

**PERANAN *FRUGALITY* TERHADAP KEPUASAN HIDUP PADA  
WANITA BEKERJA DI KALIMANTAN SELATAN**

**Skripsi**

**Diajukan guna memenuhi sebagian syarat  
Untuk memperoleh derajat Sarjana Psikologi  
Universitas Lambung Mangkurat**



Oleh

Adelia Septianingrum Marpaung

1910914220012

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

**Desember, 2023**

Skripsi

PERANAN *FRUGALITY* TERHADAP KEPUASAN HIDUP PADA WANITA  
BEKERJA DI KALIMANTAN SELATAN

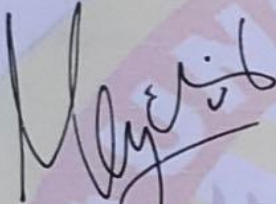
dipersiapkan dan disusun oleh

**Adelia Septianingrum Marpaung**

telah dipertahankan di depan dewan penguji  
pada tanggal 20 Desember 2023

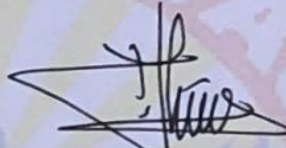
Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama



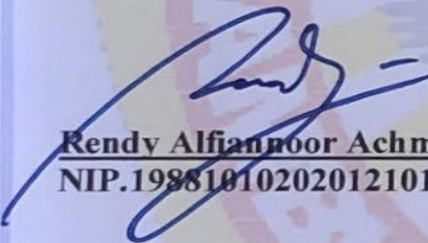
Meydisa Utami Tanau, M.Psi., Psikolog  
NIPPPK.199105202023212044

Anggota Dewan Penguji Lain



Jehan Safitri, M.Psi., Psikolog  
NIP.198506092014042001

Pembimbing Pendamping



Rendy Alfianoor Achmad, S.Psi., M.A  
NIP.198810102020121010



Firdha Yuserina, M.Psi., Psikolog  
NIP.199204192019032019

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi



Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198104212008121005

Koordinator Program Studi Psikologi

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, Desember 2023



Adelia Septianingrum Marpaung

NIM. 1910914220012

## ABSTRAK

### PERANAN *FRUGALITY* TERHADAP KEPUASAN HIDUP PADA WANITA BEKERJA DI KALIMANTAN SELATAN

Adelia Septianingrum Marpaung

Perilaku boros merupakan perilaku yang seringkali dilakukan oleh wanita yang telah bekerja, hal ini merupakan salah satu karakteristik individu dengan kepuasan hidup yang rendah. *Frugality* dinilai dapat menjadi solusi untuk meningkatkan kepuasan hidup individu, karena *frugality* memfokuskan pada kemampuan individu dalam mengontrol dan membentuk gaya hidup hemat untuk mencapai tujuan jangka panjang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada peranan *frugality* terhadap kepuasan hidup pada wanita bekerja di Kalimantan Selatan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *incidental sampling* dengan kriteria partisipan berupa wanita bekerja berusia 26 – 35 tahun di Kalimantan Selatan. Pada penelitian ini didapatkan subjek sebanyak 244 orang dengan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan melakukan penyebaran kuisioner secara *online* melalui *google form*. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode kuantitatif dengan analisis regresi linier sederhana. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat peranan *frugality* terhadap kepuasan hidup pada wanita bekerja di Kalimantan Selatan. Peranan yang diberikan variabel *frugality* terhadap variabel kepuasan hidup adalah sebesar 9,5% yang artinya hipotesis yang menyatakan adanya peranan *frugality* terhadap kepuasan hidup pada wanita bekerja di Kalimantan Selatan dapat diterima.

Kata kunci: *frugality*, kepuasan hidup, wanita bekerja

## **ABSTRACT**

### ***THE ROLE OF FRUGALITY ON LIFE SATISFACTION AMONG WORKING WOMEN IN SOUTH KALIMANTAN***

Adelia Septianingrum Marpaung

*Wasteful behavior is behavior often performed by working women. It is one of the characteristics of individuals with low life satisfaction. Frugality is considered to be a solution to increase individual life satisfaction because frugality focuses on the individual's ability to control and develop a frugal lifestyle to achieve long-term goals. This study aims to investigate whether there is a role of frugality in life satisfaction among working women in South Kalimantan. The sampling technique used in this study was incidental sampling with the participant criteria of being working women aged 26 – 35 years in South Kalimantan. In this study, there were 244 subjects and data were collected by distributing questionnaires online via Google Form. The method used in this study was a quantitative method with simple linear regression analysis. The results of data analysis show that there is a role of frugality in life satisfaction among working women in South Kalimantan. The role contributed by the frugality variable to the life satisfaction variable is 9.5%, which means that the hypothesis stating that there is a role of frugality to life satisfaction among working women in South Kalimantan can be accepted.*

*Keywords: frugality, life satisfaction, working women*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran ALLAH yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Peranan *Frugality* Terhadap Kepuasan Hidup Pada Wanita Bekerja di Kalimantan Selatan”, selesai pada waktunya. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Ibu Dr. Dr. Istiana, M.Kes Yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
2. Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Bapak Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog.
3. Dosen Pembimbing Akademik penulis yaitu Ibu Rika Vira Zwagery, M.Psi., Psikolog
4. Dosen Pembimbing Utama yaitu Ibu Meydisa Utami Tanau, M.Psi., Psikolog dan Dosen Pembimbing Pendamping Bapak Rendy Alfiannoor Achmad, S.Psi., M.A yang telah membimbing dan memberikan masukan, saran, serta dukungan untuk peneliti dalam proses penyusunan skripsi ini.
5. Dosen Penguji 1 yaitu Ibu Jehan Safitri, M.Psi., Psikolog dan Dosen Penguji 2 yaitu Ibu Firdha Yuserina, M.Psi., Psikolog yang telah memberikan arahan dan masukan dalam penyelesaian skripsi ini.

6. Seluruh dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan ilmu dan pengajaran selama penulis menempuh masa perkuliahan.
7. Keluarga inti dan keluarga besar yang senantiasa mendukung dalam kehidupan ini.
8. Sepupu yang senantiasa menemani lika-liku kehidupan, Maulida Putri.
9. Sahabat-sahabat tersayang yang berusaha selalu ada, Nadira dan Alda.
10. Teman-teman terbaik yang pernah ada, DNA, Nana, Pavita, Halimah, Nada, Hanifa, Marissa, dan Psycotion.
11. Rekan-rekan di Hima Hits, LPM Hippocampus, Duta Damai, PPMI DK Banjarmasin, dan PPMI Nasional yang menjadi rekan berkembang penulis.
12. Pemilik inisial RAK yang selama 8 tahun ini terus menjadi penyembuh atas setiap luka yang pernah penulis dapatkan dan menjadi salah satu alasan penulis terus bertahan hingga hari ini.
13. Terakhir, diri sendiri, Adelia Septianingrum Marpaung yang tidak pernah meninggalkan seberat apapun perjalanan yang pernah, sedang, dan akan dihadapi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarbaru, Desember 2023

Adelia Septianingrum Marpaung

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
ABSTRAK .....	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian .....	7
1.4 Manfaat Penelitian .....	7
1.4.1 Manfaat teoritis .....	7
1.4.2 Manfaat praktis.....	7
1.5 Signifikansi dan Keunikan Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1 Kepuasan Hidup.....	12
2.1.1 Pengertian Kepuasan Hidup.....	12
2.1.2 Dimensi Kepuasan Hidup.....	12
2.1.3 Jenis-Jenis Kepuasan Hidup.....	15
2.2 <i>Frugality</i> .....	16
2.2.1 Pengertian <i>Frugality</i> .....	16
2.2.2 Dimensi <i>Frugality</i> .....	18
2.2.3 Faktor – Faktor <i>Frugality</i> .....	18
2.2.4 Karakteristik <i>Frugality</i> .....	20



2.2.5 Jenis <i>Frugality</i> .....	20
2.2.6 Dampak <i>Frugality</i> .....	24
2.3 Wanita Bekerja.....	26
2.4 Dinamika Peranan antara <i>Frugality</i> terhadap Kepuasan Hidup .....	27
2.5 Landasan Teori.....	31
2.6 Hipotesis .....	32
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>34</b>
3.1 Rancangan Penelitian.....	34
3.2 Identifikasi, Konseptualisasi, dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	34
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian .....	34
3.2.2 Definisi Konseptual dan Operasional Variabel Penelitian .....	35
3.3 Subjek dan Tempat Penelitian.....	36
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	38
3.4.1 Instrumen Penelitian.....	38
3.4.2 Seleksi Aitem .....	46
3.4.3 Validitas Alat Ukur .....	47
3.4.4 Reliabilitas Alat Ukur.....	49
3.4.5 Pelaksanaan Uji Coba.....	50
3.5 Analisis Data .....	54
3.5.1 Uji Asumsi.....	54
3.5.2 Uji Hipotesis.....	55
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>57</b>
4.1 Gambaran Subjek Penelitian.....	57
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	61
4.3 Hasil Penelitian .....	62
4.3.1 Deskripsi Data Penelitian .....	62
4.3.2 Hasil Analisis Data Penelitian.....	66
4.3.3 Hasil Uji Hipotesis .....	69
4.4 Pembahasan.....	71
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>79</b>
5.1 Kesimpulan .....	79

5.2 Saran .....	79
5.2.1 Bagi Partisipan Penelitian .....	79
5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya .....	80
DAFTAR PUSTAKA .....	81
LAMPIRAN .....	87

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 <i>Blueprint Frugality Scale</i> .....	43
Tabel 3.2 <i>Blueprint Satisfaction with Life Scale (SWLS)</i> .....	46
Tabel 3.3 Kategori Validitas Instrumen .....	49
Tabel 3.4 Skor Nilai dan Analisis Kategorisasi Validitas Aiken's V <i>Satisfaction with Life Scale (SWLS)</i> .....	51
Tabel 3.5 Skor Nilai dan Analisis Kategorisasi Validitas Aiken's V <i>Frugality Scale</i> .....	51
Tabel 3.6 Hasil Seleksi Aitem Skala <i>Satisfaction with Life Scale (SWLS)</i> .....	53
Tabel 3.7 Hasil Seleksi Aitem Skala <i>Frugality Scale</i> .....	54
Tabel 4.1 Rangkuman Gambaran Subjek Berdasarkan Wilayah di Kalimantan Selatan .....	58
Tabel 4.2 Rangkuman Gambaran Subjek Berdasarkan Usia Partisipan .....	58
Tabel 4.3 Rangkuman Gambaran Subjek Berdasarkan Pekerjaan Partisipan.....	59
Tabel 4.4 Rangkuman Gambaran Subjek Berdasarkan Suku Partisipan .....	59
Tabel 4.5 Rangkuman Gambaran Subjek Berdasarkan Pendidikan Partisipan.....	60
Tabel 4.6 Rangkuman Gambaran Subjek Berdasarkan Status Pernikahan.....	60
Tabel 4.7 Rangkuman Gambaran Subjek Berdasarkan Gaji atau Pendapatan Per Bulan.....	60
Tabel 4.8 Rumus Perhitungan Skor Hipotetik Variabel Penelitian .....	63
Tabel 4.9 Rumus Perhitungan Skor Hipotetik Variabel Penelitian .....	63
Tabel 4.10 Perbandingan Skor Hipotetik dan Skor Empirik .....	64
Tabel 4.11 Rumus Norma Kategorisasi .....	65
Tabel 4.12 Rumus Norma Kategorisasi Variabel Kepuasan Hidup.....	65

Tabel 4.13 Rumus Norma Kategorisasi Variabel <i>Frugality</i> .....	65
Tabel 4.14 Rumusan Kategorisasi Variabel .....	66
Tabel 4.15 Hasil Uji Normalitas Residual <i>Kolmogorov-Smirnov</i> .....	67
Tabel 4.16 Hasil Uji Normalitas Residual <i>Kolmogorov-Smirnov</i> Setelah Dilakukan <i>Outliers</i> .....	68
Tabel 4.17 Hasil Uji Normalitas <i>Skewness</i> dan <i>Kurtosis</i> .....	68
Tabel 4.18 Hasil Uji Linearitas Variabel Penelitian .....	69
Tabel 4.19 Hasil Uji Analisis Regresi Linier Sederhana .....	70
Tabel 4.20 Nilai Koefisien Determinasi Regresi .....	71

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. <i>Informed Consent</i> Penelitian.....	88
B. <i>Informed Consent</i> Subjek Studi Pendahuluan.....	91
B.1 Subjek 1 .....	91
B.2 Subjek 2 .....	92
B.3 Subjek 3 .....	93
C. Verbatim Studi Pendahuluan .....	94
C.1 <i>Guide</i> Wawancara Studi Pendahuluan Kepuasan Hidup dan <i>Frugality</i> .	94
C.2 Verbatim Studi Pendahuluan Kepuasan Hidup dan <i>Frugality</i> .....	95
D. Dokumentasi Studi Pendahuluan .....	107
D.1 Subjek 1 .....	107
D.2 Subjek 2 .....	107
D.3 Subjek 3 .....	108
E. Perhitungan Jumlah Sampel ( <i>G*Power</i> ).....	109
F. Skala Asli Penelitian .....	110
F.1 Skala Asli <i>The Satisfaction with Life Scale</i> (SWLS).....	110
F.2 Skala Asli <i>Frugality Scale</i> .....	110
G. Bukti Perizinan Alat Ukur.....	111
G.1 Perizinan <i>The Satisfaction with Life Scale</i> (SWLS) .....	111
G.2 Perizinan <i>Frugality Scale</i> .....	111
H. Skor TOEFL <i>Forward Translator</i> dan <i>Back Translator</i> .....	112

H.1	<i>Forward Translator (FT) 1</i> .....	112
H.2	<i>Forward Translator (FT) 2</i> .....	112
H.3	<i>Back Translator (BT) 1</i> .....	113
H.4	<i>Back Translator (BT) 2</i> .....	113
I.	Surat Pernyataan <i>Forward Translator</i> dan <i>Back Translator</i> .....	114
I.1	<i>Forward Translator (FT) 1</i> .....	114
I.2	<i>Forward Translator (FT) 2</i> .....	115
I.3	<i>Back Translator (BT) 1</i> .....	116
I.4	<i>Back Translator (BT) 2</i> .....	117
J.	Form Kesiediaan <i>Expert Judgment</i> .....	118
J.1	<i>Expert Judgment 1</i> .....	118
J.2	<i>Expert Judgment 2</i> .....	119
J.3	<i>Expert Judgment 3</i> .....	120
K.	Adaptasi Alat Ukur .....	121
K.1	Adaptasi <i>The Satisfaction with Life Scale (SWLS)</i> .....	121
K.2	Adaptasi <i>Frugality Scale</i> .....	123
L.	Dokumentasi Proses Adaptasi Alat Ukur .....	132
M.	Surat Pernyataan Kesiediaan Membimbing Mahasiswa Peserta Skripsi .....	133
M.1	Pembimbing 1 .....	133
M.2	Pembimbing 2 .....	134
N.	Bukti Bimbingan .....	135
O.	Formulir Skrining Etika Penelitian .....	136
P.	Izin Penelitian .....	139

Q. Hasil Uji Keterbacaan .....	140
R. Hasil Uji Coba.....	141
S. Data Penelitian .....	143
T. Hasil Analisis Data Penelitian .....	157
U. Sertifikat Uji Plagiasi .....	164