

**PENGARUH PRIORITAS DAN HARAPAN TERHADAP KESEIMBANGAN
KEHIDUPAN DAN KERJA PADA KARYAWAN GENERASI MILENIAL
DAN GENERASI Z**

SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana Manajemen
(S1) Pada Program Studi Manajemen Fakultas Bisnis dan Ekonomika
Universitas Atma Jaya Yogyakarta**



Disusun oleh:

Josephina Sinta Krisvanni

NPM: 22 03 27153

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS BISNIS DAN EKONOMIKA
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA**

2026

SKRIPSI
PENGARUH PRIORITAS DAN HARAPAN TERHADAP KESEIMBANGAN
KEHIDUPAN DAN KERJA PADA KARYAWAN GENERASI MILENIAL DAN
GENERASI Z

Disusun oleh:
Josephina Sinta Krisvanni

NPM: 22 03 27153

Telah dibaca dan disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



Theresia Agung Maryudi Harsiwi, SE., M.Si

Yogyakarta, 12 Juni 2026

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini dengan sesungguhnya menyatakan skripsi
dengan judul:

**PENGARUH PRIORITAS DAN HARAPAN TERHADAP KESEIMBANGAN
KEHIDUPAN DAN KERJA PADA KARYAWAN GENERASI MILENIAL DAN
GENERASI Z**

benar-benar merupakan hasil karya diri sendiri. Pernyataan, ide, maupun kutipan baik langsung maupun tidak langsung yang bersumber dari tulisan atau ide orang lain, dinyatakan secara tertulis dalam skripsi ini dalam catatan perut dan daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti saya melakukan plagiaris sebagian atau seluruhnya dari skripsi ini, maka gelar ijazah yang saya peroleh dinyatakan batal dan akan saya kembalikan kepada Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Yogyakarta, 24 Juni 2026

Yang Menyatakan,



Josephina Sinta Krisvanni

SKRIPSI

**PENGARUH PRIORITAS DAN HARAPAN TERHADAP KESEIMBANGAN
KEHIDUPAN DAN KERJA PADA KARYAWAN GENERASI MILENIAL DAN
GENERASI Z**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh
Josephina Sinta Krisvanni
NPM: 22 03 27153

Telah dipertahankan di depan Panitia Penguji pada tanggal 3 Juni 2026
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima
sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Manajemen
(S1) Program Studi Manajemen

SUSUNAN PANITIA PENGUJI

Ketua Panitia Penguji



Th. Agung Maryudi Harsiwi, SE., M.Si

Anggota Penguji



Agatha Mayasari, SE., M.SC



Dismas Persada Dewangga Pramudita, SM., M.SM

Yogyakarta, 12 Juni 2026
Dosen Fakultas Bisnis dan Ekonomika
Universitas Atma Jaya Yogyakarta



**FAKULTAS BISNIS
DAN EKONOMIKA**

Wenefrida Mahestu Noviantra Krisjanti, SE., M.Sc., Ph.D

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya, sehingga karya ilmiah dengan judul “Pengaruh Prioritas dan Harapan terhadap Keseimbangan Kehidupan dan Kerja pada Karyawan Generasi Milenial dan Generasi Z” dapat diselesaikan. Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat akademik yang harus dipenuhi untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen (S1) di Fakultas Bisnis dan Ekonomika, Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Peneliti menyadari jika tanpa dukungan, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak, proses penyusunan skripsi ini tidak akan berjalan lancar. Oleh karena itu, peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada:

1. Tuhan Yesus yang senantiasa menyertai, memberikan petunjuk, kekuatan serta kelancaran kepada peneliti sehingga selama proses pengerjaan skripsi selalu diberikan kelancaran dan kemudahan.
2. Bapak, Ibu, dan Kakak yang merupakan sumber kekuatan utama dalam hidup peneliti. Terima kasih atas doa yang tidak pernah putus dipanjatkan, dukungan moril maupun materiil yang tak terhingga, serta kasih sayang yang menjadi penguat saat peneliti merasa lelah. Skripsi ini adalah persembahan kecil atas segala pengorbanan dan cinta luar biasa yang telah keluarga peneliti berikan selama ini
3. Ibu Theresia Agung Maryudi Harsiwi, SE., M.Si., sebagai dosen pembimbing yang telah sabar memberikan arahan, masukan, saran serta ilmu pengetahuan selama proses penulisan skripsi. Kehangatan dan dedikasi Ibu dalam membimbing bukan hanya membantu peneliti menyelesaikan skripsi, tetapi juga memberikan teladan mengenai profesionalisme dan kerendahan hati.
4. Seluruh dosen Fakultas Bisnis dan Ekonomika Universitas Atma Jaya Yogyakarta yang telah membekali peneliti dengan ilmu selama masa perkuliahan. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan akademik peneliti dan memberikan pondasi yang kuat untuk melangkah ke jenjang masa depan yang lebih baik.
5. Teman-teman satu bimbingan dengan Bu Siwi yang saling mendukung dan memberikan motivasi satu sama lain serta berjuang bersama-sama dalam menyelesaikan skripsi ini. Perjuangan bersama, motivasi yang saling kita berikan di tengah tekanan penyusunan skripsi ini menjadi kenangan yang tidak akan terlupakan.
6. Sahabat terdekat yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu. Terima kasih telah hadir sebagai *support system* yang luar biasa, selalu memberikan bantuan dan semangat bagi peneliti. Kehadiran sahabat terdekat membuat perjalanan ini terasa lebih ringan.

7. Kepada seseorang yang kehadirannya sangat berarti bagi peneliti. Terima kasih selalu memberikan semangat kepada peneliti dalam menulis skripsi dan mengingatkan peneliti untuk selalu berdoa dan berserah kepada Tuhan.
8. Peneliti ingin mengapresiasi diri sendiri atas dedikasi, semangat dan kerja kerasnya dalam menyelesaikan studi dari awal hingga akhir di tengah banyaknya tantangan yang ada. Ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri. Pencapaian ini adalah bukti ketangguhan dan hadiah terindah yang patut dirayakan dengan rasa bangga. Kerja kerasmu terbayar lunas.

Peneliti menyadari skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti sangat menghargai adanya kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca serta menjadi referensi bagi peneliti-peneliti selanjutnya.

Yogyakarta, 15 Mei 2026

Penulis



Josephina Sinta Krisvanni

MOTTO

“Sebab Aku ini mengetahui rancangan-rancangan yang ada pada-Ku mengenai kamu, demikianlah firman TUHAN, yaitu rancangan damai sejahtera dan bukan rancangan kecelakaan, untuk memberikan kepadamu hari depan yang penuh harapan.”

(Yeremia 29:11)

“Percayalah kepada TUHAN dengan segenap hatimu, dan janganlah bersandar kepada pengertianmu sendiri. Akuilah Dia dalam segala lakumu, maka Ia akan meluruskan jalanmu.”

(Amsal 3:5-6)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
MOTTO.....	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I	14
PENDAHULUAN	14
1.1. Latar Belakang Masalah	14
1.2. Rumusan Masalah	19
1.3. Batasan Masalah.....	20
1.4. Tujuan Penelitian	22
1.5. Manfaat Penelitian.....	23
1.6. Sistematika Laporan	24
BAB II.....	26
TINJAUAN PUSTAKA.....	26
2.1. Kepuasan Kerja	26
2.2. Motivasi Kerja	28
2.3. Fleksibilitas dan Kebebasan	29
2.4. Penilaian, Umpan Balik dan Dukungan	31
2.5. Adaptasi Teknologi.....	32
2.6. Keseimbangan Kehidupan Kerja.....	34
2.7. Penelitian Terdahulu	36
2.8. Kerangka Penelitian	39
2.9. Hipotesis	42
BAB III	49

METODOLOGI PENELITIAN	49
3.1. Bentuk Penelitian	49
3.2. Lokasi Penelitian	49
3.3. Populasi dan Sampel	50
3.4. Metode Pengambilan Sampel	52
3.5. Jenis Data Penelitian	52
3.6. Metode Pengumpulan Data	53
3.7. Instrumen Penelitian	53
3.8. Metode Pengujian Instrumen	56
3.8.1. Uji Validitas	56
3.8.2. Uji Reliabilitas	58
3.9. Metode Analisis Data	59
3.9.1. Analisis Deskriptif	60
3.9.2. <i>Structural Equation Modeling</i> (SEM)	61
BAB IV	65
HASIL DAN PEMBAHASAN	65
4.1. Karakteristik Responden	65
4.2. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	66
4.3. Analisis Data <i>Structural Equation Model</i> (SEM)	73
4.3.1. Hasil Uji Validitas Konvergen (<i>Outer Model</i>)	73
4.3.2. Hasil Uji Diskriminan	74
4.3.3. Hasil Uji Reliabilitas	77
4.3.4. Uji Ketetapan Model dan <i>Prediction Relevance</i>	78
4.3.5. Uji Hipotesis	79
4.4. Pembahasan	82
4.4.1. Pengaruh Kepuasan Kerja dengan Keseimbangan Kehidupan Kerja ..	82
4.4.2. Pengaruh Motivasi Kerja dengan Keseimbangan Kehidupan Kerja ...	83
4.4.3. Pengaruh Fleksibilitas dan Kebebasan dengan Keseimbangan Kehidupan dan Kerja	84
4.4.4. Pengaruh Penilaian, Umpan Balik dan Dukungan dengan Keseimbangan Kehidupan dan Kerja	85
4.4.5. Pengaruh Adaptasi Teknologi dengan Keseimbangan Kehidupan dan Kerja	86
BAB V	88
PENUTUP	88

5.1. Kesimpulan.....	88
5.2. Implikasi Manajerial.....	90
5.3. Keterbatasan Penelitian	93
5.4. Saran	94
Daftar pustaka	95
LAMPIRAN.....	99

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1. Penelitian Terdahulu.....	38
Tabel 4. 1. Profil Responden	65
Tabel 4. 2. Penilaian Responden terhadap Variabel Keseimbangan Kehidupan dan Kerja.....	67
Tabel 4. 3. Penilaian Responden terhadap Variabel Kepuasan Kerja.....	68
Tabel 4. 4. Penilaian Responden terhadap Variabel Motivasi Kerja	69
Tabel 4. 5. Penilaian Responden terhadap Variabel Fleksibilitas dan Kebebasan ..	69
Tabel 4. 6. Penilaian Responden terhadap Variabel Penilaian, Umpan Balik dan Dukungan	70
Tabel 4. 7. Penilaian Responden terhadap Variabel Adaptasi Teknologi	71
Tabel 4. 8. Outer Loadings	73
Tabel 4. 9. Fornell-Larcker Criterion	74
Tabel 4. 10. Cross Loadings	75
Tabel 4. 11. Heterotrait-Monotrait	76
Tabel 4. 12. Hasil Uji Reliabilitas	77
Tabel 4. 13. Nilai R-Square.....	78
Tabel 4. 14. Path Coefficient untuk Direct Effect	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1. Kerangka Penelitian.	39
Gambar 4. 1. Model Penelitian Hasil SEM-PLS.....	78

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 KUESIONER	99
LAMPIRAN 2 PROFIL RESPONDEN.....	104
LAMPIRAN 3 STATISTIK DESKRIPTIF	105
LAMPIRAN 4 HASIL UJI SEM	107

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis prioritas dan harapan generasi milenial dan generasi Z di dunia kerja terhadap keseimbangan kehidupan dan kerja (*work-life balance*). Secara khusus, penelitian ini mengidentifikasi prioritas dan harapan generasi milenial dan generasi Z yang meliputi: (1) kepuasan kerja, (2) motivasi kerja, (3) fleksibilitas dan kebebasan, (4) penilaian, umpan balik, dukungan, serta (5) adaptasi teknologi. Selain itu, penelitian ini juga menjelaskan bagaimana faktor-faktor tersebut berkontribusi dalam membentuk persepsi keseimbangan kehidupan dan kerja generasi milenial dan generasi Z dalam konteks dinamika organisasi modern. Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan metode survei menggunakan *google form* dengan jumlah responden sebanyak 107 karyawan generasi milenial dan generasi Z dengan masa kerja minimal 1 tahun yang diambil secara purposive sampling. Peneliti menggunakan *Structural Equation Modeling* (SEM) dengan *Smart PLS* untuk menguji keterkaitan antara variabel. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada penggunaan metode survei dengan kuesioner online yang bergantung pada persepsi subjektif responden sehingga berpotensi menimbulkan bias jawaban. Selain itu, teknik *purposive sampling* dan desain penelitian *cross-sectional* menjadikan temuan penelitian memiliki keterbatasan dalam hal generalisasi serta belum sepenuhnya mampu menjelaskan hubungan kausal antar variabel secara jangka panjang. Hasil penelitian ini memberikan implikasi bagi perusahaan untuk merancang kebijakan manajemen sumber daya manusia yang lebih adaptif terhadap kebutuhan generasi milenial dan generasi Z. Organisasi perlu menciptakan lingkungan kerja yang mendukung keseimbangan kehidupan dan kerja melalui peningkatan fleksibilitas kerja, sistem penilaian kinerja yang transparan, pemberian umpan balik dan dukungan organisasi yang memadai, serta pemanfaatan teknologi guna meningkatkan kepuasan dan motivasi kerja karyawan. Orisinalitas penelitian ini adalah mengkaji secara simultan berbagai faktor yang memengaruhi keseimbangan kehidupan dan kerja pada generasi milenial dan generasi Z dalam satu model analisis yang terintegrasi. Penelitian ini juga secara khusus menyoroti karakteristik dua generasi yang saat ini mendominasi dunia kerja, sehingga memberikan perspektif lebih komprehensif tentang prioritas dan harapan kedua generasi dalam menghadapi dinamika organisasi modern.

Kata kunci: *keseimbangan kehidupan dan kerja, generasi milenial, generasi Z, prioritas, harapan.*