

## **ABSTRAK**

*Miranda Puspita. Efektivitas Modul Pelatihan Time Management Untuk Menurunkan Time-Based Work-Family Conflict Pada Wanita Yang Bekerja di Hotel "X" Bandung.*

*Penelitian ini dilatarbelakangi semakin banyaknya wanita menikah memilih tetap bekerja. Mereka mengalami konflik ketika waktu untuk menjalankan suatu peran terganggu oleh adanya tuntutan waktu dari peran yang lain, disebut time-based work-family conflict. Untuk menurunkan conflict, diperlukan intervensi. Model intervensi yang sesuai adalah pelatihan time management, yaitu dengan memberikan keterampilan mengatur waktu untuk menjalankan peran di pekerjaan dan keluarga sesuai skala prioritas. Penelitian ini bertujuan mengetahui apakah modul pelatihan time management efektif digunakan dalam menurunkan time-based work-family conflict pada wanita yang bekerja di hotel "X" Bandung.*

*Teori yang digunakan pada penelitian ini adalah Teori Time-Based Work-Family Conflict dari Greenhause, Jeffrey H. and Nicholas J. Beautell (1985).*

*Rancangan penelitian yang digunakan adalah quasi experimental dengan teknik one group design pre dan post test. Rancangan modul pelatihan dimodifikasi dari modul rancangan Lisdiana (2012). Pelatihan ini terdiri dari 2 sesi, sesi time-based work-family conflict dan sesi kedua yaitu prioritas. Alat ukur yang digunakan berbentuk kuesioner yang dikembangkan oleh Carlson, Kacmar dan Williams (2000) berdasarkan teori dasar dari Greenhause & Beautell (1985). Teknik analisis hasil uji coba pelatihan menggunakan teknik uji beda Wilcoxon untuk mengetahui penurunan time-based work-family conflict sebelum dan sesudah pelatihan.*

*Dari hasil uji coba Wilcoxon, diperoleh  $T$  hitung  $<$   $T$  Tabel, sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, yang berarti terdapat penurunan time-based work-family conflict sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan, pada taraf kepercayaan 95%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terjadi penurunan time-based work-family conflict pada wanita yang bekerja sesudah mengikuti pelatihan time management.*

## **ABSTRACT**

*Miranda Puspita. Thesis. Effectiveness Of Time Management Training Moduls To Reduce The Time-Based Work-Family Conflict On Women Who Work In The Hotel "X" Bandung.*

*The research is motivated by the increasing number of married women choose to work . They experience stress / conflict when the time to perform a role of being distracted by the demands of other roles. Symptoms experienced by women who work are related with time-based work-family conflict. To reduce conflicts, needed intervention. Appropriate interventions model is the time management training, by providing the skills set the time to carry out the role in accordance with the work and family priorities. This study aims to determine whether the time management training effective used in reduction the time-based work-family conflict on women who work in the hotel "X" Bandung.*

*The theory used in this study is the theory of Time-Based Work-Family Conflict of Greenhause, Jeffrey H. and Nicholas J. Beautell (1985).*

*The design of the study is a quasi experimental design technique one group pre and post test. The design of training modules that have been modified from the design module Lisdiana (2012). This training consist of 2 sessions, divided into sessions time-based work-family conflict and the second session is a priority. Measuring tool used to measure time-based work-family conflict shaped the questionnaire developed by Carlson, Kacmar and Williams (2000) based on the fundamental theory of Greenhause & Beautell (1985). Mechanical analysis of the test results of training using a technique different test Wilcoxon to see a decrease time-based work-family conflict before and after training.*

*Of the Wilcoxon test results, obtained by calculating  $T < T$  Table, so  $H_0$  is rejected and  $H_1$  received, which means there is a decrease time-based work-family conflict before and after the training, the level of 95%. The conclusion of this study was a decrease in time-based work-family conflict on women who work after the time management training.*

## DAFTAR ISI

Lembar Pengesahan.....	i
Lembar Orisinalitas Laporan Penelitian.....	ii
Lembar Pernyataan Publikasi Penelitian.....	iii
Abstrak.....	iv
Kata Pengantar.....	vi
Daftar Isi.....	x
Daftar tabel.....	xv
Daftar bagan.....	xvi
Daftar Lampiran.....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	14
1.3 Maksud dan Tujuan.....	14
1.3.1 Maksud Penelitian.....	14
1.3.2 Tujuan Penelitian .....	14
1.4 Kegunaan Penelitian.....	15
1.4.1 Kegunaan Teoritis.....	15
1.4.2 Kegunaan Praktis.....	15
1.5 Metodologi Penelitian.....	16

## **BAB II LANDASAN TEORI**

2.1	<i>Work-Family Conflict</i> .....	18
2.1.1.	Pengertian Peran dan Konflik Peran.....	18
2.1.2.	Definisi <i>Work-Family Conflict</i> .....	22
2.1.3.	<i>Work -Family Conflict Form</i> .....	25
2.1.4.	Sumber atau penyebab <i>Work family conflict</i> .....	28
2.1.5.	Dimensi <i>Work Family Conflict</i> .....	36
2.2	Pelatihan Sebagai Metode Belajar.....	38
2.2.1.	Pengertian Pelatihan .....	38
2.2.2.	<i>Fase Experiental Learning</i> .....	39
2.2.3.	Area Pembelajaran .....	41
2.2.4.	Tahapan Proses Belajar efektif.....	44
2.2.5.	Pembelajaran Orang Dewasa.....	45
2.2.5.1.	Proses dan Perilaku Belajar Orang Dewasa.....	45
2.2.5.2.	Pendekatan dan Strategi Belajar Orang Dewasa.....	49
2.2.6.	Merancang Modul Pelatihan .....	50
2.2.7.	Metode Pelaksanaan Pelatihan .....	52
2.3.7.1	Metode Ceramah ( <i>Lecturing</i> ).....	53
2.3.7.2	Metode <i>Experiental Learning</i> .....	53
2.2.8.	Instruktur.....	58
2.2.9.	Evaluasi Program Pelatihan.....	58
2.2.9.1.	Model Empat Level .....	60

2.3. Time Management .....	64
2.4. Kerangka Berpikir.....	68
2.5. Asumsi Penelitian.....	84
2.6. Hipotesa Penelitian.....	85
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1. Rancangan Penelitian.....	86
3.2. Variabel Penelitian, Definisi Konseptual & Definisi Operasional.....	87
3.2.1 Variabel Penelitian.....	87
3.2.2 Dependent Variable.....	88
3.2.2.1. Definisi Konseptual <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> .....	88
3.2.2.2. Definisi Operasional <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> .....	88
3.2.3 Independent Variable.....	88
3.2.3.1. Definisi Konseptual Pelatihan & <i>Time Management</i> .....	88
3.2.3.2. Definisi Operasional Pelatihan.....	89
3.3. Alat Ukur <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> .....	89
3.3.1. Sistem Penilaian.....	91
3.3.2. Validitas Alat Ukur <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> .....	92
3.3.2. Reliabilitas Alat Ukur <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> .....	93
3.4. Data Penunjang.....	94
3.5. Populasi Penelitian, Karakteristik dan Teknik Penarikan Subjek Penelitian ...	95
3.5.1. Populasi Penelitian.....	95

3.5.2. Subjek Penelitian.....	95
3.5.3. Teknik Penarikan Subjek Penelitian.....	96
3.7. Modul Pelatihan.....	96
3.8. Metode Analisa Data.....	100
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1. Gambaran Umum Responden.....	104
4.2. Hasil Evaluasi Uji Coba Modul Pelatihan.....	105
4.2.1. Hasil Penelitian Berdasarkan Evaluasi <i>Level Reaction</i> Peserta.....	106
4.2.1.1. Evaluasi <i>Level Reaction</i> Peserta Terhadap Setiap Sesi.....	106
4.2.1.2. Evaluasi <i>Level Reaction</i> Peserta Terhadap <i>Trainer &amp; Fasilitator</i> .....	109
4.2.1.3. Evaluasi <i>Level Reaction</i> Peserta Terhadap Keseluruhan Pelatihan.....	111
4.2.2. Hasil Penelitian Berdasarkan Evaluasi <i>Level Learning</i> Pelatihan.....	114
4.2.2.1. Evaluasi <i>level Learning</i> Peserta terhadap Kuesioner <i>Time-Based Work-Family Conflict Pretes</i> dan <i>Post-test</i> .....	114
4.2.2.1.1. Gambaran <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> Peserta Sebelum ( <i>Pretest</i> ) dan Sesudah ( <i>Post-test</i> ) Pelatihan.....	116
4.2.2.2.2. Gambaran Analisa Seluruh Item <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> .....	116
4.2.2.2. Evaluasi <i>Level Learning</i> Responden Terhadap Kuesioner <i>Learning Pretest</i> dan <i>Post-test</i> .....	123
4.3. Pembahasan Hasil Penelitian.....	125

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

5.1. Kesimpulan.....	138
5.2. Saran.....	139
5.2.1. Saran Teoritis.....	139
5.2.2. Saran Praktis.....	140
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>xviii</b>
<b>DAFTAR RUJUKAN.....</b>	<b>xx</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>xxii</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1. Proses Pengukuran dan Pengumpulan Data Evaluasi .....	64
Tabel 3.1. Bentuk Kuesioner <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> .....	87
Tabel 3.2. Kategori Penilaian <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> .....	89
Tabel 3.3. Kriteria Validitas.....	89
Tabel 3.4. Hasil Validitas Alat ukur.....	90
Tabel 3.5. Kriteria Reliabilitas.....	91
Tabel 3.6. Hasil Reliabilitas Alat Ukur.....	91
Tabel 3.7. Kisi-Kisi Modul Pelatihan.....	94
Tabel 4.1. Gambaran Peserta.....	101
Tabel 4.2. Evaluasi <i>Level Reaction</i> Terhadap Setiap Sesi.....	103
Tabel 4.3 Evaluasi <i>Level Reaction</i> Terhadap <i>Trainer</i> dan Fasilitator.....	106
Tabel 4.4. Evaluasi <i>Level Reaction</i> Seluruh Kegiatan Pelatihan.....	108
Tabel 4.5. Uji Beda <i>Wilcoxon</i> .....	112
Tabel 4.6 Gambaran <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> Sebelum-Sesudah Pelatihan.....	113
Tabel 4.7. Item 1 <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> Sebelum & Sesudah Pelatihan .....	114
Tabel 4.8. Item 2 <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> Sebelum & Sesudah Pelatihan.....	115
Tabel 4.9. Item 3 <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> Sebelum & Sesudah pelatihan .....	116



Tabel 4.10. Item 4 <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> Sebelum & Sesudah pelatihan.....	117
Tabel 4.11. Item 5 <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> Sebelum & Sesudah pelatihan .....	118
Tabel 4.12. Item 6 <i>Time-Based Work-Family Conflict</i> Sebelum & Sesudah pelatihan .....	118

## DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 1.1. Rancangan Penelitian .....	17
Bagan 2.1. <i>Work-Family Role Pressure Incompatibilit</i> .....	24
Bagan 2.2. <i>Dimensions of Work-Family Conflict</i> .....	38
Bagan 2.3. Kerangka Pikir Pelatihan .....	80
Bagan 3.1. Rancangan Penelitian .....	84

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Identitas Responden
Lampiran 2	Data Mentah <i>Pretest&amp;Post-test</i>
Lampiran 3	Pengalaman/ Makna Pelatihan
Lampiran 4	Saran & Kritik Pelatihan
Lampiran 5	Hasil Lembar kerja <i>My Role &amp; Time</i>
Lampiran 6	Hasil <i>Role Play Me Time</i>
Lampiran 7	Hasil Lembar Kerja <i>Action Plan My Priority</i>
Lampiran 8	Hasil Kuesioner Evaluasi <i>Pretest</i>
Lampiran 9	Hasil Kuesioner Evaluasi <i>Post-Test</i>
Lampiran 10	Hasil Observasi Pelatihan
Lampiran 11	Garis Besar Modul Pelatihan
Lampiran 12	Handout Materi Pelatihan
Lampiran 13	Lembar Identitas Responden
Lampiran 14	Lembar Kesiediaan Mengikuti Pelatihan
Lampiran 15	Kuesioner <i>Pretest &amp; Post-Test</i>
Lampiran 16	Kuesioner Evaluasi <i>Pretest</i>
Lampiran 17	Kuesioner Evaluasi <i>Post-Test</i>

Lampiran 18	Lembar Evaluasi <i>Level Reaction</i>
Lampiran 19	Materi <i>Games</i>
Lampiran 20	Materi <i>My Role &amp; Time/Ibu</i>
Lampiran 21	Materi <i>My Role &amp; Time/Istri</i>
Lampiran 22	Materi <i>My Role &amp; Time/Karyawan</i>
Lampiran 23	Materi <i>Role Play / Ayah</i>
Lampiran 24	Materi <i>Role Play / Ibu</i>
Lampiran 25	Materi <i>Role Play / Rekan Kerja</i>
Lampiran 26	Lembar Kerja <i>My Priority</i>