

**STRATEGI WORK-LIFE BALANCE PADA KARYAWAN GEN Y
YANG SUDAH BERKELUARGA DAN BEKERJA DENGAN
SISTEM HIBRIDA**

SKRIPSI

TRISKA SRI KRISNAJAYANTI
19.E1.0308



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2023

**STRATEGI WORK-LIFE BALANCE PADA KARYAWAN GEN Y YANG SUDAH
BERKELUARGA DAN BEKERJA DENGAN SISTEM HIBRIDA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk Memenuhi
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

TRISKA SRI KRISNAJAYANTI
19.E1.0308



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2023**

Strategi *Work-Life Balance* Pada Karyawan Gen Y yang Sudah Berkeluarga dan Bekerja dengan Sistem Hibrida

Triska Sri Krisnajayanti¹, Eugenius Tintus Reinaldi²
Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, Indonesia

Abstrak

WLB (*Work-Life Balance*) menjadi salah satu alasan bagi gen Y menentukan pekerjaan. WLB dapat dipengaruhi salah satunya oleh sistem kerja yang berlaku di perusahaan. Setelah pandemi dapat lebih terkendali, sistem kerja perlahan berubah dari *Work From Home* (WFH) menjadi sistem kerja hibrida, yang merupakan penggabungan dari sistem kerja di kantor atau *Work From Office* (WFO) dengan sistem kerja WFH. Pada penelitian-penelitian sebelumnya mengenai *Work-Life Balance* (WLB) terdapat hasil yang berbeda antara karyawan dengan sistem WFO dan karyawan dengan sistem WFH. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi karyawan generasi Y yang sudah berkeluarga dan bekerja dengan sistem kerja hibrida dalam mencapai WLB. Subjek dalam penelitian ini berjumlah dua orang yang telah dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data penelitian ini menggunakan metode kualitatif fenomenologi, yang hasilnya akan dikumpulkan dan ditriangulasikan. Penelitian ini menunjukkan strategi yang dimiliki oleh kedua subjek dalam mencapai WLB, yaitu manajemen waktu yang baik, penentuan skala prioritas, memilih pekerjaan sesuai dengan minat, membangun hubungan yang baik di kantor maupun di keluarga. Terdapat beberapa faktor lainnya yang mempengaruhi strategi tersebut yaitu faktor internal, tempat kerja, dan keluarga.

Kata kunci: generasi Y, sistem kerja hibrida, *work-life balance*

Abstract

Work-Life Balance is one of the reasons for the Y gene to determine employment. One way WLB can be influenced by the work system that applies in the company. After the pandemic was more under control, the work system changed from WFH to a hybrid work system, which is a combination of the WFO and WFH. In previous studies regarding WLB there were different results between employees with WFO and WFH. The study aims to determine the strategies of generation Y employees who are married and work with hybrid work system in achieving WLB. The subjects in this study amounted to two people who had been selected by purposive sampling technique. Retrieval of research data using a qualitative phenomenological method, the results of which will be collected and triangulated. This study shows the strategies owned by the two subjects in achieving WLB, namely good time management, setting priorities, choosing jobs according to passions, building good relationships in the office and in the family. There are several other factors that influence this strategy, namely internal factors, workspace, and family.

Keywords: generation Y, hybrid working system, *work-life balance*