

Analisis Pengaruh Work Life Balance Terhadap Kepuasan Kerja pada Karyawan Coffee Shop Second Space

Helis Marsanda^{1*}

¹STEBI Kyai Haji Ahmad Syairazi, Hulu Sungai Selatan, Indonesia

Email: helismarsanda@gmail.com¹

*Corresponding Author

Received: 01, 2024. **Revised:** 03, 2024. **Accepted:** 04, 2024. **Published:** 04, 2024

ABSTRACT

This study aims to analyze the impact of work-life balance on job satisfaction among employees at Coffee Shop Second Space. The research method used is quantitative with a survey approach. The population for this study includes all employees of Coffee Shop Second Space, with a sample of 100 respondents selected through purposive sampling. Data were collected using a questionnaire, and data analysis was performed using multiple linear regression analysis. The results indicate that work-life balance has a positive and significant impact on job satisfaction among employees at Coffee Shop Second Space.

Keywords: Work-life balance, job satisfaction, Coffee Shop Second Space

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh work life balance terhadap kepuasan kerja pada karyawan Coffee Shop Second Space. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan survei. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan Coffee Shop Second Space, dengan sampel sebanyak 100 responden yang dipilih secara purposive sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner, sedangkan teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa work life balance berpengaruh positif dan signifikan terhadap kepuasan kerja karyawan Coffee Shop Second Space.

Kata Kunci: Work-life balance, kepuasan kerja, Coffee Shop Second Space

PENDAHULUAN

Beberapa Kajian Teori

Work life balance didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk memenuhi tanggung jawab pekerjaan dan tanggung jawab di luar pekerjaan secara seimbang. Clark (2000) mengemukakan bahwa work life balance bukan hanya soal pembagian waktu antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, tetapi juga tentang bagaimana individu merespons dan mengelola peran-peran yang berbeda tersebut. Dalam perspektif ini, work life balance dapat dianggap sebagai kondisi ideal di mana seseorang mampu menjalani kehidupan yang seimbang tanpa harus mengorbankan salah satu aspek kehidupannya. Dalam hal ini, keseimbangan bukan berarti pembagian yang sama rata, melainkan kemampuan untuk beradaptasi dan memenuhi tuntutan dari kedua sisi kehidupan.

Menurut Greenhaus et al. (2003), work life balance dapat dipecah menjadi tiga dimensi utama. Pertama, keterlibatan yang seimbang antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, yang berarti bahwa individu memberikan perhatian dan usaha yang cukup pada

kedua bidang tanpa merasa terbebani atau terpaksa. Kedua, kepuasan yang seimbang, yang mencakup perasaan puas dan bahagia dalam peran yang dimainkan di tempat kerja maupun di luar pekerjaan. Ketiga, prioritas yang seimbang, di mana individu mampu menentukan apa yang penting di setiap waktu tertentu dan menyesuaikan fokus serta energinya sesuai dengan prioritas tersebut. Dimensi-dimensi ini membantu memahami bagaimana individu dapat mencapai keseimbangan yang sehat dan produktif antara pekerjaan dan kehidupan pribadi.

Di sisi lain, kepuasan kerja adalah konsep yang berkaitan erat dengan perasaan positif yang dimiliki individu terhadap pekerjaannya. Locke (1976) menjelaskan bahwa kepuasan kerja merupakan hasil dari evaluasi subjektif individu terhadap pengalaman kerja mereka, termasuk bagaimana pekerjaan tersebut memenuhi kebutuhan dan harapan mereka. Kepuasan kerja tidak hanya berhubungan dengan aspek-aspek fisik atau material dari pekerjaan, tetapi juga dengan aspek psikologis seperti penghargaan, pengakuan, dan perasaan berharga dalam organisasi.

Spector (1997) menguraikan bahwa kepuasan kerja terdiri dari beberapa aspek penting yang mempengaruhi bagaimana individu merasakan pekerjaannya secara keseluruhan. Aspek-aspek tersebut meliputi gaji yang diterima, peluang untuk promosi, kualitas supervisi yang diberikan oleh atasan, tunjangan yang diterima, penghargaan dan pengakuan, prosedur operasional yang digunakan dalam pekerjaan, hubungan dengan rekan kerja, dan sifat pekerjaan itu sendiri. Setiap aspek ini berkontribusi terhadap keseluruhan kepuasan kerja, dan variasi dalam pengalaman individu terhadap aspek-aspek ini dapat mempengaruhi tingkat kepuasan mereka secara signifikan.

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh work life balance terhadap kepuasan kerja pada karyawan Coffee Shop Second Space. Di era modern ini, work life balance menjadi isu yang semakin krusial, terutama di industri jasa seperti coffee shop, di mana jam kerja yang fleksibel dan tuntutan untuk tetap memberikan pelayanan terbaik sering kali berbenturan dengan kebutuhan pribadi karyawan. Coffee Shop Second Space, sebagai salah satu pelaku dalam industri ini, menawarkan lingkungan kerja yang dinamis namun juga penuh tantangan, sehingga penting untuk memahami bagaimana keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi dapat memengaruhi kepuasan kerja karyawan.

Dengan menganalisis hubungan antara work life balance dan kepuasan kerja di Coffee Shop Second Space, penelitian ini berupaya memberikan wawasan baru mengenai faktor-faktor yang dapat meningkatkan kesejahteraan karyawan. Keseimbangan antara tanggung jawab kerja dan kebutuhan pribadi dianggap sebagai salah satu indikator utama kesejahteraan di tempat kerja, yang pada gilirannya dapat berkontribusi pada peningkatan produktivitas dan loyalitas karyawan. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi berharga bagi manajemen Coffee Shop Second Space dalam merancang kebijakan yang mendukung work life balance.

Selain itu, tujuan dari penelitian ini juga mencakup eksplorasi lebih lanjut mengenai bagaimana dimensi-dimensi work life balance, seperti keterlibatan, kepuasan, dan prioritas yang seimbang, berinteraksi dan berkontribusi terhadap kepuasan kerja secara keseluruhan. Pemahaman mendalam tentang dimensi-dimensi ini dapat membantu organisasi dalam mengidentifikasi area di mana keseimbangan belum tercapai dan kemudian mengembangkan strategi untuk mengatasinya.

Akhirnya, penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan rekomendasi praktis bagi perusahaan-perusahaan di industri jasa, khususnya coffee shop, dalam menciptakan

lingkungan kerja yang mendukung keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi. Dengan demikian, karyawan dapat mencapai kepuasan kerja yang lebih tinggi, yang pada akhirnya akan berdampak positif pada kinerja dan kesuksesan perusahaan secara keseluruhan.

Gap Masalah

Penelitian mengenai work life balance dan kepuasan kerja telah banyak dilakukan, namun penelitian-penelitian tersebut umumnya fokus pada konteks organisasi yang berbeda, seperti perusahaan manufaktur, perbankan, atau sektor publik. Di sektor-sektor ini, karakteristik pekerjaan, tuntutan, dan ekspektasi mungkin berbeda dengan industri jasa, khususnya coffee shop, yang memiliki dinamika dan tantangan tersendiri. Oleh karena itu, terdapat gap penelitian yang signifikan dalam memahami bagaimana work life balance memengaruhi kepuasan kerja di industri jasa, terutama dalam lingkungan kerja yang lebih kasual namun menuntut seperti coffee shop.

Penelitian ini mencoba mengisi gap tersebut dengan mengeksplorasi pengaruh work life balance terhadap kepuasan kerja dalam konteks Coffee Shop Second Space. Coffee shop merupakan lingkungan kerja yang unik, di mana jam kerja yang tidak teratur, interaksi langsung dengan pelanggan, serta tekanan untuk memberikan layanan yang konsisten dapat menjadi tantangan bagi karyawan dalam menjaga keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam memahami bagaimana karakteristik spesifik dari industri ini memengaruhi work life balance dan kepuasan kerja.

Selain itu, kebanyakan penelitian sebelumnya cenderung menggunakan sampel dari perusahaan besar dengan struktur organisasi yang sudah mapan. Namun, dalam industri coffee shop, yang sering kali terdiri dari usaha kecil hingga menengah, dengan struktur organisasi yang lebih fleksibel dan informal, tantangan dan solusi untuk work life balance mungkin berbeda. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi perbedaan-perbedaan tersebut dan mengidentifikasi faktor-faktor spesifik yang berkontribusi terhadap kepuasan kerja di lingkungan kerja seperti Coffee Shop Second Space.

Terakhir, penelitian ini juga berusaha untuk memperkaya literatur dengan memberikan perspektif baru mengenai pengaruh work life balance di sektor jasa yang sedang berkembang pesat di Indonesia. Dengan fokus pada industri coffee shop yang semakin populer, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang relevan bagi praktisi dan akademisi dalam memahami dinamika work life balance dan kepuasan kerja di industri ini, serta menawarkan rekomendasi untuk meningkatkan kesejahteraan karyawan dalam konteks yang lebih luas.

Kajian Terdahulu

Beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan topik ini menunjukkan bahwa work life balance memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kepuasan kerja karyawan. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh Putri dan Suana (2016) menegaskan bahwa karyawan yang mampu mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi cenderung merasa lebih puas dengan pekerjaannya. Penelitian ini menemukan bahwa work life balance tidak hanya berkontribusi terhadap kepuasan kerja secara keseluruhan, tetapi juga berperan penting dalam mengurangi stres kerja dan meningkatkan kualitas hidup karyawan.

Penelitian lain oleh Susanti dan Palupiningdyah (2018) juga mendukung temuan ini, dengan menyatakan bahwa work life balance adalah salah satu faktor kunci yang mempengaruhi tingkat kepuasan kerja karyawan. Dalam penelitian mereka, diungkapkan

bahwa karyawan yang merasa mampu mengelola waktu dan energi mereka antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dengan efektif, cenderung lebih bahagia dan lebih produktif di tempat kerja. Hal ini menunjukkan pentingnya dukungan organisasi dalam membantu karyawan mencapai work life balance, sebagai bagian dari strategi untuk meningkatkan kepuasan dan retensi karyawan.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Sulisty (2020) menunjukkan bahwa work life balance juga memiliki implikasi yang signifikan terhadap aspek-aspek lain dari kesejahteraan karyawan, seperti keseimbangan emosional dan kepuasan hidup secara keseluruhan. Penelitian ini menemukan bahwa karyawan yang berhasil menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi cenderung memiliki tingkat kepuasan kerja yang lebih tinggi, serta lebih mampu mengatasi tekanan dan tantangan di tempat kerja. Ini menunjukkan bahwa work life balance tidak hanya berhubungan dengan kepuasan kerja, tetapi juga dengan kesejahteraan mental dan emosional karyawan.

Secara keseluruhan, kajian terdahulu ini memperkuat argumen bahwa work life balance adalah komponen penting dalam mencapai kepuasan kerja yang optimal. Namun, meskipun banyak penelitian telah dilakukan di berbagai sektor, masih sedikit yang secara spesifik meneliti hubungan ini dalam konteks industri jasa seperti coffee shop. Penelitian ini diharapkan dapat mengisi kesenjangan tersebut dan memberikan kontribusi baru dalam memahami bagaimana work life balance dapat diimplementasikan dan dimanfaatkan untuk meningkatkan kepuasan kerja dalam industri yang berkembang pesat ini.

Novelty/Kebaruan

Penelitian ini menawarkan kebaruan dengan fokus pada analisis pengaruh work life balance terhadap kepuasan kerja di sektor industri jasa, khususnya pada karyawan Coffee Shop Second Space. Sebagai salah satu industri yang sedang berkembang pesat di Indonesia, coffee shop memiliki karakteristik unik yang berbeda dari sektor-sektor lain yang telah banyak diteliti sebelumnya. Industri ini mengharuskan karyawan untuk bekerja dengan jam kerja yang fleksibel namun tidak teratur, interaksi langsung dengan pelanggan, dan beban kerja yang bisa sangat dinamis, semua ini menjadikan work life balance sebagai isu yang penting namun sering kali diabaikan.

Kontribusi baru dari penelitian ini adalah dalam memahami bagaimana dimensi-dimensi work life balance yang telah diidentifikasi oleh Greenhaus et al. (2003) dapat diaplikasikan dalam konteks coffee shop, dan bagaimana dimensi-dimensi tersebut mempengaruhi kepuasan kerja karyawan. Penelitian ini juga memberikan wawasan tentang bagaimana manajemen coffee shop dapat mendukung karyawan dalam mencapai work life balance, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kepuasan kerja mereka. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berfokus pada pengaruh work life balance secara umum, tetapi juga pada bagaimana kebijakan dan praktik di tempat kerja dapat disesuaikan untuk mendukung keseimbangan ini dalam konteks yang spesifik.

Selain itu, penelitian ini juga berkontribusi pada literatur dengan memberikan perspektif baru tentang bagaimana industri jasa, yang cenderung lebih fleksibel dan informal, memengaruhi work life balance dan kepuasan kerja. Penelitian ini menambahkan dimensi baru dalam diskusi tentang work life balance, dengan menyoroti pentingnya dukungan manajerial dan lingkungan kerja yang kondusif dalam membantu karyawan mencapai keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi.

Akhirnya, kebaruan dari penelitian ini juga terletak pada pendekatannya yang spesifik terhadap industri coffee shop di Indonesia, yang merupakan fenomena yang relatif baru dan berkembang. Dengan fokus pada Coffee Shop Second Space, penelitian

ini memberikan contoh konkret dari bagaimana konsep work life balance diterapkan dalam industri yang sedang berkembang ini, dan bagaimana hal itu berdampak pada kepuasan kerja karyawan. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya, serta bagi praktisi di industri jasa dalam menciptakan lingkungan kerja yang lebih mendukung keseimbangan dan kesejahteraan karyawan.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan survei. Penelitian kuantitatif dipilih karena metode ini memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data dalam bentuk angka-angka yang dapat dianalisis secara statistik. Dengan menggunakan survei, peneliti dapat memperoleh gambaran umum tentang bagaimana work life balance memengaruhi kepuasan kerja karyawan di Coffee Shop Second Space. Survei sebagai metode pengumpulan data memberikan fleksibilitas dalam menjangkau responden dalam jumlah besar, sehingga hasil yang diperoleh dapat digeneralisasikan untuk populasi yang lebih luas.

Selain itu, penelitian kuantitatif dengan pendekatan survei juga memungkinkan peneliti untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya. Melalui penggunaan instrumen seperti kuesioner, peneliti dapat mengukur variabel-variabel yang relevan dengan work life balance dan kepuasan kerja, serta mengidentifikasi hubungan antara variabel-variabel tersebut. Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan bukti empiris yang kuat mengenai pengaruh work life balance terhadap kepuasan kerja di lingkungan kerja coffee shop, yang mungkin berbeda dengan industri lainnya.

Pendekatan Penelitian

Pendekatan kuantitatif dalam penelitian ini berfokus pada pengumpulan data yang berbentuk angka-angka yang kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk melakukan pengukuran yang objektif terhadap variabel work life balance dan kepuasan kerja, serta menganalisis data tersebut dengan menggunakan alat-alat statistik untuk menentukan apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Dengan demikian, pendekatan ini membantu peneliti untuk mendapatkan gambaran yang jelas dan terukur tentang seberapa besar pengaruh work life balance terhadap kepuasan kerja di Coffee Shop Second Space.

Dalam pendekatan kuantitatif ini, peneliti juga dapat melakukan uji hipotesis yang telah dirumuskan berdasarkan teori dan kajian terdahulu. Analisis statistik memungkinkan peneliti untuk menguji hipotesis dengan tingkat kepercayaan tertentu, sehingga hasil yang diperoleh dapat diinterpretasikan dengan akurasi tinggi. Pendekatan ini memberikan keunggulan dalam hal keobjektifan dan reliabilitas, karena data yang diperoleh dapat diolah dan dianalisis secara sistematis, menghasilkan temuan-temuan yang dapat dijadikan dasar untuk membuat keputusan atau rekomendasi yang tepat.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh karyawan Coffee Shop Second Space, yang berperan sebagai subjek penelitian. Populasi ini dipilih karena karyawan coffee shop sering kali menghadapi tantangan dalam mencapai work life balance, mengingat jam kerja yang fleksibel namun tidak teratur, serta tuntutan pelayanan yang konstan. Dengan demikian, mereka merupakan kelompok yang relevan untuk diteliti dalam konteks pengaruh work life balance terhadap kepuasan kerja. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang akurat

mengenai fenomena yang diteliti, sehingga hasil penelitian dapat lebih mudah digeneralisasikan.

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 100 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Teknik ini digunakan untuk memastikan bahwa responden yang dipilih adalah mereka yang memiliki karakteristik tertentu yang relevan dengan penelitian, seperti karyawan tetap yang telah bekerja selama periode tertentu di Coffee Shop Second Space. Dengan menggunakan purposive sampling, peneliti dapat fokus pada kelompok yang dianggap memiliki wawasan dan pengalaman yang paling relevan dengan topik penelitian, sehingga data yang diperoleh lebih representatif dan sesuai dengan tujuan penelitian.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui penyebaran kuesioner kepada responden. Kuesioner merupakan instrumen yang efektif dalam penelitian kuantitatif, karena memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data dalam jumlah besar dengan cara yang terstruktur dan efisien. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini dirancang untuk mengukur variabel-variabel yang berkaitan dengan work life balance dan kepuasan kerja, menggunakan skala yang memungkinkan responden untuk memberikan jawaban yang dapat dianalisis secara statistik. Kuesioner tersebut terdiri dari pertanyaan-pertanyaan tertutup yang dirancang untuk menggali informasi spesifik dari responden terkait pengalaman mereka dalam bekerja di Coffee Shop Second Space.

Penyebaran kuesioner dilakukan baik secara langsung maupun melalui media online, tergantung pada kemudahan akses bagi responden. Dengan menggunakan kuesioner, peneliti dapat memastikan bahwa setiap responden memberikan jawaban yang seragam, sehingga data yang diperoleh lebih mudah untuk diolah dan dianalisis. Selain itu, kuesioner memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data dalam waktu yang relatif singkat, yang sangat berguna dalam penelitian yang memiliki batasan waktu. Data yang dikumpulkan melalui kuesioner ini kemudian akan diolah menggunakan teknik statistik untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear berganda. Analisis ini dipilih karena mampu mengidentifikasi dan mengukur pengaruh beberapa variabel independen (dalam hal ini, dimensi work life balance) terhadap variabel dependen (kepuasan kerja). Analisis regresi linear berganda memungkinkan peneliti untuk tidak hanya melihat pengaruh secara individual dari masing-masing dimensi work life balance, tetapi juga memahami bagaimana kombinasi dari dimensi-dimensi tersebut secara keseluruhan memengaruhi kepuasan kerja. Dengan demikian, analisis ini memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang hubungan antara work life balance dan kepuasan kerja.

Proses analisis data dimulai dengan pengujian asumsi-asumsi dasar regresi, seperti linearitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas, untuk memastikan validitas model yang digunakan. Setelah itu, peneliti melakukan pengolahan data menggunakan software statistik untuk menguji model regresi yang telah dibangun. Hasil dari analisis ini akan menunjukkan apakah variabel work life balance memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepuasan kerja, serta seberapa besar pengaruh tersebut. Temuan ini akan menjadi dasar untuk menarik kesimpulan dan memberikan rekomendasi yang relevan bagi manajemen Coffee Shop Second Space dalam upaya meningkatkan keseimbangan kerja dan kehidupan karyawan serta kepuasan kerja mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Paparan Data

Berdasarkan hasil pengumpulan data, didapati bahwa rata-rata usia karyawan Coffee Shop Second Space adalah 25 tahun, menunjukkan bahwa mayoritas karyawan berada pada usia muda dan produktif. Usia muda ini sering kali dikaitkan dengan semangat kerja yang tinggi, adaptabilitas yang baik, dan kemauan untuk belajar hal-hal baru. Namun, pada saat yang sama, karyawan dalam rentang usia ini juga mungkin menghadapi tantangan dalam mengelola work life balance, terutama jika mereka sedang membangun karier dan kehidupan pribadi secara bersamaan. Masa kerja rata-rata karyawan selama 3 tahun menunjukkan bahwa mayoritas karyawan memiliki pengalaman kerja yang cukup untuk memahami dinamika pekerjaan di Coffee Shop Second Space serta tuntutan yang menyertainya.

Dari data yang ada, diketahui bahwa 60% karyawan berjenis kelamin perempuan dan 40% berjenis kelamin laki-laki. Komposisi gender ini mungkin mencerminkan industri jasa yang sering kali lebih didominasi oleh pekerja perempuan, terutama dalam peran yang melibatkan pelayanan pelanggan. Penting bagi manajemen untuk mempertimbangkan kebutuhan dan tantangan spesifik yang dihadapi oleh karyawan perempuan dalam upaya menjaga work life balance, mengingat perempuan sering kali memiliki tanggung jawab ganda di tempat kerja dan di rumah.

Selain itu, tingkat pendidikan karyawan juga memberikan gambaran penting tentang karakteristik tenaga kerja di Coffee Shop Second Space. Sebanyak 70% karyawan memiliki tingkat pendidikan S1, yang menunjukkan bahwa sebagian besar karyawan memiliki latar belakang pendidikan yang cukup tinggi. Hal ini dapat menjadi keuntungan bagi perusahaan karena karyawan dengan pendidikan tinggi cenderung memiliki keterampilan analitis dan pemecahan masalah yang baik, serta lebih mampu beradaptasi dengan perubahan dan inovasi di tempat kerja. Namun, tingkat pendidikan yang tinggi juga bisa berarti bahwa karyawan memiliki harapan yang lebih besar terhadap pekerjaan mereka, termasuk dalam hal work life balance dan kepuasan kerja.

Paparan data ini juga menunjukkan bahwa perusahaan memiliki tenaga kerja yang cukup beragam dalam hal usia, gender, dan tingkat pendidikan. Diversitas ini bisa menjadi kekuatan bagi perusahaan jika dikelola dengan baik, karena dapat mendorong terciptanya lingkungan kerja yang inklusif dan beragam. Di sisi lain, diversitas juga menuntut manajemen untuk lebih peka terhadap kebutuhan yang berbeda dari masing-masing kelompok karyawan, terutama dalam hal work life balance, agar kepuasan kerja dapat terjaga di seluruh lapisan karyawan.

Dengan mengetahui profil demografis karyawan seperti ini, manajemen Coffee Shop Second Space dapat merancang kebijakan dan program yang lebih tepat sasaran. Misalnya, program pelatihan dan pengembangan karier bisa disesuaikan dengan usia dan latar belakang pendidikan karyawan. Selain itu, kebijakan yang mendukung work life balance, seperti fleksibilitas kerja atau program kesehatan mental, dapat dirancang untuk memenuhi kebutuhan spesifik dari kelompok karyawan yang lebih rentan terhadap stres atau burnout.

Pembahasan

Hasil analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa work life balance memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kepuasan kerja karyawan Coffee Shop Second Space. Ini berarti bahwa semakin baik work life balance yang dirasakan oleh karyawan, maka semakin tinggi pula tingkat kepuasan kerja mereka. Temuan ini sangat

relevan dalam konteks industri jasa, di mana karyawan sering kali dihadapkan pada tekanan pekerjaan yang tinggi serta tuntutan pelayanan pelanggan yang konsisten. Ketika karyawan merasa bahwa mereka dapat mengelola waktu dan energi mereka dengan baik antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, mereka cenderung merasa lebih puas dengan pekerjaan mereka, yang pada gilirannya dapat meningkatkan produktivitas dan loyalitas mereka terhadap perusahaan.

Temuan ini juga konsisten dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Putri dan Suana (2016), Susanti dan Palupiningdyah (2018), serta Sari dan Sulistyo (2020). Penelitian-penelitian tersebut juga menemukan bahwa work life balance berpengaruh positif dan signifikan terhadap kepuasan kerja karyawan. Konsistensi ini menunjukkan bahwa work life balance adalah faktor penting yang memengaruhi kepuasan kerja di berbagai konteks organisasi. Bagi Coffee Shop Second Space, yang beroperasi di industri jasa yang dinamis dan cepat berubah, memastikan work life balance karyawan terjaga menjadi kunci untuk mempertahankan tenaga kerja yang termotivasi dan produktif.

Dalam konteks Coffee Shop Second Space, work life balance yang baik dapat memberikan beberapa dampak positif bagi karyawan. Pertama, karyawan yang memiliki keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi akan lebih mampu mengelola stres. Misalnya, mereka mungkin memiliki waktu yang cukup untuk beristirahat dan bersantai setelah jam kerja, yang dapat membantu mereka menjaga kesehatan mental dan fisik. Dengan tingkat stres yang lebih rendah, karyawan akan lebih produktif dan mampu memberikan pelayanan yang lebih baik kepada pelanggan.

Kedua, karyawan yang merasa bahwa perusahaan mendukung work life balance mereka cenderung merasa lebih dihargai dan didukung oleh manajemen. Rasa dihargai ini dapat meningkatkan kepuasan kerja karyawan, karena mereka merasa bahwa perusahaan peduli terhadap kesejahteraan mereka. Dalam jangka panjang, hal ini dapat meningkatkan komitmen dan loyalitas karyawan terhadap perusahaan, yang sangat penting dalam mempertahankan tenaga kerja yang berkualitas di industri jasa yang kompetitif.

Ketiga, work life balance yang baik memungkinkan karyawan untuk memenuhi tanggung jawab di luar pekerjaan, seperti tanggung jawab terhadap keluarga dan kehidupan sosial. Ketika karyawan merasa bahwa mereka memiliki waktu dan energi yang cukup untuk berpartisipasi dalam kehidupan keluarga dan sosial, mereka cenderung merasa lebih bahagia dan puas dengan kehidupan mereka secara keseluruhan. Hal ini juga dapat berkontribusi pada peningkatan kepuasan kerja, karena karyawan merasa bahwa mereka tidak harus mengorbankan kehidupan pribadi mereka untuk pekerjaan.

Namun, untuk mencapai work life balance yang baik, diperlukan upaya dari kedua belah pihak: baik dari karyawan itu sendiri maupun dari manajemen. Manajemen Coffee Shop Second Space dapat memainkan peran penting dengan menyediakan fasilitas dan program yang mendukung keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi karyawan. Misalnya, perusahaan dapat menerapkan jam kerja yang fleksibel, menyediakan cuti yang memadai, serta menawarkan tunjangan kesehatan yang dapat membantu karyawan menjaga kesejahteraan mereka.

Dengan demikian, manajemen Coffee Shop Second Space perlu memperhatikan dan meningkatkan work life balance karyawan, tidak hanya sebagai bentuk tanggung jawab sosial perusahaan, tetapi juga sebagai strategi untuk meningkatkan produktivitas dan retensi karyawan. Investasi dalam program-program yang mendukung work life

balance dapat menghasilkan tenaga kerja yang lebih puas, lebih produktif, dan lebih loyal, yang pada akhirnya akan membawa manfaat jangka panjang bagi perusahaan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa work life balance memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kepuasan kerja karyawan di Coffee Shop Second Space. Artinya, ketika karyawan merasa bahwa mereka dapat mengelola waktu dan energi mereka dengan baik antara tuntutan pekerjaan dan kehidupan pribadi, mereka cenderung mengalami tingkat kepuasan kerja yang lebih tinggi. Kepuasan kerja ini tidak hanya terkait dengan perasaan positif terhadap pekerjaan mereka tetapi juga berdampak pada motivasi, komitmen, dan loyalitas mereka terhadap perusahaan. Karyawan yang merasa puas cenderung lebih termotivasi untuk bekerja dengan lebih produktif, memberikan pelayanan yang berkualitas kepada pelanggan, dan menunjukkan komitmen jangka panjang terhadap perusahaan.

Oleh karena itu, pihak manajemen Coffee Shop Second Space harus memberikan perhatian yang serius terhadap work life balance karyawan sebagai bagian dari strategi untuk meningkatkan kesejahteraan dan kinerja mereka. Langkah-langkah yang dapat diambil termasuk penerapan jam kerja yang fleksibel, penyediaan cuti yang memadai, serta dukungan dalam bentuk tunjangan kesehatan dan program kesejahteraan lainnya. Dengan menciptakan lingkungan kerja yang mendukung keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi, perusahaan tidak hanya dapat meningkatkan kepuasan kerja karyawan tetapi juga mengurangi tingkat stres dan burnout yang bisa berdampak negatif pada kinerja karyawan. Pada akhirnya, investasi dalam work life balance ini akan membawa dampak positif jangka panjang bagi karyawan dan perusahaan secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Clark, S. C. (2000). Work/family border theory: A new theory of work/family balance. *Human relations*, 53(6), 747-770.
- Greenhaus, J. H., Collins, K. M., & Shaw, J. D. (2003). The relation between work–family balance and quality of life. *Journal of vocational behavior*, 63(3), 510-531.
- Locke, E. A. (1976). The nature and causes of job satisfaction. *Handbook of industrial and organizational psychology*.
- Putri, N. K. M., & Suana, I. W. (2016). Pengaruh Work-Life Balance terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Generasi Y. *E-Jurnal Manajemen Universitas Udayana*, 5(1).
- Sari, D. A. P., & Sulistyono, H. (2020). Pengaruh Work Life Balance terhadap Kepuasan Kerja Karyawan dengan Stres Kerja sebagai Variabel Mediasi. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 8(1).
- Spector, P. E. (1997). *Job satisfaction: Application, assessment, causes, and consequences* (Vol. 3). Sage publications.