

**DETERMINASI *WORK-LIFE BALANCE* PADA MAHASISWA  
PEKERJA GEN Z DI YOGYAKARTA : PERSPEKTIF TEORI  
KONFLIK PERAN**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Manajemen  
Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh :

**HASNA' WILDANI ASSYADZA**

**212304028**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN  
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
2025**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**DETERMINASI WORK-LIFE BALANCE PADA MAHASISWA  
PEKERJA GEN Z DI YOGYAKARTA : PERSPEKTIF TEORI KONFLIK  
PERAN**

Diajukan Oleh:

**HASNA' WILDANI ASSYADZA**

212304028

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah  
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Manajemen  
Program Studi Manajemen (S-1) Fakultas Ekonomi dan Sosial  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal : *15 Juli 2025*

Mengesahkan,

Pembimbing,

  
**Wina Drivan Pradana, S.E., M.M.**


Ketua Penguji,

  
**Ari Okta Vivani, S.E., M.Sc.**

Anggota Penguji,

  
**Wina Drivan Pradana, S.E., M.M.**

Pjs. Ketua Program Studi Manajemen,

  
**Murwani Eko Astuti, S.E., MBA.**  
**NPP-2018.13.0130**



## HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Hasna' Wildani Assyadza  
NPM : 212304028  
Program Studi : Manajemen (S-1)  
Judul Skripsi : Determinasi Work-Life Balance pada Mahasiswa Pekerja Gen Z di Yogyakarta : Perspektif Teori Konflik Peran

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Semua referensi dan sumber terkait yang dikutip dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 14 Juli 2025



Hasna' Wildani Assyadza

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Determinasi Work-Life Balance pada Mahasiswa Pekerja Gen Z di Yogyakarta : Perspektif Teori Konflik Peran**”

Skripsi ini dapat diselesaikan atas bimbingan, arahan, dan bantuan berbagai pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu. Pada kesempatan ini saya ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya, kepada :

1. Prof. Dr. rer. nat. apt. Triana Hertiani, S.Si., M.Si., selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Bapak Edhy Tri Cahyono, S.Si., M.M., selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, yang telah memberikan wadah dan kesempatan untuk tumbuh dalam dunia akademik yang penuh makna.
3. Ibu Murwani Eko Astuti, S.E., MBA, selaku Ketua Prodi Manajemen (S-1), atas bimbingan dan arahnya selama proses studi hingga tersusunnya karya ini.
4. Bapak Wina Driyan Pradana, S.E., M.M., selaku dosen pembimbing yang dengan penuh kesabaran dan ketelitian membimbing saya dalam proses penulisan skripsi ini. Terima kasih atas ilmu, motivasi dan waktunya yang sangat berharga.

5. Seluruh sivitas akademika Universitas Jenderal Achmad Yani yang telah menjadi bagian dari perjalanan intelektual dan spiritual saya selama menempuh pendidikan.
6. Keluarga tercinta, sumber kekuatan dan semangat terbesar dalam hidup saya. Terimakasih atas doa yang tiada henti, kepercayaan yang tak tergoyahkan, dan cinta yang tulus tanpa syarat.
7. Kepada sahabat-sahabat hebatku : Cahyaning Widya, Mayang Dwi, dan Briliana Putri. Terima kasih atas tawa, pelukan hangat, pertengkaran, dan bantuan nyata setiap perjuangan selama di kota istimewa ini. Kalian bagian terindah dari perjalanan saya.
8. Kepada teman seperjuangan manajemen 2021 khususnya Oktarani Nugraheni dan M.Syadidul Fauzi, yang telah menjadi teman belajar, diskusi, dan penguat saat pengerjaan skripsi.. Terimakasih sudah saling menemani dalam suka dan duka.
9. Kepada teman-teman terdekat saya dalam grup “Yang Info-Info Aja” yang telah menjadi tempat berbagi cerita keluh kesah dan semangat sejak awal perkuliahan hingga kini menjelang kelulusan. Terimakasih telah menemani perjalanan peneliti dengan candaan, dukungan, dan kehadiran yang hangat. Kehadiran kalian memberikan warna tersendiri dalam proses ini dan menjadi bagian yang tidak terlupakan dari perjuangan menyelesaikan tugas akhir ini.
10. Dan terakhir, saya sampaikan kepada diri saya sendiri “Hasna’ Wildani Assyadza” yang lebih dikenal “cendol” yang telah bertahan sejauh ini. Untuk setiap malam yang dilalui dengan kecemasan, dan pagi yang

terima kasih pada diriku sendiri. Terima kasih karena telah memilih untuk tetap melangkah, walau tidak selalu yakin pada kemampuan diri. Karena tetap mengerjakan, meski kadang dipenuhi keraguan. Karena tidak menyerah, walau pernah berpikir untuk berhenti. Perjalanan ini bukan sekadar tentang menyelesaikan sebuah penelitian, melainkan tentang bertumbuh menghadapi tantangan, menata waktu, menyusun logika di tengah tekanan, dan tetap berjalan walau kadang tanpa suara dukungan. Saya belajar bahwa tidak semua hari harus sempurna agar sesuatu dapat diselesaikan dengan baik. Terima kasih karena telah kuat dengan cara yang tenang, konsisten dengan cara yang diam, dan teguh dengan cara yang kadang tidak terlihat. Bukti bahwa saya bisa.

Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kebaikan kepada semuanya, sebagai imbalan atas segala kebaikan yang telah dilakukan kepada saya. Akhirnya besar harapan saya, semoga skripsi ini dapat berguna bagi banyak orang.

Yogyakarta, 15 Juli 2025  
Penulis

Hasna' Wildani Assyadza

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
INTISARI .....	xii
ABSTRACT .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	12
1.3 Tujuan Penelitian .....	14
1.4 Manfaat Penelitian .....	15
1.5 Ruang Lingkup dan Batasan Penelitian.....	16
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>17</b>
2.1 Landasan Teori.....	17
2.2 Penelitian Terdahulu.....	26
2.3 Kerangka Berpikir .....	32
2.4 Pengembangan Hipotesis .....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>40</b>
3.1 Desain Penelitian .....	40
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian .....	40
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	41
3.4 Populasi dan Sampel .....	44
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	45
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>52</b>
4.1 Deskripsi Data.....	52
4.2 Analisis Data .....	67
4.3 Pengujian Hipotesis .....	75
4.4 Pembahasan .....	80

<b>BAB V KESIMPULAN .....</b>	<b>90</b>
<b>5.1 Kesimpulan .....</b>	<b>90</b>
<b>5.2 Saran.....</b>	<b>91</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>96</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>102</b>

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Kelas Pendidikan.....	3
Tabel 1.2 Kebaruan Penelitian .....	11
Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu .....	26
Tabel 3.1 Jadwal Penelitian.....	40
Tabel 3.2 Definisi Operasional .....	41
Tabel 4.1 Kategorisasi.....	58
Tabel 4.2 Statistik Deskriptif .....	58
Tabel 4.3 Statistik Deskriptif Aitem X1 .....	61
Tabel 4.4 Statistik Deskriptif Aitem X2 .....	62
Tabel 4.5 Statistik Deskriptif Aitem X3 .....	63
Tabel 4.6 Statistik Deskriptif Aitem X4 .....	64
Tabel 4.7 Statistik Deskriptif Aitem X5 .....	65
Tabel 4.8 Statistik Deskriptif Aitem Y .....	66
Tabel 4.9 Uji Validitas .....	67
Tabel 4.10 Uji Reliabilitas .....	69
Tabel 4.11 Uji Normalitas.....	70
Tabel 4.12 Uji Multikolinearitas .....	72
Tabel 4.13 Uji Gletser .....	74
Tabel 4.14 Uji Hipotesis .....	75
Tabel 4.15 Uji Simultan .....	79
Tabel 4.16 Koefisien Determinasi.....	79

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Work-Life Balance bagi Gen Z.....	2
Gambar 1.2 Work-Life Balance Penting bagi Kehidupan .....	3
Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	32
Gambar 4.1 Jumlah Responden berdasarkan Jenis Kelamin .....	53
Gambar 4.2 Jumlah Responden berdasarkan Usia.....	53
Gambar 4.3 Jumlah Responden berdasarkan Status .....	54
Gambar 4.4 Jumlah Responden berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	55
Gambar 4.5 Jumlah Responden berdasarkan Tingkat Semester .....	56
Gambar 4.6 Jumlah Responden berdasarkan Jenis Pekerjaan .....	57
Gambar 4.7 Grafik Histogram.....	71
Gambar 4.8 Grafik P-Plot .....	71
Gambar 4.9 Uji Heteroskedastisitas.....	74

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	103
Lampiran 2 Hasil Terjemah Aitem Pengukuran (Jogja Translator Official) .....	108
Lampiran 3 Jawaban Responden.....	111
Lampiran 4 Statistik Deskriptif.....	123
Lampiran 5 Uji Instrumen.....	127
Lampiran 6 Uji Asumsi Klasik .....	135
Lampiran 7 Pengujian Hipotesis .....	139
Lampiran 8 Identitas Responden.....	141
Lampiran 9 Kartu Bimbingan .....	157
Lampiran 10 Surat Bebas Keuangan .....	160
Lampiran 11 Bukti Cek Plagiarisme .....	164

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA