

HUBUNGAN ANTARA *WORK LIFE BALANCE* DENGAN *JOB SATISFACTION* PADA GENERASI Z

SKRIPSI

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Erik Bahtiar Rosidin

20090000064

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2025**

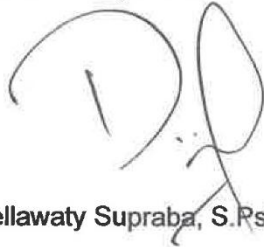
LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Erik Bahtiar Rosidin
NIM : 20090000064
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Fakultas : Fakultas Psikologi
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Antara *Work Life Balance* Dengan *Job Satisfaction* Pada Generasi Z

Malang, 26 Februari 2025

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dosen Pembimbing



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

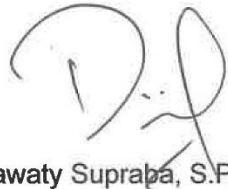
**Hubungan Antara *Work Life Balance* Dengan *Job Satisfaction* Pada
Generasi Z**

Dipersiapkan dan disusun oleh
Erik Bahtiar Rosidin
2009000064

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 23 Januari 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Sekretaris Penguji



Husnul Khotimah, S.Psi., M.A

Anggota Penguji



Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana.

Malang, 26 Februari 2025
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Erik Bahtiar Rosidin
Nomor Pokok : 2009000064
Program Studi : Psikologi
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Industri dan Organisasi
Judul Skripsi : Hubungan Antara *Work Life Balance* Dengan *Job Satisfaction* Pada Generasi Z
Lokasi Tempat Penelitian : Malang
Alamat Rumah Asal : Jl. Dieng Atas no.16
No.Telp/Email : 082266778451 / erikbahtiar310@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa penulis benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut adalah benar-benar karya penulis dan tidak melakukan plagiasi. Jika didapati penulis melakukan plagiasi maka penulis bersedia untuk dicabut gelar dan akademik penulis.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 26 Februari 2025



DDEAKX716609222

Erik Bahtiar Rosidin

MOTTO

“GRASP THE WORLD BEFORE IT GRASPS YOU”

LEMBAR PERSEMBAHAN

Puji dan syukur penulis panjatkan Kepada Tuhan Yang Maha Esa, Skripsi ini penulis persembahkan kepada Ayah dan Ibu penulis yang tercinta, beliau yang sudah senantiasa memberikan dukungan dan Doa yang tiada hentinya. Untuk keluarga besar, saudara, teman dan semua orang yang memberikan semangat, Doa dan dukungan dalam menyelesaikan penelitian dari peneliti. Semoga Skripsi ini bisa bermanfaat menjadi bahan literasi dan acuan bagi peneliti lain.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT Karena berkat serta perlindungannya pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Work Life Balance* dengan *Job Satisfaction* pada Generasi Z” sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sebagai Sarjana Psikologi. Dalam proses pengerjaan skripsi penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga atas segala bantuan dan dukungannya kepada :

1. Tuhan Yang Maha Esa, karena telah memberikan penulis kesehatan, kemampuan, kekuatan, dan pertolongan penulis dalam proses pendidikan penulis hingga selesai.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Penulis mengucapkan banyak terimakasih.
3. Bapak Muhammad Untung Manara, S.Psi., MA., Ph.D Selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
4. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog. Selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
5. Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si Selaku Kaprodi Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang dan sekaligus Dosen Pembimbing Skripsi penulis. Terima Kasih atas segala masukan, pengertian, kesabaran, dorongan, dan semua hal positif yang telah Beliau berikan. Semoga Ibu selalu mendapatkan rezeki yang berlimpah, selalu diberikan kesehatan dan perlindungan dari Tuhan Yang Maha Esa.

6. Bapak dan ibu dosen serta staf Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Terima kasih atas bimbingan dan ilmu yang diberikan pada penulis selama penulis menjadi mahasiswa.
7. Terima kasih kepada kedua orang tua yang selalu memberikan segalanya, terima kasih sudah menjadi orang tua yang hebat, yang selalu memberikan kepercayaan dan kasih sayang kepada penulis, sehingga penulis mampu mengemban pendidikan hingga jenjang sarjana. Terima kasih atas dukungan baik secara moril, materil dan juga spiritual selama ini sehingga peneliti mampu untuk berada di posisi sekarang. Semoga dengan selesainya penelitian ini dapat memberikan sedikit kebahagiaan dan juga rasa syukur yang telah lama dinantikan.
8. Terima kasih kepada teman-teman dan orang terdekat dari peneliti yang senantiasa memberikan support, dukungan dan semangat dan telah bersedia menemani penulis dikala susah dan senang utamanya pada saat melakukan penelitian.
9. Seluruh responden yang telah bersedia membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini. Terima kasih sudah membantu sehingga skripsi ini selesai dengan lancar.
10. Terima kasih kepada Erik Bahtiar Rosidin, diri penulis sendiri yang sudah bertahan sampai sejauh ini. Terima kasih juga karena tidak menyerah dan terus berjuang meski sesulit apapun rintangan yang dihadapi. Terima kasih karena sudah menyelesaikan penyusunan Skripsi ini. Tetap semangat dan jangan pernah menyerah.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan anugerahnya, yang selalu menyertai peneliti dalam menyusun skripsi, sehingga dengan penyertaan-Nya pula, peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara *Work Life Balance* dengan *Job Satisfaction* pada generasi Z”.

Skripsi ini dibuat untuk mengetahui hubungan *work life balance* dengan *job satisfaction* pada generasi Z guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar kesarjanaan S1 program studi Psikologi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, segala bentuk masukan, kritik, dan saran yang konstruktif sangat diharapkan untuk perbaikan di masa mendatang. Meskipun banyak tantangan yang dihadapi selama proses penulisan, penulis bersyukur dapat menyelesaikannya.

Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dan semoga amal baik yang telah diberikan kepada penulis mendapatkan balasan dari Tuhan Yang Maha Esa.

Malang, 26 Februari 2025

Erik Bahtiar Rosidin

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
MOTTO	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA	6
A. <i>Job Satisfaction</i>	6
1. Pengertian <i>Job Satisfaction</i>	6
2. Aspek-Aspek <i>Job Satisfaction</i>	7
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan kerja.....	9
B. <i>Work Life Balance</i>	10
1. Pengertian <i>Work Life Balance</i>	10
2. Aspek-Aspek <i>Work Life Balance</i>	11
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Work Life Balance</i>	12
C. Generasi Z.....	13
D. Keterkaitan Antara <i>Work Life Balance</i> dengan <i>Job Satisfaction</i>	14
E. Hipotesis.....	16
BAB III METODE PENELITIAN.....	17

A. Desain Penelitian.....	17
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel.....	17
C. Partisipan Penelitian.....	18
D. Cara Pengumpulan Data	19
E. Cara Analisis Data.....	21
F. Prosedur Penelitian	22
BAB IV HASIL PEMBAHASAN	23
A. Deskripsi Subjek Penelitian	23
B. Kategorisasi Data	25
C. Statistik Deskriptif dan reliabilitas alat ukur	27
D. Hasil Uji Hipotesis.....	27
E. Pembahasan	29
BAB V PENUTUP	33
A. Kesimpulan.....	33
B. Saran.....	33
DAFTAR PUSTAKA.....	35
LAMPIRAN	40

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Skoring <i>Skala Work Life Balance</i> dan <i>Job Satisfaction</i>	20
Tabel 2 Kategorisasi Subjek Berdasarkan Usia	23
Tabel 3 Kategorisasi Subjek Berdasarkan Lama Waktu Kerja.....	24
Tabel 4 Karakteristik Subjek Berdasarkan Jenis Pekerjaan	24
Tabel 5 Rumus Skor Standar.....	25
Tabel 6 Hasil Kategorisasi Skala <i>Job Satisfaction</i>	25
Tabel 7 Hasil Kategorisasi Skala <i>Work Life Balance</i>	26
Tabel 8 Hasil Statistik dan reliabilitas Alat Ukur.....	27
Tabel 9 Hasil Uji Normalitas Kolmogrov-Smirnov Variabel X dan Y	28
Tabel 10 Hasil Uji Linearitas	28
Tabel 11 Hasil Uji Regresi Sederhana.....	29

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berfikir	16
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Penelitian.....	41
Lampiran 2 Tabulasi Data Penelitian.....	50
Lampiran 3 Hasil Uji Reliabilitas	55
Lampiran 4 Hasil Uji Normalitas.....	57
Lampiran 5 Hasil Uji Linearitas	59
Lampiran 6 Hasil Uji Regresi.....	61
Lampiran 7 Lembar Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah	63
Lampiran 8 Hasil Cek Turnitin	65
Lampiran 9 Daftar Riwayat Hidup.....	68

Hubungan Antara *Work Life Balance* Dengan *Job Satisfaction* Pada Generasi Z

Erik Bahtiar Rosidin

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

Email: erikbahtiar310@gmail.com

INTISARI

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara *work life balance* dengan *job satisfaction* yang terjadi pada generasi Z. Metode penelitian ini menggunakan *explanatory research* dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi sederhana, dengan jumlah responden 109 responden. Penentuan sampling menggunakan teknik *non-probability sampling* bersamaan dengan *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala *work life balance* dan *job satisfaction*. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi sederhana dengan bantuan *software statistic SPSS*. Hasil analisis data menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $0,000 < 0,05$. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan variabel *work life balance* dengan *job satisfaction*. *Work life balance* berpengaruh sebesar 70,2% terhadap *job satisfaction* pada generasi Z. Arah hubungan kedua variabel adalah positif, artinya semakin tinggi *work life balance* maka akan semakin tinggi *job satisfaction* pada generasi Z.

Kata Kunci: Generasi Z, *Job Satisfaction*, *Work Life Balance*

The Relationship Between Work Life Balance and Job Satisfaction in Generation Z

Erik Bahtiar Rosidin

Psychology Faculty, University Of Merdeka Malang

Email : erikbahtiar310@gmail.com

ABSTRACT

The purpose of this study is to find out the relationship between work-life balance and job satisfaction that occurs in generation Z. This research method uses explanatory research using a quantitative approach with simple regression analysis techniques, with a total of 109 respondents. Sampling determination uses non-probability sampling techniques along with accidental sampling. The measuring tools used are work life balance and job satisfaction scales. The data analysis technique uses simple regression analysis with the help of SPSS statistical software. The results of the data analysis showed that the correlation coefficient value was $0.000 < 0.05$. Based on these results, it can be concluded that there is a significant relationship between the work life balance variable and job satisfaction. Work life balance has an effect of 70.2% on job satisfaction in generation Z. The direction of the relationship between the two variables is positive, meaning the higher the work life balance then the higher job satisfaction will be in generation Z.

Keywords: Job Satisfaction, Work Life Balance, Z Generation