

SKRIPSI

PENGARUH LINGKUNGAN KERJA FISIK, MOTIVASI INTRINSIK, DAN *WORK LIFE BALANCE* TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN GENERASI Z DALAM KONTEKS *WORK FROM CAFE* (*WFC*) KABUPATEN PONOROGO



Nama : Nanda Adivio Putri Perdani

NIM : 22415714

Program Studi : Manajemen

FAKULTAS EKONOMI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2026

**PENGARUH LINGKUNGAN KERJA FISIK, MOTIVASI INTRINSIK,
DAN *WORK LIFE BALANCE* TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA
KARYAWAN GENERASI Z DALAM KONTEKS *WORK FROM CAFE*
(*WFC*) KABUPATEN PONOROGO**



SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi tugas dan melengkapi sebagian syarat syarat guna
memperoleh Gelar Sarjana Program Strata Satu (S-1) pada Program Studi
Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Nama : Nanda Adivio Putri Perdani

NIM : 22415714

Program Studi : Manajemen

FAKULTAS EKONOMI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2026

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik, Motivasi Intrinsik, Dan *Work Life Balance* Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Generasi Z Dalam Konteks *Work From Cafe (WFC)* Kab Ponorogo

Nama : Nanda Adivio Putri Perdani

NIM : 22415714

Tempat, Tanggal Lahir : Ponorogo, 19 September 2004

Program Studi : Manajemen

Isi dan format telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diujikan guna memperoleh Gelar Sarjana Program Strata Satu (S-1) pada Program studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Ponorogo, 13 Juli 2026

Pembimbing 1



Titi Rapini, S.E., MM
NUPTK. 98377416422301221

Pembimbing 2



Fery Setiawan, SE., MM
NUPTK. 1552767668131043

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ekonomi



Dr. Slamet Santoso, S.E., M.Si
NIK. 19701016 199904 12

Dosen Penguji :

Penguji 1



Titi Rapini, SE., MM
NUPTK. 98377416422301221

Penguji 2



Naning Kristiyani, SE., MM
NUPTK. 2253753654230083

Penguji 3



Dr. Riawan, S.Pd., MM
NUPTK. 53776366411131113

RINGKASAN

Skripsi: “Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik, Motivasi Intrinsik, Dan *Work life balance* Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Generasi Z Dalam Konteks *Work From Cafe (WFC)* Kab Ponorogo”

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh lingkungan kerja fisik, motivasi intrinsik, dan *work life balance* terhadap produktivitas kerja karyawan Generasi Z dalam konteks *work from cafe* (WFC) di Kabupaten Ponorogo. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui penyebaran kuesioner kepada 96 responden yang dipilih menggunakan purposive sampling. Analisis data dilakukan menggunakan bantuan program SPSS versi 27 melalui uji validitas, uji reliabilitas, analisis regresi linier berganda, uji t, uji f, dan koefisien determinasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lingkungan kerja fisik dan motivasi intrinsik berpengaruh positif tetapi tidak signifikan terhadap produktivitas kerja karyawan Generasi Z dalam konteks *work from cafe* (WFC). Sementara itu, *work life balance* berpengaruh positif dan signifikan terhadap produktivitas kerja. Secara simultan, lingkungan kerja fisik, motivasi intrinsik, dan *work life balance* berpengaruh signifikan terhadap produktivitas kerja dengan nilai koefisien determinasi sebesar 96,5%. Variabel *work life balance* menjadi variabel yang paling dominan dalam memengaruhi produktivitas kerja karyawan Generasi Z. Penelitian ini menunjukkan bahwa keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi menjadi faktor utama dalam meningkatkan produktivitas kerja pada sistem kerja fleksibel.

Kata Kunci: Lingkungan Kerja Fisik, Motivasi Intrinsik, *Work Life Balance*, Produktivitas Kerja, Generasi Z, *Work From Cafe* (WFC).

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga Skripsi yang berjudul **“Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik, Motivasi Intrinsik, Dan *Work Life Balance* Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Generasi Z Dalam Konteks *Work From Cafe* (WFC) Kabupaten Ponorogo”** dapat terselesaikan tepat pada waktunya. Penyusunan skripsi ini ditujukan untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan studi dalam memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo. Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, dikarenakan keterbatasan yang dimiliki oleh penulis baik dalam segi kemampuan, pengetahuan serta pengalaman penulis. Penulis juga menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan orang lain. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kemudahan, kesabaran, keteguhan serta kelancaran selama proses penelitian hingga penyusunan skripsi ini.
2. Dr. Rido Kurnianto M. Ag selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Bapak Dr. Slamet Santoso, SE. M. Si selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
4. Bapak Dr. Riawan, S. Pd., MM selaku Ketua Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
5. Ibu Titi Rapini, SE., MM selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan arahan serta bimbingan secara penuh untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Drs. Sujiono, MM selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan arahan serta bimbingan secara penuh untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Ponorogo, beserta staff atas ilmu dan pengalaman yang telah diberikan.

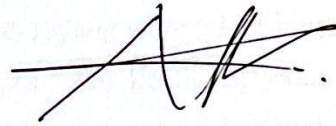
8. Kedua orang tua, keluarga besar dan teman-teman serta semua pihak yang telah memberikan bantuan baik mental maupun spiritual yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT memberikan balasan kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak sangat penulis harapkan demi perbaikan- perbaikan kedepan. Penulis berharap semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat.

Wa'alaikumussalam Wr. Wb

Ponorogo, 13 Juli 2026

Penulis



Nanda Adivio Putri Perdani

22415714

PERSEMBAHAN

Pada skripsi ini, penulis mempersembahkan kepada semua yang telah berperan dalam kesuksesan penulisan khususnya untuk:

1. Kepada pemilik mutlak seluruh zat dan alam semesta, yang menguasai, mengatur, dan berkuasa atas segala sesuatu. Allah SWT, Sang Maha Pemilik Arah. Terima kasih telah Menjadi satu-satunya rumah tempatku pulang saat dunia terasa begitu kabur dan bising. Terima kasih telah menjaga waras dan langkahku, bahkan di saat penulis hampir lupa alasan untuk tetap hidup. Nadin Amizah benar adanya, "Nyawaku nyala karna dengan-Mu."
2. Pintu surgaku, dengan penuh cinta dan rasa hormat, skripsi ini penulis persembahkan kepada almarhumah Ibunda Ivo Maniarti, yang semasa hidupnya telah mencurahkan doa, pengorbanan, dan kasih sayang yang tak terhingga dan tak dapat tergantikan. Setiap nasihat, dukungan, dan ketulusan yang beliau berikan menjadi sumber kekuatan serta motivasi bagi penulis dalam menempuh perjalanan pendidikan S1 hingga terselesaikannya skripsi ini. Meskipun kini beliau telah berpulang, penulis berharap beliau senantiasa melihat dan menyertai setiap langkah anak sulungnya ini dalam menyelesaikan apa yang telah dimulai, serta dalam meraih semua impian-impianya kelak. Bu, mimpi anakmu kini telah berhasil terwujud, dia berhasil menyelesaikannya. Doaku masih selalu sama, semoga senantiasa damai selalu di surga, Ibu.
3. Cinta pertamaku, panutan, sekaligus sosok istimewa dalam hidup penulis. Ayahanda Supriadi, terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis, beliau memang tidak sempat merasakan bangku perkuliahan, namun beliau selalu berusaha memberikan pendidikan yang layak untuk penulis. Terimakasih untuk dukungan dan motivasinya serta telah mengajarkan kebaikan hidup untuk penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan studi sampai wisuda. Ayah harus sehat selalu agar bisa selalu ada didalam perjalanan dan perjuangan hidup penulis.

4. Untuk Bunda dan Bapak tercinta, terima kasih karena telah hadir dan menerima saya dengan penuh kasih sayang. Terima kasih atas doa, perhatian, dukungan, dan segala pengorbanan yang diberikan hingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini. Kehangatan dan ketulusan yang kalian berikan menjadi kekuatan besar dalam setiap proses yang saya lalui. Semoga karya sederhana ini dapat menjadi bentuk rasa bangga dan terima kasih saya untuk Bunda dan Bapak.
5. Ibu Titi Rapini, S.E., M.M selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan arahan serta bimbingan secara penuh untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Drs. Sujiono, M.M selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan arahan serta bimbingan secara penuh untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh teman-teman kelas D S1 Manajemen Angkatan 2022 yang senantiasa memberikan semangat dan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
8. Kepada sahabat-sahabat SMP “baygon nomos” yaitu Mellani, Dilla, Agnes. Terima kasih atas segala bentuk dukungan, motivasi, canda tawa, dan menjadi rumah yang tidak hanya berupa tanah dan bangunan.
9. Kepada seseorang yang namanya belum bisa penulis tuliskan dengan jelas di halaman ini, di belahan bumi mana pun dirimu berada. Entah kita pernah saling berpapasan tanpa sadar, atau bahkan belum pernah dipertemukan sama sekali. Jika Allah mengizinkan, karya sederhana ini kupersembahkan sebagai salah satu langkah awal untuk mempersiapkan diri sebaik mungkin agar kelak dapat berjalan berdampingan denganmu. Dalam penantian ini, terkadang terlintas rasa takut apakah sudah ada seseorang yang lebih dulu mengisi hatimu? Namun semoga itu hanyalah bagian dari ujian dan cara Allah menjaga kita sampai pada waktu terbaik-Nya. Seperti kata B. J. Habibie “Kalau memang dia dilahirkan untuk saya, kamu jungkir balik pun saya yang dapat”. Semoga setiap doa, usaha, dan proses panjang yang penulis lalui hari ini menjadi bekal menuju pertemuan yang telah Allah tetapkan. Dan semoga kita diberi kesempatan untuk saling menemukan, mengenal, dan kebersamaan sebelum panggilan-Nya datang. Aamiin.

10. *Last but not least*, terima kasih untuk Nanda Adivio Putri Perdani, 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, kamu layak. Dan hari ini, izinkan penulis berkata: *I'm so proud of you, Nanda Adivio Putri Perdani.*



PERNYATAAN TIDAK MENYIMPANG KODE ETIK

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa, skripsi ini merupakan karya saya sendiri (ASLI) dan isi dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademis di suatu Institusi Pendidikan, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis dan/atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Ponorogo, 13 Juli 2026



Nanda Adivio Putri Perdani

22415714

MOTTO

“Allah tidak mengatakan hidup ini mudah. Tetapi Allah berjanji, bahwa
sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

(Q.S Al-Insyirah: 5-6)

“Ketika kamu ikhlas menerima semua kekecewaan hidup, maka Allah akan
membayar tuntas kekecewaanmu dengan beribu-ribu kebaikan”

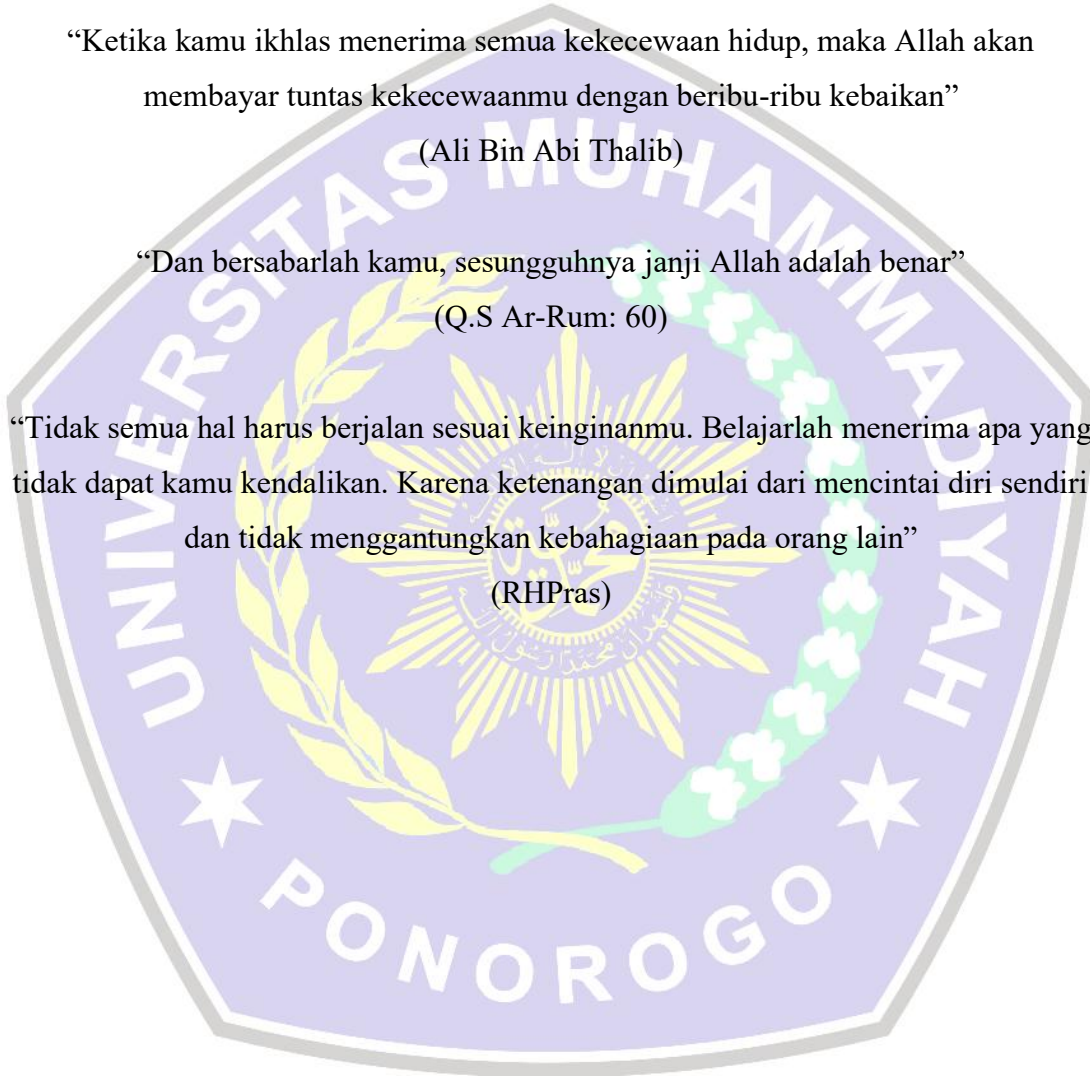
(Ali Bin Abi Thalib)

“Dan bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah adalah benar”

(Q.S Ar-Rum: 60)

“Tidak semua hal harus berjalan sesuai keinginanmu. Belajarlah menerima apa yang
tidak dapat kamu kendalikan. Karena ketenangan dimulai dari mencintai diri sendiri
dan tidak menggantungkan kebahagiaan pada orang lain”

(RHPras)



DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
RINGKASAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
PERSEMBAHAN.....	vi
PERNYATAAN TIDAK MENYIMPANG KODE ETIK.....	ix
MOTTO.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.1 Perumusan Masalah.....	13
1.2 Tujuan Dan Manfaat Penelitian.....	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	16
2.1 Landasan Teori.....	16
2.1.1 Manajemen Sumber Daya Manusia (MSDM)	16
2.1.2 Produktivitas Kerja Karyawan	23
2.1.3 Lingkungan Kerja Fisik.....	29
2.1.4 Motivasi Intrinsik.....	34
2.1.5 <i>Work life balance</i>	38
2.2 Penelitian Terdahulu.....	45
2.3 Kerangka Konseptual Penelitian	52
2.4 Hipotesis.....	52
2.4.1 Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik terhadap Produktivitas Kerja.....	53

2.4.2	Pengaruh Motivasi Intrinsik terhadap Produktivitas Kerja	53
2.4.3	Pengaruh <i>Work life balance</i> terhadap Produktivitas Kerja.....	54
2.4.4	Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik, Motivasi Intrinsik, dan <i>Work life balance</i> terhadap Produktivitas Kerja secara simultan	55
2.4.5	Variabel yang paling dominan dalam mempengaruhi produktivitas Kerja Karyawan.....	56
BAB III METODE PENELITIAN.....		58
3.1	Ruang Lingkup Penelitian.....	58
3.2	Populasi dan Sampel	58
3.2.1	Populasi.....	58
3.2.2	Sampel.....	59
3.3	Sumber Data.....	60
3.3.1	Data Primer	60
3.3.2	Data Sekunder	60
3.4	Metode Pengambilan Data.....	61
3.4.1	Observasi.....	61
3.4.2	Wawancara.....	61
3.4.3	Studi Pustaka.....	62
3.4.4	Kuesioner	62
3.5	Variabel Penelitian	63
3.5.1	Variabel Independen	63
3.5.2	Variabel Dependen.....	63
3.6	Definisi Operasional Variabel.....	63
3.7	Metode Analisis Data.....	64
3.7.1	Uji Instrumen Penelitian.....	65
3.7.2	Teknik Analisis Data	67
2.4.1	Uji Hipotesis.....	68
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		70
4.1	Gambaran Umum Objek Penelitian	70

2.4.1	Deskripsi Singkat Objek Penelitian	70
2.4.2	Karakteristik Responden	72
2.4.3	Gambaran Variabel Penelitian	74
2.4.4	Konteks Work From Cafe (WFC).....	74
2.5	Gambaran Umum Responden	75
3.4	Deskripsi Variabel Penelitian.....	81
4.4	Analisis Data	86
4.4.1	Uji Instrumen Penelitian	86
2.4.1	Analisis Regresi Linear Berganda.....	90
2.4.2	Koefisien Determinasi (R^2).....	94
2.4.3	Uji Hipotesis.....	95
2.5	Pembahasan.....	101
2.5.1	Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik (X1) terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Generasi Z dalam Konteks <i>Work From Cafe</i> (WFC)	101
2.5.2	Pengaruh Motivasi Intrinsik (X2) terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Generasi Z dalam Konteks <i>Work From Cafe</i> (WFC)	104
2.5.3	Pengaruh <i>Work life balance</i> (X3) terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Generasi Z dalam Konteks <i>Work From Cafe</i> (WFC)	107
2.5.4	Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik (X1), Motivasi Intrinsik (X2), dan <i>Work From Cafe</i> (WFC) (X3) terhadap Produktivitas Kerja Karyawan (Y).....	110
2.5.5	Variabel <i>Work life balance</i> Yang Paling Dominan Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Generasi Z dalam Konteks <i>Work From Cafe</i> (WFC).....	112
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		116
5.1	Kesimpulan.....	116
5.2	Saran.....	119
5.3	Keterbatasan Penelitian	122

DAFTAR PUSTAKA	124
LAMPIRAN	129



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penelitian Terdahulu	45
Tabel 2. Skala Likert	62
Tabel 3. Definisi Operasional Variabel.....	63
Tabel 4. Data Identitas Responden.....	76
Tabel 5. Jenis Kelamin Responden	78
Tabel 6. Usia Responden.....	79
Tabel 7. Lama Bekerja Responden	80
Tabel 8. Pendidikan Terakhir Responden	81
Tabel 9. Tafsiran Nilai Rata – Rata.....	82
Tabel 10. Tanggapan Responden Terhadap Lingkungan Kerja Fisik (X1)	83
Tabel 11. Tanggapan Responden Terhadap Motivasi Intrinsik (X2).....	84
Tabel 12. Tanggapan Responden Terhadap Work life balance (WLB) (X3)	85
Tabel 13. Tanggapan Responden Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan (Y).....	86
Tabel 14. Uji Validitas	88
Tabel 15. Uji Reliabilitas	90
Tabel 16. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda	92
Tabel 17. Hasil Analisis Koefisien Determinasi (R^2)	95
Tabel 18. Hasil Analisis Uji T.....	96
Tabel 19. Hasil Analisis Uji F.....	100

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual Penelitian	52
Gambar 2. Daerah Penerimaan dan Penolakan H01 Untuk Lingkungan Kerja Fisik. 97	
Gambar 3. Daerah Penerimaan dan Penolakan H01 untuk Motivasi Intrinsik	98
Gambar 4. Daerah Penerimaan dan Penolakan H01 untuk <i>Work life balance</i>	99
Gambar 5. Kurva Daerah Penolakan dan Penerimaan Secara Simultan	101



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuisisioner Penelitian	129
Lampiran 2 Output Frekuensi Karakteristik Responden.....	136
Lampiran 3 Tabulasi Data Jawaban Responden	138
Lampiran 4 Output Tanggapan Responden Terhadap Variabel.....	144
Lampiran 5 Hasil Output Uji Validitas	145
Lampiran 6 Hasil Output Uji Reliabilitas SPSS	149
Lampiran 7 Hasil Analisis Regresi Linier Berganda, Koefisien Determinasi (R^2), Uji T dan Uji F	150
Lampiran 8 Nilai R tabel.....	152
Lampiran 9 Nilai T Tabel.....	154
Lampiran 10 Nilai F tabel	157
Lampiran 11 Letter of Acceptance (LoA) Jurnal.....	159
Lampiran 12 Surat Keterangan Hasil Cek Plagiasi.....	160
Lampiran 13 Berita Acara Bimbingan.....	160