



**HUBUNGAN *WORK-LIFE BALANCE* DAN *WORK ENGAGEMENT*
TERHADAP KINERJA PEKERJA KONSTRUKSI PROYEK *BTN ECO*
PARK GANDUL, JAWA BARAT TAHUN 2025**

SKRIPSI

HANNA PERTIWI

2210713046

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2026**



**HUBUNGAN *WORK-LIFE BALANCE* DAN *WORK ENGAGEMENT*
TERHADAP KINERJA PEKERJA KONSTRUKSI PROYEK *BTN*
ECO PARK GANDUL, JAWA BARAT TAHUN 2025**

SKRIPSI

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

HANNA PERTIWI

2210713046

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2026**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Hanna Pertiwi

NRP : 2210713046

Tanggal : 12 Januari 2026

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

Jakarta, 12 Januari 2026

Yang Menyatakan,

The image shows a yellow revenue stamp (Meterai Tempel) with a black ink signature written over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'METERAI TEMPEL' and 'KX250524660'. The signature is written in a cursive style.

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Hanna Pertiwi
NRP : 2210713046
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 :
Hubungan *Work-life Balance* dan *Work Engagement* terhadap Kinerja Pekerja Konstruksi Proyek BTN Eco Park Gandul, Jawa Barat Tahun 2025.

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 : 12 Januari 2026

Yang menyatakan,



(Hanna Pertiwi)

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Hanna Pertiwi
NIM : 2210713046
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul : Hubungan *Work-life Balance* dan *Work Engagement*
Terhadap Kinerja Pekerja Konstruksi Proyek *BTN Eco Park* Gandul, Jawa barat Tahun 2025

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

Jakarta, 12 Januari 2026

Penguji I (Ketua Penguji)



Promisetyaningrum Fitria Nurani, S.K.M., M.P.H.

NIP. 199304212024062001

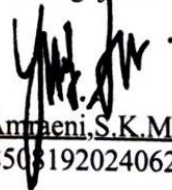
Penguji II



Dr. Agus Joko Susanto, S.K.M., M.K.K.K.

NIP. 197008251999031001

Penguji III



Dr. Yunita Amraeni, S.K.M., M.Kes

NIP. 198506192024062001

Mengetahui



Pt. Dekan FKES UPN "Veteran" Jakarta

Dr. Ir. Henry Binsar Hahonangan Sitorus, S.T., M.T.
NIP. 197212191999031002

Koordinator Program Studi Kesehatan
Masyarakat Program Sarjana



Dr. Chandrayani Simanjorang, S.K.M., M.Epid.
NIP. 198510192014042001

HUBUNGAN *WORK-LIFE BALANCE* DAN *WORK ENGAGEMENT* TERHADAP KINERJA PEKERJA KONSTRUKSI PROYEK BTN ECO PARK GANDUL, JAWA BARAT TAHUN 2025

Hanna Pertiwi

Abstrak

Work-life balance dan *work engagement* merupakan salah satu faktor psikososial yang dapat memengaruhi kinerja pekerja melalui kemampuan menjaga fokus dan konsistensi dalam menyelesaikan pekerjaan sesuai standar kerja aman yang dapat dilihat melalui tingkat *safety compliance* (kepatuhan) dan *safety participation* (*partisipasi*) pada pekerja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan *work-life balance* dan *work engagement* terhadap kinerja pekerja. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* pada 115 pekerja di Proyek Pembangunan BTN Eco Park Gandul Tahap I dipilih melalui teknik *random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner, kemudian data penelitian dianalisis menggunakan uji *chi square* dan regresi logistik berganda. Berdasarkan hasil analisis multivariat ditemukan bahwa *work-life balance* ($p\text{-value} = 0,036$) dan *work engagement* ($p\text{-value} = 0,005$) memiliki hubungan dengan kinerja pekerja. Selain itu, variabel tingkat pendidikan ($p\text{-value} = 0,517$) dan status pernikahan ($p\text{-value} = 0,324$) tidak memengaruhi kinerja pekerja. *Work Engagement* menjadi variabel yang paling berpengaruh dengan kinerja pekerja dengan nilai POR sebesar 3.188 (CI 95% = 1,428 – 7,118). Berdasarkan hasil penelitian ini, nantinya pihak perusahaan diharapkan dapat mendukung *work-life balance* dan *work engagement* melalui pengaturan beban kerja dan jam kerja agar lebih ideal bagi pekerja, serta perusahaan diharapkan dapat memberikan apresiasi dan dukungan kepada pekerja untuk mengoptimalkan kinerja pekerjanya.

Kata Kunci : Kinerja Pekerja, Pekerja Konstruksi, *Work Engagement*, *Work-life Balance*

**HUBUNGAN *WORK-LIFE BALANCE* DAN *WORK ENGAGEMENT* TERHADAP KINERJA PEKERJA KONSTRUKSI
PROYEK BTN ECO PARK GANDUL, JAWA BARAT
TAHUN 2025**

Hanna Pertiwi

Abstract

Work-life balance and work engagement are key psychosocial factors that influence worker performance by enabling employees to maintain focus and consistency in completing tasks according to safety standards, reflected in their safety compliance and participation. This study aimed to examine the relationship between work-life balance, work engagement, and workers performance. A quantitative cross-sectional design was applied involving 115 employees at the BTN Eco Park Gandul Phase I Project, selected using random sampling. Data were collected through questionnaires and analyzed using chi-square tests and multiple logistic regression. The results of multivariate analysis indicated that both work-life balance ($p = 0.036$) and work engagement ($p = 0.005$) were significantly associated with worker performance. Conversely, education level ($p = 0.517$) and marital status ($p = 0.324$) showed no significant effect. Among the variables studied, work engagement had the strongest influence on workers performance, with a POR of 3.188 (95% CI: 1.428–7.118). Based on these findings, it is recommended that companies enhance work-life balance and work engagement by adjusting workloads and working hours to more manageable levels. Additionally, providing recognition, support, and motivation for employees can further optimize their performance, contributing to both productivity and a safer work environment.

Keywords : Construction Workers, Work Engagement, Work-life Balance, Work Performance

KATA PENGANTAR

Puji Syukur ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian berjudul “Hubungan *Work-Life Balance* dan *Work Engagement* Terhadap Kinerja Pekerja Konstruksi Proyek *BTN Eco Park* Gandul, Jawa Barat Tahun 2025”. Penelitian ini hendak dilakukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi di Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan UPN “Veteran” Jakarta. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang baik menciptakan tempat kerja yang aman dan sehat.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini tidak akan dapat terselesaikan tanpa dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

- a. Pihak PT PP dan pekerja proyek pembangunan *BTN Eco Park Gandul* yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam proses penelitian.
- b. Dr. Yunita Amraeni, S.K.M., M.Kes. selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, saran, dan dorongan selama proses penelitian ini.
- c. Semua pihak baik kakak perempuan saya, orang tua, sahabat, serta semua teman-teman dari Program Studi Kesehatan Masyarakat yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah memberikan dukungan moral dan bantuan selama proses penelitian ini.
- d. Terakhir, terima kasih kepada diri saya sendiri yang telah berjuang melewati proses ini dengan segala usaha dan kerja keras. *Thank you for surviving this far; every struggle you've done for will paid off in the future.*

Penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dalam penelitian ini, oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk perbaikan di masa mendatang.

Jakarta, 12 Januari 2026

Penulis

Hanna Pertiwi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI.....	iii
LEMBAR 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 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.4 Manfaat Penelitian	6
I.5 Ruang Lingkup.....	8
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 9
II.1 Kinerja Pekerja.....	9
II.2 Work-Life Balance.....	21
II.3 Work Engagement	28
II.4 Manajemen Fatigue	34
II.3 Penelitian Terdahulu	37
II.4 Kerangka Teori	46
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 48
III.1 Kerangka Konsep.....	48
III.2 Hipotesis Penelitian	49
III.3 Definisi Operasional	50
III.4 Desain Penelitian	53
III.5 Lokasi dan Waktu Penelitian	53
III.6 Populasi dan Sampel Penelitian	53
III.7 Proses Pengumpulan Data.....	55
III.8 Instrumen Pengumpulan Data.....	56
III.9 Pengolahan Data	58
III.10 Analisis Data.....	59
III.11 Etika Penelitian	60
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 63
IV.1 Gambaran Umum Lokasi	63
IV.2 Hasil Penelitian	64

IV.3	Pembahasan Hasil Penelitian	85
IV.4	Keterbatasan Penelitian.....	103
BAB V PENUTUP.....		105
V.1	Kesimpulan	105
V.2	Saran	106
DAFTAR PUSTAKA		108
RIWAYAT HIDUP		125
LAMPIRAN.....		126

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Penelitian Terdahulu	37
Tabel 2	Definisi Operasional	50
Tabel 3	Kode Variabel Penelitian.....	58
Tabel 4	Distribusi Jawaban Responden Berdasarkan Kinerja Pekerja	64
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Kinerja Pekerja	67
Tabel 6	Rincian Dimensi Kinerja Pekerja	68
Tabel 7	Distribusi Jawaban Responden Berdasarkan <i>Work-Life Balance</i>	69
Tabel 8	Distribusi Frekuensi <i>Work-life Balance</i> Responden	72
Tabel 9	Rincian Dimensi <i>Work-life Balance</i>	73
Tabel 10	Distribusi Jawaban Responden Berdasarkan <i>Work Engagement</i>	74
Tabel 11	Distribusi Frekuensi <i>Work Engagement</i> Responden.....	75
Tabel 12	Rincian Dimensi <i>Work Engagement</i>	76
Tabel 13	Distribusi Frekuensi Sosiodemografi Responden.....	77
Tabel 14	Hubungan <i>Work-life Balance</i> dengan Kinerja Pekerja	78
Tabel 15	Hubungan <i>Work Engagement</i> dengan Kinerja Pekerja.....	78
Tabel 16	Hubungan Sosiodemografi dengan Kinerja Pekerja	79
Tabel 17	Hasil Analisis Uji Bivariat	82
Tabel 18	Hasil Pemodelan Multivariat Pertama	83
Tabel 19	Hasil Pemodelan Multivariat Kedua.....	83
Tabel 20	Perhitungan Perubahan Nilai POR Tanpa Variabel Tingkat Pendidikan .	83
Tabel 21	Hasil Pemodelan Multivariat Ketiga.....	84
Tabel 22	Perhitungan Perubahan Nilai POR Tanpa Variabel Status Pernikahan....	84
Tabel 23	Pemodelan Multivariat Akhir.....	85

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori	46
Gambar 2	Kerangka Konsep	48
Gambar 3	Lokasi Pekerjaan Proyek	63

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	<i>Time Schedule</i>
Lampiran 2	Kartu Monitoring Bimbingan
Lampiran 3	Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan
Lampiran 4	Surat Keterangan Persetujuan Studi Pendahuluan & Penelitian
Lampiran 5	Surat Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 6	Surat Keterangan Persetujuan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 7	Surat <i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 8	Surat <i>Ethical Approval</i>
Lampiran 9	Hasil Uji Normalitas
Lampiran 10	Hasil Analisis Univariat
Lampiran 11	Hasil Analisis Bivariat
Lampiran 12	Hasil Analisis Multivariat
Lampiran 13	Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)
Lampiran 14	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 15	Kuesioner Penelitian
Lampiran 16	Dokumentasi Studi Pendahuluan
Lampiran 17	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 18	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 19	Hasil Turnitin