



PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* TERHADAP KEBAHAGIAAN YANG DIMEDIASI OLEH *SELF-ESTEEM* PADA GURU SMK SWASTA DI KECAMATAN MAMPANG PRAPATAN

Nurul Isnaeni^{1*}, Widya Parimita², Rizki Firdaus Rahmadania³

^{1,2,3}Universitas Negeri Jakarta
Email: nurisnaenisna@gmail.com¹

Abstract

The purpose of this study was to examine the effect of Work Life Balance on Happiness mediated by Self Esteem of Private SMK Teachers in Mampang Prapatan District. Data collection in this study used an instrument in the form of an online questionnaire. Using random sampling technique. The sample used in this study were 76 respondents with the criteria of teachers who teach at private vocational schools in Mampang Prapatan District, South Jakarta. This research uses Smart PLS 3.2.9 with Outer Model and Inner Model analysis techniques. The results of this study indicate that Work Life Balance has a significant and positive effect on Self Esteem directly, Work Life Balance has a significant effect on Happiness directly, Self Esteem has a significant and positive effect on Happiness directly, and Work Life Balance has an indirect significant effect on Happiness with Self Esteem as a mediator.

Keywords: Work Life Balance, Happiness, Self Esteem

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh *Work Life Balance* terhadap Kebahagiaan yang dimediasi oleh *Self Esteem* Guru SMK Swasta di Kecamatan Mampang Prapatan. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner online. Menggunakan teknik *random sampling*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 76 responden dengan kriteria guru yang mengajar pada SMK Swasta di Kecamatan Mampang Prapatan Jakarta Selatan. Penelitian ini menggunakan Smart PLS 3.2.9 dengan teknik analisis *Outer Model* dan *Inner Model*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Work Life Balance* berpengaruh secara signifikan dan positif terhadap *Self Esteem* secara langsung, *Work Life Balance* berpengaruh signifikan dengan Kebahagiaan secara langsung, *Self Esteem* berpengaruh secara signifikan dan positif terhadap Kebahagiaan secara langsung, dan *Work Life Balance* berpengaruh terhadap Kebahagiaan dengan *Self Esteem* sebagai mediator berpengaruh signifikan secara tidak langsung.

Kata Kunci: *Work Life Balance*, Kebahagiaan, *Self Esteem*

PENDAHULUAN

Beban moril seorang guru dapat dikatakan cukup berat dikarenakan tidak hanya sekadar transfer ilmu kepada siswa dari yang belum tahu menjadi tahu, akan tetapi juga turut membentuk kepribadian yang baik dan tugas lainnya. Bahkan seorang guru pernah dihadapkan dengan kondisi Pandemi Covid-19, sejak wabah Virus Corona merebak di masyarakat dan seluruh lapisan dunia mengakibatkan terhambatnya proses kegiatan belajar. Pada akhirnya menuntut guru untuk terus melakukan maupun belajar hal-hal baru dan kreatif ketika berlangsungnya pelaksanaan pengajaran.

Pembelajaran daring/jarak jauh memiliki berbagai dampak bagi kelangsungan pembelajaran. Penelitian yang dilakukan Amalia et.al., (2020) menemukan bahwa masih terdapat kendala-kendala dalam pelaksanaan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) di Indonesia selama pandemi, diantaranya terdapat keterbatasan kemampuan adaptasi dan penguasaan teknologi informasi oleh guru dan siswa,

sarana dan prasarana yang kurang memadai, akses internet terbatas, dan kurangnya kemauan untuk menganggarkan. Sehingga kendala-kendala yang terjadi tidak hanya pada siswa tetapi juga dirasakan oleh guru.

Munculnya fenomena menarik dari penelitian Latif (2022), ditemukan bahwa guru yang tidak siap dengan perubahan-perubahan terutama di masa Pandemi Covid-19 sekarang ini mengalami tekanan emosi, psikis, dan spiritual dikarenakan banyak sekali muncul *stressor* yang membuat guru merasakan kelelahan emosi dan psikis. Padahal sebuah kebahagiaan menjadi salah satu hal yang penting dalam menjalani suatu aktivitas maupun pekerjaan.

Dikutip dari salah satu portal berita *online* yakni akademitrainer.com (2019), menampilkan studi yang dilakukan perusahaan konsultan manajemen Accenture berpusat di kota Dublin, Irlandia. Hasil studi dari Accenture mengungkapkan bahwa “*Work-life balance* adalah penentu utama kesuksesan bagi laki-laki dan perempuan, mayoritas karyawan percaya ketika *work-life balance* dapat dicapai mampu membuat karir sukses dan kehidupan yang bahagia”. Ketika *work-life balance* tidak berjalan dengan semestinya, mengakibatkan beban dan tekanan luar biasa berdampak pada stress, depresi, tekanan mental dan menimbulkan banyak penyakit di usia produktif. Sehingga *work-life balance* bisa meningkatkan produktivitas, karyawan lebih bahagia dan makin kreatif untuk menemukan solusi-solusi baru.

Untuk memperkuat hasil wawancara terkait masalah yang telah disampaikan oleh beberapa guru, peneliti melakukan pra-riset. Hasil pra-riset dapat dilihat pada gambar 1.1., berikut ini:



Gambar 1. Data Kebahagiaan Pada 30 Guru SMK Swasta

Sumber: Data diolah oleh Peneliti (2022)

Dilansir pada laman statistik.jakarta.go.id (2022), pada Tahun 2021 DKI Jakarta mengalami penurunan pada pengukuran indeks kebahagiaan yang dirilis oleh Badan Pusat Statistik (BPS), dimana menempati peringkat ke-27 dari 34 provinsi se-Indonesia. Angka tersebut turun sebesar 0,65

poin dibandingkan pada tahun 2017. Peneliti melakukan pra-riset kepada 30 responden yakni Guru yang mengajar di SMK Swasta Kecamatan Mampang Prapatan, Jakarta Selatan. Kawasan ini dipilih karena pada laman dapo.kemdikbud.go.id (2022) wilayah ini menempati urutan kedua ter sedikit dari jumlah guru SMK Swasta se-Kota Administrasi Jakarta Selatan.

Gambar 1. menggambarkan bahwa sebanyak 53% Guru pernah merasa tidak bahagia berada di sekolah tempat mereka bekerja saat ini. Sedangkan 47% Guru memiliki komitmen untuk tetap mengabdikan di sekolah dimana mereka bekerja sekarang. Selain itu, Peneliti juga meneliti faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kebahagiaan berikut ini:

Tabel 1. Hasil Pra Riset Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan

No	Faktor-faktor	Pernyataan	Ya		Tidak		Jumlah	
			Jml.	%	Jml.	%	Jml.	%
1	Penghasilan	Penghasilan yang saya dapatkan setiap bulannya dapat memenuhi kebutuhan pokok baik sandang, papan, maupun pangan bagi seluruh anggota keluarga	14	47%	16	53%	30	100%
2	Harapan	Saya merasa tidak ada harapan untuk mengembangkan karir saya di sekolah	5	17%	25	83%	30	100%
3	<i>Self-Esteem</i>	Saya termasuk orang yang tidak dapat menerima diri sendiri apa adanya	24	80%	6	20%	30	100%
4	Budaya	Saya merasa sekolah terlalu menerapkan aturan-aturan yang ketat dan kaku	1	3%	29	97%	30	100%
5	<i>Work-Life Balance</i>	Saya tidak dapat menyisihkan waktu untuk keluarga dan teman di luar jam pekerjaan	27	90%	3	10%	30	100%

Sumber: Data diolah oleh Peneliti (2022)

Pra-riset dilakukan kepada 30 responden yaitu Guru yang sedang mengajar di SMK Swasta Kecamatan Mampang Prapatan, Jakarta Selatan. Tabel 1.1. menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi kebahagiaan adalah *Self-Esteem* dengan persentase 80% dan *Work-Life Balance* dengan persentase tertinggi yaitu 90%. Sedangkan faktor yang dianggap kurang mempengaruhi kebahagiaan adalah Budaya dengan persentase terbesar 97%. Berdasarkan hasil Pra-riset (Tabel 1) variabel yang akan diteliti oleh Peneliti untuk melihat pengaruhnya dengan kebahagiaan adalah *Self-Esteem* dan *Work-Life Balance*. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul, “Pengaruh *Work-Life Balance* Terhadap Kebahagiaan yang Dimediasi Oleh *Self-Esteem* Pada Guru SMK Swasta di Kecamatan Mampang Prapatan”.

TINJAUAN LITERATUR

Kebahagiaan (Y)

Kwang (2021) menyatakan bahwa kebahagiaan seseorang selama periode waktu tertentu adalah perasaan baik mereka (perasaan afektif positif, sebagaimana para psikolog menyebutnya) dikurangi perasaan buruk (negatif). Ullah et.al. (2020) Kebahagiaan, yang juga dikenal sebagai psikologi positif, tidak hanya merupakan faktor penting dalam kehidupan pribadi seseorang, tetapi juga memainkan peran penting dalam kehidupan profesional, dan karenanya, merupakan elemen penting untuk kinerja dan produktivitas bisnis. Bataineh (2019), mendefinisikan kebahagiaan di tempat kerja lebih dari kepemilikan rasa kesenangan, pengalaman afektif positif, perasaan dan kenikmatan yang baik karena itu juga berarti memiliki kehidupan kerja yang bermakna. Kebahagiaan didefinisikan sebagai suatu keadaan individu yang berada dalam aspek positif (perasaan yang positif) dan untuk mencapai kebahagiaan yang autentik, individu harus dapat mengidentifikasi, mengolah, dan melatih serta menggunakan kekuatan serta keutamaan yang dimilikinya dalam kehidupan sehari-hari (Sarmadi, 2018).

Work-Life Balance (X)

Menurut Bataineh (2019), konsep *Work Life Balance* didefinisikan sebagai jumlah waktu yang tersedia untuk karyawan dalam menyeimbangkan antara keluarga dan tuntutan pekerjaan. menurut *Work Life Balance* mengacu pada kondisi keseimbangan di mana tuntutan kehidupan pribadi dan profesional dari kedua individu setara. Powell et al. (2018). menjelaskan bahwa *Work Life Balance* ialah sejauh mana individu yang masih berjuang buat menyeimbangkan pekerjaan serta kehidupan. Haar et.al., (2022), *Work Life Balance* didefinisikan sebagai sejauh mana seseorang dapat mengelola berbagai peran dalam hidupnya, termasuk pekerjaan, keluarga, dan tanggung jawab utama lainnya secara memadai.

Self-Esteem (Z)

Hasanah (2019). Menjelaskan bahwa harga diri adalah nilai atau penilaian yang melekat pada individu yang melekat pada dirinya sendiri dan diekspresikan melalui sikap terhadap dirinya sendiri. Zhao et al. (2021) menyatakan harga diri adalah evaluasi positif yang positif tentang nilai dan pentingnya seseorang; yaitu evaluasi individu tentang "menjadi seseorang." Jiang et.al. (2020), Harga diri juga didefinisikan sebagai evaluasi diri positif dan negatif seseorang atau sejauh mana seseorang percaya bahwa dirinya berharga. Bergagna et.al. (2018). menyatakan bahwa harga diri didefinisikan sebagai evaluasi positif atau negatif terhadap diri sendiri, dan banyak teori menunjukkan bahwa mempertahankan atau meningkatkannya adalah kebutuhan dasar manusia.

METODE PENELITIAN

Alat ukur penelitian ini ialah kuesioner penelitian. Data yang digunakan pada semua variabel penelitian adalah data primer, yakni data yang diperoleh peneliti secara langsung yang terdiri dari tiga

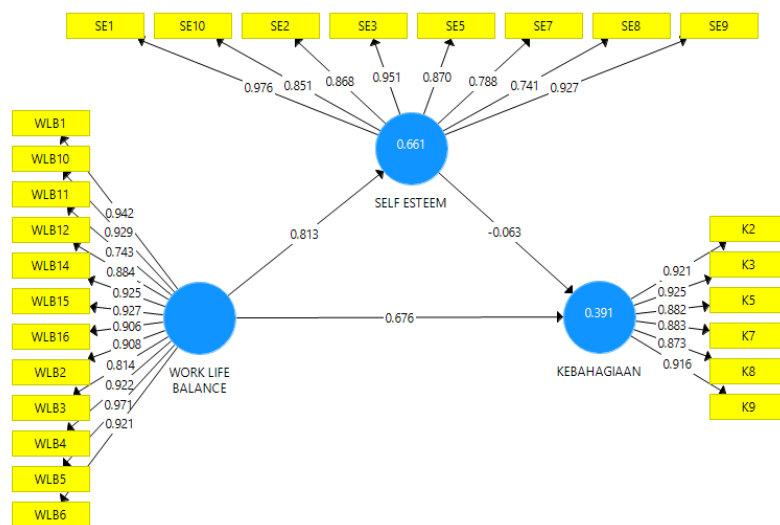
variabel yaitu kebahagiaan (Y) sebagai variabel terikat, *work-life balance* (X) sebagai variabel bebas, dan *self-esteem* (Z) sebagai variabel mediasi.

Populasi Dan Sampel

Populasi pada penelitian ini yaitu guru SMK Swasta di Kecamatan Mampang Prapatan Kota Administrasi Jakarta Selatan yang berjumlah 94 guru. Sedangkan sampel merupakan bagian atau wakil dari populasi. Berdasarkan populasi terjangkau tersebut, penelitian ini menggunakan rumus slovin untuk menentukan jumlah sampel. Adapun dengan derajat kepercayaan 95%, maka tingkat kesalahan yaitu 5%. Sehingga peneliti dapat menentukan batasan minimal sampel yang dapat memenuhi syarat *margin of eror* sejumlah 5%. Maka jumlah sampel yang diambil yaitu 76 responden dengan instrumen menggunakan skala likert.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti akan menjelaskan hasil dari penelitian ini. Adapun model penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah seperti gambar di bawah ini:



Gambar 2 Model Penelitian

Sumber: Data diolah oleh peneliti menggunakan SmartPLS (2023)

Data Kebahagiaan (Y)

Peneliti melakukan analisis deskriptif data rata-rata hitung skor kebahagiaan berdasarkan dimensi yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Rata-Rata Hitung Skor Kebahagiaan

Variabel	Dimensi	Butir Skor	Total skor	Total item	Mean	%
Kebahagiaan	<i>Engagement</i> (keterlibatan)	2, 3	389	2	194,5	33,76%
	<i>Job Satisfaction</i> (kepuasan kerja)	5	191	1	191	33,15%

	<i>Affective Organizational Commitment (Komitmen Organisasi Afektif)</i>	7, 8, 9	572	3	190,6666667	33,09%
Total			1152	6	576,1666667	100,00%

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2023)

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa variabel kebahagiaan paling besar dipengaruhi oleh dimensi *Engagement* (keterlibatan) yaitu sebesar 33,76%, di mana pada dimensi tersebut indikator yang memiliki skor tertinggi yaitu merasa pekerjaan yang dilakukan penuh dengan makna dan tujuan.

Data *Work Life Balance* (X)

Peneliti melakukan analisis deskriptif data rata-rata hitung skor *Work Life Balance* pada tabel berikut:

Tabel 4. Rata-Rata Hitung Skor *Work Life Balance*

Variabel	Dimensi	Butir Skor	Total skor	Total item	Mean	Persentase
Work Life Balance	Work Interference With Personal Life (WIPL)	1, 2, 3, 4, 5	984	5	196,8	25,00%
	Personal Life Interference With Work (PLIW)	6, 10	393	2	196,5	25,00%
	Personal Life Enhancement of Work (PLEW)	11, 12	411	2	205,5	26,00%
	Work Enhancement of Personal Life (WEPL)	14, 15, 16	565	3	188,3333333	24,00%
Total			1788	12	598,8	100,00%

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2023)

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa variabel *Work Life Balance* paling besar dipengaruhi oleh dimensi Personal Life Enhancement of Work (PLEW) yaitu sebesar 26%, di mana pada dimensi tersebut indikator yang memiliki skor tertinggi yaitu berada dalam suasana hati yang lebih baik di tempat kerja karena semua yang terjadi di kehidupan pribadinya.

Data *Self Esteem* (Z)

Peneliti melakukan analisis deskriptif data rata-rata hitung skor *Self Esteem* berdasarkan dimensi yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6. Rata-Rata Skor *Self Esteem*

Variabel	Dimensi	Butir Skor	Total skor	Total item	Mean	Persentase
<i>Self Esteem</i>	<i>Self-Competence</i> (kompetensi diri)	1, 2, 3, 5	801	4	200,25	46,92%
	<i>Self-Liking</i> (menyukai diri atau penerimaan diri)	7, 8, 9, 10	906	4	226,5	53,08%
Total			1707	8	426,75	100,00%

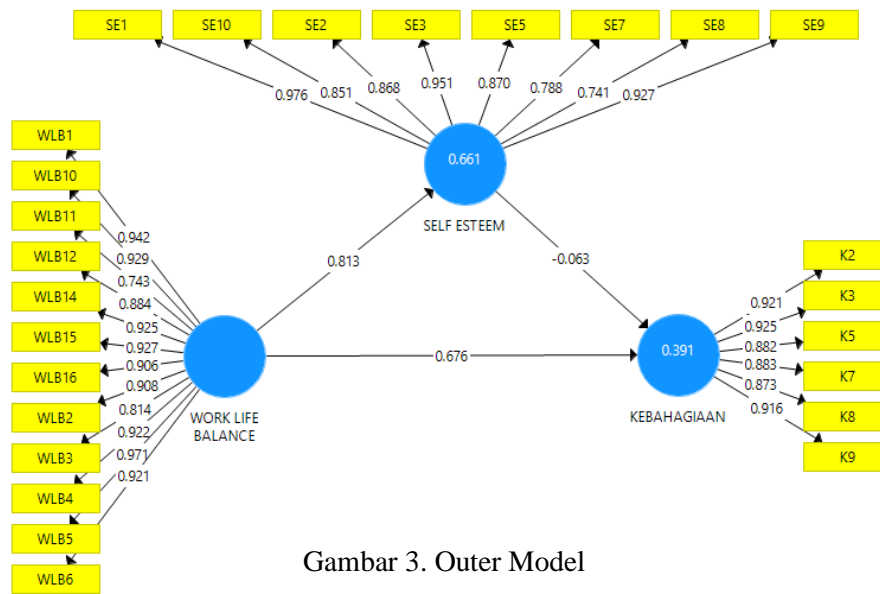
Sumber: Data diolah oleh peneliti (2023)

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa variabel *Self Esteem* paling besar dipengaruhi oleh dimensi *Self-Liking* (menyukai diri atau penerimaan diri) yaitu sebesar 53,08%, di mana pada dimensi tersebut indikator yang memiliki skor tertinggi yaitu memiliki sikap positif terhadap diri sendiri.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Outer Model

Analisis outer model ini menjelaskan hubungan antara variabel laten dengan indikatornya atau juga dapat disimpulkan bagaimana setiap indikator berhubungan dengan variabel laten lainnya.



Gambar 3. Outer Model

Sumber: Data diolah oleh peneliti menggunakan SmartPLS (2023)

a) Convergent Validity

Apabila nilai *Loading Factor* pada setiap item menunjukkan $>0,7$ artinya indikator tersebut dikatakan valid.

Tabel 7. Outer Loading Factor

	KEBAHAGIAAN	SELF ESTEEM	WORK LIFE BALANCE
K2	0,921		
K3	0,925		
K5	0,882		
K7	0,883		
K8	0,873		
K9	0,916		
SE1		0,976	
SE10		0,851	
SE2		0,868	
SE3		0,951	
SE5		0,870	
SE7		0,788	
SE8		0,741	
SE9		0,927	

	KEBAHAGIAAN	SELF ESTEEM	WORK LIFE BALANCE
WLB1			0,942
WLB10			0,929
WLB11			0,743
WLB12			0,884
WLB14			0,925
WLB15			0,927
WLB16			0,906
WLB2			0,908
WLB3			0,814
WLB4			0,922
WLB5			0,971
WLB6			0,921

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2023)

b) Discriminant Validity

Berikut ini adalah tabel *Cross Loading* dari penelitian ini:

Tabel 8. *Cross Loading*

	KEBAHAGIAAN	SELF ESTEEM	WORK LIFE BALANCE
K2	0,921	0,416	0,614
K3	0,925	0,428	0,486
K5	0,882	0,471	0,681
K7	0,883	0,471	0,501
K8	0,873	0,438	0,565
K9	0,916	0,387	0,448
SE1	0,516	0,976	0,812
SE10	0,289	0,851	0,677
SE2	0,555	0,868	0,671
SE3	0,467	0,951	0,744
SE5	0,548	0,870	0,809
SE7	0,219	0,788	0,509
SE8	0,187	0,741	0,536
SE9	0,461	0,927	0,771
WLB1	0,571	0,728	0,942
WLB10	0,596	0,724	0,929
WLB11	0,704	0,586	0,743
WLB12	0,630	0,641	0,884
WLB14	0,605	0,768	0,925
WLB15	0,574	0,722	0,927
WLB16	0,545	0,753	0,906
WLB2	0,526	0,691	0,908
WLB3	0,408	0,767	0,814
WLB4	0,493	0,777	0,922
WLB5	0,552	0,835	0,971
WLB6	0,540	0,775	0,921

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2023)

c) Average Variance Extracted (AVE)

Tabel 9. *Average Variance Extracted (AVE)*

	<i>Average Variance Extracted (AVE)</i>
KEBAHAGIAAN	0,811

<i>SELF ESTEEM</i>	0,765
<i>WORK LIFE BALANCE</i>	0,812

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2023)

d) Composite Reliability

Tabel 10. *Composite Reliability*

	<i>Composite Reliability</i>
KEBAHAGIAAN	0,962
<i>SELF ESTEEM</i>	0,963
<i>WORK LIFE BALANCE</i>	0,981

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2023)

e) Cronbach's Alpha

Tabel 11. *Cronbach's Alpha*

	<i>Cronbach's Alpha</i>
KEBAHAGIAAN	0,954
<i>SELF ESTEEM</i>	0,955
<i>WORK LIFE BALANCE</i>	0,979

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2023)

2. Analisis Inner Model

a) R-Square (R^2)

Tabel 12. *R-Square (R^2)*

	R Square
Kebahagiaan (Y)	0,391
Self Esteem (Z)	0,661

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2023)

b) F-Square (F^2)

Tabel 13. *F-Square (F^2)*

	Kebahagiaan	Self Esteem	Work Life Balance
Kebahagiaan (Y)			
Self Esteem (Z)	0,002		
Work Life Balance (X)	0,255	1,946	

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2023)

c) Variance Inflation Factor (VIF)

Tabel 4.14. *Variance Inflation Factor (VIF)*

Work Life Balance	VIF	Self Esteem	VIF	Kebahagiaan	VIF
WLB1	2,413	SE1	2,167	K2	1,691
WLB10	2,213	SE10	4,328	K3	1,745
WLB11	2,660	SE2	3,802	K5	1,903
WLB12	2,346	SE3	1,966	K7	2,088
WLB14	1,985	SE5	1,878	K8	3,256
WLB15	2,612	SE7	3,141	K9	1,686
WLB16	2,264	SE8	2,381		

WLB2	2,692	SE9	2,130		
WLB3	4,505				
WLB4	2,027				
WLB5	2,899				
WLB6	2,314				

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2023)

Berdasarkan data pada tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa nilai VIF variabel Work Life Balance, Self Esteem, dan Kebahagiaan masing-masing sebesar $< 5,0$ yang artinya tidak terdapat masalah multikolinearitas dalam model korelasi pada penelitian ini.

d) Uji Hipotesis

1. Analisis Pengaruh Langsung (*Direct Effect*): Koefisien Jalur (*Path Coefficient*)

Tabel 15. Koefisien Jalur Path (*Path Coefficient*)

	Original Sample (O)	Sample Mean (M)	Standard Deviation (STDEV)	T Statistics (O/STDEV)	P Values
Self Esteem -> Kebahagiaan	0,804	0,806	0,300	27,191	0,000
Work Life Balance -> Kebahagiaan	0,676	0,713	0,159	4,250	0,000
Work Life Balance -> Self Esteem	0,813	0,815	0,076	10,666	0,000

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2023)

2. Analisis Pengaruh Tidak Langsung (*Indirect Effect*): Uji Peran Variabel *Intervening/Mediator*

Tabel 16. Pengaruh Tidak Langsung (*Indirect Effect*)

	Original Sample (O)	Sample Mean (M)	Standard Deviation (STDEV)	T Statistics (O/STDEV)	P Values
Work Life Balance -> Self Esteem -> Kebahagiaan	0,400	0,400	0,058	6,922	0,000

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2023)

H4: Self Esteem memediasi pengaruh Work Life Balance terhadap Kebahagiaan

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Work Life Balance* berpengaruh secara signifikan dan positif terhadap *Self Esteem* secara langsung, *Work Life Balance* berpengaruh signifikan dengan Kebahagiaan secara langsung, *Self Esteem* berpengaruh secara signifikan dan positif terhadap Kebahagiaan secara langsung, dan *Work Life Balance* berpengaruh terhadap Kebahagiaan dengan *Self Esteem* sebagai mediator berpengaruh signifikan secara tidak langsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Akademitrainer.com. (2019). *Work-Life Balance, Indikator Baru Produktivitas Tinggi*.
<https://akademitrainer.com/work-life-balance-indikator-baru-produktivitas-tinggi/>
- Amalia, A., & Sa'adah, N. (2020). Dampak Wabah Covid-19 Terhadap Kegiatan Belajar Mengajar Di Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 13(2), 214–225. <https://doi.org/10.35760/psi.2020.v13i2.3572>
- Bataineh, K. adnan. (2019). Impact of Work-Life Balance, Happiness at Work, on Employee Performance. *International Business Research*, 12(2), 99. <https://doi.org/10.5539/ibr.v12n2p99>
- Bergagna, E., & Tartaglia, S. (2018). Self-esteem, social comparison, and facebook use. *Europe's Journal of Psychology*, 14(4), 831–845. <https://doi.org/10.5964/ejop.v14i4.1592>
- dapo.kemdikbud.go.id. (2022). *Data Sekolah*. <https://dapo.kemdikbud.go.id/sp/2/016300>
- Ghozali, I., & Latan, H. (2015). *Partial Least Squares Konsep, Teknik Dan Aplikasi Menggunakan Program SmartPLS 3.0 (Ed. Ke-2)*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Haar, J., & Brougham, D. (2022). Work antecedents and consequences of work-life balance: A two sample study within New Zealand. *International Journal of Human Resource Management*, 33(4), 784–807. <https://doi.org/10.1080/09585192.2020.1751238>
- Hasanah, U. (2019). *The Self-Esteem among Non-Materialistic Individuals*. 304(Acpch 2018), 229–232. <https://doi.org/10.2991/acpch-18.2019.57>
- <https://statistik.jakarta.go.id>. (2022). *JAKARTA MENGALAMI PENURUNAN ANGKA INDEKS KEBAHAGIAAN*. <https://statistik.jakarta.go.id/jakarta-mengalami-penurunan-angka-indeks-kebahagiaan/>
- Jiang, S., & Ngien, A. (2020). The Effects of Instagram Use, Social Comparison, and Self-Esteem on Social Anxiety: A Survey Study in Singapore. *Social Media and Society*, 6(2). <https://doi.org/10.1177/2056305120912488>
- Kwang, Y. (2021). Happiness—Concept, Measurement and Promotion. *Happiness—Concept, Measurement and Promotion*, 1–183. <https://doi.org/10.1007/978-981-33-4972-8>
- Latif, A. (2022). Kesejahteraan Spiritual Dan Dampaknya Terhadap Profesionalitas Guru Di Masa Pandemi Covid-19. *Bina Madani*, 5(1), 12–24.
- Powell, G. N., Greenhaus, J. H., Allen, T. D., & Johnson, R. E. (2018). Academy of Management Review Advancing and Expanding Work-Life Theory from Multiple Adavancing And Expanding Work-Life Theory From Multiple Perspective University of Connecticut University of South Florida. *Academy of Management Review*.
- Sarmadi, S. (2018). *Psikologi Positif* (S. Nurjan (ed.); Cetakan I). Titah Surga.
- Ullah, M. H., & Siddiqui, D. A. (2020). Does Learning, Development and Work Life Balance Affects Happiness: A Moderated Mediatory Model. *Human Resource Research*, 4(1), 94. <https://doi.org/10.5296/hrr.v4i1.16615>
- Zhao, Y., Zheng, Z., Pan, C., & Zhou, L. (2021). Self-Esteem and Academic Engagement Among Adolescents: A Moderated Mediation Model. *Frontiers in Psychology*, 12(June). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.690828>