



EFEKTIFITAS PSIKOEDUKASI TERKAIT TUNTUTAN PRIORITAS DALAM MEMPENGARUHI KESADARAN KARYAWAN TERHADAP WORK LIFE BALANCE PADA KARYAWAN BPR ALINMA

Andi ⁽¹⁾, Putri Yulianti Puji Pangesti ⁽²⁾, Reski Nur Amaliah ⁽³⁾, St. Hadjar Nurul Istiqamah ⁽⁴⁾

¹²³⁴Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar

andimhmd22@gmail.com, yp8221670@gmail.com, reskiamaliah981@gmail.com,
hadjaristiqamah@unm.ac.id.

Abstract (English)

This research aims to determine the effectiveness of poster media psychoeducation in increasing awareness of BPR Alinma employees regarding the importance of priorities in achieving work-life balance. This research used a One-Group Pretest-Posttest Subject design with 27 respondents consisting of 15 men and 12 women. The pretest and posttest results show that there is a significant difference between employee awareness before and after being given poster media. Data analysis using paired samples t-test shows that there is a significant difference between employee awareness before and after being given poster media with a significance value of $0.00 < 0.05$ and correlations of $0.60 > 0.05$. The results of this research indicate that poster media psychoeducation is effective in increasing employee awareness of the importance of priorities in achieving work-life balance. This research also shows that taxpayer awareness has a positive and significant influence on taxpayer compliance. The conclusion of this research is that poster media psychoeducation is effective in increasing employee awareness of the importance of priorities in achieving work-life balance.

Article History

Submitted: 21 Juni 2024

Accepted: 24 Juni 2024

Published: 1 Juli 2024

Key Words

Awareness, Priority,
Psychoeducation, BPR
Alinma

Abstrak (Indonesia)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas psikoedukasi media poster dalam meningkatkan kesadaran karyawan BPR Alinma terhadap pentingnya prioritas dalam mencapai keseimbangan kerja dan kehidupan. Penelitian ini menggunakan desain One-Group Pretest-Posttest Subjek dengan 27 responden yang terdiri dari 15 laki-laki dan 12 perempuan. Hasil pretest dan posttest menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara kesadaran karyawan sebelum dan sesudah diberikan media poster. Analisis data menggunakan paired samples t-test menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kesadaran karyawan sebelum dan sesudah diberikan media poster dengan nilai signifikansi $0,00 < 0,05$ dan correlations sebesar $0,60 > 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa psikoedukasi media poster efektif dalam meningkatkan kesadaran karyawan terhadap pentingnya prioritas dalam mencapai keseimbangan kerja dan kehidupan. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa kesadaran wajib pajak memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kepatuhan wajib pajak. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa psikoedukasi media poster efektif dalam meningkatkan kesadaran karyawan terhadap pentingnya prioritas dalam mencapai keseimbangan kerja dan kehidupan.

Sejarah Artikel

Submitted: 21 Juni 2024

Accepted: 24 Juni 2024

Published: 1 Juli 2024

Kata Kunci

Kesadaran, Prioritas,
Psikoedukasi, BPR
Alinma

PENDAHULUAN

Industri perbankan merupakan salah satu sektor yang memiliki tingkat tuntutan kerja yang tinggi. Karyawan bank seringkali dihadapkan pada target pencapaian, jam kerja yang panjang, serta tuntutan pelayanan yang prima kepada nasabah. Kondisi ini dapat berpotensi mengganggu keseimbangan kehidupan kerja (work life balance) karyawan. Work life balance menjadi isu penting dalam manajemen sumber daya manusia karena berdampak pada produktivitas, kepuasan kerja, dan komitmen karyawan terhadap organisasi (Putri & Amran, 2019; Hapsari, 2015).



Beberapa penelitian menunjukkan bahwa work life balance pada karyawan bank di Indonesia masih menjadi permasalahan. Harahap dan Kesumaningsari (2015), menemukan bahwa sebagian besar karyawan bank di Jabodetabek mengalami konflik peran ganda dan kesulitan dalam menyeimbangkan kehidupan kerja dan keluarga. Pratama dan Satrya (2019), juga melaporkan bahwa karyawan bank di Bali memiliki tingkat work life balance yang rendah. Kondisi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti beban kerja yang berlebihan, jam kerja yang panjang, serta tuntutan untuk selalu tersedia bagi perusahaan (Putri & Amran, 2019; Hapsari, 2015).

Ketidakseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi dapat berdampak negatif pada kinerja karyawan, kepuasan kerja, serta komitmen organisasi (Putri & Amran, 2019; Hapsari, 2015; Pratama & Satrya, 2019). Oleh karena itu, penting bagi organisasi untuk memperhatikan dan mengelola work life balance karyawannya dengan baik.

Konflik-konflik yang menghantui para karyawan, dapat membentuk keseimbangan antara prioritas dan tekanan kerja pada karyawan itu sendiri. Dengan menuntut kesadaran akan prioritas, sehingga peneliti melakukan psikoedukasi untuk meningkatkan kesadaran akan prioritas mereka. Prioritas adalah urutan kepentingan mana yang harus didahulukan dan mana yang baik (Rahayu, dkk 2021; Qolbi & Sutrisno, 2021). Selain itu, prioritas dapat pula diartikan mendahulukan hal yang dapat di selesaikan lebih cepat dan masih menyisakan waktu untuk menyelesaikan hal yang lain (Sumadi, 2022).

Prioritas pada umumnya hadir untuk meninjau yang mana di dahulukan dalam kehidupan. Namun dengan beberapa tekanan kinerja ataupun pekerjaan, maka seseorang memerlukan dorongan kesadaran oleh proyek ataupun *support sistem* dari luar. Menurut Murtadha (2018), Kesadaran menjadi poin penting dalam kegiatan berfikir manusia, tentu kita tidak dapat memungkiri bahwa manusia yang mempunyai kesadaran yang dapat melakukan kegiatan berfikir. Sehingga dapat kita simpulkan bahwa hakikatnya, perlunya proses berfikir yang cukup panjang, untuk menentukan waktu yang tepat untuk meluangkan waktu prioritas seseorang.

Dengan pertimbangan tersebut, peneliti mencoba untuk membuat program yang dapat membantu karyawan BPR Alinma dalam mengelola kerangka berfikir kesadarannya terhadap prioritas mereka. Dengan program psikoedukasi tersebut, maka akan diberikan pola yang akan di rancang untuk memancing kesadaran-kesadaran karyawan agar lebih bijak dalam mengelola waktunya, sehingga terhindar dari tekanan dalam pekerjaannya.

Hypothesis

H₀ : Tidak adanya perbedaan setelah dan sebelum di berikan media poster terhadap kesadaran akan prioritas pada karyawan BPR Alinma.

H_a : Adanya perbedaan setelah dan sebelum di berikan media poster terhadap kesadaran akan prioritas pada karyawan BPR Alinma.

METODE YANG DIGUNAKAN

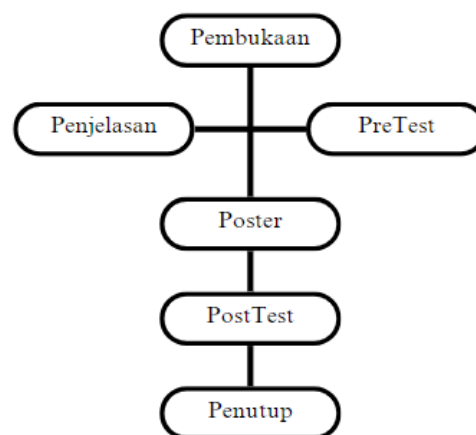
Penelitian ini dilakukan di BPR Alinma Makassar dengan melakukan need assessment terlebih dahulu yaitu dengan metode kuesioner. Pemberian kuesioner dilaksanakan pada 6-7 Mei 2024 dengan kriteria subjek yang telah ditetapkan adalah karyawan BPR Alinma. Need assesment dilakukan dengan cara membagikan kuesioner secara langsung kepada karyawan BPR Alinma. Kuesioner yang diberikan terdiri dari delapan aitem dengan pilihan jawaban terdiri atas dua yaitu Ya dan Tidak. Berdasarkan hasil need assessment maka diperoleh bahwa karyawan mengalami keseimbangan kerja dan kehidupan yang kurang baik.

Dari hasil need assessment yang telah dilakukan maka peneliti menetapkan pemberian psikoedukasi work life balance dengan menggunakan media poster. Menurut Lukens & McFarlane (2004) psikoedukasi adalah suatu proses pemberian pemahaman atau pendidikan

psikologis pada individu atau kelompok. Kegiatan psikoedukasi dilaksanakan pada tanggal 3 Juni 2024 pada 27 karyawan BPR Alinma. Psikoedukasi ini di landaskan untuk meninjau kesadaran akan pentingnya mengedepankan prioritas agar tidak mengalami tekanan dalam pekerjaan.

Dalam penelitian ini desain yang digunakan adalah One-Group Pretest-Posttest Subjek yang telah dipilih dalam penelitian ini adalah karyawan BPR Alinma, dengan berjenis kelamin laki laki dan perempuan, subjek berjumlah 27 orang. Selama proses perekrutan, peneliti meminta kesediaan para peserta untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Dalam penelitian ini digunakan modul yang dimana sebagai sumber acuan. Pemberian media poster, bertujuan untuk meninjau apakah adanya peningkatan ataupun penurunan pada kesadaran karyawan BPR Alinma. Soal Pretest dan Posttest yang digunakan untuk mengukur perbandingan mengenai peningkatan ataupun penurunan kesadaran akan prioritas pada karyawan BPR Alinma. Menurut Sugiyono, (2018), Pretest adalah tahap awal penelitian yang dilakukan sebelum pengimplementasian intervensi atau program. Sedangkan pretest menurut Sugiyono, (2018), Posttest adalah tahap penelitian yang dilakukan setelah pengimplementasian intervensi atau program.

Adapun prosedur dalam penelitian ini adalah, penelitian diawali dengan memberikan arahan terkait bagaimana prosedur pengerjaan. Subjek akan diberikan pretest yang di laksanakan selama 10 menit kemudian peneliti memberikan poster, serta di jelaskan mengenai



isinya selama 20 menit. Setelah itu, subjek diberikan soal posttest selama 10 menit.

Gambar 0.1 Kerangka Berfikir

Pada penelitian ini, hasil dari pre-test dan pos-test akan di analisis menggunakan IBM SPSS Statistic Versi 22 dengan teknik paired sample t-test. Menurut Dr. Suharsimi Arikunto, (2006), Uji-T adalah suatu teknik analisis statistik yang digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata dua kelompok data yang berbeda secara signifikan. Uji-t digunakan untuk menguji hipotesis nol bahwa tidak ada perbedaan antara dua kelompok data. Selama proses perekrutan, peneliti meminta kesediaan para peserta untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Operational Definition

Work life balance adalah suatu keadaan yang membantu seseorang mengatur dan membagi waktu dan energi antara pekerjaan, kehidupan keluarga, dan kebutuhan pribadi. Hal tersebut dapat di dorong oleh pengelolaan waktu yang tepat pada individu.

Kesadaran adalah kemampuan manusia untuk mengenali dan memahami lingkungan sekitar secara sadar. Hal ini dapat dilakukan oleh seseorang yang telah mengerti bagaimana bentuk, situasi, serta budaya lingkungan sekitar.

Prioritas adalah yang didahulukan dan diutamakan daripada yang lain, atau urutan kepentingan mana yang harus didahulukan dan mana yang lebih baik. Hal ini juga biasanya di landasi oleh adanya kesadaran untuk diri sendiri. Dengan kesadaran akan prioritas, maka seseorang akan lebih mudah menuntun jalan episode kehidupan mereka di kesehariannya.

Data Found

Pada proses melakukan psikoedukasi, terdapat beberapa rangkaian kegiatan seperti pembukaan. Pembukaan di buka dengan menjelaskan bentuk dari media psikoedukasi. Hal ini bertujuan untuk melakukan pendekatan kepada para responden agar responden dapat mengikuti kegiatan dengan lancar dan sukses.

Selanjutnya setelah melakukan pembukaan, maka di lanjutkan dengan penjelasan dan *pretest*. Hal ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada para responden terkait sistematika dari isi poster psikoedukasi tersebut.



Gambar 1.1 Pemberian *Pretest*

Setelah melakukan beberapa rangkaian di atas, seperti pre-test dan penjelasan, maka peneliti melanjutkan dengan memberikan materi. Materi tersebut di bawakan dengan media poster psikoedukasi, yang dimana berisi materi terkait *work life balance*, kesadaran, serta prioritas. Materi tersebut nantinya akan di baca dan di terangkan oleh peneliti agar tidak menjadi bias dalam pemahaman responden.



Gambar 2.1 Pemberian Materi Media Poster



Gambar 3.1 Poster Psikoedukasi

Setelah pemberian materi poster, maka di lanjutkan dengan pemberian *posttest*, yang dimana bertujuan untuk melengkapi perbandingan data untuk di analisis apakah adanya peningkatan atau tidak dalam kesadaran mengenai prioritas pada responden.



Gambar 1.4 Pemberian Posttest

Dari penyebaran pre-test dan Post-test yang di sebarakan kepada responden, terdapat 27 responden yang mengikuti rangkaian pelatihan tersebut, yang dimana terdiri dari 12 perempuan dan 15 laki-laki. Berikut hasil data mentah pre-test dan Post-test responden:

Hasil Pretest dan Posttest			
<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
Subjek 1	32	Subjek 1	23
Subjek 2	23	Subjek 2	27
Subjek 3	29	Subjek 3	28
Subjek 4	18	Subjek 4	27
Subjek 5	20	Subjek 5	27
Subjek 6	24	Subjek 6	27
Subjek 7	23	Subjek 7	27
Subjek 8	27	Subjek 8	29
Subjek 9	20	Subjek 9	19
Subjek 10	25	Subjek 10	25
Subjek 11	19	Subjek 11	27
Subjek 12	20	Subjek 12	26
Subjek 13	28	Subjek 13	25
Subjek 14	27	Subjek 14	28
Subjek 15	20	Subjek 15	21



Subjek 16	24	Subjek 16	28
Subjek 17	26	Subjek 17	26
Subjek 18	19	Subjek 18	27
Subjek 19	19	Subjek 19	25
Subjek 20	23	Subjek 20	24
Subjek 21	21	Subjek 21	22
Subjek 22	22	Subjek 22	24
Subjek 23	22	Subjek 23	28
Subjek 24	21	Subjek 24	27
Subjek 25	26	Subjek 25	28
Subjek 26	23	Subjek 26	29
Subjek 27	20	Subjek 27	30

Tabel 0.1 Tabel Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Result

Data dalam penelitian ini dianalisis dengan menggunakan teknik paired samples t-test untuk menguji perbedaan antara kesadaran karyawan BPR Alinma terhadap Prioritas sebelum dan sesudah di berikan *pretest* dan *posttest*. Hasil uji analisa menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan media poster dengan nilai signifikansi $0,00 < 0,05$, dan *correlations* sebesar $0,60 > 0,05$. Dengan data tersebut, maka dapat di simpulkan bahwa adanya perbedaan ketika setelah dan sebelum di berikannya media poster untuk meninjau kesadaran karyawan terhadap pentingnya prioritas.

Discussion

Dari hasil uji hipotesis *paired sampel t-test*, terhadap 27 orang Karyawan BPR Alinma. Adapun jenis kelamin dari responden tersebut ialah 15 laki-laki dan 12 perempuan. Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat perubahan setelah dan sebelum di berikan media poster terhadap kesadaran mengenai prioritas pada karywan BPR Alinma. Penelitian eksperimen (Psikoedukasi) yang dilakukan ini menjelaskan bahwa pemberian materi dalam poster dapat meninjau adanya perubahan peningkatan serta penurunan kesadaran mengenai pentingnya prioritas dalam menuntun hidup yang *balance*.

Dengan data yang di temukan, ada peningkatan kesadaran dari hasil media poster tersebut. dengan ini dapat di nyatakan keberhasilan dari media psikoedukasi tersebut. dengan kesimpulan tersebut, maka dapat dikatakan bahwa psikoedukasi tersebut dinyatakan efektif untuk mempengaruhi kesadaran akan prioritas terhadap karyawan BPR Alinma.

Berdasarkan jurnal pendukung dari argumen tersebut, dalam jurnal pengaruh kesadaran wajib pajak terhadap kepatuhan wajib pajak di KPP Pratama Makassar Utara, Nur (2018), dapat disimpulkan bahwa kesadaran wajib pajak memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kepatuhan wajib pajak. Kesadaran wajib pajak yang tinggi berarti wajib pajak lebih mungkin untuk mematuhi kewajiban perpajakannya, sehingga meningkatkan penerimaan pajak di Kantor Pelayanan Pajak Pratama Makassar Utara. Dari isi jurnal tersebut, maka dapat kita simpulkan jika sesuatu yang menuntut akan keutamaan (prioritas) maka akan dapat meningkatkan kesadaran.

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari program psikoedukasi ini ialah adanya keefektifan program psikoedukasi media poster terhadap kesadaran akan prioritas pada karyawan BPR Alinma. Hal ini di tinjau dari hasil analisis data yang di temukan dari program tersebut.



Psikoedukasi ini memiliki desain pelatihan, yang dimana peneliti melakukan pemberian media poster, untuk mengukur terkait ada atau tidaknya perubahan terkait setelah dan sebelum dan setelah di berikan psikoedukasi media poster. Pelatihan ini bertujuan untuk membantu para karyawan BPR Alinma dalam memahami, dan menyadari akan keutamaan dari prioritas itu sendiri agar dapat menjalan *Work Life Balance* dengan baik.

Adapun manfaat penelitian ini yaitu dimana responden nantinya mampu menerapkan *work life balance* dengan pemanfaatan waktu yang tepat. Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas, maka dapat kita simpulkan bahwa hipotesis H_a di terima dan H_0 di tolak yang dimana adanya perbedaan setelah dan sebelum di berikan media poster terhadap kesadaran akan prioritas pada karyawan BPR Alinma. Hal ini di buktikan dengan adanya peningkatan hasil *pretest* yang di lakukan responden terkait kesadaran akan prioritas, yang dimana dari hasil data yang di temukan, setelah di berikannya media poster lalu di lengkapi oleh pemberian *posttest* sebagai pembanding dari data tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Harahap, R. R., & Kesumaningsari, N. V. (2015). *Work-family conflict* pada karyawan di Jakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Manusia*, 2(2), 1-10.
- Hapsari, N. (2015). *Work life balance* dan kinerja karyawan (studi pada Perusahaan Perbankan di Kota Surakarta). *Jurnal Sains Psikologi*, 4(2), 107-114.
- Lukens, E. P., & McFarlane, W. R. (2004). *Psychoeducation as evidence-based practice: Considerations for practice, research, and policy. Brief Treatment & Crisis Intervention*, 4(3).
- Murtadha, R. (2018). Proses Berfikir Matematis Siswa Ditinjau dari Tingkat Kesadaran dalam Mencapai Pemahaman.
- Nur, M. (2018). Pengaruh Kesadaran Wajib Pajak Terhadap Kepatuhan Wajib Pajak Di Kpp Pratama Makassar Utara. *Perspektif: Jurnal Pengembangan Sumber Daya Insani*, 3(2), 354-362.
- Pratama, I. G. A. B., & Satrya, I. G. B. H. (2019). Pengaruh *work life balance* terhadap kepuasan kerja dan komitmen organisasional pada karyawan di Bank X Bali. *Jurnal Ilmiah Manajemen & Bisnis*, 20(1), 48-59.
- Putri, A. K., & Amran, A. (2019). Pengaruh *work life balance* terhadap komitmen organisasional, kepuasan kerja, dan *turnover intention* pada karyawan bank. *Jurnal Manajemen dan Pemasaran Jasa*, 12(1), 1-18.
- Qolbi, S. K., & Sutrisno, S. (2021). Manajemen Skala Prioritas Kehidupan Manusia dalam Perspektif Agama Islam. *NUKHBATUL'ULUM: Jurnal Bidang Kajian Islam*, 7(2), 197-210.
- Rahayu, W. I., Prianto, C., & Novia, E. A. (2021). Perbandingan algoritma *k-means* dan *naïve bayes* untuk memprediksi prioritas pembayaran tagihan rumah sakit berdasarkan tingkat kepentingan pada pt. Pertamina (persero). *Jurnal teknik informatika*, 13(2), 1-8.
- Sumadi, S. T. (2022). Kemampuan *Diagnostic Reading* Pemimpin Perubahan. *Media Nusa Creative (MNC)*