

**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* TERHADAP  
*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA PEGAWAI YANG  
BEKERJA SELAMA *NEW NORMAL* COVID-19**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat untuk Mendapat  
Gelar Sarjana Psikologi**

Oleh



**Fitria Rahmi, M. Psi., Psikolog**  
**Yantri Maputa, M. Ed, Ph. D**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN**  
**UNIVERSITAS ANDALAS**  
**PADANG**  
**2021**

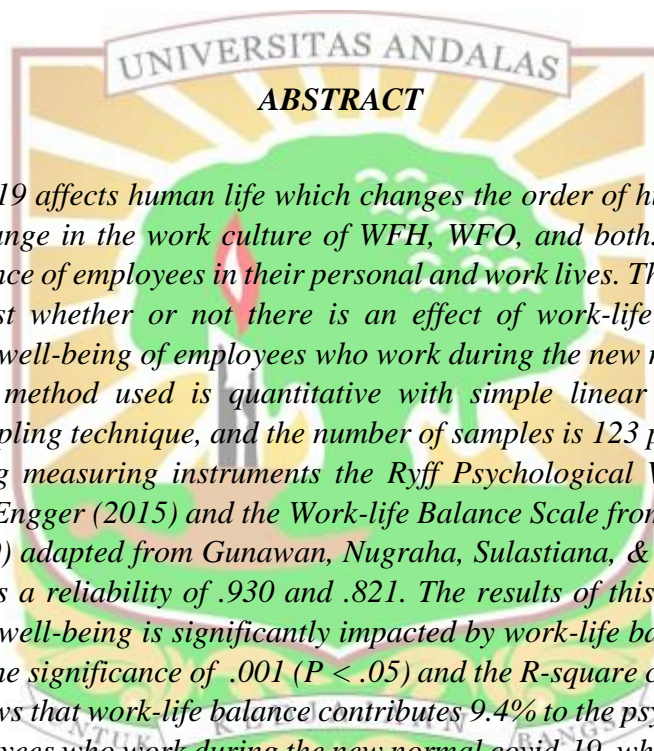
**THE INFLUENCE OF WORK-LIFE BALANCE TOWARD  
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG EMPLOYEES WHO WORK  
DURING THE NEW NORMAL COVID-19**

**Suli Sri Rejeki<sup>1)</sup> Fitria Rahmi<sup>2)</sup> Yantri Maputra<sup>2)</sup>**

**1) Student of Psychology Major, Medical Faculty, Andalas University**

**2) Lecturer of Psychology, Medical Faculty, Andalas University**

**sulisri58@gmail.com**



*Covid-19 affects human life which changes the order of human life, one of which is a change in the work culture of WFH, WFO, and both. This affects the work-life balance of employees in their personal and work lives. The purpose of this study is to test whether or not there is an effect of work-life balance on the psychological well-being of employees who work during the new normal covid-19. The research method used is quantitative with simple linear regression with purposive sampling technique, and the number of samples is 123 people. Data was collected using measuring instruments the Ryff Psychological Well-being Scale adapted from Engger (2015) and the Work-life Balance Scale from Fisher, Bulger, & Smith (2009) adapted from Gunawan, Nugraha, Sulastiana, & Harding (2019). Each scale has a reliability of .930 and .821. The results of this study show that psychological well-being is significantly impacted by work-life balance which can be seen from the significance of .001 ( $P < .05$ ) and the R-square coefficient ( $R^2$ ) of .094. This shows that work-life balance contributes 9.4% to the psychological well-being of employees who work during the new normal covid-19, while the remaining 90.6% is influenced by other variables not examined in this study.*

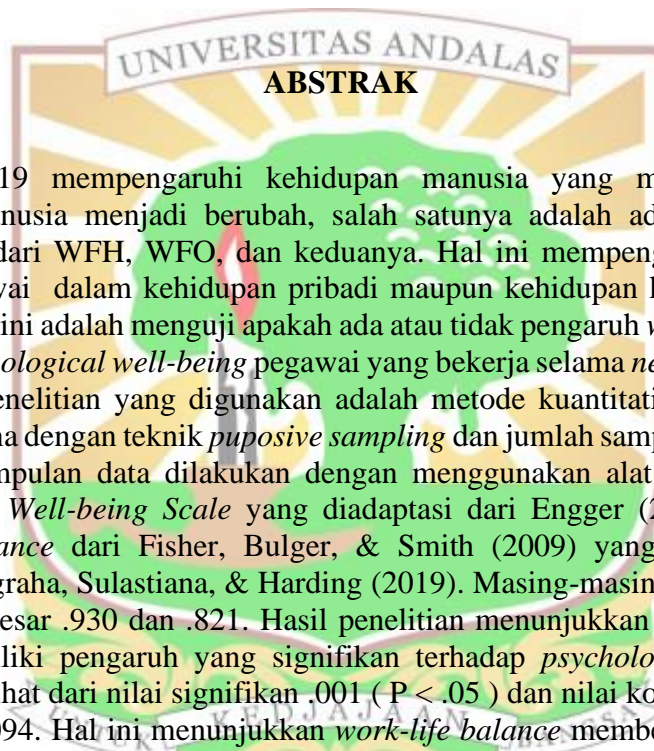
**Key Word : Psychological Well-being, Work-life Balance, New Normal Covid-19**

**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL-  
WELL-BEING* PADA PEGAWAI YANG BEKERJA SELAMA *NEW  
NORMAL COVID-19***

**Suli Sri Rejeki<sup>1)</sup> Fitria Rahmi<sup>2)</sup> Yantri Maputra<sup>2)</sup>**

- 1) Mahasiswa Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas  
2) Dosen Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas**

**sulisri58@gmail.com**



Covid-19 mempengaruhi kehidupan manusia yang membuat tatanan kehidupan manusia menjadi berubah, salah satunya adalah adanya perubahan budaya kerja dari WFH, WFO, dan keduanya. Hal ini mempengaruhi *Work-life balance* pegawai dalam kehidupan pribadi maupun kehidupan kerjanya. Tujuan dari penelitian ini adalah menguji apakah ada atau tidak pengaruh *work-life balance* terhadap *psychological well-being* pegawai yang bekerja selama *new normal covid-19*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif berupa regresi linear sederhana dengan teknik *puposive sampling* dan jumlah sampel sebanyak 123 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan alat ukur yaitu *Ryff Psychological Well-being Scale* yang diadaptasi dari Engger (2015) dan Skala *Work-life Balance* dari Fisher, Bulger, & Smith (2009) yang diadaptasi dari Gunawan, Nugraha, Sulastiana, & Harding (2019). Masing-masing skala memiliki reliabilitas sebesar .930 dan .821. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *work-life balance* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *psychological well-being* yang dapat dilihat dari nilai signifikan .001 ( $P < .05$ ) dan nilai koefisien *R-square* ( $R^2$ ) sebesar .094. Hal ini menunjukkan *work-life balance* memberikan kontribusi sebesar 9.4% terhadap *psychological well-being* pada pegawai yang bekerja selama *new normal covid-19*, sedangkan sisanya 90.6% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

***Kata Kunci : Psychological Well-being, Work-life Balance, New Normal Covid-19***