

ABSTRAK

Judul **Keseimbangan Kehidupan Kerja dan Pribadi di antara**
Penelitian : **Pemilik Perusahaan Konstruksi Kecil: Studi**
 Fenomenologis tentang CV. MALALA di Indonesia

Dosen : Iing Sri Hardiningrum, S.Pd., MM
Pembimbing : Ririn Wahyu Arida, SE., MM
Nama : Della Aprillia Sari
Mahasiswa
NPM : 22130210206

Abstraksi

Penelitian ini mengkaji pengalaman hidup pemilik CV. Malala dalam menjaga keseimbangan kehidupan kerja (*work-life balance*) di tengah tuntutan tinggi industri konstruksi.

Penelitian ini menggunakan desain kualitatif fenomenologis, dengan pengumpulan data melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dan observasi non-partisipan, yang selanjutnya dianalisis secara tematik mengikuti kerangka van Manen.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tekanan kerja bersumber dari dua aspek utama, yaitu: (1) tuntutan teknis yang mengharuskan kesiapsiagaan berkelanjutan dalam pelaksanaan proyek, termasuk pada masa libur, dan (2) kompleksitas administratif yang berkaitan dengan prosedur birokrasi yang tidak konsisten.

Tekanan tersebut kerap memunculkan konflik kerja-keluarga, meskipun komunikasi yang efektif serta pemahaman keluarga yang kuat mampu mereduksi ketegangan yang muncul. Pemilik usaha menerapkan berbagai mekanisme koping, antara lain praktik spiritual, pelepasan emosional, serta dukungan sosial dari rekan kerja, yang secara kolektif berperan dalam menurunkan tingkat stres dan memperkuat resiliensi personal.

Partisipan memaknai keseimbangan kehidupan kerja bukan sebagai pemisahan yang kaku, melainkan sebagai hubungan yang terintegrasi dan saling memperkaya antara peran kerja dan peran keluarga.

Penelitian ini berkontribusi pada pengembangan literatur *work-life balance* dengan memperluas perspektif teoretis – teori peran, *conservation of resources*, teori dukungan sosial, dan *work-family enrichment* – pada konteks pemilik usaha konstruksi skala kecil yang masih jarang diteliti. Implikasi penelitian menekankan pentingnya ekosistem yang suportif, termasuk reformasi administrasi dan dukungan psikososial yang terlembaga, guna meningkatkan kesejahteraan pemimpin usaha mikro di sektor konstruksi.

Kata kunci : Keseimbangan kehidupan kerja, Industri Kontruksi, Pemilik usaha kecil, Fenomenologi, Konflik peran, Strategi koping, Dukungan sosial, Stres kerja