

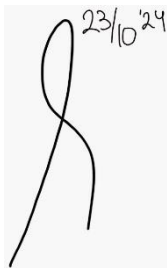
ANALISIS KESEIMBANGAN KEHIDUPAN KERJA PEGAWAI PADA PT POS INDONESIA (PERSERO) YOGYAKARTA

Anugrah Trias Akbar

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis mengenai keseimbangan kehidupan kerja pegawai pada PT Pos Indonesia (Persero) Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan kuesioner yang disebarkan kepada 50 pegawai. Pengujian yang dilakukan yaitu uji deskriptif, uji validitas, uji reliabilitas, dan *arithmetic mean*. Hasil *grand mean* keseimbangan kehidupan kerja mencakup indikator keseimbangan waktu, keseimbangan keterlibatan, dan keseimbangan kepuasan adalah 2,75, artinya keseimbangan kehidupan kerja di PT Pos Indonesia (Persero) Yogyakarta dalam kategori setuju. Rata-rata tertinggi terdapat pada pernyataan indikator keseimbangan keterlibatan sebesar 3,40 dengan kategori sangat setuju. Rata-rata terendah terdapat pada pernyataan indikator keseimbangan kepuasan sebesar 2,52 dengan kategori setuju. Berdasarkan rata-rata terendah saran yang dapat diberikan adalah dengan menciptakan lingkungan kerja yang lebih seimbang dan efektif bagi pegawai.

Kata Kunci: Keseimbangan Kehidupan Kerja, PT Pos Indonesia (Persero) Yogyakarta



23/10 '24

**ANALYSIS OF EMPLOYEE WORK-LIFE BALANCE AT PT POS
INDONESIA (PERSERO) YOGYAKARTA**

Anugrah Trias Akbar

Abstract

This study aims to analyze the work-life balance of employees at PT Pos Indonesia (Persero) Yogyakarta. The research employs a descriptive quantitative methodology, utilizing a questionnaire distributed to 50 employees. The analyses conducted include descriptive statistics, validity testing, reliability testing, and the calculation of the arithmetic mean. The overall mean score for work-life balance, which encompasses indicators of time balance, engagement balance, and satisfaction balance, is 2.75, indicating that the work-life balance at PT Pos Indonesia (Persero) Yogyakarta falls within the category. The highest average score is associated with the engagement balance indicator, which received a mean score of 2.52, also categorized as of the lowest average scores, it is recommended that measures be implemented to foster a more balanced and effective work environment for employees.

Keywords: *Work Life Balance, PT Pos Indonesia (Persero) Yogyakarta*