

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN KESEIMBANGAN KEHIDUPAN KERJA (*WORK LIFE BALANCE*) PADA PEGAWAI BKPSDM KOTA MANADO

Anastasya Theresia Ngangi⁽¹⁾, Deetje J Solang⁽²⁾ Jofie H Mandang⁽³⁾

Psikologi, Universitas Negeri Manado, Kota Tomohon

e-mail:anastasyatheresiangangi@gmail.com, deetjesolang@unima.ac.id, jofiemandang@unima.ac.id

“ABSTRACT”

In this study using the Quantitative Method Approach with the type of correlational research where to find out the relationship between work-life balance and family support The relationship between two or more variables will be explained with a correlation coefficient. The research data were obtained from 84 employees in the Manado City BKPSDM office. shows that H_a is accepted and H_o is rejected. The results showed that there was a relationship between the X variable and the Y variable. From the results of the hypothesis it was also found that family support is closely related to work-life balance, so that the higher the family support, the higher the work-life balance. work life will be followed by family support.

Keywords : Family support, work life balance, employee

ABSTRAK

Pada Studi ini menerapkan Pendekatan Metode Kuantitatif dengan jenis penelitian korelasioanal dimana Untuk mengidentifikasi hubungan antara work-life balance dan dukungan keluarga Hubungan antara dua variabel atau lebih akan digambarkan oleh koefisien korelasi Data penelitian ini diperoleh dari 84 pegawai yang ada di kantor BKPSDM Kota Manado Hasil menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak, Hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat hubungan antara variabel X dan variabel Y Dari hasil hipotesis didapatkan juga dukungan keluarga sangat berhubungan dengan keseimbangan kehidupan kerja, sehingga semakin tinggi dukungan keluarga akan diikuti dengan keseimbangan kehidupan kerja sebaliknya juga, semakin tinggi keseimbangan kehidupan kerja akan diikuti dengan dukungan keluarga

Kata kunci: Dukungan Keluarga, Keseimbangan kehidupan kerja, Pegawai

1. Pendahuluan

Keseimbangan kehidupan kerja merupakan faktor penting dalam kesejahteraan, karena keluarga dan pekerjaan merupakan faktor penting dalam kehidupan setiap orang (Gautam &

Sameeksha, 2018) Bagi beberapa orang menyeimbangi karir dan kehidupan bukanlah hal yang mudah sebab masih banyak Pegawai yang merasa stress akibat tekanan pada beban kerja, Shukla dan Srivastava (2016) menemukan bahwa

salah satu faktor internal paling umum yang menyebabkan stres kerja di kalangan peneliti di India adalah keseimbangan kehidupan kerja yang buruk. atau yang keseimbangan kehidupan-kerja. Pegawai yang mampu menyeimbangkan antara aktivitas kerja dan kehidupan pribadi akan menumbuhkan kepuasan dalam bekerja, komitmen yang tinggi pada pekerjaan, dan kebahagiaan dalam keluarga

“Sejauh mana individu terlibat dan sama-sama merasa puas dalam hal waktu dan keterlibatan psikologis dengan peran mereka didalam kehidupan kerja dan kehidupan pribadi (misalnya dengan pasangan, orang tua, keluarga, teman dan anggota masyarakat) serta tidak adanya konflik diantara kedua peran tersebut.”

Kalliath & Brough (2008) menyatakan bahwa pekerja harus menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan selama bekerja. Oleh karena itu, tingkat keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi dapat berubah seiring waktu. Sebagai hasilnya, persepsi individu tentang bekerja dan tidak bekerja dapat terus berkembang sesuai dengan prioritas kehidupan individu saat ini. Hal ini merupakan suatu pendekatan yang berkelanjutan. Dengan kata lain, karyawan sangat membutuhkan work-life balance yang baik dalam organisasi karena karyawan memiliki tuntutan yang sangat tinggi, artinya harus mampu menyeimbangkan hubungan kerja agar berjalan sesuai dengan rencana yang diinginkan. Organisasi dan kebutuhan keluarga dan diri sendiri Faktor lain yang dapat mempengaruhi work-life balance adalah keluarga. Dukungan keluarga dapat mempengaruhi keseimbangan hidup. Jika keluarga, pasangan dan orang-orang terdekat memberikan dukungan yang baik, maka seseorang dapat mengatasi segala rintangan dalam hidup. perusahaan.

Dukungan keluarga dapat membantu mencapai keseimbangan kehidupan kerja. Poin ini juga didukung oleh hasil Ferguson dkk. (2012) menegaskan bahwa persepsi dukungan keluarga pada ibu yang bekerja penuh waktu sangat penting untuk work-life balance (BKPSDM) Kota Manado merupakan instansi pemerintah yang bekerja untuk mencapai tujuan dan menjalankan visi dan misi melalui berbagai penyesuaian.. Hal tersebut membutuhkan adanya keseimbangan kerja dan kehidupan agar pegawai merasakan suatu kepuasan terhadap produktivitas yang mereka lakukan. BKPSDM merupakan komponen pendukung penyelenggaraan pemerintahan di bidang kepegawaian dan peningkatan sumber daya manusia yang digerakkan oleh pimpinan organisasi yang berada di bawah dan bergantung pada Kepala Daerah melalui Sekretaris Daerah. Dalam situasi ini, bantuan keluarga menjadi salah satu aspek utama yang bisa memengaruhi keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan apabila terjadi perselisihan antara individu dan keluarganya. Dukungan keluarga memainkan peran krusial dalam Menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi (Raja, Mattimore & Adams, 1995).

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan penelitian kuantitatif yaitu untuk meneliti permasalahan yang bisa diukur dengan angka. Sedangkan untuk metode, peneliti menggunakan Metode korelasional adalah Jenis penelitian ini bertujuan untuk mengetahui besarnya pengaruh antara dua variabel dengan cara membandingkan hasil pengukuran dari dua variabel yang berbeda. (Arikunto, 2010)

Penelitian ini dilaksanakan di Kantor (Bkpsdm) tepatnya di Jln. Balai kota, Tikala Aress, Kec. Tikala, Kota Manado. Penelitian dilakukan selama 3

bulan dari bulan Maret sampai bulan Mei melalui Google form dan dalam bentuk fisik dengan sampel berjumlah 84 orang.

Teknik penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode sampel jenuh. Menurut sugiyono (2010) sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel yaitu semua populasi di jadikan sampel sampel dalam penelitian ini berjumlah 84 orang.

Variabel Dukungan Keluarga diukur menggunakan Skala *Likert* yang disusun oleh peneliti dan mumpui dibidang ini yaitu dosen pembimbing. Skala ini terdiri dari 4 dimensi yaitu dimensi dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan..

Variabel Y menggunakan skala yang disusun oleh (Fisher, Bulger, & Smith, 2009), dan diadaptasi oleh Gunawan dkk, (2019). Alat ukur ini terdiri dari 2 dimensi yaitu dimensi *Demands dan Resources*. Peneliti sudah mendapat izin untuk menggunakan skala Keseimbangan kehidupan kerja (Work life balance) yang

sudah diadaptasi oleh Gunawan dkk, (2019) dalam penelitian ini.

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana. dalam penelitian ini dibantu program IBM *SPSS* 26. Keputusan dalam uji ini yaitu jika nilai signifikansi kurang dari 0.05 maka bila diambil kesimpulannya bahwa ada hubungan antara variabel x dan y, sebaliknya jika hasil pengujian menunjukkan nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka dapat ditarik kesimpulan tidak ada hubungan antara kedua variabel.

Tabel 1. Hasil Analisis Regresi Sederhana

Berdasarkan tabel 1 didapati nilai F hitung sebesar 10,402 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,002 lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa variabel x berpengaruh terhadap variable y.

Tabel 2 Hasil Koefisien Korelasi

Coefficients^a

Model				Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
1	(Constant)	25.305	6.124		4.132	0.000
	Dukungan Keluarga	0,266	0,082	0,336	3.225	0.002

Berdasarkan tabel 2 dilihat pada nilai kolom B untuk constant (α) adalah sebesar 25.305 dan nilai variable x 0.266 sehingga dapat ditulis $25.305 + 0.266X$. Berdasarkan persamaan regresi tersebut

ANOVA^a

Model		Sum of	df	Mean	F	Sig.
-------	--	--------	----	------	---	------

arti bahwa bersifat setiap satu skor x nilai akan sejumlah 0.266.

mengandung pengaruhnya positif maka kenaikan pada variabel variable y meningkat

Tabel
Koefisien

		Squares		Square		
1	Regression	68.771	1	68.771	10.402	.002 ^b
	Residual	542.122	82	6.611		
	Total	610.893	83			

3.Hasil
Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.336 ^a	0,113	0,102	2,571

Berdasarkan tabel 3, nilai korelasi (R) bernilai 0.336 maka ada hubungan antara ada hubungann antara variabel x dan variabel y serta nilai koefisien determinasii (R-Square) bernilai 0.113 yang berarti bahwa pengaruh variabel x terhadap variabel y adalah 11.3 %.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga dan keseimbangan kehidupan kerja (*Work life balance*) berdasarkan statistika regresi sederhana diperoleh hasil signifikansi koefisien regresi sederhana sebesar $0.002 < 0.05$. Hasil menunjukan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak yang bermakna bahwa Ada hubungan dengan dukungan keluarga dan keseimbangan kehidupan kerja (*Work life balance*) dengan besarnya pengaruh 11,3%. dan 88,7% sisanya bisa dipengaruhi oleh faktor lain.

Karakteristik pekerjaan ini adalah cara kerja, bidang kerja, shift dan jam kerja yang dapat menimbulkan konflik, baik konflik dalam pekerjaan maupun konflik dalam kehidupan pribadi. Semakin banyak jam yang diperoleh karyawan, semakin kompleks dan dapat dikelola pekerjaan itu. Hal ini mempengaruhi frekuensi ketidakpuasan terhadap work-life balance. Waktu kerja yang ideal adalah waktu yang dihabiskan di tempat kerja yang tidak melebihi waktu yang telah ditetapkan (Valcour, 2007) Berdasarkan hasil penelitian terhadap pegawai di kantor BKPSDM Kota Manado menunjukan

bahwa semakin tinggi dukungan keluarga semakin berpengaruh pada keseimbangan kehidupan kerja.

4. Simpulan dan Saran

Simpulan

Berdarkan hasil penelitian yang dilakukan dan pembahasan,maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel X dan variabel Y yang ada pada kantor BKPSDM kota Manado memiliki nilai signifikansi yang tinggi. Dari hasil hipotesis didapatkan juga dukungan keluarga sangat berhubungan dengan keseimbangan kehidupan kerja,sehingga semakin tinggi dukungan keluarga akan diikut dengan keseimbangan kehidupan kerja sebaliknya juga,semakin tinggi keseimbangan kehidupan kerja akan diikuti dengan dukungan keluarga.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1.Peneliti menggunakan hasil penelitian ini untuk membuat saran agar tetap mempertahankan keseimbangan kehidupan

kerja dalam hal bekerja sehingga segala sesuatu yang dilaksanakan akan tercapai.

2. Bagi masyarakat, tetaplah optimis dalam mengerjakan sesuatu, tetaplah memberikan dukungan bagi keluarga kita yang bekerja bukan hanya ada dalam pekerjaan tetapi dalam kehidupan sehari-hari karena ketika kita memberikan dukungan kepada keluarga kita dalam pekerjaan apapun itu dan dilakukan dengan segenap hati, maka akan menuai hasil yang lebih baik.

3. Bagi calon peneliti yang ingin melakukan penelitian ini, bahkan serupa atau ingin melanjutkan penelitian ini, maka dapat disarankan agar lebih dikembangkan dalam penelitian ini seperti skala kuesioner dalam sampel yang lebih luas lagi.

Daftar Pustaka

- Adha, H. D. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga dan Kesejahteraan Psikologis Ibu Pekerja Penuh Waktu
- Ajar, B., Metodologi, P., Bagi, P., Akuntansi, M., Wijayanti, R., Paramita, D., Rizal, M. M. N., Riza, C., & Sulistyan, B. (2021). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF*.
- Alfatihah, I., Nugroho, A. S., Haessel, E., & Maharani, A. (2021). The Influence of Work-Life Balance with Work Motivation as Mediating Factor on Job Satisfaction A Prediction toward Transition to New Normal Situation. *The Management Journal of Binaniaga*, 6(1), 79. <https://doi.org/10.33062/mjb.v6i1.431>
- Fisher, G. G., Bulger, C. A., & Smith, C. S. (2009). Beyond Work and Family: A Measure of Work/Nonwork Interference and Enhancement. *Journal of Occupational Health Psychology*, 14(4), 441–456. <https://doi.org/10.1037/a0016737>.
- Greenhaus, J.H., Collins, K.M., & Shaw, J.D. (2003). The relation between work –family balance and quality of life. *Journal of Vocational Behavior*. 510-531. doi: 10.1016/S0001-8791(02)00042-8.
- Kalliath, T., & Brough, P. (2008). Work–life balance: A review of the meaning of the balance construct. *Journal of management & organization*, 14(3), 323-327.
- Kapahang, G. L., Lovihan, M. A. K. and Hartati, M. E. (2022). KESEIMBANGAN HIDUP DAN KERJA: DAMPAK BEKERJA DARI RUMAH PADA PEGAWAI DI SULAWESI UTARA. *Sebatik*, 26(1)
- Krisna, R. N. (2012). Work-Life Balance Ditinjau dari Kebersyukuran pada Pegawai Negeri Sipil Dinas Kehutanan dan Perkebunan Wonogiri.
- Minarni, L., & Sudagijono, J. S. (2015). Dukungan keluarga terhadap perilaku minum obat pada pasien skizofrenia yang sedang rawat jalan. *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(2), 13-22
- McDonald, P. Bradley, L. and Brown, K. 2005. Explanations for The Provision Utilization Gap in
- Nirmalasari, I. (2018). Analisis Pengaruh Work Life Balance terhadap Komitmen Organisasi melalui Kepuasan Kerja Perawat Sebagai Mediator. *Jurnal Publikasi Ilmiah*, 1–15
- Pratiwi, S. R. (2022). *HUBUNGAN ANTARA WORK-LIFE BALANCE DENGAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA KARYAWAN WANITA PT BPR BKK KEBUMEN* (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Sarwono, Jonathan (2012). Metode riset skripsi pendekatan kuantitatif:

- menggunakan prosedur SPSS (Jakarta: lex Media Komputindo)
- Srimulyani, V. A., & Budi Hermanto, Y. (2022). Work-Life Balance Before and During Work from Home in a Covid-19 Pandemic Situation. *Jurnal Manajemen Indonesia*, 22(1), 31. <https://doi.org/10.25124/jmi.v22i1.2915>
- Shukla, A., & Srivastava, R. (2016). Development of short questionnaire to measure an extended set of role expectation conflict, coworker support and work-life balance: The new job stress scale. *Cogent business & management*, 3(1), 1.
- Sri Rejeki, S., Rahmi, F., & Maputra, Y.(2021). The Role of Work-Life Balance Toward Psychological Well-Being among Employees Who Work During The New Normal Covid-19. *Jurnal Psikologi*, 17(2). <https://doi.org/10.24014/jp.v14i2.13604>
- Sugiyono, Metodologi penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d, (Bandung, Alfabeta, 2010)
- Sugiyono. (2005). Statistika untuk penelitian. Bandung: Alfabeta