

ABSTRAK

Indah Putri Widya Sari, 126308212175, Interpretasi Makna Kerja Terhadap *Work-Life Balance* Pada Staf Muda Tulungagung, Program Studi Psikologi Islam, Jurusan Dakwah, Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah, 2025, Pembimbing: A.Zahid, S.Sos., M.Si

Kata Kunci: makna kerja, *work-life balance*, staf muda, BLK Tulungagung, penelitian kualitatif

Tingginya tuntutan pekerjaan dan kebiasaan lembur yang kerap dialami oleh staf muda di Balai Latihan Kerja (BLK) Tulungagung menjadi tantangan tersendiri dalam menjaga keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi (*work-life balance*). Penelitian ini menggunakan teori dari Wrzesniewski, ada tiga orientasi makna kerja yang dapat mendasari sikap seseorang terhadap pekerjaannya, yaitu *job* sebagai sumber penghasilan, *career* sebagai jalan untuk kemajuan, dan *calling* sebagai panggilan hidup yang bernilai intrinsik. Oleh karena itu, penelitian ini menjawab rumusan masalah berikut: bagaimana staf muda BLK Tulungagung menginterpretasikan makna kerja yang mereka alami, serta bagaimana makna kerja tersebut berkontribusi terhadap upaya mereka dalam mencapai *work-life balance* di tengah beban dan tuntutan pekerjaan yang tinggi.

Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi, dimana data dikumpulkan melalui observasi dan wawancara secara mendalam terhadap empat staf muda BLK Tulungagung.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa makna kerja yang dihayati staf muda didominasi oleh orientasi *calling*, di mana pekerjaan dipandang sebagai panggilan hidup, sarana aktualisasi diri, dan kontribusi sosial, bukan sekadar pemenuhan ekonomi. Temuan ini menegaskan bahwa makna kerja yang positif dan sesuai passion berperan penting dalam meningkatkan motivasi intrinsik dan kemampuan manajemen waktu, sehingga mampu memperkuat pencapaian *work-life balance* meskipun terdapat berbagai hambatan. Selain itu, penelitian ini juga merekomendasikan perlunya kebijakan formal yang mendukung keseimbangan kehidupan kerja untuk meningkatkan kesejahteraan dan produktivitas staf muda BLK Tulungagung.

ABSTRACT

Indah Putri Widya Sari, 126308212175, Interpretation of the Meaning of Work about Work-Life Balance among Young Staff in Tulungagung, Islamic Psychology Study Program, Da'wah Department, Sayyid Ali Rahmatullah State Islamic University, 2025, Supervisor: A. Zahid, S.Sos., M.Si

Keywords: *meaning of work, work-life balance, young staff, BLK Tulungagung, qualitative research*

The high work demands and overtime habits often experienced by young staff at the Tulungagung Vocational Training Center (BLK) pose a challenge in maintaining a work-life balance. This study uses Wrzesniewski's theory, which states that there are three orientations of work meaning that can underlie a person's attitude towards their work: work as a source of income, career as a path to advancement, and calling as a life calling with intrinsic value. Therefore, this study answers the following research questions: how young staff at BLK Tulungagung interpret the natural meaning of work, and how this meaning of work contributes to their efforts to achieve work-life balance amidst high workloads and demands.

The research used a qualitative approach with a phenomenological method, where data was collected through observation and in-depth interviews with four young staff of the Tulungagung BLK.

The results of the study indicate that the meaning of work experienced by young staff is dominated by a calling orientation, where work is seen as a calling in life, a means of self-actualization, and social contribution, rather than merely economic fulfillment. This finding confirms that a positive and passionate work meaning plays a significant role in increasing intrinsic motivation and time management skills, thereby strengthening the achievement of work-life balance despite various obstacles. Furthermore, this study also recommends the need for formal policies that support work-life balance to improve the well-being and productivity of young staff at the Tulungagung Vocational Training Center (BLK).

الملخص

إنداء بوتري ويديا ساري، ١٢٦٣٠٨٢١٢١٧٥، تفسير معنى العمل حول توازن الحياة والعمل بين الموظفين الشباب في تولونغاغونغ، برنامج دراسة علم النفس الإسلامي، قسم الدعوة، جامعة سيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية، ٢٠٢٥، المشرف: أ. زاهد، بكالوريوس في العلوم الاجتماعية، ماجستير في العلوم

الكلمات المفتاحية: معنى العمل، التوازن بين العمل والحياة، الموظفون الشباب، مركز التدريب المهني. تولونغاغونغ، البحث النوعي.

ارتفاع متطلبات العمل وعادة العمل الإضافي المتكررة التي يعاني منها الموظفون الشباب في مركز التدريب تولونغاغونغ تُعدُّ تحديًا خاصًا في الحفاظ على التوازن بين الحياة المهنية والشخصية (التوازن بين العمل المهني والحياة). يعتمد هذا البحث على نظرية رزنييفسكي، التي تُقسَّم توجهات معنى العمل إلى ثلاثة: الوظيفة كمصدر للدخل، والمهنة كطريق للتقدم، والرسالة كنداء داخلي ذي قيمة جوهرية. وبناءً عليه، يُجيب هذا البحث عن السؤالين التاليين: كيف يُفسَّر الموظفون الشباب في مركز التدريب المهني بتولونغاغونغ معنى العمل الذي يَمُرُّون به؟ وكيف يُسهم هذا المعنى في جهودهم لتحقيق التوازن بين العمل والحياة في ظل الأعباء والمتطلبات المهنية المرتفعة؟

البحثُ استخدمَ المنهجَ النوعيَّ (الكيفيَّ) بأسلوبِ الظواهر الفينومينولوجيا، حيثُ جُمِعت البياناتُ من خلال تولونغاغونغ الملاحظة والمقابلات المتعمقة مع أربعة من الموظفين الشباب في مركز التدريب المهني.

تم إجراء البحث باستخدام المنهج النوعي (الكيفي) بأسلوب الظاهراتية، حيث جُمِعت البيانات من خلال تولونغاغونغ المقابلات المتعمقة، والملاحظات، والتوثيق مع أربعة من الموظفين الشباب في مركز التدريب المهني.

نتائج البحث تُظهر أن معنى العمل الذي يدركه الموظفون الشباب يهيمن عليه توجه "النداء"، حيث يُنظر إلى العمل على أنه نداء للحياة، وسيلة لتحقيق الذات، ومساهمة اجتماعية، وليس مجرد وسيلة لتلبية الاحتياجات الاقتصادية. وتؤكد هذه النتائج أن المعنى الإيجابي للعمل والمتوافق مع الشغف يلعب دورًا مهمًا في تعزيز الدافع الداخلي والقدرة على إدارة الوقت، مما يُسهم في تحقيق التوازن بين العمل والحياة رغم وجود عقبات مختلفة. بالإضافة إلى ذلك، يوصي هذا البحث بضرورة وجود سياسات رسمية تدعم توازن الحياة العملية من أجل تعزيز رفاهية وإنتاجية الموظفين الشباب في مركز التدريب المهني بتولونغاغونغ.