

HUBUNGAN KESEIMBANGAN KEHIDUPAN KERJA DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA PADA GENERASI SANDWICH

Oleh:

Sinta Ayu Kumala Dewi / 202030100117

Dosen Pembimbing : Ramon Ananda Paryontri

Prodi Psikologi FPIP

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Agustus, 2024

PENDAHULUAN

Istilah generasi sandwich pertama kali dikenalkan oleh Dorothy A. Miller pada tahun 1981 [1], istilah ini mengacu pada generasi yang berada di tengah-tengah antara dua generasi yang berbeda, yakni orang tua yang menua dan keberadaan keluarga sendiri (anak). Fenomena ini kerap dialami oleh keluarga berpenghasilan rendah, karena generasi sandwich membutuhkan pendapatan yang cukup. Keberadaan generasi sandwich terus meningkat setiap tahunnya. Di Indonesia, survei dari www.cnbcindonesia.com pada Data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2020, 71 juta penduduk Indonesia dengan usia paling banyak antara 24-39 tahun adalah generasi sandwich, ini mewakili lebih dari seperempat penduduk Indonesia. Menurut hasil survei DataIndonesia.id pada Oktober 2023 menunjukkan 46.3% masyarakat produktif Indonesia menjadi generasi sandwich.

Keseimbangan kehidupan kerja sebagai kondisi dimana seseorang dapat menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dengan kehidupan pribadi dan keluarganya. Sebagai generasi sandwich yang menghadapi tanggung jawab ganda, individu memerlukan dukungan sosial untuk menjalankan semua peran secara maksimal. Dukungan sosial ini berupa sumber daya sosial yang dapat diandalkan saat menghadapi masalah hidup dan stres, serta berfungsi sebagai transmisi manusia, budaya, material, dan modal sosial antara individu atau unit sosial yang lebih besar. Adaptasi merupakan suatu penyesuaian pribadi terhadap lingkungan. Penyesuaian ini berarti dapat mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan. Salvatore (2011) menyatakan bahwa produktivitas kerja didefinisikan sebagai sikap dan perilaku karyawan di perusahaan dalam mematuhi peraturan dan standar yang telah ditetapkan. Produktivitas ini tercermin melalui tindakan dan perbuatan mereka di perusahaan. Aspek produktivitas kerja meliputi motivasi kerja, efisiensi dan efektivitas kerja, kemampuan kerja, serta pengalaman dan pengetahuan.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan permasalahan pada latar belakang, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah keseimbangan kehidupan kerja berhubungan dengan produktivitas kerja pada generasi sandwich di Kabupaten Sidoarjo?
2. Apakah dukungan sosial berhubungan dengan produktivitas kerja pada generasi sandwich di Kabupaten Sidoarjo?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif melalui pendekatan korelasional. Adapun tempat penelitian ini yaitu Kabupaten Sidoarjo dengan menggunakan subjek karyawan yang masuk kategori generasi sandwich. populasi dalam penelitian ini terdiri dari karyawan generasi sandwich berdomisili Kabupaten Sidoarjo. Pertimbangan dalam penelitian sampel pada penelitian ini adalah subjek berdomisili di Kabupaten Sidoarjo, berusia antara 20-40 tahun, sudah menikah dan memiliki anak, serta tinggal bersama orang tua atau mertua. Penelitian ini mengacu pendapat Santoso, dimana jumlah sampel yang dianjurkan antara 50 sampai 100 responden mengacu pada rumus Lemeshow karena jumlah populasi yang tidak diketahui atau tidak terhingga. Sehingga sampel minimal dalam penelitian ini adalah 100 sampel generasi sandwich di Kabupaten Sidoarjo. Adapun sampel yang didapat pada penelitian ini adalah 110 sampel.

Sumber data primer yang diperoleh dari jawaban kuesioner berupa google form yang disebarakan kepada responden. data sekunder yang digunakan yaitu dari jurnal, artikel dan sejenisnya. Variabel keseimbangan kehidupan kerja dalam penelitian ini diukur menggunakan Skala Work-Life Balance (WLB) yang disusun oleh Fisher (2002) dan diterjemahkan oleh Gunawan et al., (2019). Variabel dukungan sosial dalam penelitian ini diukur menggunakan alat ukur skala The Social Provision merujuk pada teori yang dikemukakan oleh Weiss (1974). Variabel Produktivitas diukur menggunakan indikator adaptasi efisiensi, efek sebenarnya, dan kualitas kerja.

Pada Penelitian ini menggunakan teknik analisis multiple correlation yang akan diuji menggunakan Software SPSS Statistic Versi 25. Adapun tahap analisis data dalam penelitian ini yaitu, Uji validitas menggunakan korelasi product moment. Dasar dalam pengambilan keputusan uji validitas yaitu dinyatakan valid apabila r hitung $>$ r tabel, Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan uji Cronbach alpha, dimana dinyatakan reliabel jika memperoleh nilai lebih dari 0,6, Uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov, dimana dapat dinyatakan normal jika memperoleh nilai signifikansi $>$ 0,05, dan Uji hipotesis dengan menggunakan pearson correlation product moment. Pearson correlation product moment digunakan untuk mengetahui kekuatan hubungan antara dua variabel atau lebih. Dan menggunakan uji linieritas.

HASIL

Hasil analisis deskriptif skala keseimbangan kehidupan-kerja berdasarkan 3 kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Dalam kategori rendah diperoleh sebanyak 27 responden dengan persentase sebesar 25%. Dalam kategori sedang diperoleh sebanyak 51 responden dengan persentase sebesar 46%. Dalam kategori tinggi diperoleh sebanyak 32 responden dengan persentase sebesar 29%. Berdasarkan hasil dari kategorisasi skala keseimbangan kehidupan-kerja, dapat disimpulkan bahwa generasi sandwich pada variabel keseimbangan kehidupan-kerja cenderung berada pada kategori sedang.

Hasil analisis deskriptif skala dukungan sosial berdasarkan 3 kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Dalam kategori rendah diperoleh sebanyak 25 responden dengan persentase sebesar 23%. Dalam kategori sedang diperoleh sebanyak 62 responden dengan persentase sebesar 56%. Dalam kategori tinggi diperoleh sebanyak 23 responden dengan persentase sebesar 21%. Berdasarkan hasil dari kategorisasi skala dukungan sosial, dapat disimpulkan bahwa generasi sandwich pada variabel dukungan sosial cenderung berada pada kategori sedang.

Hasil analisis deskriptif skala produktivitas kerja berdasarkan 3 kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Dalam kategori rendah diperoleh sebanyak 18 responden dengan persentase sebesar 16%. Dalam kategori sedang diperoleh sebanyak 87 responden dengan persentase sebesar 79%. Dalam kategori tinggi diperoleh sebanyak 5 responden dengan persentase sebesar 5%. Berdasarkan hasil dari kategorisasi skala produktivitas kerja, dapat disimpulkan bahwa generasi sandwich pada variabel produktivitas kerja cenderung berada pada kategori sedang.

HASIL

1. UJI VALIDITAS (Correlations Product Moment).

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa semua variabel nilai r hitung $>$ r tabel berdasarkan uji signifikan 0,05 sehingga dapat dikatakan semua variabel dari kuesioner adalah valid sehingga layak digunakan sebagai alat ukur.

2. UJI RELIABILITAS (Cronbach Alpha).

| Variabel | Reliabilitas | | Keterangan |
|----------|------------------------|--------------|------------|
| | Koefisien <i>Alpha</i> | Angka Kritik | |
| X1 | 0.798 | 0,6 | Reliabel |
| X2 | 0.823 | 0,6 | Reliabel |
| Y1 | 0.758 | 0,6 | Reliabel |

Dari data yang didapat menunjukkan bahwa semua variabel memiliki koefisien Alpha yang cukup tinggi yaitu $0,7 >$ $0,6$. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa semua konsep untuk setiap variabel dalam kuesioner tersebut adalah reliabel, sehingga item-item dalam masing-masing konsep variabel tersebut layak digunakan sebagai alat ukur.

HASIL

3. UJI NORMALITAS (Kolmogorov-Smirnov).

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test | | | | | | |
|------------------------------------|-----------|----------------|----------|----------|----------------|----------------------|
| Unstandardized Residual | Mean | Std. Deviation | Positive | Negative | Test Statistic | Asymp.Sig (2-Tailed) |
| | 0,0000000 | 5,78035679 | 0,047 | -0,130 | 0,130 | 0,060 |

Diketahui bahwa nilai signifikansi Asymp.Sig (2-Tailed) sebesar $0,060 > 0,05$. Berdasarkan kriteria uji normalitas Kolmogorov-Smirnov, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Oleh karena itu, asumsi normalitas dalam model regresi telah terpenuhi.

4. UJI HIPOTESIS (Pearson Correlation Product Moment).

Berdasarkan data yang didapat, nilai koefisien korelasi adalah 0,722, 0,518, dan 0,323 dengan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$. Hal ini mengindikasikan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada korelasi antara variabel (X) dan variabel (Y). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara keseimbangan kehidupan kerja dan dukungan sosial dengan produktivitas kerja pada generasi sandwich.

5. UJI LINIERITAS

Hasil uji linearitas antara keseimbangan kehidupan-kerja dengan produktivitas kerja dan dukungan sosial dengan produktivitas kerja menunjukkan adanya hubungan linear antara kedua variabel. Nilai $f = 1,071$ dengan signifikansi $0,393 < 0,05$ untuk variabel pertama dan nilai $f = 3,792$ dengan signifikansi $0,000 < 0,05$ untuk variabel kedua menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear antara kedua variabel.

| Variabel | F | sig. | Ket |
|--|-------|-------|--------|
| Keseimbangan Kehidupan-Kerja - Produktivitas Kerja | 1,071 | 0,393 | Linear |
| Dukungan Sosial - Produktivitas Kerja | 3,792 | 0,000 | Linear |

PEMBAHASAN

1. Keseimbangan kehidupan-kerja yang baik memungkinkan individu dalam generasi ini untuk mengelola waktu dan energi mereka secara efektif antara tuntutan pekerjaan dan tanggung jawab pribadi. Hal ini mengurangi tingkat stres dan kelelahan, yang pada gilirannya meningkatkan kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan tuntutan pekerjaan yang dinamis. Ketika keseimbangan kehidupan-kerja tercapai, generasi sandwich cenderung lebih produktif, inovatif, dan termotivasi, sehingga berkontribusi positif terhadap kinerja keseluruhan mereka di tempat kerja.
2. Dukungan sosial yang diterima oleh individu dalam generasi ini, baik dari keluarga, teman, maupun rekan kerja, berperan penting dalam membantu mereka menyesuaikan diri dengan tuntutan pekerjaan dan kehidupan pribadi yang kompleks. Dukungan ini tidak hanya memberikan rasa aman dan kenyamanan emosional, tetapi juga memfasilitasi akses ke sumber daya dan informasi yang dibutuhkan untuk meningkatkan kinerja dan produktivitas kerja. Dengan adanya dukungan sosial yang kuat, generasi sandwich mampu mengatasi stres dan tekanan, sehingga lebih adaptif dan produktif dalam lingkungan kerja mereka.

Temuan Penting Penelitian

Penelitian ini mengungkapkan bahwa keseimbangan kehidupan kerja dan dukungan sosial terdapat hubungan signifikan dengan produktivitas kerja pada generasi sandwich. Keseimbangan kehidupan kerja yang baik memungkinkan individu dalam generasi ini mengelola waktu dan energi mereka secara efektif antara tuntutan pekerjaan dan tanggung jawab pribadi, yang pada gilirannya mengurangi stres dan kelelahan, serta meningkatkan kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan tuntutan pekerjaan yang dinamis. Selain itu, dukungan sosial dari keluarga, teman, dan rekan kerja berperan penting dalam membantu mereka menyesuaikan diri dengan tuntutan pekerjaan dan kehidupan pribadi yang kompleks, memberikan rasa aman dan kenyamanan emosional, serta memfasilitasi akses ke sumber daya yang dibutuhkan untuk meningkatkan kinerja dan produktivitas kerja.

Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis : Mendukung kesejahteraan karyawan dengan memberikan perhatian pada keseimbangan kehidupan kerja dapat mengurangi stres dan meningkatkan kualitas hidup, yang pada akhirnya dapat berkontribusi pada kesejahteraan jangka panjang
2. Manfaat Teoritis : Penelitian ini diharapkan memberikan sebuah referensi baru kepada penelitian berikutnya dan menjadi titik pembandingan bagi studi lain yang berkaitan dengan analisis ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] K. J. G. Cheng and A. R. Santos-Lozada, "Mental and physical health among 'sandwich' generation working-age adults in the United States: Not all sandwiches are made equal," *SSM - Popul. Heal.*, vol. 26, 2024, doi: 10.1016/j.ssmph.2024.101650.
- [2] F. A. Kusumaningrum, "Generasi Sandwich: Beban Pengasuhan dan Dukungan Sosial pada Wanita Bekerja." *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, vol. 23, no. 2, pp. 109-120, 2018, doi: 10.20885/psikologika.vol23.iss2.art3.
- [3] A. C. Harahap and F. F. Tantiani, "Marital Satisfaction of The Sandwich Generation in East Java," *KnE Soc. Sci.*, 2023, doi: 10.18502/kss.v8i19.14345.
- [4] M. Albertini, A. Tur-Sinai, N. Lewin-Epstein, and M. Silverstein, "The Older Sandwich Generation Across European Welfare Regimes: Demographic and Social Considerations," *Eur. J. Popul.*, vol. 38, no. 2, 2022, doi: 10.1007/s10680-022-09606-7.
- [5] P. Salsabila and A. Annisah, "Pemenuhan Keberfungsian Sosial Pada Perempuan Generasi Sandwich," *JSSH (Jurnal Sains Sos. dan Humaniora)*, vol. 7, no. 2, 2024, doi: 10.30595/jssh.v7i2.15137.
- [6] A. P. Wisnuwardhana, C. W. Wolor, and M. Marsofiyati, "Analisis Produktivitas Kerja Karyawan Pada CV Griya Alam Mulya." *Jurnal Manajemen Riset Inovasi*, vol. 2, no. 1, pp. 13-27, 2023, doi: 10.55606/mri.v2i1.2110.
- [7] Saring, *Peningkatan Kinerja Guru Melalui Penguatan Kepemimpinan Transformasional, Budaya Organisasi dan Keseimbangan Kehidupan Kerja*. Malang: Media Nusa Creative, 2022.
- [8] Y. Park, G. MacDonald, and E. A. Impett, "Partnership status and satisfaction with work-life balance," *Eur. J. Work Organ. Psychol.*, vol. 32, no. 1, 2023, doi: 10.1080/1359432X.2022.2104717.
- [9] A. C. Dewi, "Hubungan Work-Life Balance Sebagai Implementasi Dari Islamic Work Ethic Dengan Kinerja Karyawan Wanita Yang Sudah Menikah Pada PT Berkah Ridho Cinta Indonesia di Karanganyar," *UIN Raden Raden Mas Said Surakarta*, 2023.
- [10] L. M. Hanim, *Depresi Postartum Kajian Pentingnya Dukungan Sosial Pada Ibu Pasca Salin*. Indramayu: CV. Adanu Abimata, 2020.
- [11] H. Sigursteinsdottir and F. B. Karlsdottir, "Does Social Support Matter in the Workplace? Social Support, Job Satisfaction, Bullying and Harassment in the Workplace during COVID-19," *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 19, no. 8, 2022, doi: 10.3390/ijerph19084724.
- [12] A. Fariz, "Hubungan Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup Pada Komunitas Backpacker Kota Malang," *UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*, 2019.
- [13] Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 23rd ed. Bandung: Alfabeta, 2016.
- [14] K. Fadhli and M. Khusnia, *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Guepedia, 2021.
- [15] S. Santoso, *Mahir Statistik Multivariat dengan SPSS*. Jakarta: Elex Media Komputindo, 2018.
- [16] G. Pratama "Analisis Regresi Dan Korelasi Berganda", *Universitas Esa Unggul*, 2018.
- [17] R. Z. Yahya, "PENGARUH WORK FROM HOME DAN WORK LIFE BALANCE TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA DENGAN MOTIVASI SOSIAL SEBAGAI VARIABEL MODERATING PADA PT. CEMERLANG INDO PANGAN." *CENDEKIA Jaya*, vol. 3, no. 2, pp. 20-40, 2021, doi: 10.47685/cendekia-jaya.v3i2.186.
- [18] M. I. Idrus, "Dampak Work-Life Integration Terhadap Kesejahteraan Karyawan Dan Produktivitas Kerja : A Systematic Literature Riview." *Journal of Economic, Bussines and Accounting (COSTING)*, vol. 7, no. 3, pp. 6400-6400, Apr. 2024.
- [19] D. Putriana, D. M. Eriawati, and M. Nulipata, "Hubungan Dukungan Sosial Dengan Produktivitas Kerja Pada Pegawai Badan Narkotika Nasional di Kota Samarinda." *Jurnal Ilmu Sosial Humaniora Indonesia*, vol. 3, no. 1, pp. 1-9, 2023, doi: 10.52436/1.jishi.56.
- [20] M. Nurhabiba, "Social support terhadap work-life balance pada karyawan." *Cognicia*, vol. 8, no. 2, pp. 277-295, 2020, doi: 10.22219/cognicia.v8i2.13532.

