

KESEIMBANGAN KEHIDUPAN-KERJA

DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS KARYAWAN

Intisari

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi tentang pengembangan karir dan keseimbangan kehidupan-kerja dengan kesejahteraan psikologis. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kesejahteraan psikologis. Variabel independen dalam penelitian ini adalah persepsi tentang pengembangan karir dan keseimbangan kehidupan-kerja. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Persepsi tentang Pengembangan Karir, Skala Keseimbangan Kehidupan-Kerja dan Skala Kesejahteraan Psikologis. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara persepsi tentang pengembangan karir dan keseimbangan kehidupan-kerja dengan kesejahteraan psikologis karyawan. Sebanyak 63 karyawan PT. X berpartisipasi dalam penelitian ini. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis regresi berganda. Hasil analisis regresi berganda adalah $R = 0,637$, $F = 20,535$ dengan $p = 0,001$ ($p < 0,05$), artinya persepsi tentang pengembangan karir dan keseimbangan kehidupan-kerja berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis karyawan. Kedua variabel independen memberikan sumbangan efektif sebesar 40,62% terhadap kesejahteraan psikologis karyawan.

Kata kunci: persepsi tentang pengembangan karir, keseimbangan kehidupan-kerja, kesejahteraan psikologis.

ABSTRACT

The purpose of this study is to find out the correlation between perception of career development and work-life balance with the psychological well-being of employee. Dependent variable in this study is psychological well-being. Independent variables in this study are perception of career development and work-life balance. Data were collected using Perception of Career Development Scale, Work-Life Balance Scale and the Scale of Psychological Well-Being. A total of 63 employees at PT. X participated in this study. Multiple regression analysis was used to analyze data. Result of multiple regression analysis is $R = 0,637$, $F = 20,535$, and $p = 0,001$ ($p < 0,05$). It means that perception of career development and work-life balance contribute to psychological well-being of employee. Both independent contribute effectively about 40,62% toward psychological well-being of employee.

Keyword: perception of career development, work-life balance, psychological well-being