

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kualitas kehidupan kerja dan kebahagiaan di tempat kerja pada pegawai Direktorat Lalu Lintas Polda Provinsi X. Permasalahan yang diangkat adalah tingginya beban kerja dan tekanan lingkungan kerja yang dapat menurunkan kebahagiaan pegawai. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan hipotesis bahwa terdapat hubungan positif antara kualitas kehidupan kerja dan kebahagiaan di tempat kerja. Subjek penelitian berjumlah 131 pegawai aktif Ditlantas Polda Provinsi X yang dipilih berdasarkan kriteria usia produktif dan masa kerja minimal satu tahun. Data dikumpulkan melalui dua skala psikologis yang mengukur kualitas kehidupan kerja dan kebahagiaan di tempat kerja. Analisis data dilakukan dengan uji korelasi Pearson menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS versi 26. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kualitas kehidupan kerja dan kebahagiaan di tempat kerja dengan nilai korelasi $r = 0,339$ dan signifikansi $p < 0,000$. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin baik kualitas kehidupan kerja yang dirasakan pegawai, maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan yang mereka alami dalam lingkungan kerja. Penelitian ini merekomendasikan peningkatan kualitas kehidupan kerja sebagai strategi untuk mendukung kesejahteraan psikologis pegawai.

Kata kunci: Ditlantas, kebahagiaan di tempat kerja, kualitas kehidupan kerja, Polda

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between quality of work life and happiness at work among employees of the Traffic Directorate of Province X Regional Police. The research problem concerns the high workload and pressure in the work environment that may reduce employees' happiness. This quantitative correlational study tested the hypothesis that there is a positive relationship between quality of work life and happiness at work. The study involved 131 active employees selected based on productive age and a minimum of one year of work experience. Data were collected using two psychological scales measuring quality of work life and workplace happiness. Data analysis was conducted using Pearson correlation through SPSS version 26. The results showed a significant positive relationship between quality of work life and happiness at work, with a correlation coefficient of $r = 0.339$ and significance $p < 0.000$. These findings indicate that the better the employees perceive their quality of work life, the higher their level of happiness at work. This study suggests improving work life quality as a strategic effort to support employees' psychological well-being.

Keywords: happiness at work, polda, quality of work life, traffic police.