

HUBUNGAN ANTARA *INTERNAL LOCUS OF CONTROL* DENGAN *WORK-LIFE BALANCE* PADA KARYAWAN “X” GROUP YANG MENJALANI WFH DI ERA NEW NORMAL

Andreas Doli Audito Manihuruk

15000119130234

Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro

ABSTRAK

Work-Life Balance merupakan keterlibatan individu untuk menyeimbangkan peran pekerjaan dan kehidupan personal dengan segala sumber daya yang ada, sehingga mendapatkan kepuasan setelah menjalankan peran-peran yang ada. Beberapa faktor dalam *work-life balance*, yaitu salah satunya *internal locus of control*. Karyawan dengan *internal locus of control* memiliki kemampuan *problem-solving management conflict strategy* (apabila terjadi konflik) dan strategi yang efektif untuk mengatur beban kerja serta peran di kehidupan personalnya. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara *internal locus of control* dengan *work-life balance* pada karyawan X Group yang menjalani WFH di era *new normal*. Populasi penelitian ini adalah karyawan X Group berstatus lajang dengan minimal telah bekerja di perusahaan tersebut selama minimal 3 bulan, dimana karyawan berjumlah 110 karyawan. Terdapat 70 karyawan yang dilibatkan dalam pengambilan data penelitian dengan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data menggunakan skala *work-life balance* (21 aitem valid dengan $\alpha = 0,939$) dan skala *internal locus of control* (20 aitem valid dengan $\alpha = 0,919$). Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana dengan aplikasi IMB SPSS (Statistical Package for Social Science) Versi 21. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *internal locus of control* memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *work-life balance* ($R_{xy} = 0,0268$; $p = 0,025$). Artinya semakin tinggi *internal locus of control*, maka akan semakin tinggi *work-life balance*. Penelitian ini menghasilkan r^2 sebesar 0.072 yang artinya variabel *internal locus of control* memberikan sumbangan efektif terhadap *work-life balance* pada karyawan X Group sebesar 7,2%

Kata kunci : *work-life balance, internal locus of control, work-from home, new normal, karyawan*