

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Dalam beberapa tahun terakhir, keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi (*Work-Life Balance* atau WLB) telah menjadi prioritas utama bagi pekerja di seluruh dunia. Survei global Randstad Workmonitor 2025 yang melibatkan 26.000 pekerja di 35 negara menunjukkan bahwa 85% responden menganggap WLB sebagai faktor terpenting dalam pekerjaan mereka, melampaui keamanan kerja (83%) dan gaji (82%) . Fenomena ini mencerminkan perubahan nilai di kalangan pekerja, terutama generasi muda, yang lebih menghargai fleksibilitas dan kesejahteraan daripada kompensasi finansial semata.

Negara-negara seperti Jepang, Belgia, dan Islandia telah mengadopsi kebijakan kerja empat hari dalam seminggu untuk meningkatkan produktivitas dan kesejahteraan karyawan . Kebijakan ini bertujuan untuk memberikan waktu lebih bagi karyawan dalam menjalani kehidupan pribadi mereka, sehingga dapat mengurangi stres dan meningkatkan kepuasan kerja. *Work-Life Balance* didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dengan kehidupan pribadi dan keluarga. Keseimbangan ini penting untuk mencegah stres, meningkatkan kepuasan kerja, dan menjaga kesehatan mental. Dalam konteks ini, dua faktor psikologis yang berpotensi memengaruhi WLB adalah *Mujahadah* dan kecerdasan spiritual.

*Mujahadah*, dalam konteks psikologi Islam, merujuk pada upaya sungguh-sungguh individu dalam mengendalikan diri dan mempertahankan komitmen terhadap nilai-nilai spiritual dalam menghadapi tantangan hidup. Individu yang memiliki *Mujahadah* tinggi cenderung lebih mampu mengelola stres, menjaga fokus, dan mempertahankan keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi. Kecerdasan spiritual, menurut Danah Zohar dan Ian Marshall, adalah kemampuan untuk memberikan makna dan nilai dalam kehidupan, serta menempatkan perilaku dalam konteks yang lebih luas. Kecerdasan ini mencakup kesadaran diri, empati, dan integritas moral. Individu dengan kecerdasan spiritual tinggi cenderung

memiliki tujuan hidup yang jelas, mampu mengatasi tantangan dengan bijak, dan menjaga keseimbangan antara aspek material dan spiritual dalam hidup.

Salah satu institusi negara yang perlu menerapkan *Work-Life Balance* adalah Sekretariat Jenderal DPR RI. Sebagai salah satu institusi penting, Setjen DPR RI memiliki tantangan tersendiri dalam menerapkan keseimbangan antara kehidupan pekerjaan dan kehidupan di luar pekerjaan. Karyawan bagian protokoler, yang bertugas mengatur acara resmi dan mendampingi pejabat, sering menghadapi jadwal kerja yang tidak menentu, tekanan tinggi, dan tuntutan profesionalisme yang ketat. Kondisi ini dapat mengganggu keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, serta berdampak pada kesehatan mental dan kinerja karyawan. Bagian protokoler memiliki peran strategis dalam menjaga citra dan kelancaran kegiatan institusi. Mereka harus siap bekerja di luar jam kerja normal, termasuk pada akhir pekan atau hari libur, untuk mendukung kegiatan resmi. Tuntutan ini memerlukan komitmen tinggi dan kemampuan untuk mengelola stres serta menjaga keseimbangan hidup. Namun, belum banyak penelitian yang menyoroti bagaimana faktor-faktor psikologis seperti *Mujahadah* dan kecerdasan spiritual dapat membantu karyawan protokoler dalam mencapai WLB.

Penelitian oleh Nofriyaldi dan Ratnaningsih (2020) menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan spiritual dan work-family balance pada perawat wanita di Semarang, dengan nilai korelasi  $r = 0,558$  dan  $p < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan spiritual dapat berkontribusi terhadap keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan keluarga. Namun, penelitian ini tidak secara khusus meneliti peran *Mujahadah* sebagai faktor yang memengaruhi WLB.

Gap penelitian ini menunjukkan bahwa masih diperlukan studi yang lebih mendalam mengenai pengaruh *Mujahadah* dan kecerdasan spiritual terhadap WLB, khususnya dalam konteks pekerjaan dengan tuntutan tinggi seperti bagian protokoler di instansi pemerintah. Penelitian ini penting untuk mengisi kesenjangan tersebut dan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana faktor-faktor psikologis dapat membantu karyawan dalam menghadapi tantangan pekerjaan yang kompleks.

Dari berbagai penelitian yang telah dijelaskan, hal ini juga menjadi alasan bagi peneliti untuk mengangkat penelitian ini dengan judul "**Pengaruh *Mujahadah* dan Kecerdasan Spiritual Terhadap *Work-Life Balance*** (Studi Pada Karyawan Bagian Protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI)". Diharapkan, hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi praktis bagi pengembangan program pelatihan dan kebijakan organisasi yang mendukung kesejahteraan karyawan. Dengan memahami peran *Mujahadah* dan kecerdasan spiritual, organisasi dapat merancang intervensi yang efektif untuk meningkatkan WLB, produktivitas, dan kepuasan kerja karyawan, khususnya di lingkungan kerja yang menuntut seperti bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI.

## **B. Rumusan Masalah**

Meskipun *Work-Life Balance* (WLB) menjadi isu penting dalam menjaga kesejahteraan karyawan, kenyataannya masih banyak karyawan yang kesulitan menyeimbangkan antara tuntutan pekerjaan dan kehidupan pribadi. Hal ini juga dirasakan oleh karyawan bagian protokoler di Sekretariat Jenderal DPR RI yang memiliki beban kerja cukup tinggi dan ritme kerja yang dinamis. Salah satu indikasi belum optimalnya WLB di bagian ini adalah jam kerja yang sering melebihi batas waktu normal. Selain itu, sebagian waktu kerja sering kali teralokasi untuk kegiatan non-inti, seperti diskusi informal di luar tugas utama, yang menyebabkan penyelesaian pekerjaan pokok tertunda. Akibatnya, karyawan harus melakukan lembur untuk menyelesaikan pekerjaan yang tertunda tersebut. Kondisi ini berpotensi memangkas waktu istirahat, mengurangi kebersamaan dengan keluarga, serta meningkatkan risiko kelelahan kerja, yang secara keseluruhan berdampak pada ketidakseimbangan antara kehidupan profesional dan personal.

Dalam konteks ini, penting untuk melihat peran faktor-faktor psikologis dan spiritual yang dapat membantu individu dalam mengelola tekanan pekerjaan dan menjaga keseimbangan hidup, seperti *Mujahadah* dan kecerdasan spiritual. *Mujahadah*, sebagai bentuk kesungguhan spiritual dalam mengendalikan hawa nafsu dan konsisten menjalankan nilai-nilai agama, diyakini mampu memperkuat ketahanan diri karyawan dalam menghadapi tekanan kerja. Sementara kecerdasan spiritual mendukung individu untuk memaknai pekerjaannya secara lebih dalam, menghadirkan ketenangan batin, dan menjadikan tantangan sebagai bagian dari

proses pengembangan diri. Kedua aspek ini diduga berperan penting dalam pencapaian WLB secara positif.

1. Bagaimana Gambaran *Mujahadah* pada pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI?
2. Bagaimana Gambaran Kecerdasan Spiritual pada pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI?
3. Bagaimana Gambaran *Work Life Balance* pada pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI?
4. Bagaimana pengaruh *Mujahadah* terhadap *Work-Life Balance* pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI?
5. Bagaimana pengaruh Kecerdasan spiritual terhadap *Work-Life Balance* pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI?
6. Bagaimana pengaruh simultan *Mujahadah* dan kecerdasan spiritual terhadap *Work-Life Balance* pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan Rumusan Masalah diatas maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana Gambaran *Mujahadah* pada pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI?
2. Bagaimana Gambaran Kecerdasan Spiritual pada pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI?
3. Bagaimana Gambaran *Work Life Balance* pada pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI?
4. Bagaimana pengaruh *Mujahadah* terhadap *Work-Life Balance* pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI?
5. Bagaimana pengaruh Kecerdasan spiritual terhadap *Work-Life Balance* pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI?
6. Bagaimana pengaruh simultan *Mujahadah* dan kecerdasan spiritual terhadap *Work-Life Balance* pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI?

## **D. Manfaat Hasil Penelitian**

Berdasarkan Tujuan dari penelitian ini maka manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

### **1. Secara Teoretis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian dalam bidang psikologi kerja dan organisasi, khususnya yang berkaitan dengan faktor-faktor psikologis seperti *Mujahadah* dan kecerdasan spiritual dalam membentuk *Work-Life Balance* (WLB).

### **2. Secara praktis**

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat memberikan masukan kepada pihak Sekretariat Jenderal DPR RI, khususnya bagian protokoler, dalam merancang kebijakan dan strategi peningkatan kesejahteraan karyawan.

## **E. Kerangka Berpikir**

*Work-Life Balance* (WLB) merupakan kondisi ideal ketika individu mampu mengelola dan menyeimbangkan tuntutan kehidupan profesional dan kehidupan pribadinya secara harmonis. Dalam dunia kerja modern, khususnya pada lingkungan kerja dengan intensitas tinggi seperti bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI, tantangan untuk menjaga WLB semakin kompleks. Tuntutan kerja yang tidak menentu, tekanan waktu, dan tanggung jawab profesional yang besar kerap menyebabkan stres dan ketidakseimbangan hidup yang berdampak pada kesehatan mental dan produktivitas karyawan

Dalam perspektif psikologi Islam, terdapat dua konsep yang diyakini dapat membantu individu dalam mengelola tekanan dan menciptakan keseimbangan hidup, yaitu *Mujahadah* dan kecerdasan spiritual. *Mujahadah* dipahami sebagai bentuk kesungguhan jiwa dalam melawan hawa nafsu dan mempertahankan nilai-nilai keimanan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Seorang individu yang memiliki sikap *Mujahadah* yang tinggi akan memiliki ketahanan diri yang kuat, mampu mengendalikan emosi, serta lebih tenang dalam menghadapi tekanan kerja.

Hal ini secara langsung dapat mendukung terciptanya keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi.

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ

**Artinya:**

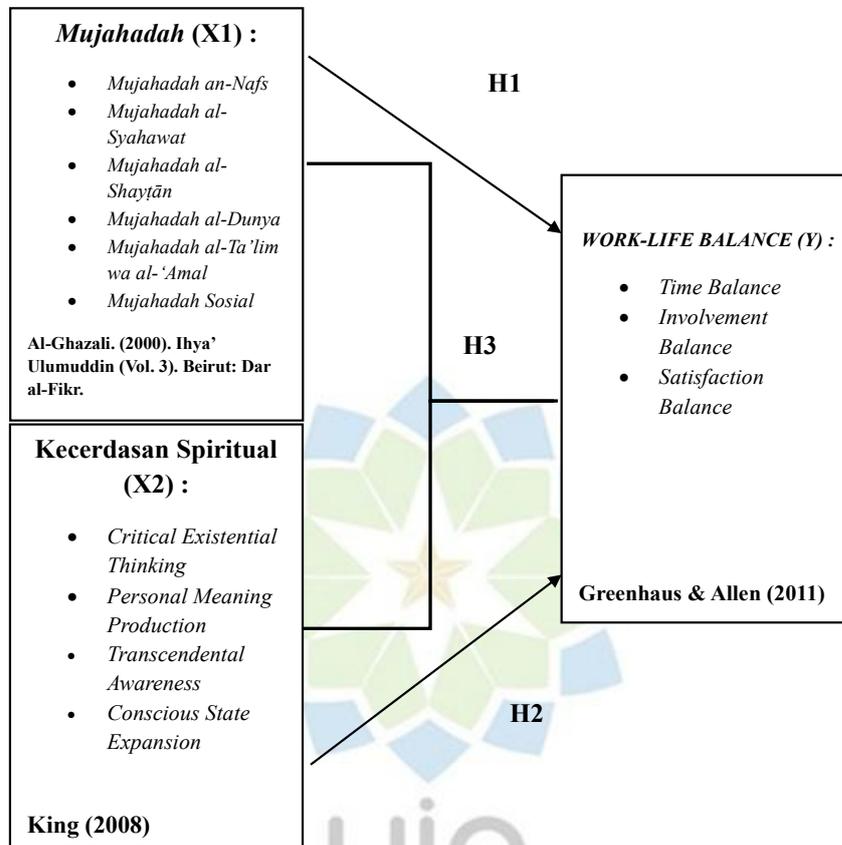
“Dan orang-orang yang berjihad (bersungguh-sungguh) untuk (mencari keridhaan) Kami, benar-benar akan Kami tunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami. Dan sesungguhnya Allah benar-benar beserta orang-orang yang berbuat baik.”

(QS. Al-‘Ankabut: 69)

Sementara itu, kecerdasan spiritual menurut Zohar dan Marshall (2000) adalah kemampuan seseorang untuk memberi makna dan nilai dalam hidupnya, serta menghubungkan pengalaman hidup dengan dimensi spiritual yang lebih tinggi. Individu dengan kecerdasan spiritual tinggi cenderung lebih bijak dalam merespons permasalahan, memiliki integritas moral, dan mampu menjadikan pekerjaan sebagai sarana pengabdian. Sikap seperti ini memungkinkan karyawan untuk tidak larut dalam tekanan dunia kerja, melainkan menjadikan pekerjaan sebagai bagian dari proses spiritual yang bermakna. Dengan demikian, kecerdasan spiritual diyakini berperan penting dalam membentuk WLB yang stabil dan sehat.

Berdasarkan teori motivasi intrinsik dan keseimbangan psikologis, baik *Mujahadah* maupun kecerdasan spiritual dapat berfungsi sebagai mekanisme internal yang menstabilkan emosi, memperkuat daya tahan mental, dan membentuk makna kerja yang positif. Ketika keduanya hadir secara simultan, diharapkan individu memiliki kekuatan spiritual dan psikologis yang cukup untuk mengelola konflik peran antara pekerjaan dan kehidupan pribadi. Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *Mujahadah* dan kecerdasan spiritual dengan *Work-Life Balance*. Semakin tinggi tingkat *Mujahadah* dan kecerdasan spiritual seseorang, maka semakin tinggi pula kemungkinan individu tersebut mampu menciptakan keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadinya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris sejauh mana pengaruh *Mujahadah* dan kecerdasan spiritual, baik secara parsial

maupun simultan, terhadap WLB pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI.



**Gambar 1. 1 Kerangka Berpikir**

## F. Hipotesis

Adapun hipotesis dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

H1 : Terdapat Pengaruh *Mujahadah* Terhadap *Work-Life Balance* pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI Kota Jakarta.

H1<sub>0</sub> : Tidak Terdapat Pengaruh *Mujahadah* Terhadap *Work-Life Balance* pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI Kota Jakarta.

H2 : Terdapat Pengaruh Kecerdasan Spiritual Terhadap *Work-Life Balance* pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI Kota Jakarta.

H2<sub>0</sub> : Tidak Terdapat Pengaruh Kecerdasan Spiritual Terhadap *Work-Life Balance* pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI Kota Jakarta.

H3 : Terdapat Pengaruh *Mujahadah* dan Kecerdasan Spiritual Terhadap *Work-Life Balance* pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI Kota Jakarta.

H3<sub>0</sub> : Tidak Terdapat Pengaruh *Mujahadah* dan Kecerdasan Spiritual Terhadap *Work-Life Balance* pada karyawan bagian protokoler Sekretariat Jenderal DPR RI Kota Jakarta.

### **G. Hasil Penelitian Terdahulu**

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini, baik secara langsung maupun tidak langsung mengkaji variabel-variabel seperti *Mujahadah*, kecerdasan spiritual, dan *Work-Life Balance*. Berikut beberapa penelitian tersebut:

1. Al-Asqolaani, A. M. (2022) dalam penelitiannya yang berjudul "Pengaruh stres kerja, beban kerja, dan sabar terhadap *Work-Life Balance*" meneliti pengaruh variabel psikologis, termasuk kesabaran (sabar), terhadap keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi pada karyawan minimarket di Tangerang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesabaran memiliki pengaruh signifikan terhadap *Work-Life Balance*. Meskipun tidak secara eksplisit menggunakan istilah *Mujahadah*, konsep kesabaran yang dibahas memiliki kesamaan dalam konteks pengendalian diri dan ketekunan dalam menghadapi tantangan pekerjaan. Perbedaan penelitian ini terletak pada subjek penelitian yang berfokus pada karyawan minimarket, sedangkan penelitian ini berfokus pada karyawan protokoler instansi pemerintahan.
2. Nofriyaldi, S., & Ratnaningsih, I. Z. (2018) dalam penelitiannya yang berjudul "Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan work-family balance pada perawat wanita ruang rawat inap RS. X Semarang" menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan spiritual dan work-family balance. Semakin tinggi kecerdasan spiritual individu, semakin baik kemampuannya dalam menyeimbangkan kehidupan kerja dan keluarga. Penelitian ini relevan karena mengangkat variabel kecerdasan spiritual, namun masih terbatas pada profesi tenaga kesehatan dan belum menggabungkan *Mujahadah* sebagai variabel lain yang juga memengaruhi *Work-Life Balance*.

3. Mulia, M., Supriyantoro, S., & Pamungkas, R. A. (2023) dalam penelitiannya yang berjudul "Abundance mentality tidak memediasi kompetensi spiritual dan *Work Life Balance* terhadap kepuasan karir pada perawat" meneliti pengaruh kompetensi spiritual dan *Work-Life Balance* terhadap kepuasan karir pada perawat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kompetensi spiritual memiliki pengaruh signifikan terhadap kepuasan karir, namun abundance mentality tidak memediasi hubungan tersebut. Penelitian ini mendukung pentingnya aspek spiritual dalam mendukung keseimbangan kerja dan kehidupan, meskipun tidak secara spesifik meneliti *Mujahadah*.
4. Kurniasari, D. M., & Bahjahtullah, Q. M. (2023) dalam penelitiannya yang berjudul "Pengaruh *Work Life Balance*, stres kerja dan etika kerja Islam terhadap kinerja karyawan milenial di masa pandemi COVID-19 dengan kepuasan kerja sebagai variabel intervening" meneliti pengaruh *Work-Life Balance*, stres kerja, dan etika kerja Islam terhadap kinerja karyawan milenial di masa pandemi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Work-Life Balance* dan etika kerja Islam berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan, serta kepuasan kerja memediasi pengaruh etika kerja Islam terhadap kinerja. Meskipun tidak secara eksplisit meneliti *Mujahadah*, etika kerja Islam yang dibahas memiliki kesamaan dalam konteks nilai-nilai spiritual yang dapat memengaruhi keseimbangan kerja dan kehidupan.
5. Angkat, R. A., Indra, A. P., & Tambunan, K. (2023) dalam penelitiannya yang berjudul "The effect of Islamic work ethics, work stress, and *Work Life Balance* on employee performance with work loyalty as an intervening variable at Bank Sumut Syariah KCP Katamso Medan" meneliti pengaruh etika kerja Islam, stres kerja, dan *Work-Life Balance* terhadap kinerja karyawan dengan loyalitas kerja sebagai variabel intervening. Hasil penelitian menunjukkan bahwa etika kerja Islam dan *Work-Life Balance* berpengaruh positif terhadap kinerja karyawan, serta loyalitas kerja memediasi hubungan tersebut.