



PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *EMPLOYEE ENGAGEMENT* TERHADAP *TURNOVER INTENTION*
(Studi Pada Pekerja *Startup* Generasi Z Di DKI Jakarta)

LAPORAN SKRIPSI

UNIVERSITAS
MERCU BUANA
FATHURRAHMAN AMRI
46122010168

PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI/PROGRAM SARJANA
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025



PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *EMPLOYEE ENGAGEMENT* TERHADAP *TURNOVER INTENTION*
(Studi Pada Pekerja *Startup* Generasi Z Di DKI Jakarta)

LAPORAN SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana

UNIVERSITAS
FATHURRAHMAN AMRI
46122010168

PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI/PROGRAM SARJANA
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fathurrahman Amri
NIM : 46122010168
Program Studi : SI Psikologi
Judul Laporan Skripsi : PENGARUH WORK LIFE BALANCE DAN EMPLOYEE
ENGAGEMENT TERHADAP TURNOVER INTENTION
(Studi Pada Pekerja Startup Generasi Z Di DKI Jakarta)

Menyatakan bahwa Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi 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 Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 14 Juli 2025



Fathurrahman Amri

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Fathurrahman Amri

NIM : 46122010168

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Work Life Balance Dan Employee Engagement Terhadap Turnover Intention
(Studi Pada Pekerja Startup Generasi Z Di Dki Jakarta)

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 : Amy Mardhatillah, Ph.D
NIDN : 0308088403

()

Ketua Penguji : Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.
NIDN : 0316058002

()

Penguji 1 : Dian Din Astuti Mulia, MA.
NIDN : 8935070023

()

Jakarta, 26 Juli 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi


Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Laporan Skripsi ini. Penulisan Laporan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Laporan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M.Eng. selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D. selaku Dekan Fakultas S1 Psikologi.
3. Ibu Karisma Riskinanti M.Psi, Psikolog. selaku Ketua Program Studi Psikologi.
4. Ibu Amy Mardhatillah, Ph.D. selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D. selaku Ketua Penguji Penguji Tugas Akhir, dan Ibu Dian Din Astuti Mulia, MA. selaku Dosen Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
6. Ibu Dr. Irma Himmatul Aliyyah, S.Psi, M.Psi., selaku Dosen reviewer dalam seminar proposal saya yang telah memberikan masukan dan kritik untuk membantu agar penelitian ini menjadi lebih baik.
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah memberikan ilmu kepada penulis.
8. Staf tata usaha Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang selalu siap membantu dalam urusan administrasi.
9. Kedua orang tua saya yang paling saya sayangi dan cintai Ayah Amri dan Mamak Darwanis, dan juga saudara saya Abang Ghilman, Kak Janiz, dan Adik Risa yang selalu memberikan dukungan doa, memberikan rasa semangat, serta motivasi dan banyak hal baik lainnya untuk mendukung kelancaran penulisan.

10. Sahabat saya di tanah perantauan, Asti Rizqi Savitri berkat dorongan dan motivasinya saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
11. Teman seperjuangan sekaligus teman ambis selama masa perkuliahan, Sutra Dewangga dan Fhadhillah Shafa. Terima kasih telah menjadi rekan diskusi, berbagi catatan, saling mengingatkan tenggat waktu, dan mendukung satu sama lain untuk terus berkembang. Semangat dan ambisi kalian telah menjadi dorongan tersendiri bagi saya untuk tidak mudah menyerah dan terus berusaha memberikan yang terbaik.
12. Teman-teman saya di gym yang telah menjadi seperti kakak sendiri bagi saya—Bang Abdu, Bang Andri, Kak Ratna, Kak Shanly, dan Bang Andi. Terima kasih atas setiap nasihat, semangat, serta wejangan kehidupan yang kalian bagikan. Kehadiran kalian tidak hanya memberi saya kekuatan fisik, tetapi juga kekuatan mental untuk terus melangkah dan menyelesaikan perjalanan akademik ini.
13. Para responden yang telah meluangkan waktunya untuk menjadi subjek dari penelitian responden.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Laporan Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 14 Juli 2025

Penulis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Fathurrahman Amri
NIM : 46122010168
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Laporan Skripsi : PENGARUH WORK LIFE BALANCE DAN EMPLOYEE
ENGAGEMENT TERHADAP TURNOVER INTENTION
(Studi Pada Pekerja Startup Generasi Z Di DKI Jakarta)

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, mengalihmedia/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.

Jakarta, 14 Juli 2025

Yang menyatakan,



The image shows a handwritten signature in black ink over a yellow revenue stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem, the text 'SERIBU RUPIAH' vertically on the left, '10.000' in large numbers, and 'METERAI TEMPEL' in the center. A unique alphanumeric code 'F3968AMX454268183' is printed at the bottom of the stamp.

(Fathurrahman Amri)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh work-life balance (WLB) dan employee engagement (EE) terhadap turnover intention (TI) pada karyawan Generasi Z di perusahaan startup Jakarta. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik accidental sampling terhadap 367 responden. Data dikumpulkan melalui kuesioner daring dan dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman's Rho, regresi linier berganda, serta analisis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Work-life balance tidak berpengaruh signifikan terhadap turnover intention ($\rho = -0,040$; $p > 0,05$); (2) Employee engagement juga tidak berpengaruh signifikan terhadap turnover intention ($\rho = 0,048$; $p > 0,05$); dan (3) Secara simultan, kedua variabel tidak cukup memprediksi turnover intention ($p = 0,172$). Temuan ini mengindikasikan bahwa faktor lain seperti kepuasan kerja, kultur organisasi, atau kesesuaian nilai personal mungkin lebih dominan dalam memengaruhi niat karyawan untuk keluar. Implikasi praktisnya, perusahaan startup perlu merancang kebijakan retensi yang lebih holistik, mencakup fleksibilitas kerja, pengembangan karier, serta pengakuan non-material yang sesuai dengan preferensi Generasi Z. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi peran variabel mediator seperti job satisfaction, psychological well-being, atau organizational commitment, serta memperluas cakupan industri agar temuan lebih generalisabel.

Kata kunci: *Work-life balance, employee engagement, turnover intention*, Generasi Z, startup.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

ABSTRACT

This study aims to analyze the influence of work-life balance (WLB) and employee engagement (EE) on turnover intention (TI) among Generation Z employees working in startup companies in Jakarta. The research employed a quantitative approach with accidental sampling techniques involving 367 respondents. Data were collected through online questionnaires and analyzed using Spearman's Rho correlation, multiple linear regression, and descriptive statistics. The findings reveal that: (1) Work-life balance does not significantly affect turnover intention ($\rho = -0.040$; $p > 0.05$); (2) Employee engagement also shows no significant influence on turnover intention ($\rho = 0.048$; $p > 0.05$); and (3) Simultaneously, both variables are not sufficient to predict turnover intention ($p = 0.172$). These results suggest that other factors such as career development, organizational culture, or job satisfaction may play a more dominant role in influencing employees' intention to leave. The practical implication is that startups should design more holistic employee retention strategies, including flexible work arrangements, career growth programs, and non-material recognition that align with Generation Z's preferences. Future research is recommended to explore potential mediating variables such as job satisfaction, psychological well-being, or organizational commitment, and to broaden the scope to other industries for better generalizability.

Keywords: *Work-life balance, employee engagement, turnover intention, Generation Z, startups.*



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	5
1.3. Tujuan Penelitian.....	5
1.4. Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2. Manfaat Praktis.....	5
1.5. Sistematika Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1. <i>Turnover Intention</i>	7
2.1.1. Pengertian <i>Turnover Intention</i>	7
2.1.2. Teori <i>Turnover Intention</i>	8
2.1.3. Dampak <i>Turnover Intention</i>	9
2.1.4. Strategi <i>Turnover Intention</i>	9
2.1.5. Indikator <i>Turnover Intention</i>	11
2.1.6. Jenis-jenis <i>Turnover Intention</i>	11
2.2. <i>Work Life Balance</i>	12

2.2.1.	Pengertian <i>Work Life Balance</i>	12
2.2.2.	Dimensi <i>Work Life Balance</i>	14
2.2.3.	Indikator <i>Work Life Balance</i>	14
2.2.4.	Faktor-faktor <i>Work Life Balance</i>	15
2.3.	<i>Employee Engagement</i>	16
2.3.1.	Pengertian <i>Employee Engagement</i>	16
2.3.2.	Dimensi <i>Employee Engagement</i>	18
2.3.3.	Dampak <i>Employee Engagement</i>	19
2.4.	<i>Generasi Z</i>	20
2.5.	<i>Perusahaan Startup</i>	21
2.6.	Penelitian Terdahulu	23
2.7.	Dinamika Penelitian	36
2.8.	Kerangka Berpikir	38
2.9.	Hipotesis Penelitian	38
BAB III METODE PENELITIAN		39
3.1.	Desain Penelitian (Pendekatan, Metode, Identifikasi variabel)	39
3.2.	Populasi & Sampel	39
3.2.1.	Populasi	39
3.2.2.	Sampel	40
3.3.	Definisi Operasional	41
3.3.1.	Definisi Variabel	41
3.3.2.	Operasionalisasi Variabel	43
3.4.	Instrumen Penelitian	44
3.4.1.	<i>Turnover Intention</i>	44
3.4.2.	<i>Work Life Balance</i>	45
3.5.	Validitas & Reliabilitas	47
3.5.1.	Validitas	47
3.5.2.	Reliabilitas & Analisis Item	48
3.6.	Analisis Data	51
3.6.1.	Analisis Deskriptif	51
3.6.2.	Analisis Inferensial	51

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	54
4.1. Gambaran Umum Subjek.....	54
4.1.1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	54
4.1.2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	54
4.1.3. Karakteristik Responden Berdasarkan Tempat Tinggal	55
4.1.4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan.....	55
4.1.5. Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pekerjaan	56
4.1.6. Karakteristik Responden Berdasarkan Skala Perusahaan	56
4.1.7. Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Bekerja	57
4.2. Analisis Deskriptif	57
4.3. Kategorisasi Variabel	57
4.3.1. <i>Work Life Balance</i>	58
4.3.2. <i>Employee Engagement</i>	58
4.3.3. <i>Turnover Intention</i>	59
4.4. Analisis Inferensial.....	59
4.4.1. Uji Normalitas	59
4.4.2. Uji Linearitas	60
4.4.3. Uji Multikolinieritas	61
4.4.4. Uji Heteroskedastisitas	61
4.5. Uji Hipotesis	62
4.5.1. Uji Persamaan Regresi Linier Berganda	62
4.5.2. Uji T	63
4.5.3. Uji Koefisien Determinasi	64
4.5.4. Uji F test Anova	65
4.5.5. Uji Korelasi Antar Dimensi	65
4.6. Uji Tambahan	66
4.6.1. Uji Beda Kruskal-Wallis Test.....	66
4.7. Pembahasan.....	68
BAB V PENUTUPAN	72
5.1. Kesimpulan	72
5.2. Keterbatasan Penelitian.....	72

5.3. Kelebihan Penelitian	72
5.4. Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN	80



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Daftar Penelitian Terdahulu.....	23
Tabel 3.1. Definisi Operasionalisasi Variabel	43
Tabel 3.2. Blueprint Turnover Intention.....	45
Tabel 3.3. Blueprint Work Life Balance.....	46
Tabel 3.4. Blueprint Employee Engagement.....	47
Tabel 3.5. Kriteria Goodness Of Fit	47
Tabel 3.6. Hasil Uji Validitas	48
Tabel 3.7. Hasil Uji Reliabilitas	49
Tabel 3.8. Analisis Item	49
Tabel 4.1. Frekuensi Jenis Kelamin	54
Tabel 4.2. Frekuensi Usia.....	55
Tabel 4.3. Frekuensi Tempat Tinggal.....	55
Tabel 4.4. Frekuensi Pendidikan Terakhir.....	56
Tabel 4.5. Frekuensi Status Pekerjaan.....	56
Tabel 4.6. Frekuensi Skala Perusahaan.....	56
Tabel 4.7. Frekuensi Masa Bekerja.....	57
Tabel 4.8. Analisis Deskriptif.....	57
Tabel 4.9. Rumus Kategorisasi Variabel	58
Tabel 4.10. Kategorisasi Work Life Balance.....	58
Tabel 4.11. Kategorisasi Employee Engagement.....	58
Tabel 4.12. Kategorisasi Turnover Intention.....	59
Tabel 4.13. Hasil Uji Normalitas.....	59
Tabel 4.14. Hasil Linearitas Work Life Balance dan Turnover Intention	60
Tabel 4.15. Hasil Linearitas Employee Engagement dan Turnover Intention	60
Tabel 4.16. Hasil Uji Multikolinearitas.....	61
Tabel 4.17. Hasil Uji Heteroskedastisitas	61
Tabel 4.18. Hasil Uji Regresi Berganda.....	62
Tabel 4.19. Hasil uji T Pengaruh Work Life Balance Terhadap Turnover Intention...	63

Tabel 4.20. Hasil uji T Pengaruh Employee Engagement Terhadap Turnover Intention	63
Tabel 4.21. Hasil Uji Koefisien Determinasi Work Life Balance terhadap Turnover Intention	64
Tabel 4.22. Hasil Uji Koefisien Determinasi Employee Engagement terhadap Turnover Intention.....	64
Tabel 4.23. Hasil Uji Koefisien Determinasi Work Life Balance dan Employee Engagement terhadap Turnover Intention	64
Tabel 4.24. Hasil uji F	65
Tabel 4.25. Uji Korelasi Antar Dimensi Work Life Balance dan Employee Engagement terhadap Turnover Intention.....	65
Tabel 4.26. Uji Beda Kruskal-Wallis Test.....	66



DAFTAR GAMBAR



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian.....	80
Lampiran 2. Analisis Item.....	87
Lampiran 3. Reabilitas	90
Lampiran 4. Analisis Deskriptif.....	91
Lampiran 5. Analisis Inferensial	91
Lampiran 6. Uji Tambahan.....	94

