuk ibu bekerja. Selain itu, dukungan sosial merupakan faktor penting yang berperan dalam meningkatkan *psychological well-being* pada ibu bekerja karena individu yang memperoleh dukungan emosional, instrumental, dan sosial cenderung memiliki hubungan interpersonal yang lebih positif dan kemampuan adaptasi yang lebih baik (Cohen, 1985).

Diener (2010) mengemukakan bahwa *well-being* tidak hanya mencakup perasaan positif atau ketiadaan perasaan negatif, tetapi juga mencerminkan tingkat keberfungsian psikologis dan sosial seseorang. Oleh karena itu, Diener mengembangkan instrumen pengukuran utama, yaitu *Flourishing Scale (FS)* untuk menilai kesejahteraan individu secara menyeluruh. Konsep *well-being* yang dikemukakan oleh Diener (2010) berlandaskan pada dua pendekatan utama, yaitu *Subjective Well-Being (SWB)* dan *Psychological Well-Being*. Pendekatan SWB berfokus pada pengalaman subjektif individu terhadap kehidupannya, mencakup kepuasan hidup (*life satisfaction*), frekuensi emosi positif, serta rendahnya tingkat emosi negatif.

Pendekatan ini berakar pada pandangan hedonistik, yaitu kesejahteraan dipandang sebagai hasil dari pengalaman yang menyenangkan dan minim penderitaan. Sementara itu, pendekatan *psychological well being* bersumber dari teori *Self Determination* (Deci, 2000) dan teori kesejahteraan psikologis Ryff (1989), yang menekankan pada keberfungsian manusia secara optimal. Pendekatan ini melihat *well-being* dari sisi eudaimonik, yaitu ketika individu dapat mencapai potensi dirinya, hidup bermakna, serta memiliki hubungan sosial yang positif.

Berdasarkan integrasi kedua pendekatan tersebut, Diener *et al.* (2010) mengembangkan *Flourishing Scale* (FS) untuk menilai *well-being* dalam konteks psikologis dan sosial. Diener (2010) menyatakan delapan dimensi utama, yaitu Tujuan dan makna hidup (*purpose and meaning in life*), Hubungan sosial yang mendukung (*supportive and rewarding relationships*), Keterlibatan dalam aktivitas (*engagement and interest in daily activities*), Kontribusi terhadap kebahagiaan orang lain (*contributing to others' well-being*), Kompetensi dalam aktivitas penting (*feeling competent and capable*) Menjadi pribadi yang baik dan bermoral (*being a good person and living a good life*) Optimisme terhadap masa depan (*being optimistic about the future*) Di Hormati oleh orang lain (*being respected by others*).

Sejalan dengan hal tersebut, Hartati (2024) menjelaskan bahwa *psychological well-being* merupakan kondisi di mana individu dapat menerima dirinya dengan baik terhadap keadaan yang sedang dijalankan maupun pengalaman hidup yang telah dialami. Kesejahteraan psikologis mencerminkan kemampuan seseorang untuk tetap tenang, puas, dan mampu beradaptasi terhadap tantangan hidup secara positif. Dalam konteks ibu bekerja, kesejahteraan psikologis menjadi aspek yang sangat penting karena ibu harus menjalankan peran ganda, yaitu sebagai pekerja dan pengasuh keluarga. Konflik peran yang muncul akibat tuntutan pekerjaan dan tanggung jawab rumah tangga dapat mempengaruhi kondisi emosional ibu dan menurunkan tingkat *psychological well-being*-nya.

Hartati (2024) juga menyoroti bahwa ibu bekerja sering kali menghadapi perasaan bersalah, stres, dan kelelahan psikologis akibat keterbatasan waktu bersama anak serta tuntutan pekerjaan yang tinggi. Kondisi tersebut dapat menurunkan penerimaan diri dan kualitas hubungan emosional ibu dengan anak. Oleh karena itu, pemahaman mengenai *psychological well-being* pada ibu bekerja menjadi penting untuk melihat bagaimana individu mampu menyeimbangkan antara tanggung jawab profesional dan peran keluarga, agar tetap mencapai kehidupan yang bermakna, bahagia, dan sejahtera secara psikologis.

Perubahan struktur sosial dan ekonomi dalam beberapa dekade terakhir telah membawa peningkatan signifikan terhadap partisipasi perempuan termasuk ibu di dunia kerja. Menurut data *International Labour Organization* (ILO, 2025), tingkat partisipasi angkatan kerja perempuan dengan rentan usia 15-64 tahun di Asean mencapai 58,9%, di mana sebagian besar di antaranya juga berperan sebagai ibu.

Pekerjaan yang umumnya banyak ditekuni oleh seorang ibu cenderung memiliki karakteristik yang dianggap “feminin” seperti profesi pengajar, perawat, penjual makanan, staf administrasi, sekretaris, hingga akuntan (Ramadhani, 2023). Namun demikian, hal tersebut bukan berarti bahwa seorang ibu tidak mampu menekuni bidang pekerjaan yang sebelumnya didominasi oleh laki-laki. Saat ini, semakin banyak seorang ibu yang berperan di posisi strategis seperti

manajer, pimpinan perusahaan, pemimpin organisasi, bahkan kepala negara. Fenomena serupa juga terlihat pada sektor ketenagakerjaan, di mana perempuan tidak hanya aktif di sektor formal, tetapi juga di sektor informal. Berdasarkan data BPS (2024), proporsi pekerja perempuan di sektor informal mencapai 61,04%, sedangkan di sektor formal sebesar 38,96%. Data ini menunjukkan bahwa keterlibatan perempuan yang termasuk orang ibu dalam dunia kerja kini tidak lagi terbatas pada sektor formal, melainkan telah meluas hingga sektor informal.

Pentingnya *Psychological Well-Being* bagi ibu bekerja, baik di sektor formal maupun informal, terletak pada perannya sebagai fondasi resiliensi dalam menghadapi tuntutan peran ganda yang kompleks. Pada sektor formal, tekanan kerja yang berasal dari struktur organisasi yang kaku, tuntutan kinerja, serta jam kerja yang terikat dapat meningkatkan risiko kelelahan emosional dan konflik peran, *psychological well-being* berfungsi sebagai faktor protektif yang memungkinkan ibu bekerja mengelola tekanan kerja, mempertahankan keseimbangan antara peran profesional dan domestik, serta tetap menjalankan peran pengasuhan secara optimal (Faisah, 2023). Sementara itu, pada sektor informal, ibu bekerja menghadapi tantangan berupa ketidakpastian pendapatan, minimnya jaminan sosial, serta keterbatasan perlindungan kerja, yang berpotensi menurunkan stabilitas mental dan kesejahteraan psikologis sehingga *psychological well-being* menjadi sumber daya internal yang sangat penting untuk menjaga stabilitas emosi, rasa otonomi, serta kemampuan beradaptasi dalam situasi kerja yang tidak menentu (Sari E. Y., 2024). Dengan demikian, *Psychological Well-Being* merupakan salah satu kunci utama bagi ibu bekerja untuk mencapai integrasi antara pekerjaan dan keluarga secara optimal.

Pemilihan sektor pekerjaan formal dan informal dalam penelitian ini didasarkan pada perbedaan karakteristik mendasar yang dimiliki oleh kedua sektor. Perbedaan karakteristik ini memengaruhi kemampuan individu dalam mengelola tuntutan lingkungan kerja dan kehidupan sehari-hari, yang merupakan aspek penting dalam *psychological well-being*. Oleh karena itu, membandingkan ibu bekerja di sektor formal dan informal menjadi relevan untuk memahami bagaimana variasi kondisi kerja berkontribusi terhadap perbedaan tingkat *psychological wellbeing*, serta untuk memberikan gambaran mengenai peran faktor struktural pekerjaan dalam kesejahteraan psikologis ibu bekerja.

Pekerja di sektor formal adalah individu yang memiliki keahlian dalam bidang tertentu, memperoleh pendapatan tetap, serta dikenakan kewajiban pajak (Nuhradi, 2019). Pekerja dalam sektor ini umumnya mencakup pemilik usaha dengan tenaga kerja tetap maupun karyawan, buruh, atau pegawai yang terikat pada sistem kerja formal. Contoh pekerjaan di sektor formal antara lain pegawai di bidang administrasi pemerintahan, pertanahan, serta lembaga jaminan sosial. Selain itu, sektor formal juga mencakup bidang jasa pendidikan, jasa kesehatan, penyediaan akomodasi dan makanan-minuman, transportasi, pergudangan, serta industri pengolahan. Karena sifatnya yang terikat oleh jam kerja dan tanggung jawab yang tinggi, pekerja di sektor formal cenderung lebih rentan mengalami konflik peran dan penurunan kinerja akibat tekanan beban kerja yang besar, termasuk tuntutan penyelesaian tugas yang ketat dan keharusan melakukan lembur (Sari N. K., 2017).

Menurut *International Labour Organization* (ILO, 2023), pekerja sektor informal mencakup individu yang bekerja secara mandiri (*self-employed*) dan tanpa keahlian khusus, mereka yang

membantu usaha keluarga tanpa menerima upah tetap. Sektor informal juga mencakup pekerjaan bebas, baik di bidang pertanian maupun nonpertanian, yang dijalankan tanpa ikatan kelembagaan formal. Contoh jenis pekerjaan dalam sektor ini antara lain pedagang kaki lima, tukang becak, sopir angkutan umum, dan penjual di pasar tradisional. Badan Pusat Statistik (BPS) menambahkan bahwa pekerja bebas yang dibantu oleh buruh tidak tetap atau tidak dibayar juga termasuk dalam kategori pekerja informal.

Benavides (2022) menjelaskan bahwa pekerjaan informal ditandai dengan ketiadaan kontrak kerja, perlindungan hukum, dan jaminan sosial, serta menjadi bentuk pengaturan kerja yang paling umum di dunia. Penelitian Lopez-Ruiz (2017) menunjukkan bahwa keterbatasan akses terhadap jaminan sosial pada pekerja informal berhubungan dengan rendahnya kesehatan fisik dan mental, baik pada laki-laki maupun perempuan. Selain itu, Sychareun (2016) menegaskan bahwa perempuan cenderung lebih banyak bekerja di sektor informal dengan pendapatan rendah serta kondisi kerja yang tidak layak, yang dapat menghambat pemenuhan kebutuhan kesehatan dan meningkatkan risiko pelecehan fisik, emosional, maupun seksual.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Eva. (2021) menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh faktor internal seperti kemampuan mengelola stres dan faktor eksternal seperti dukungan sosial dan kondisi ekonomi, bukan semata-mata oleh status pekerjaan. Temuan ini memperlihatkan bahwa ibu, baik yang bekerja maupun tidak, samasama dapat mencapai kesejahteraan psikologis apabila memperoleh dukungan sosial dan mampu menyeimbangkan peran domestik serta personalnya. Hal ini sejalan dengan studi di Italia yang dilakukan oleh Olivieri *et al.* (2024) melibatkan 218 ibu pekerja dengan anak usia 1–36 bulan menemukan bahwa keseimbangan kerja-keluarga yang lebih baik berhubungan positif dengan pemenuhan kebutuhan dasar (autonomi, kompetensi, keterkaitan) dan dengan vitalitas yang lebih tinggi, sebaliknya, pemenuhan kebutuhan yang rendah terkait langsung dengan masalah tidur, gejala depresi, dan kemarahan. Penelitian ini menegaskan bahwa selain faktor ekonomi, aspek psikososial seperti pemenuhan kebutuhan dasar dan keseimbangan peran juga berpengaruh penting dalam menentukan *well-being* ibu bekerja.

Badan Pusat Statistik (2023) mengemukakan di mana lebih dari 60% perempuan bekerja sehingga isu ini menjadi relevan untuk diteliti secara mendalam. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai perbedaan tingkat *psychological well-being* antara ibu bekerja di sektor formal dan informal, serta faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kesejahteraan mereka.

Dalam konteks kehidupan modern, terutama bagi ibu yang menghadapi tekanan sosial dan tuntutan peran yang kompleks, tingkat *psychological well-being* menjadi semakin relevan untuk dikaji. Pemahaman mengenai kesejahteraan psikologis membantu dalam merancang intervensi atau program yang dapat meningkatkan kualitas hidup, baik di lingkungan kerja, keluarga, maupun masyarakat secara umum. Oleh karena itu, penelitian mengenai *psychological well-being* menjadi penting untuk memberikan gambaran menyeluruh tentang bagaimana ibu bekerja dapat mencapai kehidupan yang bermakna dan sejahtera secara psikologis.

Penelitian-penelitian mengenai ibu bekerja di Indonesia masih jarang sehingga data yang tepat mengenai tingkat partisipasi ibu dalam dunia kerja di Indonesia juga tidak mudah untuk ditemukan. Pada penelitian-penelitian sebelumnya lebih meneliti terhadap subjek wanita.

Namun penelitian yang membandingkan *psychological well being* ibu bekerja antara sektor pekerjaan yang berbeda masih jarang dilakukan, sehingga hal tersebut menjadi acuan peneliti untuk melakukan penelitian terhadap subjek ibu bekerja yang dilakukan pada sektor lebih luas yaitu sektor formal dan informal dimana pada masing-masing kelompok ini mempunyai banyak bidang pekerjaan yang berbeda. Oleh karena itu tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah terdapat perbedaan *psychological well being* pada ibu yang bekerja di sektor formal dan informal. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan serta wawasan terkait *psychological well being* dalam bidang organisasi, juga diharapkan adanya peningkatan atau perbaikan dalam menjaga dan mempertahankan kesejahteraan psikologis pada ibu yang bekerja di sektor formal dan informal. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah belum ada yang melakukan penelitian komparatif terkait perbedaan *psychological well being* pada subjek penelitian yakni pada ibu bekerja di sektor formal dan sektor informal.

Psychological Well Being

Menurut Ryff (1995), *psychological well-being* dapat dipahami sebagai bentuk kesejahteraan yang mencakup berbagai aspek positif dalam kehidupan individu. Konsep ini meliputi penilaian positif terhadap diri sendiri dan orang lain, adanya perasaan berkembang dan bertumbuh secara pribadi, keyakinan bahwa kehidupan memiliki makna serta tujuan yang jelas, kemampuan untuk menjalin hubungan interpersonal yang hangat dan bermakna, serta kemampuan dalam mengelola kehidupan dan lingkungan secara efektif. Selain itu, individu yang memiliki kesejahteraan psikologis juga menunjukkan kemandirian dan kemampuan menentukan arah hidupnya sendiri.

Ryff (1989) mengembangkan konsep kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dengan memadukan berbagai teori psikologi klasik. Ia mengacu pada teori aktualisasi diri dari Abraham Maslow yang menekankan pengembangan potensi diri secara maksimal, teori individu yang berfungsi sepenuhnya dari Carl Rogers yang menyoroti pentingnya penerimaan diri dan keaslian (*authenticity*), serta konsep individuasi dari Carl Jung yang berfokus pada integrasi berbagai aspek diri menuju keutuhan pribadi. Berdasarkan sintesis tersebut, Ryff berpendapat bahwa kebahagiaan merupakan hasil dari kesejahteraan psikologis dan menjadi tujuan tertinggi manusia dalam mencapai kehidupan yang bermakna.

Selanjutnya, Ryff (1995) menjelaskan adanya dua pandangan utama mengenai kesejahteraan psikologis. Pandangan pertama menekankan pada kemampuan individu untuk membedakan dan menyeimbangkan perasaan positif serta negatif, sehingga kebahagiaan dipahami sebagai keseimbangan emosional. Pandangan kedua lebih menyoroti kepuasan hidup sebagai elemen utama kesejahteraan, di mana seseorang merasa hidupnya bernilai dan memuaskan. Menurut Ryff (1995), *psychological well-being* lebih sejalan dengan konsep kedua yang bersifat eudaimonic, yaitu kebahagiaan yang muncul karena seseorang hidup sesuai dengan nilai, makna, dan potensi dirinya. Dalam konsep ini, individu yang memiliki kesejahteraan psikologis ditandai dengan penerimaan diri yang positif, kemampuan mengelola lingkungan secara efektif, hubungan sosial yang sehat, serta rasa puas dan bahagia terhadap kehidupannya secara keseluruhan.

Kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-Being*) merupakan kondisi ketika individu berfungsi secara optimal dalam berbagai aspek kehidupan yang bermakna, bukan sekadar bebas dari emosi negatif atau memiliki perasaan bahagia. Diener (2010) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis mencerminkan *flourishing*, yaitu keadaan di mana individu mengalami kebermaknaan hidup, hubungan sosial yang positif, serta memiliki kompetensi dan optimisme terhadap masa depan. Dengan kata lain, *psychological well-being* menekankan pada aspek *eudaimonic well-being* kesejahteraan yang bersumber dari pemenuhan potensi dan tujuan hidup, bukan hanya dari kesenangan sesaat.

Dimensi *Psychological Well-Being*

Ryff (1989) mengemukakan bahwa kesejahteraan psikologis bersifat multidimensional, terdiri dari beberapa dimensi penting yang mencerminkan kualitas fungsi individu dalam kehidupan sehari-hari. Dimensi penerimaan diri (*self-acceptance*) berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memiliki pandangan positif terhadap dirinya, menerima kelebihan dan kekurangannya, serta berdamai dengan pengalaman masa lalu. Sementara individu dengan penerimaan diri yang rendah cenderung tidak puas terhadap dirinya dan sulit menerima kondisi hidupnya secara utuh.

Dimensi hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*) dan otonomi (*autonomy*) menekankan pentingnya keseimbangan antara keterhubungan sosial dan kemandirian pribadi. Individu dengan hubungan positif menunjukkan empati, kepercayaan, dan kepedulian dalam relasi sosial, sedangkan individu yang memiliki otonomi tinggi mampu berpikir dan bertindak mandiri tanpa mudah terpengaruh tekanan sosial. Kedua aspek ini membantu seseorang menjalani kehidupan sosial yang sehat sekaligus menjaga integritas diri.

Selanjutnya, dimensi penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*) menggambarkan kemampuan individu untuk mengelola kehidupannya secara efektif, memiliki arah dan makna hidup yang jelas, serta terus berkembang dari waktu ke waktu. Individu yang mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan, menetapkan tujuan hidup yang bermakna, dan berkomitmen untuk memperbaiki diri akan cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi dan pandangan positif terhadap kehidupannya.

Berdasarkan penggabungan teori-teori Diener *et al.* (2010) merumuskan delapan indikator utama *psychological flourishing*, yaitu:

1. Kehidupan yang bermakna dan memiliki tujuan (*purpose and meaning*).
2. Hubungan sosial yang mendukung dan memuaskan (*supportive relationships*).
3. Keterlibatan dalam aktivitas sehari-hari (*engagement*).
4. Kontribusi terhadap kebahagiaan orang lain (*contribution to others*).
5. Kompetensi dan kemampuan dalam aktivitas penting (*competence*).
6. Integritas moral dan kehidupan yang baik (*good person & good life*).
7. Optimisme terhadap masa depan (*optimism*).
8. Rasa dihormati oleh orang lain (*respect from others*).

Faktor-Faktor yang dapat Mempengaruhi *Psychological Well-Being*

Setiap individu memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang berbeda-beda, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor personal dan lingkungan. Ryff (1995) menyebutkan bahwa faktor demografis seperti usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya memiliki peran penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis seseorang. Penelitian Ryff (1996) menunjukkan bahwa seiring bertambahnya usia, individu cenderung memiliki penguasaan lingkungan dan otonomi yang lebih baik, meskipun tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi dapat menurun pada usia lanjut. Selain itu, perempuan umumnya memiliki hubungan positif dengan orang lain yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, sedangkan individu dengan pendidikan, pekerjaan, dan penghasilan yang tinggi menunjukkan kesejahteraan psikologis yang lebih baik karena memiliki kontrol hidup dan kesempatan pengembangan diri yang lebih besar.

Faktor budaya juga berperan penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis. Masyarakat dengan budaya individualistik, seperti di Barat, lebih menonjol dalam aspek otonomi dan penerimaan diri karena menekankan kemandirian dan pencapaian pribadi. Sebaliknya, masyarakat kolektivistik di budaya Timur lebih mengutamakan hubungan positif dengan orang lain dan penguasaan lingkungan, karena kesejahteraan dipandang sebagai hasil dari keharmonisan sosial dan kontribusi terhadap kelompok. Dengan demikian, nilai-nilai budaya menentukan bagaimana individu menilai makna kebahagiaan, hubungan sosial, serta arah hidupnya.

Selain faktor demografis dan budaya, kesejahteraan psikologis juga dipengaruhi oleh dukungan sosial dan pemberian makna dalam hidup. Menurut Cob (dalam Lakoy, 2009) menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat menumbuhkan perasaan dicintai, dihargai, dan menjadi bagian dari komunitas, sedangkan Fransiska, (2025) menegaskan bahwa individu dengan dukungan sosial yang baik memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih tinggi. Di sisi lain, Ryff (1989) menambahkan bahwa cara individu memaknai pengalaman hidupnya turut menentukan kesejahteraan psikologisnya semakin positif cara seseorang menilai pengalamannya, semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis yang dimilikinya.

Pekerjaan Sektor Formal

Pekerjaan Sektor Formal Menurut Nuhradi (2019), sektor formal merupakan bagian dari pasar tenaga kerja yang mencakup pekerjaan pada lembaga atau unit usaha yang terdaftar secara resmi dan memiliki struktur organisasi yang jelas. Pekerja di sektor formal umumnya memiliki status pekerjaan tetap atau kontrak yang diatur oleh regulasi ketenagakerjaan, serta memperoleh hak-hak seperti upah minimum, jaminan sosial, dan perlindungan kerja sesuai peraturan pemerintah. Pengelompokan sektor formal dan informal dilakukan berdasarkan status pekerjaan utama dan jabatan pekerjaannya pada perusahaan atau organisasi. Dengan demikian, pekerjaan di sektor formal dapat dipahami sebagai pekerjaan yang dilakukan dalam lingkungan yang terorganisir, diakui secara hukum, dan diawasi oleh sistem ketenagakerjaan nasional (Nuhradi, 2019).

Karakteristik Pekerjaan Sektor Formal

Karakteristik Pekerjaan Sektor Formal berdasarkan (BPS Jawa Barat, 2021)

1. Memiliki pekerjaan yang lebih stabil dan terorganisir.
2. Pekerja memiliki hubungan kerja tetap dengan lembaga/perusahaan resmi.

3. Mendapat perlindungan hukum dan hak ketenagakerjaan, seperti upah minimum, jaminan sosial, dan cuti kerja.
4. Didominasi oleh individu dengan pendidikan menengah ke atas (SMA/ sederajat hingga perguruan tinggi).
5. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi meningkatkan peluang memperoleh pekerjaan stabil dan berpenghasilan tetap.
6. Banyak bekerja di sektor manufaktur dan jasa (industri pengolahan, pendidikan, kesehatan, administrasi pemerintahan).
7. Memiliki rata-rata jam kerja 40–41 jam per minggu.
8. Lebih banyak ditemukan di wilayah perkotaan dibandingkan pedesaan.

Pilihan seorang ibu untuk bekerja di sektor formal umumnya memilih pekerjaan tersebut karena menawarkan stabilitas pendapatan, kepastian karier, dan perlindungan kerja seperti jaminan sosial serta hak cuti, yang memberikan rasa aman bagi keberlangsungan ekonomi keluarga. Sektor formal menyediakan struktur kerja yang lebih teratur dan memberikan jaminan ketenagakerjaan yang menjadi pertimbangan utama bagi ibu dalam mencari pekerjaan yang lebih stabil (Khairunnisa, Kesejahteraan psikologis pada ibu peran ganda yang memiliki anak usia dini., 2024).

Pekerjaan Sektor Informal

Menurut Nuhradi (2019), sektor informal merupakan bagian dari pasar tenaga kerja yang tidak terorganisir secara resmi dan tidak tercatat dalam sistem administrasi ketenagakerjaan pemerintah. Pekerjaan dalam sektor ini biasanya dilakukan oleh individu atau rumah tangga tanpa status pekerjaan tetap, tanpa perlindungan hukum yang jelas, dan di luar jangkauan regulasi ketenagakerjaan formal. Pengelompokan sektor informal dilakukan berdasarkan status pekerjaan yang bersifat mandiri atau tidak memiliki hubungan kerja formal dengan lembaga atau perusahaan tertentu. Pekerja di sektor informal umumnya bekerja di usaha kecil, usaha rumah tangga, atau kegiatan ekonomi non-formal lain yang tidak memiliki izin resmi dan tidak memberikan jaminan sosial atau standar upah minimum bagi tenaga kerjanya (Nuhradi, 2019). Sektor informal dapat dipahami sebagai bagian dari aktivitas ekonomi yang beroperasi di luar sistem kelembagaan formal, dengan karakteristik utama berupa fleksibilitas tinggi, ketidakpastian pendapatan, serta keterbatasan akses terhadap perlindungan dan fasilitas ketenagakerjaan.

Karakteristik Pekerjaan Sektor Informal

Karakteristik Pekerjaan Sektor Informal berdasarkan (BPS Jawa Barat, 2021)

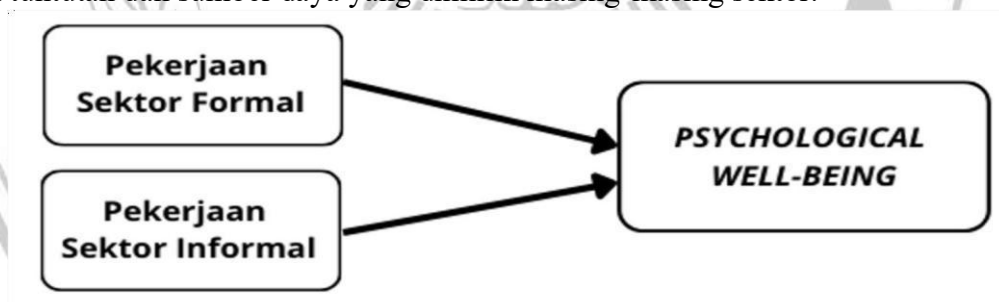
1. Tidak memiliki hubungan kerja tetap dan umumnya bekerja secara mandiri atau dalam usaha keluarga.
2. Tidak dilengkapi dengan perlindungan sosial maupun jaminan ketenagakerjaan.
3. Didominasi oleh pekerja dengan tingkat pendidikan rendah (SMP ke bawah), sehingga akses ke pekerjaan formal terbatas.
4. Banyak bekerja di sektor pertanian dan jasa nonformal seperti perdagangan kecil, transportasi, serta usaha ekonomi rumah tangga.
5. Bersifat fleksibel tetapi memiliki tingkat risiko yang tinggi.

6. Lebih banyak ditemukan di wilayah perdesaan (lebih dari 70% pekerja informal berada di desa).
7. Di wilayah perkotaan, proporsinya lebih seimbang antara pekerja formal dan informal.
8. Memiliki pendapatan yang tidak tetap, produktivitas rendah, serta jam kerja relatif lebih sedikit dibandingkan pekerja formal.

Ibu yang memilih pekerjaan di sektor informal cenderung terdorong oleh kebutuhan fleksibilitas waktu tersebut untuk menyeimbangkan peran ganda sebagai pengasuh keluarga dan pencari nafkah. Sektor informal ini dinilai lebih mudah diakses, tidak mensyaratkan pendidikan tinggi, dan memberikan keleluasaan dalam mengatur ritme kerja sehingga ibu tetap dapat menjalankan tanggung jawab domestik secara optimal. Sifat pekerjaan informal yang tidak memerlukan kontrak formal dan dapat dijalankan secara mandiri membuat sektor ini menjadi alternatif yang realistis bagi ibu dengan pendidikan rendah atau keterbatasan akses pada pekerjaan formal (Sari N. M., 2018).

Kerangka Berfikir

Hubungan antara sektor pekerjaan (Variabel X) dan kesejahteraan psikologis (Variabel Y) dipengaruhi oleh perbedaan tuntutan (*job demands*) dan sumber daya kerja (*job resources*) yang melekat pada masing-masing sektor. Berdasarkan *Job Demands* dan *Resources Theory*, kesejahteraan psikologis ditentukan oleh keseimbangan antara beban kerja dan ketersediaan sumber daya pendukung (Bakker. A. B., 2007). Sektor formal menyediakan sumber daya struktural seperti stabilitas pendapatan, jaminan sosial, dan kepastian kerja yang berperan menurunkan kecemasan serta memperkuat aspek *environmental mastery* (Ryff C. D., 1995). Sebaliknya, sektor informal cenderung dihadapkan pada ketidakpastian finansial dan keamanan kerja yang lebih rendah, namun menawarkan fleksibilitas dan otonomi yang dapat meningkatkan aspek *autonomy* dalam kesejahteraan psikologis (Deci, 2000). Dengan demikian, sektor pekerjaan memengaruhi kesejahteraan psikologis melalui keseimbangan antara tuntutan dan sumber daya yang dimiliki masing-masing sektor.



Gambar 1. Kerangka Berfikir

Hipotesis Penelitian

Terdapat perbedaan signifikan *Psychological well being* pada ibu bekerja di Sektor Formal dan Informal, *Psychological well being* pada ibu bekerja di Sektor Formal lebih tinggi dibandingkan dengan ibu bekerja di Sektor Informal.

Metode Penelitian

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian komparatif melalui pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2023) penelitian kuantitatif ini merupakan metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada populasi maupun sampel tertentu, pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang ditetapkan. Menurut Sugiyono (2023) penelitian komparatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk membandingkan keberadaan satu variabel atau lebih pada dua atau lebih sampel yang berbeda. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat perbedaan *Psychological well-being* pada ibu bekerja di sektor formal dan informal.

Subjek Penelitian

Menurut Sugiyono (2023) mengartikan populasi adalah total jumlah secara keseluruhan subjek yang mempunyai karakteristik khusus yang akan menjadi bahan analisis yang digunakan kemudian akan diteliti dan dibuat kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seorang ibu yang menikah dan memiliki anak serta sedang bekerja di sektor formal maupun informal. Penentuan sampel dalam penelitian menggunakan teknik jenis *non probability sampling* yaitu teknik yang dimana pengambilan sampelnya tidak semua anggota populasi dalam posisi yang sama memiliki peluang untuk dipilih menjadi sampel (Darmawan, 2017). Metode pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. Teknik *accidental sampling* dilihat berdasarkan kebetulan, peneliti bertemu dengan siapa saja yang sesuai dengan kriteria responden penelitian dapat digunakan sebagai sampel (Darmawan, 2017). Dimana dalam penelitian ini pengambilan sampel dilakukan dengan pertimbangan kriteria yakni, (1) wanita yang sudah menikah dan sedang bekerja di sektor pekerjaan formal dan atau informal (2) individu bersedia untuk menjadi responden penelitian.

Tabel 1. Data Demografis

| Kategori | Jumlah | Presentase |
|--------------------|--------|------------|
| Pekerjaan | | |
| Sektor Formal | 433 | 57.9% |
| Sektor Informal | 315 | 42.1% |
| Total | 748 | 100% |
| Usia | | |
| 18-24 | 48 | 6.42% |
| 25-34 | 472 | 63.10% |
| 35-44 | 203 | 27.14% |
| 45-54 | 21 | 2.81% |
| 55-64 | 3 | 0.40% |
| 65-70 | 1 | 0.13% |
| Total | 748 | 100% |
| Domisili | | |
| Jawa Timur | 564 | 75.40% |
| Jawa Barat | 31 | 4.14% |
| Sulawesi Tengah | 31 | 4.14% |
| Jawa Tengah | 26 | 3.48% |
| Kalimantan Selatan | 21 | 2.81% |
| Kalimantan Timur | 13 | 1.74% |

| | | |
|---------------------------|------------|-------------|
| DI Yogyakarta | 10 | 1.34% |
| DKI Jakarta | 10 | 1.34% |
| Banten | 8 | 1.07% |
| Sulawesi Selatan | 8 | 1.07% |
| Nusa Tenggara Barat | 7 | 0.94% |
| Aceh | 5 | 0.67% |
| Riau | 2 | 0.27% |
| Bali | 2 | 0.27% |
| Kalimantan Barat | 2 | 0.27% |
| Bengkulu | 1 | 0.13% |
| Lampung | 1 | 0.13% |
| Maluku | 11 | 0.13% |
| Gorontalo | 1 | 0.13% |
| Kalimantan Tengah | 1 | 0.13% |
| Maluku Utara | 1 | 0.13% |
| Papua Barat | 1 | 0.13% |
| Total | 748 | 100% |
| Jenis pekerjaan | | |
| Sektor formal | | |
| Pegawai swasta | 205 | 27.4% |
| Wirausaha (Formal) | 189 | 25.3% |
| PNS/TNI/POLRI | 27 | 3.6% |
| Pertanian/perikanan | 12 | 1.3% |
| Sektor Informal | | |
| Ibu rumah tangga | 210 | 28.1% |
| Buruh | 71 | 9.5% |
| Wiraswasta | 33 | 4.4% |
| Total | 748 | 100% |
| Pendapatan | | |
| Sektor formal | | |
| < Rp2.500.000 | 133 | 30.8% |
| 2.500.000 – 5.000.000 | 178 | 41.0% |
| 5.000.000 – 10.000.000 | 107 | 24.6% |
| > 10.000.000 | 15 | 3.6% |
| Total | 433 | 100% |
| Sektor informal | | |
| < Rp2,500.000 | 195 | 62.2% |
| 2.500.000 – 5.000.000 | 87 | 27.7% |
| 5.000.000 – 10.000.000 | 21 | 6.8% |
| > 10.000.000 | 11 | 3.3% |
| Total | 314 | 100% |
| Tingkat pendidikan | | |
| Sektor formal | | |
| Diploma | 32 | 7.32% |
| Pascasarjana | 77 | 17.74% |
| Sarjana | 282 | 65.19% |
| SMA/SMK/Sederajat | 38 | 0.87% |
| SMP/Sederajat | 4 | 0.89% |
| Total | 433 | 100% |
| Sektor Informal | | |
| Diploma | 18 | 5.74% |

| | | |
|-------------------|-----|--------|
| Pascasarjana | 3 | 1.01% |
| Sarjana | 105 | 33.45% |
| SMA/SMK/Sederajat | 151 | 47.97% |
| SMP/Sederajat | 32 | 10.14% |
| SD | 5 | 1.69% |
| Total | 314 | 100% |

Variabel dan Instrumen Penelitian

Variabel pada penelitian ini yaitu *Psychological Well-Being*. *Psychological Well-Being* merupakan kesejahteraan sejati yang diperoleh ketika individu hidup dengan tujuan, makna, dan kontribusi positif terhadap dirinya dan lingkungan sosialnya. Dapat juga diartikan konsep diri positif individu jika konsep diri baik maka tingkat *psychological well-being* tinggi sebaliknya jika konsep diri negatif maka tingkat *psychological well-being* rendah. Skala yang akan digunakan pada penelitian ini adalah milik Diener (2010) yaitu Flourishing scale yang tersedia dalam bahasa Indonesia. Skala terdiri dari 8 item dengan nilai reliabilitas skala yaitu $\alpha = 0.87$ $r = 0.57- 0.71$. pengukuran *psychological well-being* menggunakan Flourishing Scale (FS) milik Diener dipilih karena skala ini mampu merepresentasikan kesejahteraan psikologis secara komprehensif, tidak hanya sebagai kondisi kebahagiaan subjektif, tetapi sebagai kondisi kehidupan yang optimal (*flourishing*) yang mengintegrasikan aspek hedonic dan eudaimonic (Setyowati, 2026). Adapun terdapat 8 aspek yang digunakan pada skala ini yakni, makna hidup, hubungan sosial positif, keterlibatan aktivitas, kontribusi sosial, kompetensi, integritas moral, optimisme, dan penghargaan sosial. Alat ukur ini berbentuk skala likert dengan 7 pilihan jawaban, yaitu: (1) Sangat Tidak Setuju, (2) Tidak Setuju, (3) Agak Tidak Setuju, (4) Netral, (5) Agak Setuju, (6) Setuju, (7) Sangat Setuju. Skor hasil pada alat ukur ini menunjukkan bahwa semakin tinggi nilai yang didapat maka semakin tinggi kesejahteraan psikologi pada wanita bekerja di sektor formal dan informal.

Prosedur dan Analisis Data

Penelitian ini dilaksanakan melalui tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap analisis data. Pada tahap persiapan, peneliti terlebih dahulu melakukan identifikasi masalah dan pengumpulan data awal melalui observasi serta wawancara. Selanjutnya, peneliti melakukan kajian teori yang berkaitan dengan variabel *Psychological Well-Being* dan menyiapkan instrumen penelitian yang akan digunakan. Tahap berikutnya adalah tahap pelaksanaan, di mana peneliti menyusun kuesioner penelitian sebagai instrumen utama, kemudian menyebarkannya secara daring melalui *Google Form* di berbagai media sosial seperti *Instagram* dan *WhatsApp*, serta secara langsung (*offline*) kepada kerabat yang memenuhi kriteria responden penelitian. Tahap terakhir yaitu analisis data, dilakukan dengan mengolah hasil kuesioner yang telah terkumpul menggunakan aplikasi *IBM SPSS Statistics 27*. Analisis data dilakukan dengan uji hipotesis *Independent Samples T-test* untuk mengetahui perbedaan tingkat *psychological well-being* antara perempuan yang bekerja di sektor formal dan informal.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat *psychological well-being* antara ibu yang bekerja pada sektor formal dan sektor informal. Data diperoleh dari 747 responden

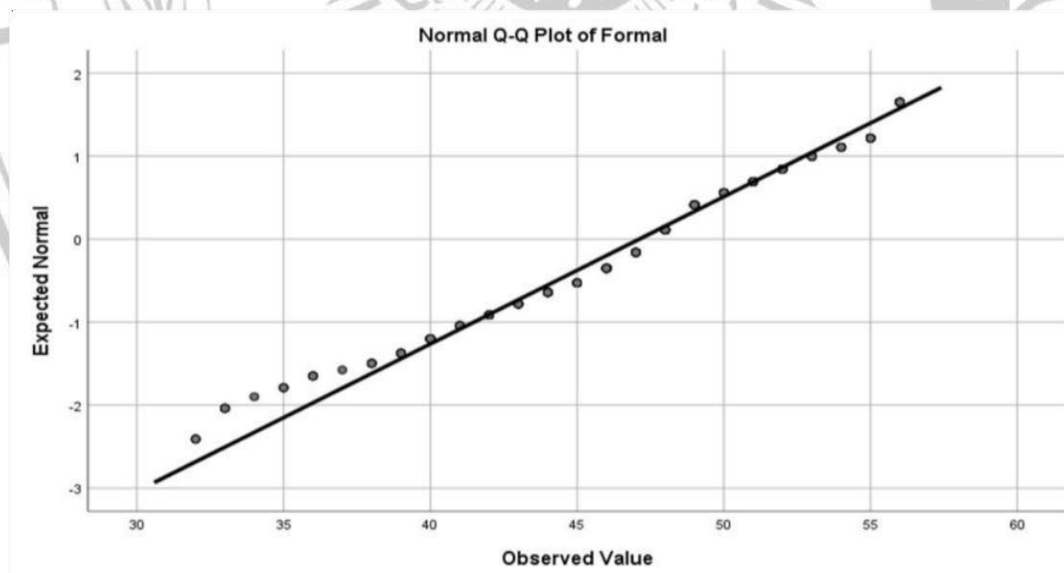
(seorang ibu bekerja), yang terdiri dari 433 ibu bekerja pada sektor formal dan 314 ibu bekerja pada sektor informal.

**Tabel 2. Hasil Analisis Deskriptif
Descriptive Statistics**

| | Group | N | Mean | SD | SE |
|-----|----------|-----|--------|-------|-------|
| PWB | Formal | 431 | 46.911 | 5.475 | 0.263 |
| | Informal | 312 | 44.109 | 6.277 | 0.355 |

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, jumlah responden pada kelompok ibu bekerja di sektor formal adalah sebanyak 431 orang, dengan skor rentang 24. Skor minimum adalah 32 dan skor maksimum adalah 56. Nilai rata-rata (*mean*) yang diperoleh adalah 46.91 dengan standar deviasi 5.48. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat variabel yang diukur pada kelompok formal berada pada kategori cukup tinggi, serta penyebaran datanya berada pada taraf yang relatif homogen atau tidak terlalu bervariasi.

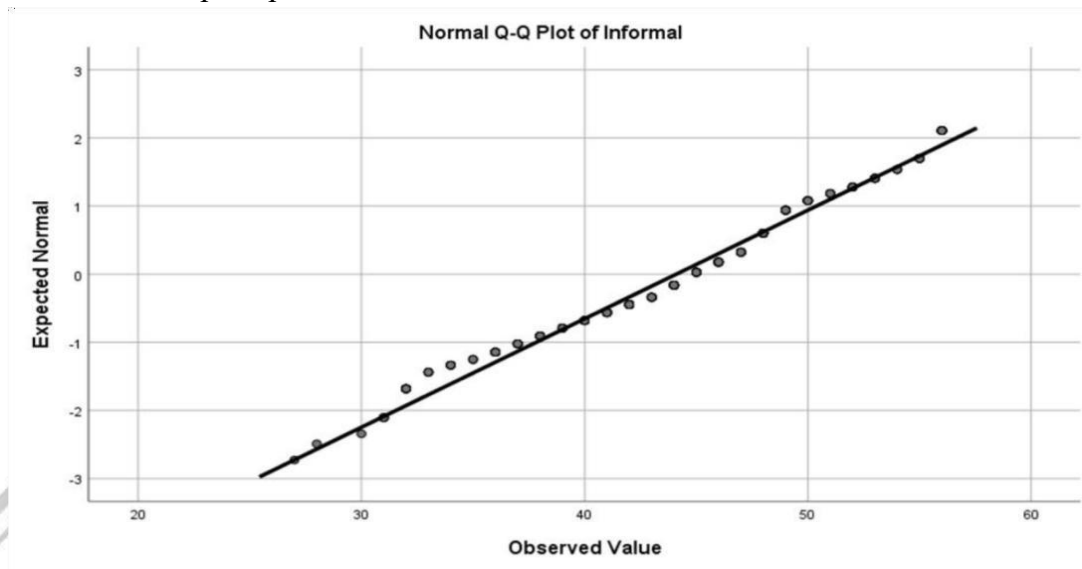
Pada kelompok ibu bekerja di sektor informal, jumlah responden adalah 312 orang, dengan rentang skor sebesar 29. Skor minimum tercatat 27 dan skor maksimum 56. Nilai rata-rata diperoleh sebesar 44.11 dengan standar deviasi 6.28. Nilai rata-rata tersebut lebih rendah dibandingkan kelompok formal, serta standar deviasi yang lebih tinggi mengindikasikan bahwa data pada kelompok informal cenderung lebih bervariasi. Secara umum hasil ini memberikan indikasi bahwa perempuan yang bekerja pada sektor formal memiliki nilai rata-rata variabel penelitian lebih tinggi dibandingkan perempuan yang bekerja pada sektor informal.



Gambar 2. hasil Q-Q Plot Sektor Formal

Berdasarkan hasil Normal Q-Q Plot pada kelompok formal menunjukkan bahwa titik-titik data variabel Formal sebagian besar mengikuti garis diagonal yang merepresentasikan distribusi normal teoretis. Meskipun terdapat sedikit penyimpangan pada bagian ujung distribusi (ekor bawah dan atas), penyimpangan tersebut tidak membentuk pola kurva yang ekstrem. Distribusi

titik secara keseluruhan tetap konsisten berada di sekitar garis diagonal. Hal ini mengindikasikan bahwa data variabel Formal memiliki kecenderungan distribusi yang mendekati normal pada penilaian secara visual.



Gambar 3. hasil Q-Q Plot Sektor Informal

Berdasarkan hasil Normal Q-Q Plot pada kelompok informal, terlihat bahwa sebagian besar titik data berada di sekitar garis diagonal. Hal ini menunjukkan bahwa distribusi data mendekati pola distribusi normal secara visual. Meskipun terdapat sedikit penyimpangan pada bagian ekor distribusi, penyimpangan tersebut tidak menunjukkan deviasi yang ekstrim sehingga tidak mempengaruhi keseluruhan pola normalitas. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data kelompok informal memenuhi asumsi normalitas secara visual melalui Normal Q-Q Plot.

Tabel 3. Hasil Independent Samples Test
Group Statistics

| | Test | Statistic | df | p | SE | | t |
|---------------------|----------|-----------|---------|---------|------------|------------|-------|
| | | | | | Difference | Difference | |
| PWB | Formal | | 741 | <.001 | 2.80286 | 0.43301 | 6.473 |
| | Informal | | 613.345 | <.001 | 2.80286 | 0.44255 | 6.333 |
| Descriptives | | | | | | | |
| | Group | N | Mean | SD | SE | | |
| PWB | Formal | 431 | 46.9118 | 5.47524 | 0.26373 | | |
| | Informal | 312 | 44.1090 | 6.27717 | 0.35537 | | |

Hasil uji t menunjukkan bahwa nilai $t(613.345) = 6.333$ dengan $\text{Sig. (2-tailed)} = 0.000$ ($p < 0.05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik pada *well-being* ibu bekerja antara sektor formal dan informal. Nilai *Mean Difference* sebesar 2.80286 yang mengindikasikan bahwa rata-rata skor *well-being* ibu bekerja pada sektor formal lebih tinggi dibandingkan ibu bekerja pada sektor informal. Selain itu, *Confidence Interval (CI)* pada selang kepercayaan 95% berada pada rentang 1.93377 sampai 3.67195, yang menunjukkan bahwa perbedaan tersebut konsisten secara statistik.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa ibu bekerja pada sektor formal memiliki tingkat *wellbeing* yang lebih tinggi secara signifikan dibandingkan ibu bekerja pada sektor informal.

DISKUSI

Berdasarkan hasil analisa yang telah dilakukan, diketahui hipotesis diterima yaitu terdapat perbedaan *psychological well being* pada ibu yang bekerja di sektor formal dan informal. di mana kelompok ibu bekerja di sektor formal cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan ibu bekerja di sektor informal. Temuan ini menunjukkan bahwa lingkungan dan kondisi kerja memainkan peran krusial dalam membentuk kesejahteraan psikologis ibu bekerja. *psychological well-being* yang lebih tinggi pada sektor formal dapat diinterpretasikan karena adanya faktor pelindung (*protective factors*) seperti stabilitas pendapatan, jaminan sosial, kepastian waktu kerja, dan kontrak kerja yang jelas. Sebaliknya, ibu di sektor informal sering kali menghadapi ketidakpastian pendapatan, serta kurangnya perlindungan sosial, dan jam kerja yang tidak teratur, yang secara kolektif berpotensi meningkatkan tekanan dan menurunkan *psychological well-being* mereka (Zhou, 2024).

Pada hasil penelitian dari kategorisasi skor mean skala *psychological well being* diketahui bahwa pada ibu yang bekerja di sektor formal 431 orang mempunyai nilai *psychological well being* yang tinggi sebesar 46.91 . Sedangkan pada ibu yang bekerja di sektor informal terdapat 312 orang yang mempunyai nilai mean *psychological well-being* sebesar 44.10. Berdasarkan data tersebut dapat dikatakan bahwa ibu bekerja di sektor formal dan informal terdapat perbedaan nilai rata-rata *psychological well-being*. Hal ini menunjukkan bahwa ibu yang bekerja pada sektor formal memiliki *psychological well-being* lebih tinggi dibandingkan ibu yang bekerja pada sektor informal. Hasil kategorisasi skor tersebut menunjukkan bahwa *psychological well-being* tidak hanya dipengaruhi oleh karakteristik pekerjaan wanita saja, namun juga dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sumayah (2024), yang juga menemukan adanya perbedaan *psychological well-being* yang signifikan antara wanita bekerja di sektor formal dan informal, di mana wanita di sektor formal memiliki *psychological well-being* yang lebih baik. Kesamaan temuan ini memperkuat argumen bahwa faktor struktural pekerjaan adalah prediktor penting bagi kesejahteraan psikologis. Dalam kaitannya dengan teori *psychological well-being* Ryff (1995), *psychological well-being* mencakup enam dimensi, salah satunya adalah Penguasaan Lingkungan (*Environmental Mastery*). Ibu bekerja di sektor formal, dengan sistem kerja yang lebih terstruktur dan *reward* yang lebih terjamin, cenderung memiliki kontrol yang lebih besar terhadap lingkungan mereka dan merasa lebih kompeten dalam mengelola kegiatan eksternal, sehingga dimensi *Environmental Mastery* mereka tercapai lebih baik. Sementara itu, ibu di sektor informal yang menghadapi ketidakpastian ekonomi dan lingkungan kerja yang kurang terjamin, berpotensi mengalami kesulitan dalam mencapai dimensi ini, yang kemudian berdampak pada *psychological well-being* keseluruhan yang lebih rendah.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Allan (2016) yang menekankan bahwa karakteristik struktural pekerjaan, seperti stabilitas kerja, kejelasan peran, dan imbalan yang memadai, memiliki peran penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis individu. Dalam kerangka *psychology of working*, Allan (2016) menjelaskan bahwa pekerjaan yang mampu

memenuhi kebutuhan dasar psikologis dan memberikan rasa kontrol terhadap lingkungan kerja akan berkontribusi positif terhadap *psychological well-being*. Hal ini relevan dengan temuan penelitian ini, di mana ibu bekerja di sektor formal yang memiliki sistem kerja lebih terstruktur dan kepastian pendapatan cenderung menunjukkan tingkat *psychological well-being* yang lebih baik dibandingkan ibu bekerja di sektor informal. Sebaliknya, keterbatasan akses terhadap sumber daya kerja dan tingginya ketidakpastian pada sektor informal berpotensi menghambat pemaknaan kerja secara positif dan penguasaan lingkungan, sehingga berdampak pada kesejahteraan psikologis yang lebih rendah.

Hasil penelitian ini dipengaruhi oleh ibu bekerja di sektor formal yang merupakan pegawai swasta, PNS seperti TNI dan POLRI merupakan pekerja profesional, mereka bekerja sesuai dengan bidang pendidikan yang sudah mereka tempuh sebelumnya. Juga pada sektor formal mendapatkan gaji yang stabil dan tunjangan yang dapat dikatakan sangat cukup bagi karyawan. Hal tersebut dapat mempengaruhi status sosial seseorang dalam masyarakat sesuai yang dikatakan oleh Ryff (1996) status sosial merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi keadaan *psychological well-being* seseorang. Dikatakan bahwa seseorang dengan pencapaian pendidikan tinggi ini menunjukkan profil kesejahteraan yang tinggi, begitu juga dengan seseorang yang memiliki status pekerjaan yang bagus, sementara itu posisi yang rendah dalam kelas sosial tidak hanya meningkatkan kemungkinan kesehatan yang memburuk tetapi hal itu juga dapat menurunkan tingkat kesejahteraan seseorang.

Tuntutan peran ganda sebagai pekerja dan ibu merupakan tantangan universal bagi ibu bekerja di Indonesia baik di sektor formal maupun informal, kedua sektor sama-sama menghadapi tuntutan peran ganda sebagai pekerja dan pengasuh keluarga. Tekanan yang timbul akibat konflik peran ganda ini merupakan salah satu risiko yang dapat menurunkan *psychological well-being* (Sari N. K., 2017). Terlepas dari sektornya melalui penelitian fenomenologi Rini Hartati (2024), mengemukakan bahwa ibu bekerja mengalami kesulitan dalam menjalankan dua peran di waktu yang bersamaan, kondisi ini berpotensi mempengaruhi *psychological well-being* secara keseluruhan karena membuat ibu kesulitan menjalankan peran domestik secara maksimal. Penelitian Khairunnisa & Ira Darmawanti (2024) mengenai *psychological wellbeing* pada ibu peran ganda yang memiliki anak usia dini, menunjukkan bahwa ibu bekerja mampu mencapai *psychological well-being* ketika mereka berhasil menyeimbangkan tuntutan kerja dan keluarga, yang didukung oleh lingkungan. Dalam konteks ini, perbedaan *psychological well-being* yang signifikan menunjukkan bahwa ibu di sektor formal memiliki modal atau lingkungan yang lebih memadai untuk melakukan penyeimbangan tersebut. Fleksibilitas waktu atau aturan kerja yang lebih jelas di sektor formal (misalnya, cuti hamil, cuti tahunan, dan jam kerja terstruktur) secara tidak langsung mempermudah ibu untuk mengelola konflik peran ganda mereka, sebuah mekanisme yang jauh lebih sulit didapatkan di sektor informal.

Temuan *psychological well-being* pada ibu bekerja tidak dapat dilepaskan dari faktor dukungan sosial. Hasil penelitian Sulaeman & Kustimah (2024), yang melibatkan 617 ibu bekerja di Indonesia, secara tegas membuktikan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara *perceived social support* (dukungan sosial yang dipersepsikan) dengan *psychological well-being*. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial yang dirasakan, semakin baik *psychological well-being* yang dimiliki ibu bekerja. Secara lebih spesifik, Anandita (2016) menekankan pentingnya dukungan pasangan, menemukan hubungan positif yang signifikan

antara dukungan sosial suami dan *psychological well being* pada ibu yang bekerja. Dalam konteks ini, dukungan sosial (terutama dari suami dan keluarga) berfungsi sebagai *buffer* yang mengurangi dampak negatif dari stres kerja dan konflik peran ganda. Bagi ibu di sektor informal, dukungan ini menjadi semakin krusial sebagai sumber daya emosional untuk mengimbangi ketidakpastian dan ketidaknyamanan yang ditimbulkan oleh kondisi kerja mereka. Ibu yang merasa didukung cenderung berhasil mencapai dimensi Hubungan Positif dengan Orang Lain, yang pada akhirnya meningkatkan *psychological well-being* mereka.

Dikaitkan dengan teori *psychological well-being* Diener, perbedaan ini dapat dijelaskan melalui beberapa aspek yang menjadi indikator *flourishing*, yaitu: optimisme, rasa dihormati, hubungan sosial suportif, kompetensi, dan makna hidup Diener *et al.* (2010). Ibu yang bekerja di sektor formal umumnya memiliki pengakuan sosial yang lebih tinggi, stabilitas pekerjaan yang mendukung optimisme terhadap masa depan, serta kesempatan mengembangkan kompetensi diri. Sementara itu, ibu di sektor informal cenderung menghadapi ketidakpastian pendapatan dan status kerja, yang berdampak pada rendahnya optimisme dan rasa aman psikologis. Temuan ini sejalan dengan penelitian Zhou (2024) yang menunjukkan bahwa pekerja di sektor informal memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih rendah akibat keterbatasan keamanan kerja dan akses terhadap perlindungan sosial, yang pada akhirnya menurunkan optimisme dan rasa aman psikologis ibu bekerja. Temuan ini juga memperkuat bahwa kondisi pekerjaan memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat kesejahteraan psikologis. Ibu yang memiliki stabilitas kerja cenderung memiliki *psychological well-being* yang lebih baik karena lebih mudah memenuhi aspek-aspek *flourishing* seperti yang dijelaskan oleh Diener (2010). Sebaliknya, kondisi sektor informal yang cenderung tidak stabil dan kurang terlindungi dapat menghambat pencapaian aspek-aspek tersebut sehingga menurunkan tingkat *psychological well-being* (Ramadhanty, 2022).

Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya sejalan dengan teori Diener, tetapi juga didukung oleh bukti empiris dari penelitian internasional yang menunjukkan bahwa sektor pekerjaan memiliki hubungan kuat dengan kondisi psikologis seseorang, termasuk ibu bekerja.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *Psychological well being* pada ibu bekerja di sektor formal dan informal. Terdapat perbedaan tersebut dikarenakan adanya perbedaan karakteristik pekerjaan yang jauh berbeda antara sektor formal dan sektor informal juga adanya pengaruh lingkungan kerja yang berbeda dari kedua kelompok subjek penelitian. Temuan lain pada penelitian ini adalah *Psychological wellbeing* ibu bekerja pada sektor formal lebih tinggi dibandingkan *Psychological well-being* ibu bekerja di sektor informal.

Implikasi penelitian ini adalah memberikan pemahaman mengenai peran lingkungan kerja terhadap *psychological well-being*, khususnya pada ibu bekerja di sektor formal dan informal. Selanjutnya penelitian ini dapat menjadi dasar dalam pemilihan lingkungan kerja yang mendukung kesejahteraan psikologis termasuk dapat menjadi dasar dalam menentukan pilihan pekerjaan serta jenjang pendidikan yang akan ditempuh, karena tingkat pendidikan berkaitan dengan akses terhadap jenis pekerjaan dan kualitas lingkungan kerja yang lebih mendukung kesejahteraan psikologis. Bagi ibu yang bekerja di sektor informal, penelitian ini mengimplikasikan pentingnya penguatan faktor internal berupa pengelolaan emosi positif dan rasa syukur (*gratitude*) sebagai strategi adaptif untuk meningkatkan *psychological well-being*

di tengah keterbatasan perlindungan kerja dan ketidakpastian pendapatan. Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan kajian pada wilayah dan sektor pekerjaan lain, serta meneliti fenomena baru seperti *psychological well-being sandwich generation* pada perempuan bekerja di sektor formal dan informal di Indonesia.



Referensi

- Allan, B. A. (2016). Examining social class and work meaning within the psychology of working framework. *journal of vocational behavior*, 95-96, 14-26.
- Anandita, W. (2016). Hubungan antara dukungan sosial suami dan kesejahteraan psikologis pada ibu yang bekerja. [Naskah Publikasi]. *Repositori Universitas Islam Indonesia*.
- Bakker, A. B., & D. (2007). The job demands-resources model: state of the art. *journal of managerial psychology*, 11(3) 309-328.
- Benavides, F. G.-P. (2022). Informal employment, precariousness, and decent work: From research to preventive action. *Scandinavian Journal of Work, Environment and Health*, 48(3), 169–172.
- BPS. (2025, Mei 05). Retrieved from Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja Menurut Jenis Kelamin: <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MjIwMCMY/tingkat-partisipasi-angkatankerja-menurut-jenis-kelamin.html>
- Cohen, S. &. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357.
- Darmawan, D. (2017). Pengaruh kecemasan dan harga terhadap keputusan. *journal of agrimas*, 1 (1) 1-10.
- Deci, E. L. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *psychological inquiry*, 11(4) 227-268.
- Diener, E. W.-P.-D. (2010). New Well-being Measures: Short Scales to Assess Flourishing and Positive and Negative Feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143–156.
- Eva, N. T. (2021). Perbedaan psychological well-being pada ibu bekerja dan ibu rumah tangga di Kota Malang. *Jurnal Psikologi Universitas Pancasila*, , 1–9.
- Faisah, A. N. (2023). Hubungan antara work family conflict dengan psychological well being pada ibu yang bekerja: Social support sebagai variabel. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 3(1), 247–255.
- Fransiska, D. S. (2025). pengaruh rasa syukur dan dukungan sosial terhadap psychological wellbeing pada ibu bekerja. *journal penelitian dan pengukuran psikologi*, 14(2) 1-13.
- Hartati, R. (2024). Psychological wellbeing pada ibu bekerja. *innovative: journal of social science research*, 4 (1) 1544-1555.
- ILO. (2025). *International Labour Organization*. Retrieved from Labour force participation rate by sex and age group.: https://goodstats.id/article/tingkat-partisipasi-pekerja-perempuan-asean-2025-indonesia-nomor-berapa-jpKfr?utm_source=chatgpt.com
- Khairunnisa, N. P. (2024). Kesejahteraan psikologis pada ibu peran ganda yang memiliki anak usia dini. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1), 136–155.
- Khairunnisa, N. P. (2024). Kesejahteraan psikologis pada ibu peran ganda yang memiliki anak usia dini. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(1), 136–155.
- Lakoy, F. S. (2009). Psychological well-being perempuan bekerja dengan status menikah dan belum menikah. *Jurnal Psikologi*, 7(2), 71–80.
- Lopez-Ruiz, M. B. (2017). Informal employment, unpaid care work, and health status in Spanish-speaking Central American countries: A gender-based approach. . *International Journal of Public Health*, 62(2), 209–218.
- Nuhradi, M. &. (2019). Dampak upah minimum terhadap penyerapan tenaga kerja sektor formal dan informal: Analisis spasial. . *Jurnal Ekonomi-Qu*, 9(1), 97–117.

- Olivieri, R. L. (2024). Mothers balancing work and family: the associations with emotional well-being, sleep–wake problems and the role of basic needs. *BMC Psychology*, 12, 750.
- Ramadhani, W. R. (2023). Psychological well-being para perempuan bekerja: Bagaimana peran dukungan sosial? *INNER: Journal of psychological research*, 2 (4) 558-566.
- Ramadhanty, S. &. (2022). Job insecurity dan employee well-being: studi korelasional pada karyawan kontrak di masa pandemi. *psikostudia: jurnal psikologi*, 11(4).
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning on the meaning of psychological well-being. *journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727.
- Ryff, C. D. (1996). sychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65(1), 14–23.
- Sari, E. Y. (2024). Gambaran psychological well-being peran ganda pada working mom di sektor informal. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan* , 11 (2) 333-356.
- Sari, N. K. (2017). Hubungan psychological well being dengan konflik peran ganda pada karyawati yang bekerja di Bank Kaltim Kota Samarinda. *Motivasi: Jurnal Psikologi*.
- Sari, N. M. (2018). Pengaruh pendidikan, pengalaman kerja, dan beban kerja terhadap pendapatan tenaga kerja sektor informal. *E-Jurnal Ekonomi Pembangunan Universitas Udayana*, 7(7), 1471–1497.
- Setyowati, D. C. (2026). Validitas konstruk dan realibilitas flourishing scale (FS): Tinjauan confirmatory factor analysis (CFA). *Jurnal impresi indonesia* , 5 (1) 87-96.
- Sugiyono, D. (2023). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sulaeman, M. R. (2024). Hubungan perceived social support dengan psychological well-being pada ibu bekerja. *Journal of Psychological Science and Profession*, 8(1), 52–61.
- Sumayah, I. S. (2024). Perbedaan psychological well being pada wanita yang bekerja di sektor formal dan informal. *[Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang]*.
- Sychareun, V. V. (2016). Informal workers and access to healthcare: A qualitative study of facilitators and barriers to accessing healthcare for beer promoters in the Lao People’s Democratic Republic. . *International Journal for Equity in Health*, 15(1), 1–11.
- Zhou, D. Z. (2024). Impact of informal employment on individuals’ psychological well-being: Micro-evidence from China. *International Journal of Mental Health Systems*, 18(1), Article 12.

Lampiran**1. Lampiran Blue Print Skala****Flourishing Scale**

Di bawah ini adalah 8 pernyataan yang dapat Anda setuju atau tidak setuju. Dengan skala 1-7 di bawah ini, tunjukkan tingkat kesetujuan atau ketidaksetujuan Anda terhadap masing-masing pernyataan dengan menuliskan angka di samping pernyataan tersebut.

- 7 : Sangat setuju
- 6 : Setuju
- 5 : Agak setuju
- 4 : Netral
- 3 : Agak tidak setuju
- 2 : Tidak setuju
- 1: Sangat tidak setuju

1. ___ Saya menjalani kehidupan yang bertujuan dan bermakna
2. ___ Hubungan sosial saya mendukung dan bermanfaat
3. ___ Saya terlibat dan tertarik dengan kegiatan sehari-hari saya
4. ___ Saya secara aktif berkontribusi pada kebahagiaan dan kesejahteraan orang lain
5. ___ Saya kompeten dan cakap dalam kegiatan yang penting bagi saya
6. ___ Saya orang baik dan menjalani kehidupan yang baik
7. ___ Saya optimis tentang masa depan saya
8. ___ Orang-orang menghormati saya

Cara skoring

Jumlahkan skor respon yang bervariasi dari 1 hingga 7 untuk semua delapan item. Kisaran skor yang memungkinkan adalah dari 8 (skor PWB terendah) hingga 56 (skor PWB tertinggi). Skor tinggi mewakili seseorang dengan banyak sumber daya psikologis dan kekuatan

MALANG

2. Lampiran Pertanyaan Kuesioner

Pertanyaan demografi

Apakah Anda memiliki anak balita (usia 0–5 tahun)?

- Ya
- Tidak

* jika "Tidak", survey diakhiri karena partisipan tidak sesuai kriteria

Usia Anda saat ini: tahun Status pernikahan:

- Menikah
- Janda

Jumlah anak yang dimiliki:

- 1 anak
- 2 anak
- 3 anak
- Lebih dari 3 anak

Provinsi domisili Anda saat ini:

Usia anak balita Anda saat ini (bisa lebih dari satu):

- 0–12 bulan
- 13–24 bulan
- 25–36 bulan
- 37–48 bulan
- 49–60 bulan

Tingkat pendidikan terakhir Anda:

- SMP/ sederajat
- SMA/ SMK/ sederajat
- Diploma (D1–D3)
- Sarjana (S1)
- Pascasarjana (S2/S3)

Pekerjaan Anda saat ini:

- Pegawai negeri (PNS/BUMN)
- Pegawai swasta
- Profesional (dokter, pengacara, dll.)
- Wirausaha
- Lainnya: _____

Bidang/ sektor tempat Anda bekerja:

- Pendidikan
- Kesehatan
- Keuangan/ perbankan

- Industri/manufaktur
 Teknologi/informasi
Lainnya: _____

Jenis jam kerja Anda:

Penuh waktu (full-time)

-
- Paruh waktu (part-time)
-

Fleksibel

Berapa jam kerja Anda dalam seminggu (rata-rata)?

- < 20 jam
 20–30 jam
 31–40 jam
> 40 jam

Apakah tempat kerja Anda menyediakan fasilitas *daycare* (tempat penitipan anak)?

- Ya
 Tidak
 Tidak tahu

Jenis pengasuhan anak balita saat Anda bekerja (pilih yang paling dominan):

- Anak dititipkan di *daycare* perusahaan
 Anak dititipkan di *daycare* umum
 Anak diasuh oleh anggota keluarga (misal: nenek/kakek)
 Anak diasuh oleh pengasuh/*babysitter* di rumah

Lainnya: _____

Apakah Anda merasa puas dengan sistem pengasuhan anak yang Anda gunakan saat ini?

- Sangat tidak puas
 Tidak puas
 Netral
 Puas
 Sangat puas

Apakah Anda mendapatkan bantuan dari perusahaan terkait pengasuhan anak (misalnya: subsidi *daycare*, cuti anak)?

- Ya
 Tidak

Pendapatan Anda per bulan:

- < Rp 2.500.000
 Rp 2.500.000 – Rp 5.000.000
 Rp 5.000.001 – Rp 10.000.000
> Rp 10.000.000

Pendapatan total keluarga per bulan:

- < Rp 2.500.000
 Rp 2.500.000 – Rp 5.000.000
 Rp 5.000.001 – Rp 10.000.000
 Rp 10.000.000 - Rp 20.000.000
 > Rp 20.000.000

Apakah Anda merasa pendapatan keluarga cukup untuk kebutuhan sehari-hari dan pengasuhan anak?

- Ya, sangat cukup
 Cukup
 Kurang
 Tidak cukup sama sekali

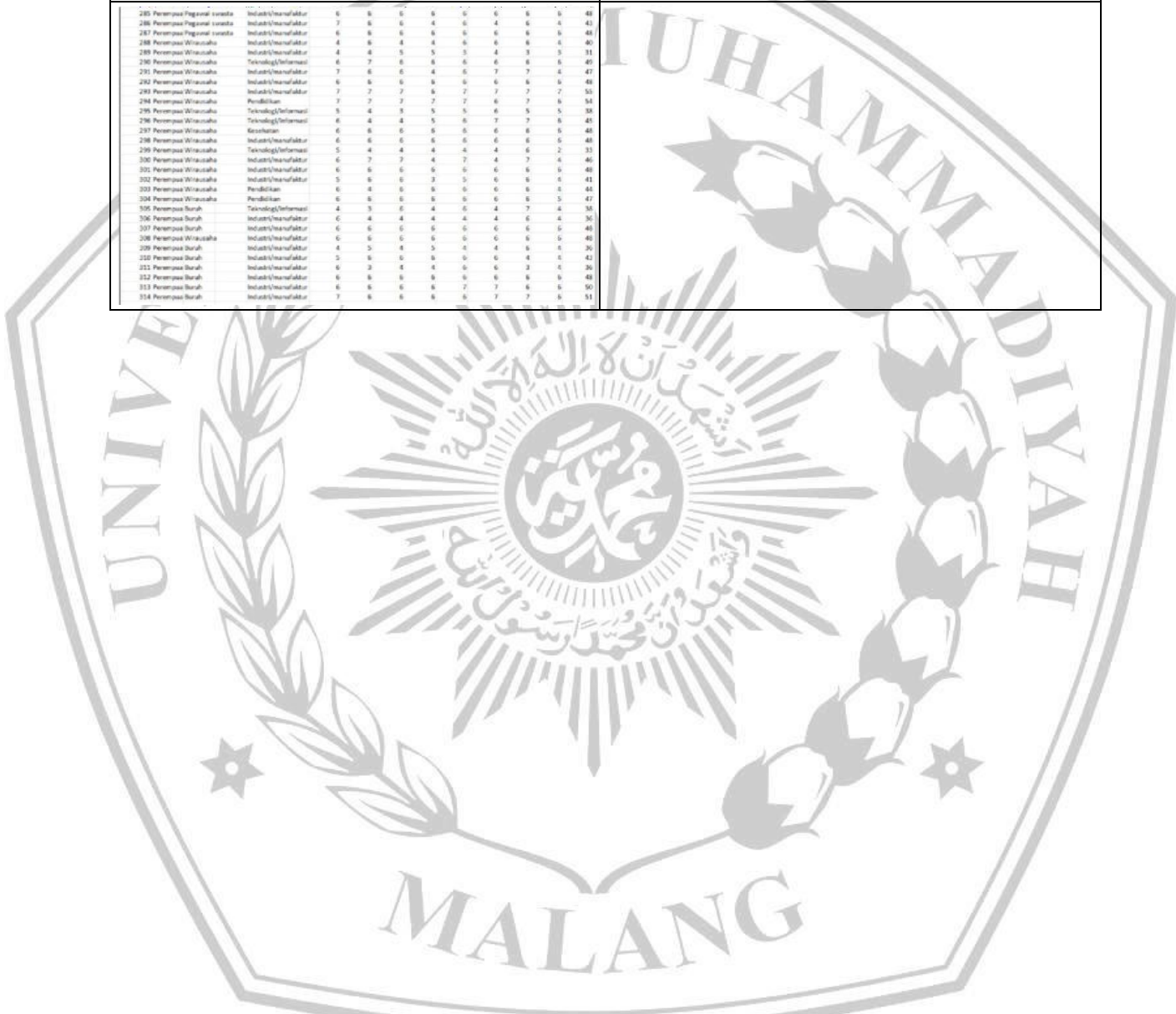
Psychological Well-Being

Di bawah ini adalah 8 pernyataan yang dapat Anda setujui atau tidak setujui. Dengan skala 1–7 di bawah ini, tunjukkan tingkat kesetujuan atau ketidaksetujuan Anda terhadap masing-masing pernyataan dengan menuliskan angka di samping pernyataan tersebut.

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---------------------|--------------|-------------------|--------|-------------|--------|---------------|
| Sangat tidak setuju | Tidak setuju | Agak tidak setuju | Netral | Agak setuju | Setuju | Sangat Setuju |

1. (.....) Saya menjalani kehidupan yang bertujuan dan bermakna
2. (.....) Hubungan sosial saya mendukung dan bermanfaat
3. (.....) Saya terlibat dan tertarik dengan kegiatan sehari-hari saya
4. (.....) Saya secara aktif berkontribusi pada kebahagiaan dan kesejahteraan orang lain
5. (.....) Saya kompeten dan cakap dalam kegiatan yang penting bagi saya
6. (.....) Saya orang baik dan menjalani kehidupan yang baik
7. (.....) Saya optimis tentang masa depan saya
8. (.....) Orang-orang menghormati saya

| | | | | | | | | | | | | |
|-----|--------------------------------|---------------------|-------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|
| 221 | Perempuan Pekerja Informatika | Lainnya | Kreatif dg | 7 | 4 | 6 | 2 | 6 | 6 | 6 | 4 | 41 |
| 222 | Perempuan Wawancara | Lainnya | Humoris/rt | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 7 | 6 | 49 |
| 223 | Perempuan Wawancara | Lainnya | Toko batik | 6 | 4 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 4 | 44 |
| 224 | Perempuan Wawancara | Lainnya | Pragmatik | 6 | 6 | 6 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 | 44 |
| 225 | Perempuan Pegawai negeri | Lainnya | Perigres | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 226 | Perempuan Wawancara | Lainnya | ISB | 7 | 7 | 7 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 51 |
| 227 | Perempuan Pekerja Informal | Lainnya | | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 6 | 6 | 4 | 37 |
| 228 | Perempuan Wawancara | Lainnya | Kuliner | 6 | 7 | 6 | 6 | 6 | 9 | 7 | 4 | 48 |
| 229 | Perempuan Wawancara | Lainnya | Kuliner | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 6 | 55 |
| 230 | Perempuan Wawancara/Parwal | Lainnya | Pasar | 6 | 6 | 6 | 4 | 6 | 4 | 6 | 4 | 42 |
| 231 | Perempuan Wawancara | Informal | | 4 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 | 4 | 4 | 38 |
| 232 | Perempuan Wawancara | Informal | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 233 | Perempuan Wawancara | Informal | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 234 | Perempuan Pegawai negeri | Lainnya | Riut dan | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 235 | Perempuan Pekerja Informal | Lainnya | IT/Ditara | 6 | 6 | 4 | 4 | 4 | 8 | 6 | 4 | 40 |
| 236 | Perempuan Pekerja Informal | Lainnya | ARI | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 4 | 44 |
| 237 | Perempuan Wawancara | Informal | | 7 | 7 | 7 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 52 |
| 238 | Perempuan Pekerja Informal | Informal | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 239 | Perempuan Wawancara | Informal | | 6 | 6 | 6 | 6 | 5 | 6 | 6 | 6 | 47 |
| 240 | Perempuan Wawancara/Parwal | Lainnya | Perdagangan | 4 | 4 | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 48 |
| 241 | Perempuan Pegawai swasta | Informal | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 242 | Perempuan Pekerja Informal | Lainnya | IT | 5 | 4 | 6 | 3 | 6 | 9 | 5 | 4 | 39 |
| 243 | Perempuan Pekerja Informal | Lainnya | Peternakan | 6 | 4 | 6 | 4 | 4 | 4 | 6 | 4 | 36 |
| 244 | Perempuan Wawancara | Lainnya | | 4 | 4 | 6 | 6 | 4 | 4 | 4 | 4 | 32 |
| 245 | Perempuan Wawancara | Informal | | 4 | 6 | 4 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 45 |
| 246 | Perempuan Wawancara | Lainnya | Sembako | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 247 | Perempuan Wawancara | Lainnya | Kuliner | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 248 | Perempuan Wawancara | Lainnya | Makanan | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 249 | Perempuan Wawancara | Lainnya | Pertanian | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 4 | 53 |
| 250 | Perempuan Wawancara | Lainnya | ISB | 5 | 4 | 4 | 5 | 7 | 5 | 7 | 5 | 42 |
| 251 | Perempuan Pekerja Informal | Informal | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 4 | 6 | 4 | 44 |
| 252 | Perempuan Pekerja Informal | Lainnya | Busnahan | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 6 | 4 | 34 |
| 253 | Perempuan Wawancara | Informal | | 6 | 6 | 6 | 4 | 6 | 6 | 6 | 6 | 44 |
| 254 | Perempuan Pekerja Informal | Informal | | 4 | 6 | 6 | 4 | 6 | 6 | 6 | 6 | 44 |
| 255 | Perempuan Wawancara | Lainnya | Makanan | 6 | 7 | 6 | 6 | 6 | 6 | 7 | 4 | 48 |
| 256 | Perempuan Wawancara | Lainnya | Makanan | 6 | 6 | 5 | 6 | 6 | 6 | 4 | 5 | 40 |
| 257 | Perempuan Wawancara | Lainnya | Makanan | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 34 |
| 258 | Perempuan Pekerja Informal | Informal | | 7 | 7 | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 54 |
| 259 | Perempuan Wawancara | Informal | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 260 | Perempuan Pekerja Informal | Lainnya | Astidari | 6 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 34 |
| 261 | Perempuan Pegawai swasta | Lainnya | warung | 6 | 7 | 7 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 52 |
| 262 | Perempuan Wawancara | Lainnya | | 6 | 4 | 6 | 2 | 6 | 4 | 6 | 4 | 38 |
| 263 | Perempuan Pekerja Informal | Informal | | 7 | 7 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 50 |
| 264 | Perempuan Pekerja Informal | Informal | | 6 | 6 | 6 | 6 | 7 | 7 | 7 | 6 | 51 |
| 265 | Perempuan Wawancara/In dan sdi | Lainnya | Property | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 266 | Perempuan Pekerja Informal | Informal | | 6 | 6 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 38 |
| 267 | Perempuan Pekerja Informal | Informal | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 268 | Perempuan Pekerja Informal | Informal | | 4 | 6 | 6 | 4 | 4 | 7 | 6 | 7 | 44 |
| 269 | Perempuan Wawancara | Informal | | 4 | 4 | 4 | 4 | 6 | 4 | 6 | 4 | 36 |
| 270 | Perempuan Wawancara | Informal | | 4 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 46 |
| 271 | Perempuan Wawancara | Informal | | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 6 | 55 |
| 272 | Perempuan Wawancara | Lainnya | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 273 | Perempuan Wawancara | Lainnya | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 7 | 6 | 4 | 47 |
| 274 | Perempuan Pekerja Informal | Lainnya | | 6 | 6 | 5 | 4 | 4 | 5 | 7 | 6 | 43 |
| 275 | Perempuan Wawancara | Lainnya | | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 32 |
| 276 | Perempuan Wawancara | Lainnya | Wawancara | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 277 | Perempuan Pekerja Informal | Informal | | 1 | 6 | 7 | 2 | 6 | 6 | 7 | 6 | 41 |
| 278 | Perempuan Wawancara | Lainnya | lab | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 56 |
| 279 | Perempuan Wawancara | Informal | | 6 | 6 | 4 | 4 | 6 | 6 | 6 | 4 | 42 |
| 280 | Perempuan Wawancara | Lainnya | Pertanian | 6 | 6 | 6 | 6 | 5 | 7 | 7 | 6 | 49 |
| 281 | Perempuan Buruh | Lainnya | Perjahit | 4 | 4 | 5 | 6 | 6 | 6 | 7 | 4 | 40 |
| 282 | Perempuan Pekerja Informal | Informal | | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 6 | 55 |
| 283 | Perempuan Pekerja Informal | Lainnya | rumah | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 7 | 4 | 47 |
| 284 | Perempuan Wawancara | Informal | | 7 | 4 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 53 |
| 285 | Perempuan Pegawai swasta | Industri/manufaktur | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 286 | Perempuan Pegawai swasta | Industri/manufaktur | | 4 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 287 | Perempuan Pegawai swasta | Industri/manufaktur | | 4 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 288 | Perempuan Wawancara | Industri/manufaktur | | 4 | 6 | 4 | 4 | 6 | 6 | 6 | 6 | 40 |
| 289 | Perempuan Wawancara | Industri/manufaktur | | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 3 | 3 | 31 |
| 290 | Perempuan Wawancara | Teknologi/informasi | | 6 | 7 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 49 |
| 291 | Perempuan Wawancara | Industri/manufaktur | | 7 | 6 | 6 | 4 | 6 | 7 | 7 | 4 | 47 |
| 292 | Perempuan Wawancara | Industri/manufaktur | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 293 | Perempuan Wawancara | Industri/manufaktur | | 7 | 7 | 7 | 6 | 7 | 7 | 7 | 7 | 55 |
| 294 | Perempuan Wawancara | Pendidikan | | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 6 | 54 |
| 295 | Perempuan Wawancara | Teknologi/informasi | | 5 | 4 | 3 | 5 | 5 | 6 | 5 | 5 | 38 |
| 296 | Perempuan Wawancara | Teknologi/informasi | | 6 | 4 | 4 | 5 | 6 | 7 | 7 | 6 | 45 |
| 297 | Perempuan Wawancara | Kesehatan | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 298 | Perempuan Wawancara | Industri/manufaktur | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 299 | Perempuan Wawancara | Teknologi/informasi | | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 6 | 2 | 33 |
| 300 | Perempuan Wawancara | Industri/manufaktur | | 6 | 7 | 7 | 4 | 7 | 4 | 7 | 4 | 46 |
| 301 | Perempuan Wawancara | Industri/manufaktur | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 302 | Perempuan Wawancara | Industri/manufaktur | | 5 | 6 | 6 | 3 | 5 | 6 | 6 | 4 | 41 |
| 303 | Perempuan Wawancara | Pendidikan | | 6 | 4 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 44 |
| 304 | Perempuan Wawancara | Pendidikan | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 5 | 47 |
| 305 | Perempuan Buruh | Teknologi/informasi | | 4 | 5 | 6 | 4 | 4 | 7 | 6 | 5 | 39 |
| 306 | Perempuan Buruh | Industri/manufaktur | | 6 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 6 | 4 | 30 |
| 307 | Perempuan Buruh | Industri/manufaktur | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 308 | Perempuan Wawancara | Industri/manufaktur | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 309 | Perempuan Buruh | Industri/manufaktur | | 4 | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 310 | Perempuan Buruh | Industri/manufaktur | | 5 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 4 | 4 | 42 |
| 311 | Perempuan Buruh | Industri/manufaktur | | 6 | 3 | 6 | 4 | 6 | 6 | 3 | 5 | 36 |
| 312 | Perempuan Buruh | Industri/manufaktur | | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 48 |
| 313 | Perempuan Buruh | Industri/manufaktur | | 6 | 6 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 6 | 50 |
| 314 | Perempuan Buruh | Industri/manufaktur | | 7 | 6 | 6 | 6 | 6 | 7 | 7 | 6 | 51 |



5. Lampiran Hasil Uji Verifikasi Data



LABORATORIUM FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang 65144 Telp. 0341-464318

SURAT KETERANGAN

No: E.6.o/12/Lab-Psi/UMM/I/2026

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini Tim Divisi Psikometri Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Yulita
NIM : 202210230311434
Dosen Pembimbing : 1) Dr. Siti Suminarti Fasikha, M.Si., Psikolog

Yang bersangkutan telah melakukan:

1. Verifikasi Analisa Data

Hasil: Lulus

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Malang, 2 Januari 2026

Laboran,



[Signature]
Imelda Pristaliona, M.Psi., Psikolog

MALANG

6. Lampiran Hasil Uji Plagiasi



**LABORATORIUM FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH MALANG**
Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang 65144 Telp. 0341-464318

SURAT KETERANGAN
No: E.6.o/57/Lab-Psi/UMMI/2026

Assalamu 'alaikum Hi Wb.

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini Tim Divisi Psikometri Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Yulita
NIM : 202210230311434
Dosen Pembimbing : 1) Dr. Dra. Rr Siti Suminarti Fasikhah, M.Si

Yang bersangkutan telah melakukan:

1. Cek Plagiasi

Hasil: Lulus

Dengan keterangan sebagai berikut:

| No | Judul Skripsi | Batas Maksimal | Hasil |
|----|--|----------------|-------|
| 1 | Perbedaan Psychological Well-Being Ibu Bekerja Pada Sektor Formal dan Informal | 25% | 3% |

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.
Wassalamu 'alaikum Hi Wb.



Malang, 1/6/2026

Laboran,

Imelda Pristaliona, M.Psi., Psikolog

7. Lampiran Hasil Analisis data

Descriptive Statistics

| | N Statistic | Range Statistic | Minimum Statistic | Maximum Statistic | Mean | | Std. Deviation Statistic |
|--------------------|----------------|--------------------|----------------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------------|
| | | | | | Statistic | Std. Error | |
| Formal | 431 | 24.00 | 32.00 | 56.00 | 46.9118 | .26373 | 5.47524 |
| Informal | 312 | 29.00 | 27.00 | 56.00 | 44.1090 | .35537 | 6.27717 |
| Valid N (listwise) | 312 | | | | | | |

Independent Samples Test

| | | Levene's Test for Equality of Variances | | t-test for Equality of Means | | | | 95% Confidence Interval of the Difference | | |
|------|-----------------------------|---|------|------------------------------|---------|-----------------|-----------------|---|---------|---------|
| | | F | Sig. | t | df | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference | Lower | Upper |
| Skor | Equal variances assumed | 8.652 | .003 | 6.473 | 741 | .000 | 2.80286 | .43301 | 1.95279 | 3.65292 |
| | Equal variances not assumed | | | 6.333 | 613.345 | .000 | 2.80286 | .44255 | 1.93377 | 3.67195 |

