

Studi Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Work-life Balance Pada Generasi Z dalam Dunia Kerja: Analisis Pekerja Startup E-commerce di DKI Jakarta = Study of the Effect of Social Support on Work-life Balance in Generation Z in the World of Work: Analysis of E-commerce Startup Workers in DKI Jakarta

Adhistry Prahastiwi Basuki, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920523813&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menjelaskan pengaruh dukungan sosial terhadap work-life balance pada Generasi Z yang bekerja di startup e-commerce. Studi-studi terdahulu menjelaskan work-life balance cenderung berfokus pada pekerja yang berasal dari Generasi Milenial dan individu perempuan yang telah berkeluarga. Akan tetapi, penelitian yang menjelaskan hubungan antara work-life balance dengan dukungan sosial pada level individu yang berasal dari Generasi Z menjadi hal baru dalam penelitian ini. Saat ini, Generasi Z merupakan generasi yang mulai banyak memasuki dunia kerja dan permasalahan akan keseimbangan kehidupan kerja merupakan aspek penting bagi kesejahteraan pekerja itu sendiri. Selain itu, adanya perkembangan ekonomi pasar digital yang membentuk pekerjaan baru, juga telah memunculkan persaingan dalam kehidupan kerja. Karena hal tersebut, Generasi Z mengalami permasalahan terkait dengan kesehatan mental karena tidak dirasakannya work-life balance akibat budaya kerja yang mereka jalani dalam hidupnya. Penelitian ini memiliki hipotesis bahwa terwujudnya work-life balance dalam kehidupan pekerja dipengaruhi oleh tingginya dukungan sosial yang diberikan keluarga, teman, hingga institusi/perusahaan kepada individu. Metode dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif guna mengukur tingkat dukungan sosial terhadap tingkat work-life balance Generasi Z yang bekerja di startup e-commerce saat ini. Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial dengan work-life balance pekerja startup e-commerce wilayah DKI Jakarta. Namun, salah satu dimensi dukungan sosial yaitu dukungan informasi tidak terlalu berpengaruh terhadap terwujudnya work-life balance. Di lain sisi, sumber dukungan perusahaan menjadi sumber dukungan paling penting bagi terciptanya work-life balance pekerja dengan memberikan hasil yang signifikan.

..... This study aims to explain the effect of social support on work-life balance in Generation Z working in startup e-commerce. Previous studies explain that work-life balance tends to focus on workers from the Millennial Generation and individual women who have families. However, research that describes the relationship between work-life balance and social support at the individual level from Generation Z is new in this research. Currently, Generation Z is the generation that is starting to enter the world of work, and the issue of work-life balance is an essential aspect of the welfare of the workers themselves. In addition, developing the digital market economy that forms new jobs has also created competition in work life. Because of this, Generation Z experiences problems related to mental health because they do not feel a work-life balance due to the work culture they lead in their lives. This study hypothesizes that the realization of work-life balance in workers' lives is influenced by the high social support provided by family, friends, institutions/companies to individuals. The research method used in this study is quantitative to measure the social support level to the work-life balance of Generation Z working in startup e-commerce. The study found a significant relationship between social support and work-life balance among workers startup e-

commerce DKI Jakarta area. However, one dimension of social support, namely information support, is the only one that not affects the realization of work-life balance. On the other hand, the company's source of support is the most critical for creating a work-life balance for workers with significant results.