

**IMPLEMENTASI KEBIJAKAN *WORK LIFE BALANCE* PADA
KARYAWAN BPJS KETENAGAKERJAAN CABANG DEPOK**



Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Terapan Program Studi D4 Administrasi Perkantoran Digital

Oleh :

JONATHAN NOFAOMASI DAELI

NIM : 1712422043

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

PROGRAM STUDI D4 ADMINISTRASI PERKANTORAN DIGITAL

TAHUN 2026

**IMPLEMENTATION OF *WORK LIFE BALANCE* POLICIES FOR
EMPLOYEES AT BPJS KETENAGAKERJAAN DEPOK BRANCH**



Prepared as one of the requirements for obtaining a Bachelor of Applied Science
degree in the D4 Digital Office Administration program

By :

JONATHAN NOFAOMASI DAELI

NIM : 1712422043

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

FACULTY OF ECONOMICS AND BUSINESS

D4 DIGITAL OFFICE ADMINISTRATION PROGRAM

YEAR 2026

ABSTRAK

Jonathan Nofaomasi Daeli. 2026. 1712422043. Implementasi kebijakan *Work Life Balance* pada Karyawan BPJS Ketenagakerjaan Cabang Depok. Program Studi D4 Administrasi Perkantoran Digital, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Jakarta.

Penelitian ini bertujuan menganalisis implementasi kebijakan *Work Life Balance* pada karyawan BPJS Ketenagakerjaan Cabang Depok, mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat, serta persepsi karyawan terhadap kebijakan yang telah diterapkan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, di mana empat karyawan dijadikan sebagai unit analisis melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi kebijakan *Work Life Balance* di BPJS Ketenagakerjaan Cabang Depok secara formal telah berjalan cukup baik dan terstruktur, mencakup pengaturan jam kerja resmi, hak cuti tahunan 12 hari kerja, kegiatan olahraga bersama, kegiatan kerohanian, gathering tahunan, serta pengecekan kesehatan berkala. Kebijakan ini memberikan manfaat berupa terciptanya lingkungan kerja yang nyaman dan kondusif serta meningkatnya kepuasan dan loyalitas karyawan terhadap organisasi. Namun demikian, masih terdapat kesenjangan nyata antara kebijakan formal dan pelaksanaannya di lapangan. Hambatan yang muncul meliputi keterbatasan sumber daya manusia yang belum sebanding dengan volume pekerjaan, belum adanya mekanisme pembagian beban kerja yang efektif, kegiatan sosialisasi yang kerap dilaksanakan di luar jam kerja dan hari libur, serta aspek kesejahteraan psikologis karyawan yang belum tertangani dengan baik sehingga tekanan pekerjaan kerap terbawa ke kehidupan pribadi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan panduan konstruktif bagi BPJS Ketenagakerjaan Cabang Depok dalam mengoptimalkan implementasi kebijakan *Work Life Balance* guna meningkatkan kesejahteraan dan kinerja karyawan secara berkelanjutan.

Kata Kunci: *Work Life Balance*, Implementasi Kebijakan, Kesejahteraan Karyawan, BPJS Ketenagakerjaan

ABSTRACT

Jonathan Nofaomasi Daeli. 2026. 1712422043. Implementation of Work Life Balance Policies for Employees at BPJS Ketenagakerjaan the Depok Branch. D4 Digital Office Administration Study Program, Faculty of Economics and Business, Universitas Negeri Jakarta.

This study aims to analyze the implementation of the *Work Life Balance* policy among employees of BPJS Ketenagakerjaan, Depok Branch, to identify supporting and inhibiting factors, as well as employees' perceptions of the policy that has been implemented. This research employs a qualitative approach using a case study method, with four employees selected as the unit of analysis through purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation, then analyzed using data collection, data reduction, data display, and conclusion drawing. The findings indicate that the formal implementation of the *Work Life Balance* policy at BPJS Ketenagakerjaan Depok Branch has been running reasonably well and structured, including the regulation of official working hours, the entitlement to 12 working days of annual leave, joint sports activities, spiritual activities, annual gatherings, and periodic health check-ups. This policy provides benefits such as creating a comfortable and conducive work environment, as well as increasing employee satisfaction and loyalty toward the organization. However, there remains a notable gap between the formal policy and its actual implementation in the field. Emerging obstacles include a limited number of human resources that is not yet proportional to the workload, the absence of an effective workload distribution mechanism, socialization activities that are often conducted outside working hours and on holidays, and the unresolved aspect of employees' psychological well-being, which often causes work-related stress to spill over into their personal lives. This study is expected to provide constructive guidance for BPJS Ketenagakerjaan Depok Branch in optimizing the implementation of the *Work Life Balance* policy to sustainably improve employee well-being and performance.

Keywords: Work Life Balance, Policy Implementation, Employee Well-Being, BPJS Ketenagakerjaan

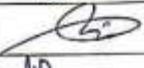
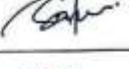
LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR BENTUK : SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Jonathan Nofacmasi Daeli
 NIM : 1712422043
 Program Studi/Fakultas : Administrasi Perkantoran Digital / Fakultas Ekonomi dan Bisnis
 Judul Penelitian : Implementasi Kebijakan Work Life Balance Pada Karyawan BPJS Ketenagakerjaan Cabang Depok

Ini telah dipertahankan dihadapan dewan penguji dan dinyatakan *Lulus/ Tidak Lulus**
 Ujian Tugas Akhir oleh Tim Penguji pada Tanggal 23 Juli 2026

Tim Penguji,

Ketua Penguji	Dr. Christian Wiradendi Wolor, S.E., M.M NIP. 199110182019031014	
Penguji 1	Susan Febriantina, S.Pd, M.Pd NIP. 198102162014042001	
Penguji 2	Wida Aristanti, S.AP., M.AP NIP. 199407052024062002	
Pembimbing 1	Mayang Riyantie, S.I.Kom., M.I.Kom. NIP. 198912082024062001	
Pembimbing 2	Rizki Firdausi Rahmadania, S.E., M.SM NIP. 198804202023212062	

Mengetahui,
 Dekan,


Prof. Dr. Mohamad Rizan, M.M
 NIP. 197206272006041001

Koordinator Program Studi,


Roni Fatah, S.Pd., M.M
 NIP. 197510152003121001

PERYATAAN KEASLIAN KARYA

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Nama Mahasiswa : Jonathan Nofaomasi Daeli
NIM : 1712422043
Program Studi : D4 Administrasi Perkantoran Digital
Fakultas : Fakultas Ekonomi Dan Bisnis
Judul TA : Implementasi kebijakan *Work Life Balance* pada Karyawan BPJS Ketenagakerjaan Cabang Depok.

Menyatakan bahwa Tugas Akhir ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya tulis ilmiah ini.

Jakarta, 12 Agustus 2026

Yang menyatakan,



(Jonathan Nofaomasi Daeli)
NIM. 1712422043

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Jonathan Nofaomasi Daeli
NIM : 1712422043
Fakultas/Prodi : Fakultas Ekonomi dan Bisnis / D4 Administrasi Perkantoran Digital
Alamat email : dailyrofaomasi@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Implementasi kebijakan *Work Life Balance* pada Karyawan BPJS Ketenagakerjaan Cabang Depok.

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 12 Agustus 2026

Penulis

(Jonathan Nofaomasi Daeli)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kahadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Implementasi kebijakan *Work Life Balance* pada Karyawan BPJS Ketenagakerjaan Cabang Depok. “ dengan baik dan tepat waktu. Skripsi ini ditulis sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana Terapan pada Program Studi Administrasi Perkantoran Digital, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan mungkin terselesaikan tanpa dukungan, bantuan, bimbingan dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terima kasih setulus-tulusnya kepada:

1. Prof. Dr. Mohammad Rizan, S.E., M.M. selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Jakarta.
2. Roni Faslah, S.Pd., M.M. selaku Koordinator Program Studi D4 Administrasi Perkantoran Digital, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Jakarta.
3. Dr. Mayang Riyantie, S.I.Kom., M.I.Kom. selaku Dosen Pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan dan arahan yang membangun kepada penulis.

4. Rizki Firdausi Rachma Dania, S.E., M.SM. selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan dan arahan yang membangun kepada penulis.
5. Ibu Novarina Azli Selaku Kepala Kantor BPJS Ketenagakerjaan Cabang Depok.
6. Seluruh karyawan di BPJS Ketenagakerjaan Kantor Cabang Depok khususnya Bagian Pengendalian Operasional atas kerja sama dan bantuannya selama penulis magang dan melakukan penelitian.
7. Kedua orang tua dan kerabat yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, perhatian, semangat, serta dukungan yang tidak pernah henti kepada penulis selama menempuh pendidikan hingga proses penyusunan skripsi ini. Setiap doa dan pengorbanan yang diberikan menjadi kekuatan terbesar bagi penulis dalam menghadapi berbagai tantangan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
8. Sahabat penulis semasa SMP & SMA yaitu Eunike, Imey, Adel, Audina, Galuh, Ghaitsa, Intan, Jessica, Kiara, Maul, dan Ridzka yang selalu memberikan support dan motivasi selama penulis menyusun Skripsi.
9. Teman-teman seperjuangan semasa kuliah yaitu Afina, Jennah, Khalizah, Thabita, Ulayya, Vidya, dan Zahra atas perjalanan panjang selama perkuliahan mulai dari belajar di kelas hingga penyusunan skripsi saat ini.
10. Im Nayeon, Yoo Jeongyeon, Momo jjang, Sana jjang, Park Jiho, Mina jjang, Kim Dahyun, Son Chaeyoung, Chou Tzuyu atas segala karya serta

konten yang dihasilkan telah menghibur dan menemani penulis selama menyelesaikan Skripsi.

11. Seseorang yang belum bisa penulis tulis dengan jelas namanya disini, di belahan bumi manakah kehadiranmu? entah kita pernah berjumpa atau bahkan belum pernah bertemu sekalipun. jika Tuhan mengizinkan, kupersembahkan karya ini sebagai langkah awal mempersiapkan diri sebaik-baiknya untuk berdampingan denganmu kelak. Seperti yang diucapkan B.J. Habibie "kalau memang dia di lahirkan untuk saya, kamu jungkir balik pun saya yang dapat" Semoga setiap usaha dan doa ini menjadi bekal yang menyatukan kita di waktu yang telah ditetapkan-Nya dan semoga kita di beri kesempatan bertemu terlebih dahulu sebelum panggilan-Nya datang. Amin

12. *Last but not least*, terima kasih untuk Jonathan Nofaomasi Daeli, diri penulis sendiri atas perjuangan yang mungkin tidak banyak terlihat oleh orang lain, atas mimpi tentang karir besar yang diam-diam kamu perjuangkan meskipun belum menjadi takdirmu untuk berjalan ke arah itu. Namun kamu membuktikan bahwa kamu mampu mengimbangi segalanya dengan baik dan menyelesaikan perjalanan ini tepat waktu. Setiap lelah, setiap air mata, dan setiap doa yang terucap dalam diam adalah bukti keteguhan hatimu. Kamu telah melakukan yang terbaik. Teruslah melangkah dengan penuh keyakinan, dan jangan pernah meragukan kekuatan yang ada dalam dirimu. Kamu layak bangga, kamu layak bahagia. Dan hari ini, izinkan penulis berkata: *I'm so proud of you, Jonathan.*

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERYATAAN KEASLIAN KARYA	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA	14
A. Konsep yang Diteliti	14
1. Pengertian <i>Work Life Balance</i>	14
2. Tujuan dan Manfaat <i>Work Life Balance</i>	16
3. Indikator <i>Work Life Balance</i>	19
4. Pengertian Kebijakan <i>Work Life Balance</i>	22
5. Tantangan dan Hambatan	24
6. Bentuk-Bentuk Kebijakan <i>Work Life Balance</i>	26
7. Teori Implementasi Kebijakan <i>Work Life Balance</i>	29

8. Teori Peran (<i>Role Theory</i>).....	31
B. Telaah Pustaka Penelitian Terdahulu.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	47
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	47
1. Tempat Penelitian	47
2. Tempat Penelitian	48
B. Desain Penelitian	48
C. Sumber Data dan Sampel Penelitian.....	50
D. Teknik Pengumpulan Data.....	52
1. Data Primer	53
2. Data Sekunder.....	56
E. Teknik Keabsahan Data	58
F. Teknik Analisis Data.....	59
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	63
A. Deskripsi Data.....	63
B. Hasil Data	64
C. Diskusi dan Pembahasan Data.....	88
BAB V PENUTUP.....	104
A. Kesimpulan	104
B. Implikasi	107
C. Keterbatasan Penelitian.....	110
D. Rekomendasi Bagi Penelitian Selanjutnya	111
DAFTAR PUSTAKA.....	113
LAMPIRAN.....	122

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Hasil Pra Riset 1.....	5
Gambar 1. 2 Hasil Pra Riset 2.....	6
Gambar 3. 1 Sketsa Triangulasi Teknik Pengumpulan Data.....	59
Gambar 3. 2 Teknik Analisis Data	60
Gambar 4. 1 Dokumentasi Kegiatan Customer Gathering BPJS Ketenagakerjaan Cabang Depok.....	68
Gambar 4. 2 Bagan Hasil Implementasi Kebijakan.....	71
Gambar 4. 3 Bagan Hasil Faktor Pendukung & Penghambat.....	78
Gambar 4. 4 Dokumentasi Kegiatan CFD BPJS Ketenagakerjaan Cabang Depok	80
Gambar 4. 5 Dokumentasi Kegiatan Employee Volunteering BPJS Ketenagakerjaan Cabang Depok.....	84
Gambar 4. 6 Bagan Hasil Persepsi Karyawan	86

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Telaah Penelitian Terdahulu	35
Tabel 3. 1 Waktu Penelitian.....	48
Tabel 3. 2 Qualitative Sample Size	52
Tabel 3. 3 Rancangan Instrumen Wawancara	57
Tabel 4. 1 Data Partisipan	64



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Pertanyaan Wawancara	122
Lampiran 2 Penyebaran Kuesioner Pra-Riset	125
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian Skripsi	126
Lampiran 4 Surat Jawaban Izin Penelitian Skripsi	127
Lampiran 5 Dokumentasi Wawancara	128
Lampiran 6 Transkrip Wawancara	129
Lampiran 7 Hasil Observasi.....	137
Lampiran 8 Kartu Konsultasi Bimbingan.....	138
Lampiran 9 Lembar Persetujuan Sidang Skripsi	139
Lampiran 10 Form Saran dan Perbaikan Skripsi	140
Lampiran 11 Hasil Turnitin dan Plagiarisme	141
Lampiran 12 Daftar Riwayat Hidup.....	142