



SKRIPSI


Judul:

Peran Tuntutan Pekerjaan Sebagai Moderator Hubungan
Antara Mindfulness dengan Flourishing

Disusun oleh:

AZIZAH AULIA
NIM. 705190289

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
2023

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-06/R0	HAL. 1/1
	SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH	
05 NOVEMBER 2010		

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Azizah Aulia**

NIM : **705190289**

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

Peran Tuntutan Pekerjaan sebagai Moderator Hubungan Antara *Mindfulness* dengan *Flourishing*

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.


Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Jakarta, 12 Januari 2023

Yang Memberikan Pernyataan



Azizah Aulia

 UNTAR Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-07/R0	HAL. 1/1
	SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH	
05 NOVEMBER 2010		

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Azizah Aulia

NIM : 705190289

Alamat : Jl. Sukamulya 2 No.32B RT13/RW01, Jakarta Pusat, 10640

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

Peran Tuntutan Pekerjaan sebagai Moderator Hubungan Antara *Mindfulness* dengan *Flourishing*

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh, secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 12 Januari 2023



Azizah Aulia

Pengesahan

Nama : AZIZAH AULIA
NIM : 705190289
Program Studi : PSIKOLOGI
Judul Skripsi : Peran Tuntutan Pekerjaan Sebagai Moderator Hubungan Antara Mindfulness dengan Flourishing
Title : The Role of Job Demands as a Moderator of The Relationship Between Mindfulness and Flourishing

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Program Studi PSIKOLOGI Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara pada tanggal 12-Januari-2023.

Tim Penguji:

1. RITA MARKUS IDULFILASTRI, Ir., M.Psi., Dr.
2. NINAWATI, Dra., M.M.
3. ROSTIANA, S.Psi., M.Si., Dr., Psikolog

Yang bersangkutan dinyatakan: **LULUS.**

Pembimbing:
ROSTIANA, S.Psi., M.Si., Dr., Psikolog
NIK/NIP: 10796002



Jakarta, 12-Januari-2023
Ketua Program Studi



ZAMRALITA, Dr.M.M., Psikolog

ABSTRAK

Azizah Aulia (705190289)

Peran Tuntutan Pekerjaan sebagai Moderator Hubungan Antara *Mindfulness* dengan *Flourishing*; Dr. Rostiana, M.Si., Psi. Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i-xi; 50 halaman, P1-P9, L1-L20)

Perkembangan era teknologi digital yang serba cepat turut mempengaruhi perkembangan industri perusahaan *startup* di Indonesia. Agar setiap karyawan memberikan kinerja secara optimal, maka karyawan diharapkan memiliki kesejahteraan psikologis dalam bekerja. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui peran tuntutan pekerjaan sebagai moderator hubungan *mindfulness* dengan *flourishing*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif non-eksperimental dan melibatkan 180 partisipan yang merupakan karyawan di beberapa perusahaan *startup* bidang *e-commerce*. Penelitian ini menggunakan instrumen adaptasi dari *Flourishing Scale* (FS), *Mindful Attention Awareness Scale* (MAAS), dan *Job Demands-Resources Scale* (JDRS). Dari *Moderated Regression Analysis* (MRA) terdapat hasil bahwa tuntutan pekerjaan tidak berperan sebagai moderator hubungan antara *mindfulness* dengan *flourishing*.

Kata kunci: *mindfulness*, *flourishing*, *tuntutan pekerjaan*, dan *startup e-commerce*.