



**ANALISIS KESEJAHTERAAN DAN KESEHATAN MENTAL
PEKERJA TERHADAP KUALITAS KEHIDUPAN KERJA DI PT X**

SKRIPSI

ADNA ZELIG PASARIBU

1910713050

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2023**



**ANALISIS KESEJAHTERAAN DAN KESEHATAN MENTAL
PEKERJA TERHADAP KUALITAS KEHIDUPAN KERJA DI PT X**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat**

ADNA ZELIG PASARIBU

1910713050

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2023**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Adna Zelig Pasaribu

NRP : 1910173050

Tanggal : 17 Januari 2023

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 17 Januari 2023

Yang Menyatakan,



(Adna Zelig Pasaribu)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Adna Zelig Pasaribu
NRP : 1910713050
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: “Analisis Kesejahteraan dan Kesehatan Mental Pekerja Terhadap Kualitas Kehidupan Kerja di PT X”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan) Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 17 Januari 2023

Yang menyatakan,



(Adna Zelig Pasaribu)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Adna Zelig Pasaribu
NRP : 1910713050
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul Skripsi : “Analisis Kesejahteraan dan Kesehatan Mental Pekerja Terhadap Kualitas Kehidupan Kerja di PT X”

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.



Dr. Novita Dwi Istanti, S.K.M., M.A.R.S

Ketua Penguji



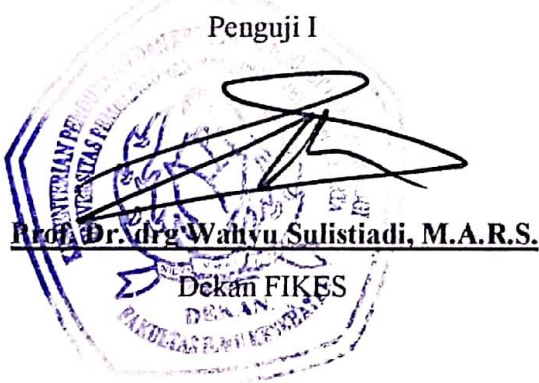
Azizah Musliha Fitri, S.K.M., M.P.H.

Penguji I



Dr. Laily Hanifah, S.K.M, M.Kes.

Penguji II (Pembimbing)



Prof. Dr. drg Wahyu Sulistiadi, M.A.R.S.
Dekan FIKES



Arga Buntara, S.K.M., M.P.H.

Ka. Prodi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 17 Januari 2023

ANALISIS KESEJAHTERAAN DAN KESEHATAN MENTAL PEKERJA TERHADAP KUALITAS KEHIDUPAN KERJA DI PT X 2023

Adna Zelig Pasaribu

Abstrak

Kualitas kehidupan kerja adalah hal yang mengacu pada memanusiakan kehidupan kerja dan menekankannya pada faktor manusia. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan, sebesar 6,25% pekerja menyatakan bahwa mereka tidak memiliki kualitas kehidupan kerja yang baik. Jika kualitas kehidupan kerja tidak baik, maka hal ini secara tidak langsung akan berdampak pada perusahaan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kualitas kehidupan kerja pekerja dari aspek kesejahteraan dan kesehatan mental pekerja di PT X. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *quota sampling*. Penentuan ukuran sampel menggunakan rumus Lemeshow dan didapatkan sampel minimal sebanyak 60 responden, sedangkan responden yang berhasil didapatkan sebanyak 92 responden. Sumber data yang digunakan pada penelitian ini bersumber dari data primer dengan menggunakan kuesioner yang disebarikan melalui *google form*. Setelah data terkumpul, data dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*. Sebesar 52,2% responden mengalami kualitas kehidupan kerja yang rendah. Terdapat hubungan antara aspek kesehatan, kerja yang baik, perkembangan karir, pilihan gaya hidup, kesejahteraan finansial, kesehatan mental dengan kualitas kehidupan kerja dengan seluruh nilai *p-value* 0,000. Diharapkan pekerja menerapkan gaya hidup yang baik dan mengikuti *training*, sedangkan untuk perusahaan diharapkan memberikan fasilitas dalam pemberian pelatihan serta memberikan *reward* atau upah yang sesuai.

Kata Kunci: kualitas kehidupan kerja, kesejahteraan, kesehatan mental, pekerja

ANALYSIS OF WORKERS' WELL-BEING AND MENTAL HEALTH ON THE QUALITY OF WORK LIFE IN PT X 2023

Adna Zelig Pasaribu

Abstract

The quality of works life (QWL) refers to humanizing work life and emphasizing on the human factor. Based on preliminary studies that researchers have conducted, 6.25% of workers stated that they do not have a good quality of working life. If the quality of working life is not good, then this will indirectly have an impact on the company. This study aims to analyse quality of work life from well-being and mental health aspects of workers at PT X. This is a quantitative study with cross-sectional design. The sampling technique is quota sampling. The sample size determined used Lemeshow and obtained a minimum sample of 60 respondents, while the respondents who were successfully obtained were 92 respondents. The data source used in this study was primary data using questionnaires through Google Forms. After the data collected, data analysed using Chi-Square test. 52.2% of respondents experienced a low QWL. There is a relationship between aspects of health, good work, career development, lifestyle choices, financial well-being, mental health and QWL with p-value 0.000. It is expected that workers implement good lifestyle and attend training, while for companies it is expected to provide facilities in providing training and providing *appropriate rewards* or wages.

Keyword: quality of work life, well-being, mental health, workers

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis naikkan kepada Tuhan Yesus karena pertolongan-Nya, sehingga peneliti berhasil menyelesaikan skripsi ini. Penelitian skripsi ini dilakukan sejak September 2022 dengan judul Analisis Kesejahteraan dan Kesehatan Mental Pekerja terhadap Kualitas Kehidupan Kerja di PT X. Terima kasih peneliti kepada para responden yang telah berkenan membantu saya dalam melengkapi informasi yang dibutuhkan. Terima kasih sebesar-besarnya kepada Ibu Dr. Laily Hanifah, SKM, M. Kes selaku dosen pembimbing yang telah menuntun, memberikan saran serta memberikan semangat bagi peneliti. Terima kasih juga kepada Ibu Azizah Musliha Fitri, SKM, MPH dan Ibu Dr. Novita Dwi Istanti, SKM, MARS yang telah bersedia menjadi penguji dan memberikan masukan bermakna bagi penulis.

Selain itu, peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada Papa Andi, Ibu Yulia serta Adik Zelda yang selalu mendukung saya dalam doa. Tidak lupa mengucapkan kepada Ququ Donna dan teman-teman yang sudah selalu mau membantu, mendukung, memberikan semangat dan doa pada penulis. Peneliti mengharapkan masukan dan saran untuk menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat berguna bagi para pembaca terkait kualitas kehidupan kerja pada pekerja.

Bekasi, 17 Januari 2023

Penulis

Adna Zelig Pasaribu

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Perumusan Masalah.....	3
I.3 Tujuan Penelitian.....	3
I.4 Manfaat Penelitian.....	4
I.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
II.1 Kualitas Kehidupan Kerja (<i>Quality of Work Life</i>).....	6
II.2 Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Kehidupan Kerja	9
II.3 Tabel Penelitian Terdahulu	16
II.4 Kerangka Teori	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
III.1 Kerangka Konsep	23
III.2 Hipotesis Penelitian	25
III.3 Definisi Operasional	26
III.4 Desain Penelitian.....	28
III.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	28
III.6 Populasi dan Sampel Penelitian.....	28
III.7 Teknik Pengumpulan Data.....	30
III.8 Instrumen Penelitian	30
III.10 Pengolahan Data.....	36
III.11 Teknik Analisis Data	37
III.12 Etika Penelitian	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
IV.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian	39
IV.2 Hasil	39
IV.3 Pembahasan	43

BAB V PENUTUP.....	53
V.1 Kesimpulan.....	53
V.2 Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA.....	55
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Tabel Penelitian Terdahulu	16
Tabel 2	Definisi Operasional	26
Tabel 3	Linimasa Kegiatan Penelitian Skripsi	28
Tabel 4	Penentuan Sampel	29
Tabel 5	Kategori Variabel	36
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Variabel Kualitas Kehidupan Kerja, Kesehatan, Kerja yang Baik, Perkembangan Karir, Pilihan Gaya Hidup, Kesejahteraan Finansial dan Kesehatan Mental.....	40
Tabel 7	Hubungan Antara Aspek Kesejahteraan Pekerja dengan Kualitas Kehidupan Kerja di PT X	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	22
Gambar 2	Kerangka Konsep.....	24

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Instrumen Penelitian
Lampiran 2	<i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 3	Tabulasi Data
Lampiran 4	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas
Lampiran 5	<i>Output</i> Analisis Data Univariat
Lampiran 6	<i>Output</i> Analisis Data Bivariat
Lampiran 7	Hasil Uji Normalitas dan Frekuensi
Lampiran 8	Surat Pernyataan Plagiarisme
Lampiran 9	Hasil Uji Turnitin