

**PENGARUH FLEKSIBILITAS KERJA, KESEIMBANGAN
KEHIDUPAN KERJA, DAN BEBAN KERJA TERHADAP
PRODUKTIVITAS KARYAWAN GEN Z PADA
PT. PASAR SWALAYAN MAJU BERSAMA
MEDAN**

SKRIPSI

Oleh:

**TRACY LINZ
NIM. 222111294**



**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS BISNIS DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS MIKROSKIL
MEDAN
2026**

**THE EFFECT OF WORK FLEXIBILITY, WORK-
LIFE BALANCE, AND WORKLOAD ON GEN Z
EMPLOYEE PRODUCTIVITY AT PT. PASAR
SWALAYAN MAJU BERSAMA
MEDAN**

FINAL RESEARCH

By:

**TRACY LINZ
NIM. 222111294**



**UNDERGRADUATE PROGRAM OF MANAGEMENT
SCHOOL OF BUSINESS AND HUMANITIES
UNIVERSITAS MIKROSKIL
MEDAN
2026**

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH FLEKSIBILITAS KERJA, KESEIMBANGAN KEHIDUPAN KERJA DAN BEBAN KERJA TERHADAP PRODUKTIVITAS KARYAWAN GEN Z PADA PT. PASAR SWALAYAN MAJU BERSAMA MEDAN

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Persyaratan Guna
Mendapatkan Gelar Sarjana Strata Satu
Program Studi Manajemen

Oleh:

TRACY LINZ
NIM. 222111294

Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing I,

Dosen Pembimbing II,


Sugianta Ovinus Ginting, S.E., M.M.


Purnaya Sari Tarigan, S.E., M.Si.

Medan, 29 Juli 2026
Diketahui dan Disahkan Oleh:

Ketua Program Studi,

Christine, S.M., M. Si.

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang membuat pernyataan ini adalah mahasiswa Program Studi S-1 Manajemen Universitas Mikroskil Medan dengan identitas mahasiswa sebagai berikut:

NIM : 222111294

Nama : Tracy Linz

Saya telah melaksanakan Penelitian dan Penulisan Tugas Akhir dengan judul dan tempat penelitian sebagai berikut:

Judul Tugas Akhir : Pengaruh Fleksibilitas Kerja, Keseimbangan Kehidupan Kerja, dan Beban Kerja terhadap Produktivitas Karyawan Gen Z pada PT. Pasar Swalayan Maju Bersama Medan

Tempat penelitian : PT. Pasar Swalayan Maju Bersama Medan

Alamat Penelitian : Medan

No. Telp : (061) 6628120

Sehubungan dengan Tugas akhir tersebut, dengan ini saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa **Penelitian dan Penulisan Tugas Akhir tersebut adalah benar merupakan hasil karya saya sendiri (tidak menyuruh orang lain yang mengerjakannya) dan belum dipublikasikan oleh siapapun sebelumnya.** Bila dikemudian hari ternyata terbukti bahwa bukan saya yang mengerjakannya (membuat) atau sudah pernah dipublikasikan oleh pihak lain, maka saya bersedia dikenakan sanksi yang telah ditetapkan oleh Universitas Mikroskil Medan yakni **Pencabutan Ijazah yang telah saya terima dan Ijazah tersebut dinyatakan tidak sah.**

Selain itu, demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mikroskil Medan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Right*) atas Tugas Akhir saya. Dengan hak ini, Universitas Mikroskil Medan berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya, secara keseluruhan atau hanya sebagian atau hanya ringkasannya saja dalam bentuk format tercetak dan/atau elektronik, selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Menyatakan juga bahwa saya akan mempertahankan hak eksklusif saya untuk menggunakan seluruh atau sebagian isi Tugas Akhir saya guna pengembangan karya di masa depan, misalnya dalam bentuk artikel atau buku.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat dengan sungguh-sungguh, dalam keadaan sadar dan tanpa ada tekanan dari pihak manapun.

Medan, 29 Juli 2026

Saya yang membuat pernyataan,



ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh Fleksibilitas Kerja, Keseimbangan Kehidupan Kerja, dan Beban Kerja terhadap Produktivitas Karyawan Gen Z pada PT. Pasar Swalayan Maju Bersama Medan. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 140 karyawan. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 104 karyawan dengan pengambilan sampel *Probability Sampling* dengan rumus *Simple Random Sampling (Slovin)*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear berganda dengan pengujian hipotesis uji statistik. Metode pengumpulan data yang dilakukan yaitu melalui pembagian kuesioner kepada responden, observasi, dan studi kepustakaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara parsial, variabel Fleksibilitas Kerja dan Keseimbangan Kehidupan Kerja tidak berpengaruh terhadap Produktivitas Karyawan serta variabel Beban Kerja berpengaruh terhadap Produktivitas Karyawan. Selanjutnya, hasil penelitian menunjukkan bahwa secara simultan variabel Fleksibilitas Kerja, Keseimbangan Kehidupan Kerja, dan Beban Kerja memiliki pengaruh terhadap Produktivitas Karyawan Gen Z pada PT. Pasar Swalayan Maju Bersama Medan. Hasil uji *Adjusted R²* diperoleh sebesar 0,397. Hal ini menunjukkan bahwa variabel Fleksibilitas Kerja, Keseimbangan Kehidupan Kerja, dan Beban Kerja mampu menjelaskan variabel Produktivitas Karyawan sebesar 39,7% sedangkan sisanya 60,3% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti disiplin kerja, kompensasi, gaya kepemimpinan, motivasi kerja, dan sebagainya.

Kata Kunci: *Fleksibilitas Kerja, Keseimbangan Kehidupan Kerja, Beban Kerja, Produktivitas Karyawan*

ABSTRACT

This research aims to determine and analyze the effect of Work Flexibility, Work-Life Balance, and Workload on the Productivity of Gen Z Employees at PT. Pasar Swalayan Maju Bersama Medan. The type of research used in this research is a quantitative method. The population used in this research was 140 employees. The number of samples used in this research was 104 employees with Probability Sampling with the Simple Random Sampling (Slovin) formula. The data analysis technique used in this research was multiple linear regression analysis with statistical test hypothesis testing. The data collection method was carried out through distributing questionnaires to respondents, observation, and literature research. The results of the research showed that partially, the variables of Work Flexibility and Work-Life Balance did not affect Employee Productivity and the variable of Workload affected Employee Productivity. Furthermore, the results of the research showed that simultaneously the variables of Work Flexibility, Work-Life Balance, and Workload had an influence on the Productivity of Gen Z Employees at PT. Pasar Swalayan Maju Bersama Medan. The results of the Adjusted R^2 test were obtained at 0.397. This indicates that the variables Work Flexibility, Work-Life Balance, and Workload explain 39.7% of Employee Productivity, while the remaining 60.3% is influenced by other variables not examined in this research, such as work discipline, compensation, leadership style, work motivation, and so on.

Keywords: *Work Flexibility, Work-Life Balance, Workload, Employee Productivity*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena Berkat Rahmat dan Kasih setia-Nya penulis dapat menyelesaikan sebuah karya tulis yang berjudul “Pengaruh Fleksibilitas Kerja, Keseimbangan Kehidupan Kerja, dan Beban Kerja Terhadap Produktivitas Karyawan Gen Z pada PT. Pasar Swalayan Maju Bersama Medan” dapat diselesaikan penulis dengan maksimal sebagai syarat akademis dalam menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Program Studi Manajemen Fakultas Bisnis dan Humaniora Universitas Mikroskil.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya tidak lepas dari bimbingan, motivasi, bantuan dan dukungan dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi. Pada kesempatan ini, penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Sugianta Ovinus Ginting, S.E., M.M., selaku Dosen Pembimbing I dan sebagai Dekan Fakultas Bisnis dan Humaniora Universitas Mikroskil Medan, yang telah bersedia memberikan waktu, bimbingan, saran serta motivasi yang sangat berharga selama penyusunan skripsi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan penulis.
2. Ibu Purnaya Sari Tarigan, S.E., M.Si., selaku Dosen Pembimbing II, yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, saran, motivasi yang sangat berharga selama penyusunan skripsi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan penulis.
3. Bapak Hardy, S.Kom., M.Sc., Ph.D., selaku Rektor Universitas Mikroskil Medan.
4. Ibu Christine, S.M., M.Si., selaku Ketua Program Studi Manajemen Fakultas Bisnis dan Humaniora Universitas Mikroskil Medan.
5. Ibu Novi Yanti, S.M., selaku Sekretaris Program Studi Manajemen Fakultas Bisnis dan Humaniora Universitas Mikroskil Medan.
6. Ibu Sherly Joe, S.Kom., M.M., selaku Dosen Wali.
7. Seluruh Dosen dan Staf Universitas Mikroskil Medan yang telah banyak memberikan motivasi dan ilmu pengetahuan yang sangat bermanfaat bagi

penulis.

8. Orang tua dan keluarga penulis yang telah mendidik, mendoakan, mendukung, serta memberi kasih sayang yang begitu besar kepada penulis.
9. Ibu Herlina selaku *HRD Manager* PT. Pasar Swalayan Maju Bersama Medan, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian di PT. Pasar Swalayan Maju Bersama Medan.
10. Ibu Susianti, S.E., selaku *Store Manager* Maximart Yanglim yang telah memberikan izin keluar saat penulis ingin melakukan bimbingan di kampus.
11. Responden penulis yang telah meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner yang telah dibagikan, serta kesempatan yang telah diberikan untuk melakukan penelitian ini di PT. Pasar Swalayan Maju Bersama Medan.
12. Teman penulis yang sangat dikasihi dari kelas Manajemen B Sore, selaku teman yang selalu memberikan motivasi dan dukungan semasa studi di Universitas Mikroskil Medan.
13. Seseorang yang pernah hadir dalam hidup penulis, terima kasih untuk patah hati yang diberikan dan telah menjadi motivasi bagi penulis untuk membuktikan bahwa penulis telah menjadi pribadi yang lebih baik.
14. Pihak-pihak yang tidak bisa disebutkan satu per satu oleh penulis, yang telah memberikan bantuan, dukungan, motivasi serta ilmu yang berharga secara langsung maupun tidak langsung selama masa penyusunan skripsi ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, baik dalam ejaan, kosakata, tata bahasa, maupun isi. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca yang kemudian akan digunakan sebagai evaluasi.

Demikian skripsi ini dikerjakan, semoga dapat diterima sebagai ide dan gagasan serta referensi untuk penelitian selanjutnya.

Medan, 29 Juli 2026



Tracy Linz

DAFTAR ISI

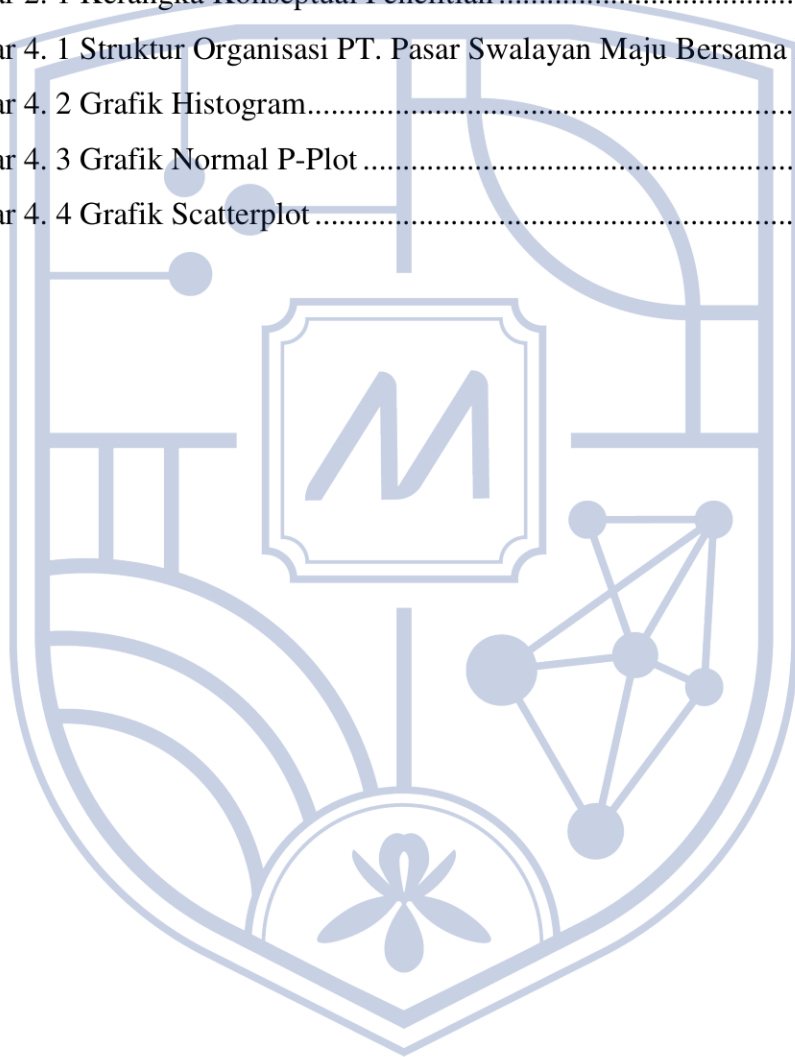
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	9
1.3. Ruang Lingkup	10
1.4. Tujuan	10
1.5. Manfaat	11
1.6. Originalitas Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1. Landasan Teori	13
2.1.1. Manajemen Sumber Daya Manusia (SDM).....	13
2.1.2. Produktivitas Karyawan.....	15
2.1.3. Fleksibilitas Kerja.....	18
2.1.4. Keseimbangan Kehidupan Kerja	22
2.1.5. Beban Kerja	24
2.2. Review Penelitian Terdahulu.....	27
2.3. Kerangka Konseptual.....	33
2.4. Pengembangan Hipotesis.....	35
2.4.1. Pengaruh Fleksibilitas Kerja terhadap Produktivitas Karyawan Gen Z pada PT. Pasar Swalayan Maju Bersama Medan	35
2.4.2. Pengaruh Keseimbangan Kehidupan Kerja terhadap Produktivitas Karyawan Gen Z pada PT. Pasar Swalayan Maju Bersama Medan...	36
2.4.3. Pengaruh Beban Kerja terhadap Produktivitas Karyawan Gen Z pada PT.	

Pasar Swalayan Maju Bersama Medan	36
2.4.4. Pengaruh Fleksibilitas Kerja, Keseimbangan Kehidupan Kerja, dan Beban Kerja terhadap Produktivitas Karyawan Gen Z pada PT. Pasar Swalayan Maju Bersama Medan	37
BAB III METODE PENELITIAN / TAHAPAN PELAKSANAAN.....	38
3.1. Jenis Penelitian	38
3.2. Objek Penelitian.....	38
3.3. Metode Pengumpulan Data.....	38
3.3.1. Kuesioner (Angket).....	39
3.3.2. Observasi	39
3.3.3. Studi Kepustakaan	39
3.4. Populasi dan Sampel.....	40
3.4.1. Populasi.....	40
3.4.2. Sampel	41
3.5. Definisi Operasional Variabel	43
3.6. Metode Analisis Data	45
3.6.1. Statistik Deskriptif	45
3.6.2. Uji Instrumen Penelitian	45
3.6.3. Uji Asumsi Klasik.....	46
3.6.4. Analisis Regresi Linear Berganda	48
3.6.5. Uji Hipotesis	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50
4.1. Hasil.....	50
4.1.1. Gambaran Umum Perusahaan	50
4.1.2. Pengiriman dan Pengembalian Kuesioner	56
4.1.3. Karakteristik Identitas Responden	56
4.1.4. Hasil Statistik Deskriptif.....	60
4.1.5. Hasil Uji Instrumen Penelitian.....	63
4.1.6. Hasil Uji Asumsi Klasik	68
4.1.7. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda.....	73
4.1.8. Hasil Uji Hipotesis.....	74

4.2. Pembahasan	76
4.2.1. Pengaruh Fleksibilitas Kerja terhadap Produktivitas Karyawan	76
4.2.2. Pengaruh Keseimbangan Kehidupan Kerja terhadap Produktivitas Karyawan.....	77
4.2.3. Pengaruh Beban Kerja terhadap Produktivitas Karyawan.....	78
4.2.4. Pengaruh Fleksibilitas Kerja, Keseimbangan Kehidupan Kerja, dan Beban Kerja terhadap Produktivitas Karyawan	79
BAB V PENUTUP.....	81
5.1. Kesimpulan.....	81
5.2. Saran	81
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN.....	86
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	112

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Data Prasurvei Fleksibilitas Kerja.....	3
Gambar 1. 2 Data Prasurvei Keseimbangan Kehidupan Kerja	5
Gambar 1. 3 Data Prasurvei Beban Kerja	7
Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual Penelitian	34
Gambar 4. 1 Struktur Organisasi PT. Pasar Swalayan Maju Bersama Medan	51
Gambar 4. 2 Grafik Histogram.....	67
Gambar 4. 3 Grafik Normal P-Plot	68
Gambar 4. 4 Grafik Scatterplot	70



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Review Penelitian Terdahulu	29
Tabel 3. 1 Skala Likert	38
Tabel 3. 2 Jumlah Karyawan Gen Z.....	39
Tabel 3. 3 Jumlah Sampel Karyawan Gen Z.....	41
Tabel 3. 4 Definisi Operasional Variabel.....	43
Tabel 4. 1 Tingkat Pengembalian Kuesioner	55
Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jabatan	55
Tabel 4. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja	56
Tabel 4. 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	57
Tabel 4. 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	58
Tabel 4. 6 Distribusi Jawaban Responden Terhadap Variabel Fleksibilitas Kerja	59
Tabel 4. 7 Distribusi Jawaban Responden Terhadap Variabel Keseimbangan Kehidupan Kerja	60
Tabel 4. 8 Distribusi Jawaban Responden Terhadap Variabel Beban Kerja	61
Tabel 4. 9 Distribusi Jawaban Responden Terhadap Variabel Produktivitas Karyawan	62
Tabel 4. 10 Hasil Uji Validitas Fleksibilitas Kerja (X1).....	63
Tabel 4. 11 Hasil Uji Validitas Keseimbangan Kehidupan Kerja (X2).....	63
Tabel 4. 12 Hasil Uji Validitas Beban Kerja (X3).....	64
Tabel 4. 13 Hasil Uji Validitas Produktivitas Karyawan (Y)	65
Tabel 4. 14 Hasil Uji Reliabilitas	66
Tabel 4. 15 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov.....	68
Tabel 4. 16 Hasil Uji Multikolinearitas.....	69
Tabel 4. 17 Hasil Uji Heteroskedastisitas (Uji Glejser).....	71
Tabel 4. 18 Hasil Uji Regresi Linear Berganda	72
Tabel 4. 19 Hasil Uji Hipotesis Secara Parsial (Uji-t)	73
Tabel 4. 20 Hasil Uji Hipotesis Secara Simultan (Uji-F)	74
Tabel 4. 21 Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2)	75

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	85
Lampiran 2 Distribusi Jawaban Responden.....	91
Lampiran 3 Hasil Uji Statistik Deskriptif	101
Lampiran 4 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	103
Lampiran 5 Hasil Uji Asumsi Klasik.....	106
Lampiran 6 Hasil Uji Analisis Regresi Linear Berganda.....	109
Lampiran 7 Hasil Uji Hipotesis	110

