

## **Peran *Work Life Balance* terhadap *Job Satisfaction* Karyawan pada Generasi Milenial**

*Nathania Fauzia<sup>1</sup>, Bagus Riyono<sup>2</sup>*

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Email: [1nathania.f@mail.ugm.ac.id](mailto:nathania.f@mail.ugm.ac.id) & [2bagus@ugm.ac.id](mailto:bagus@ugm.ac.id)

**Abstrak.** Milenial merupakan salah satu generasi terbesar sebanyak 33,75% dibandingkan generasi lainnya terlebih lagi dalam tempat kerja. Kepuasan kerja masih menjadi salah satu masalah yang muncul di perusahaan karena sebanyak 73% karyawan tidak merasa puas dengan pekerjaannya. *Work life balance* dapat menjadi salah satu prediktor terhadap *job satisfaction*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana *work life balance* memprediksi *job satisfaction*. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 128 orang dengan rentang usia 22-32 tahun yang sudah bekerja selama lebih dari 1 tahun. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Instrumen yang digunakan adalah *job descriptive index* dan *work life balance scale*. Analisis dilakukan dengan analisis regresi linear berganda. Hasil analisis menunjukkan bahwa *work life balance* dapat memprediksi peningkatan *job satisfaction* secara signifikan.

***Kata kunci*** : *job satisfaction, millennial, work-life balance*

**Peran *Work Life Balance* terhadap *Job Satisfaction* Karyawan pada Generasi  
Milenial**

*Nathania Fauzia<sup>1</sup>, Bagus Riyono<sup>2</sup>*

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Email: [1nathania.f@mail.ugm.ac.id](mailto:nathania.f@mail.ugm.ac.id) & [2bagus@ugm.ac.id](mailto:bagus@ugm.ac.id)

**Abstract.** Millennials are one of the biggest generations at 33,75% compared to other generations especially in a workplace. Job satisfaction is still being one of the problem that arise in the company because as many as 73% employees are dissatisfied with their jobs. Work life balance can be a predictor of job satisfaction. This study aims to find out how work life balance predicting job satisfaction. Participants of this research were 128 people with range of age 22 to 32 years and have worked for more than 1 year. This study uses quantitative approaches using survey method. The instruments used were job descriptive index and work life balance scale. This research was conducted using Multiple Regression Analysis. The results of this study showed that work life balance can predict job satisfaction significantly.

**Keywords:** *job satisfaction, millennial, work-life balance*