

**HUBUNGAN ANTARA *WORK LIFE BALANCE* DENGAN
WORK ENGAGEMENT PADA GENERASI Z YANG
BEKERJA DI PERUSAHAAN *STARTUP* YOGYAKARTA**

Enjelya Dewi Pitaloka¹ Dian Juliarti Bantam²

ABSTRAK

Perusahaan yang menghargai karyawannya sebagai aset akan berupaya menciptakan lingkungan kerja yang mendukung produktivitas, termasuk pada perusahaan *startup*. Generasi Z menunjukkan ketertarikan yang kuat untuk berkarir di perusahaan *startup*. Tujuan dalam penelitian untuk mengetahui hubungan antara *work life balance* dengan *work engagement* pada generasi Z yang bekerja di perusahaan *startup* Yogyakarta. Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif. Teknik pemilihan sampel menggunakan *purposive sampling*. Responden dalam penelitian ini adalah generasi Z yang bekerja di perusahaan *startup* Yogyakarta dengan jumlah total 200 orang. Metode pengumpulan data menggunakan *google form*. Skala yang digunakan yaitu *Utrecht Work Engagement Scale-9* (UWES-9) dan *Work Life Balance Scale* (WLBS) yang keduanya telah diadaptasikan ke dalam bahasa Indonesia. Metode analisis data menggunakan uji korelasi *product moment* dengan alat bantu SPSS 26 *for windows*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif antara *work life balance* dengan *work engagement* pada generasi Z yang bekerja di perusahaan *startup* Yogyakarta. Ini dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi yang diperoleh $r = 0,773$ dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil membuktikan ketika *work life balance* tinggi, maka *work engagement* generasi Z akan meningkat, maupun sebaliknya.

Kata Kunci: *Work Engagemet*, *Work Life Balance*, Generasi Z, Perusahaan *Startup*.

1 Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

2 Dosen Program Studi Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**THE RELATIONSHIP BETWEEN WORK LIFE BALANCE
AND WORK ENGAGEMENT IN GENERATION Z
WORKING IN STARTUP COMPANIES IN YOGYAKARTA**

Enjelya Dewi Pitaloka¹ Dian Juliarti Bantam²

ABSTRACT

Companies that value their employees as assets will strive to create a work environment that supports productivity, including startup companies. Generation Z shows a strong interest in pursuing careers at startup companies. This study aims to examine the relationship between work life balance and work engagement among Generation Z employees working at startup companies in Yogyakarta. The research method used is quantitative. The sampling technique applied is purposive sampling. The population in this study consists of Generation Z individuals working at startup companies in Yogyakarta. Data collection was conducted using Google Forms. For measuring work engagement, the researcher used the Utrecht Work Engagement Scale-9 (UWES-9) and the Work Life Balance Scale (WLBS), both of which have been adapted into the Indonesian language. Data analysis was performed using the product-moment correlation test with the help of SPSS 26 for Windows. The hypothesis of this study states that there is a positive relationship between work-life balance and work engagement among Generation Z employees working in startup companies in Yogyakarta. The higher the work life balance, the higher the work engagement of Generation Z employees in these startups, and vice versa.

Key words: *Work Engagemet, Work Life Balance, Generation Z, Startup Company.*

1 Student of the Psychology Study Program at Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

2 Lecturer in the Psychology Study Program at Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.