



**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *AUTHENTIC HAPPINESS*  
TERHADAP *WORK ENGAGEMENT* KARYAWAN  
DI PT. *COMPUTER AUTOMASI DIGITAL SOLUSINDO***



**TUGAS AKHIR**

**Oleh:**

**IRNAWATI**

UNIVERSITAS  
**MERCU BUANA**  
46119110075

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERCU BUANA  
JAKARTA  
2023**



**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *AUTHENTIC HAPPINESS*  
TERHADAP *WORK ENGAGEMENT* KARYAWAN  
DI PT. *COMPUTER AUTOMASI DIGITAL SOLUSINDO***

**TUGAS AKHIR**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Program Sarjana  
(S1) Pada Program Studi Psikologi**

**Oleh:**

**IRNAWATI**

**46119110075**

**UNIVERSITAS  
MERCU BUANA**

**Dosen Pembimbing:**

**Dr. Antonius Dieben Robinson Manurung, M.Si.**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MERCU BUANA**

**JAKARTA**

**2023**

## HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Judul : Pengaruh *Work Life Balance* dan *Authentic Happiness* terhadap *Work Engagement* Karyawan Di PT. *Computer Automasi Digital Solusindo*

Nama : Irnawati

NIM : 46119110075

Program : Program Studi Psikologi

Tanggal : 23 Agustus 2023

Menyatakan bahwa Laporan Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Jakarta, 23 Agustus 2023



Irnawati

## HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : IRNAWATI  
NIM : 46119110075  
Program Studi : S1 Psikologi  
Judul Skripsi : PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *AUTHENTIC HAPPINESS* TERHADAP *WORK ENGAGEMENT* KARYAWAN DI PT. *COMPUTER AUTOMASI DIGITAL SOLUSINDO*

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Dr. Antonius Dieben Robinson Manurung, M.Si.  
NIDN : 0305105904



Ketua Penguji : Dr. A. A. Anwar Prabu Mangkunegara, M.Si.  
NIDN : 9990412044



Penguji I : Dr. Indra Kusumah, M.Si.  
NIDN : 0321078107

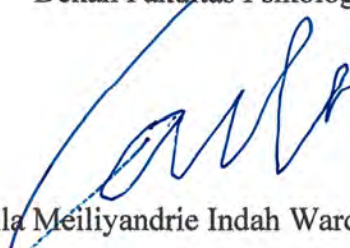


Jakarta, 23 Agustus 2023

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.



Ketua Program Studi Psikologi

Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog



## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT. Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan Proposal Tugas Akhir ini dengan judul “Pengaruh *Work Life Balance* Dan *Authentic Happiness* Terhadap *Work Engagement* Karyawan Di T. *Computer* Automasi Digital Solusindo”.

Penulisan tugas akhir ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana S1 Psikologi di Universitas Mercu Buana. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini dapat diselesaikan berkat dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih yang ditujukan kepada pihak-pihak yang telah membantu dan membimbing penyusun mulai dari perencanaan dan pelaksanaan hingga penyusunan laporan, di antaranya:

1. Dr. Antonius Dieben Robinson Manurung, M.Si selaku dosen pembimbing yang sangat profesional dalam membimbing dan memberikan arahan.
2. Dr. Indra Kusumah, M.Si Selaku Dosen *Reviewer*.
3. Prof. Dr. Ir. Andi Andriansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
4. Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
5. Yenny, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
6. Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
7. Prahastia Kurnia Putri, M.Psi., Psikolog dan Dani Irmawan, S.Psi. M.Sc selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
8. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana, yang telah memberikan semua materi perkuliahan dan bimbingan kepada penulis selama ini.
9. Seluruh karyawan PT. CAD Solusindo yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.
10. Orang tua, keluarga, Orang-orang terdekat (Fery Febrianto, Dede Ariyanti, Naomi Ardi Pratiwi) dan teman mahasiswa seperjuangan (Gia Sugiharti, Kentty

Nakita Fauziah, Arif Khairudin, Deasy Natalia Harahap, dan Dandi Kurniawan) yang turut membantu serta memberikan motivasi dalam penyelesaian Tugas Akhir ini.

11. Semua pihak yang telah berkontribusi untuk meluangkan waktu dan turut membantu proses penelitian.

Penulis menyadari bahwa laporan ini memiliki banyak kekurangan. Maka dari itu, segala bentuk kritik dan saran yang dapat menyempurnakan laporan ini akan ditanggapi secara positif oleh penulis. Dengan demikian, laporan ini mampu berkontribusi dalam mengembangkan ilmu psikologi kedepannya.

Jakarta, 23 Agustus 2023

Penulis



## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Irnawati  
NIM : 46119110075  
Program Studi : S1 Psikologi  
Judul : Pengaruh *Work Life Balance* dan *Authentic Happiness* terhadap *Work Engagement* Karyawan Di PT. *Computer Automasi Digital Solusindo*

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

# MERCU BUANA

Jakarta, 23 Agustus 2023

Yang menyatakan,



( Irnawati )

## DAFTAR ISI

|  |             |
|--|-------------|
| <b>TUGAS AKHIR .....</b>   | <b>i</b>    |
| <b>HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI .....</b>  | <b>ii</b>   |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>  | <b>iii</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>   | <b>iv</b>   |
| <b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK<br/>KEPENTINGAN AKADEMIS .....</b> | <b>vi</b>   |
| <b>ABSTRAK .....</b>   | <b>vii</b>  |
| <b>ABSTRACT .....</b>  | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>   | <b>ix</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL.....</b>   | <b>xiii</b> |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>  | <b>xiv</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>   | <b>xv</b>   |
| <b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>   | <b>1</b>    |
| 1.1 Latar Belakang Masalah.....  | 1           |
| 1.2 Rumusan Masalah .....  | 10          |
| 1.3 Tujuan Penelitian.....   | 10          |
| 1.4 Manfaat Penelitian.....  | 10          |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis .....   | 11          |
| 1.4.2 Manfaat Praktis.....   | 11          |
| <b>BAB 2 KAJIAN PUSTAKA .....</b>  | <b>12</b>   |
| 2.1 Kajian Teori.....  | 12          |
| 2.1.1 <i>Work Engagement</i> .....   | 12          |
| 2.1.1.1 Definisi <i>Work Engagement</i> .....  | 12          |
| 2.1.1.2 Dimensi <i>Work Engagement</i> .....   | 13          |
| 2.1.1.3 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi <i>Work<br/>Engagement</i> .....               | 13          |
| 2.1.2 <i>Authentic Happiness</i> .....   | 14          |
| 2.1.2.1 Definisi <i>Authentic Happiness</i> .....  | 14          |
| 2.1.2.2 Dimensi <i>Authentic Happiness</i> .....   | 15          |



|   |           |
|---|-----------|
| 2.1.2.3 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi <i>Authentic Happiness</i>  | 16        |
| 2.1.2.4 Implikasi <i>Authentic Happiness</i>  | 19        |
| 2.1.3 <i>Work Life Balance</i>  | 20        |
| 2.1.3.1 Definisi <i>Work Life Balance</i>   | 20        |
| 2.1.3.2 Dimensi <i>Work Life Balance</i>  | 20        |
| 2.1.3.3 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi <i>Work Life Balance</i>  | 22        |
| 2.1.3.4 Implikasi <i>Work Life Balance</i>  | 24        |
| 2.2 Penelitian Terdahulu  | 25        |
| 2.3 Dinamika Penelitian   | 30        |
| 2.3.1 Dinamika Pengaruh <i>Work Life Balance</i> Terhadap <i>Work Engagement</i>                                | 30        |
| 2.3.2 Dinamika Pengaruh <i>Authentic Happiness</i> Terhadap <i>Work Engagement</i>                              | 32        |
| 2.3.3 Dinamika Pengaruh <i>Work Life Balance</i> dan <i>Authentic Happiness</i> Terhadap <i>Work Engagement</i> | 33        |
| 2.4 Kerangka Pemikiran  | 35        |
| 2.5 Hipotesis Penelitian  | 36        |
| <b>BAB 3 METODE PENELITIAN</b>  | <b>38</b> |
| 3.1 Desain Penelitian   | 38        |
| 3.2 Populasi Dan Sampel Penelitian  | 38        |
| 3.2.1 Populasi Penelitian   | 38        |
| 3.2.2 Sampel Penelitian   | 38        |
| 3.3 Definisi Operasional Dan Instrumen Penelitian   | 38        |
| 3.3.1 Definisi Operasional  | 38        |
| 3.3.2 Instrumen Penelitian  | 39        |
| 3.4 Teknik Pengumpulan Data   | 44        |
| 3.4.1 Teknik Pengumpulan Data Primer  | 44        |
| 3.4.2 Teknik Pengumpulan Data Sekunder  | 45        |
| 3.5 Teknik Analisis Data  | 45        |
| 3.5.1 Uji Kualitas Instrumen  | 45        |
| 3.5.1.1 Uji Validitas   | 45        |

|   |           |
|---|-----------|
| 3.5.1.2 Uji Reliabilitas .....  | 50        |
| 3.5.2 Uji Asumsi Klasik .....   | 51        |
| 3.5.2.1 Uji Normalitas.....   | 51        |
| 3.5.2.2 Uji Linearitas .....  | 52        |
| 3.5.2.3 Uji Multikolinearitas .....   | 52        |
| 3.5.2.4 Uji Heteroskedastisitas .....   | 52        |
| 3.5.3 Analisis Deskriptif .....   | 53        |
| 3.5.4 Uji Hipotesis .....   | 53        |
| 3.5.4.1 Analisis Regresi Sederhana.....   | 53        |
| 3.5.4.2 Analisis Regresi Berganda .....   | 54        |
| 3.5.4.3 Uji Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) .....   | 54        |
| 3.5.5 Analisis Matriks Korelasi Antar Dimensi.....  | 54        |
| <b>BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>   | <b>56</b> |
| 4.1 Hasil .....   | 56        |
| 4.1.1 Gambaran Umum Subjek .....  | 56        |
| 4.1.2 Analisis Deskriptif dan Kategorisasi .....  | 58        |
| 4.1.3 Analisis Inferensial .....  | 64        |
| 4.1.3.1 Uji Asumsi Klasik.....  | 64        |
| 4.1.3.1.1 Uji Normalitas .....  | 64        |
| 4.1.3.1.2 Uji Linearitas .....  | 66        |
| 4.1.3.1.3 Uji Multikolinearitas .....   | 67        |
| 4.1.3.1.4 Uji Heteroskedastisitas .....   | 67        |
| 4.1.3.2 Uji Hipotesis .....   | 68        |
| 4.1.3.2.1 Analisis Regresi Sederhana .....  | 68        |
| 4.1.3.2.2 Analisis Regresi Berganda .....   | 70        |
| 4.1.3.2.3 Uji Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) .....   | 72        |
| 4.1.3.3 Analisis Matriks Korelasi Antar Dimensi .....   | 75        |
| 4.2 Pembahasan.....   | 77        |
| 4.2.1 Pengaruh <i>Work Life Balance</i> Terhadap <i>Work Engagement</i> .....                                   | 77        |
| 4.2.2 Pengaruh <i>Authentic Happiness</i> Terhadap <i>Work Engagement</i> ....                                  | 80        |
| 4.2.3 Pengaruh <i>Work Life Balance</i> Dan <i>Authentic Happiness</i><br>Terhadap <i>Work Engagement</i> ..... | 83        |

|  |            |
|--|------------|
| 4.2.4 Matriks Korelasi Antar Dimensi ..... | 85         |
| <b>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>    | <b>90</b>  |
| 5.1 Kesimpulan.....                        | 90         |
| 5.2 Keterbatasan Penelitian .....          | 91         |
| 5.3 Saran.....                             | 91         |
| 5.3.1 Saran Teoritis.....                  | 91         |
| 5.3.2 Saran Praktis .....                  | 92         |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                | <b>96</b>  |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                       | <b>100</b> |



## DAFTAR TABEL

|            |   |    |
|------------|---|----|
| Tabel 2.1  | Penelitian Terdahulu.....   | 25 |
| Tabel 3.1  | Skala <i>Likert</i> .....   | 40 |
| Tabel 3.2  | <i>Blueprint</i> Variabel <i>Work Engagement</i> .....  | 41 |
| Tabel 3.3  | Skala <i>Likert</i> .....   | 42 |
| Tabel 3.4  | <i>Blueprint</i> Variabel <i>Authentic Happiness</i> .....  | 42 |
| Tabel 3.5  | Skala <i>Likert</i> .....   | 43 |
| Tabel 3.6  | <i>Blueprint</i> Variabel <i>Work Life Balance</i> .....  | 44 |
| Tabel 3.7  | Hasil <i>Try Out</i> Uji Validitas Instrumen <i>Work Engagement</i> .....   | 47 |
| Tabel 3.8  | Hasil <i>Try Out</i> Uji Validitas Instrumen <i>Work Life Balance</i> .....   | 47 |
| Tabel 3.9  | Hasil <i>Try Out</i> Uji Validitas Instrumen <i>Authentic Happiness</i> .....   | 48 |
| Tabel 3.10 | Hasil <i>Try Out</i> Uji Reliabilitas Instrumen.....  | 51 |
| Tabel 3.11 | Analisis Matriks Korelasi antar Dimensi.....  | 55 |
| Tabel 4.1  | Gambaran Umum Subjek .....  | 56 |
| Tabel 4.2  | Analisis Deskriptif.....  | 58 |
| Tabel 4.3  | Panduan Kategori Tingkatan .....  | 59 |
| Tabel 4.4  | Kategori Tingkatan Variabel <i>Work Life Balance</i> .....  | 59 |
| Tabel 4.5  | Jumlah Responden Berdasarkan Kategori Variabel <i>Work Life Balance</i> .....   | 60 |
| Tabel 4.6  | Kategori Tingkatan Variabel <i>Authentic Happiness</i> .....  | 61 |
| Tabel 4.7  | Jumlah Responden Berdasarkan Kategori Variabel <i>Authentic Happiness</i> .....   | 62 |
| Tabel 4.8  | Kategori Tingkatan Variabel <i>Work Engagement</i> .....  | 62 |
| Tabel 4.9  | Jumlah Responden Berdasarkan Kategori Variabel <i>Work Engagement</i> .....   | 63 |
| Tabel 4.10 | Hasil Uji Normalitas .....  | 66 |
| Tabel 4.11 | Hasil Uji Linearitas.....   | 66 |
| Tabel 4.12 | Hasil Uji Multikolinearitas .....   | 67 |
| Tabel 4.13 | Hasil Heteroskedastisitas .....   | 67 |
| Tabel 4.14 | Hasil Uji T <i>Work Life Balance</i> terhadap <i>Work Engagement</i> .....  | 68 |
| Tabel 4.15 | Hasil Uji T <i>Authentic Happiness</i> terhadap <i>Work Engagement</i> .....  | 69 |
| Tabel 4.16 | Hasil Uji F <i>Work Life Balance</i> dan <i>Authentic Happiness</i> terhadap <i>Work Engagement</i> .....                     | 70 |
| Tabel 4.17 | Hasil Uji Regresi Berganda <i>Work Life Balance</i> dan <i>Authentic Happiness</i> terhadap <i>Work Engagement</i> .....      | 71 |
| Tabel 4.18 | Uji Koefisien Determinasi <i>Work Life Balance</i> terhadap <i>Work Engagement</i> ...73                                      |    |
| Tabel 4.19 | Hasil Uji Koefisien Determinasi <i>Authentic Happiness</i> terhadap <i>Work Engagement</i> .....                              | 73 |
| Tabel 4.20 | Hasil Uji Koefisien Determinasi <i>Work Life Balance</i> dan <i>Authentic Happiness</i> terhadap <i>Work Engagement</i> ..... | 74 |
| Tabel 4.21 | Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi.....   | 75 |

## DAFTAR GAMBAR

|   |    |
|---|----|
| Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran Pengaruh <i>Work Life Balance</i> dan <i>Authentic Happiness</i> terhadap <i>Work Engagement</i> . ..... | 36 |
| Gambar 4. 1 Uji Normalitas dengan Histogram .....   | 64 |
| Gambar 4. 2 Uji Normalitas dengan P – P Plot .....  | 65 |



## DAFTAR LAMPIRAN

|  |     |
|--|-----|
| Lampiran 1 Data Absensi 3 Bulan Terakhir Karyawan PT. CAD Solusindo..... | 101 |
| Lampiran 2 Pedoman Wawancara Pra-Penelitian .....                        | 102 |
| Lampiran 3 Pedoman Observasi .....                                       | 103 |
| Lampiran 4 Hasil Wawancara Pra-Penelitian.....                           | 104 |
| Lampiran 5 Hasil Observasi Pra-Penelitian.....                           | 105 |
| Lampiran 6 Verbatim Wawancara .....                                      | 107 |
| Lampiran 7 Kuesioner Penelitian .....                                    | 121 |
| Lampiran 8 Hasil Olah Data Spss Versi 25 .....                           | 129 |



UNIVERSITAS  
MERCU BUANA