

**PENGARUH *WORK ENGAGEMENT* TERHADAP *QUIET QUITTING* PADA PEKERJA MILENIAL
DI KOTA SAWAHLUNTO**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Sebagai Salah Satu
Syarat dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)*



**UIN IMAM BONJOL
PADANG**

Oleh:

**ARUM INAYAH PUTRI
2215040067**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UIN IMAM BONJOL PADANG
1448 H / 2026 M**

LEMBAR PERNYATAAN KEORISINILAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Arum Inayah Putri

NIM : 2215040067

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **"Pengaruh *Work Engagement* terhadap *Quiet Quitting* pada Para Pekerja Milenial di Kota Sawahlunto"** adalah hasil karya saya sendiri yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan dari perguruan tinggi manapun.

Adapun bagaian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari hasil karya orang lain yang telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan kode etik penelitian ilmiah. Jika dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran kode etik penelitian ilmiah, maka saya akan menerima sanksi berupa dibatalkan keabsahan skripsi ini dengan gelar sarjana saya.

Padang, 06 Juni 2026

Saya yang menyatakan



Arum Inayah Putri

NIM 2215040067

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “**Pengaruh *Work Engagement* Terhadap *Quiet Quitting* pada Para Pekerja Milenial di Kota Sawahlunto**” disusun oleh Arum Inayah Putri, NIM 2215040067, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk melanjutkan ke sidang munaqasyah.

Padang, Juni 2026

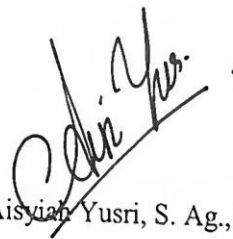
Disetujui Oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II



Winbaktianur, SE., M.A
NIP. 197803272009121003



Nur'Aisyiah Yusri, S. Ag., M. Si
NIP. 197501162005012005

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan judul “Pengaruh *Work Engagement* terhadap *Quiet Quitting* pada Pekerja Milenial di Kota Sawahlunto” yang disusun oleh Arum Inayah Putri, NIM : 2215040067, telah diuji dalam sidang Munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Imam Bonjol Padang, pada hari Kamis, 18 Juni 2026 dan dinyatakan telah diterima sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana Program Strata Satu (S-1) pada Program Studi Psikologi Islam.

Padang, 24 Juni 2026

Tim Penguji
Ketua

Winbaktianur, SE., M.A
NIP.197803272009121003

Penguji I

Dr. Hj. Dewi Fitriana, M. Psi., Psikolog
NIP. 197410012008012016

Penguji III

Winbaktianur, SE., M.A
NIP.197803272009121003

Penguji II

Dr. Ruaidah, SS., M.Pd
NIP. 197912192008012011

Penguji IV

Nur Aisyah Yusri, S. Ag., M.Si
NIP. 197501162005012005

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
UIN Imam Bonjol Padang



Dr. Scfritono, S. Ag., M.Pd
NIP. 197802202006041007

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul “**Pengaruh *Work Engagement* terhadap *Quiet Quitting* pada Pekerja Milenial di Kota Sawahlunto**” yang disusun oleh Arum Inayah Putri, NIM 2215040067, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, (2026).

Fenomena *quiet quitting* menjadi perhatian dalam dunia kerja modern karena menunjukkan rendahnya keterlibatan psikologis pekerja terhadap pekerjaan. Kondisi ini banyak ditemukan pada pekerja milenial yang cenderung menekankan keseimbangan antara kehidupan pribadi dan pekerjaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *work engagement* terhadap *quiet quitting* pada pekerja milenial di Kota Sawahlunto.

Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan regresi linear sederhana. Populasi penelitian berjumlah 12.630 pekerja milenial di Kota Sawahlunto. Teknik pengambilan sampel menggunakan non-probability sampling dengan metode purposive sampling dengan penentuan sampel berdasarkan tabel issac michel margin eror 5% sehingga diperoleh sampel sebanyak 340 responden.

Hasil penelitian menunjukkan *work engagement* berada pada kategori tinggi sebesar 89,47%, sedangkan *quiet quitting* berada pada kategori sedang sebesar 98,5%. Uji regresi menunjukkan nilai koefisien regresi sebesar -0,197 dengan signifikansi 0,022 ($p < 0,05$) dan nilai R^2 sebesar 0,15. Hasil ini menunjukkan bahwa H_a diterima terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *work engagement* terhadap *quiet quitting*, sehingga semakin tinggi *work engagement* maka semakin rendah kecenderungan *quiet quitting* pada pekerja milenial di Kota Sawahlunto.

Kata Kunci: *Work Engagement*, *Quiet Quitting*, Pekerja Milenial.

ABSTRACT

*This undergraduate thesis entitled "**The Effect of Work Engagement on Quiet Quitting among Millennial Workers in Sawahlunto City,**" was written by Arum Inayah Putri, Student ID Number 2215040067, Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin and Religious Studies, Imam Bonjol State Islamic University, Padang, (2026).*

The phenomenon of quiet quitting has become a concern in the modern workplace because it indicates low psychological engagement with work. This condition is often found among millennial workers, who tend to emphasize work-life balance. This study aims to determine the effect of work engagement on quiet quitting among millennial workers in Sawahlunto City.

The study used a quantitative method with a simple linear regression approach. The study population was 12,630 millennial workers in Sawahlunto City. The sampling technique used non-probability sampling with a purposive sampling method, with sample determination based on the Issac-Michel table with a 5% margin of error, resulting in a sample size of 340 respondents.

The results showed that work engagement was in the high category at 89.47%, while quiet quitting was in the medium category at 98.5%. The regression test showed a regression coefficient of -0.197 with a significance level of 0.022 ($p < 0.05$) and an R^2 value of 0.15. These results indicate that H_a accepted has a significant negative effect between work engagement and quiet quitting, so that the higher the work engagement, the lower the tendency for quiet quitting among millennial workers in Sawahlunto City.

Keywords: Work Engagement, Quiet Quitting, Millennial Workers.

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillahirobbil'alamin penulis ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh *Work Engagement* terhadap *Quiet Quitting* pada Pekerja Milenial di Kota Sawahlunto”**. Shalawat serta salam dihaturkan kepada Nabi besar Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabatnya.

Adapun proses terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan, dukungan, serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama beserta seluruh jajarannya.
2. Ketua Program Studi Psikologi Islam dan sekretaris yang penulis hormati.
3. Terima kasih kepada dosen pembimbing akademik Bapak Dr. Murisal, S.Ag, M.Pd yang telah meluangkan waktu untuk membimbing penulis selama masa perkuliahan.
4. Bapak Winbaktianur, S.E., M.A. selaku Dosen Pembimbing I dan Ibu Nur'Aisyiah Yusri, S.Ag., M.Si selaku Dosen Pembimbing II yang penulis hormati. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas kesediaan beliau meluangkan waktu di tengah berbagai kesibukan, serta atas perhatian, semangat, arahan, dan bimbingan yang diberikan kepada penulis selama proses penyusunan hingga penyelesaian skripsi ini.
5. Segenap dosen Program Studi Psikologi Islam serta dosen Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Imam Bonjol Padang yang telah

mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama masa perkuliahan, serta seluruh staf yang dengan penuh kesabaran membantu penulis dalam proses administrasi.

6. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Mai Tiza Husna M.Psi., Psikolog yang telah merekrut dan memberikan kesempatan kepada penulis untuk bergabung di Laboratorium Psikologi UIN Imam Bonjol Padang. Terima kasih kepada Ibu Rena Kinnara Arlotas, M.Psi., Psikolog yang telah membimbing dan mendampingi penulis selama masa magang. Serta terima kasih kepada Bapak Mardenny, M.Psi., Psikolog selaku Kepala Laboratorium Psikologi UIN Imam Bonjol Padang 2026 yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menjadi asisten laboratorium. Terima kasih atas kepercayaan, bimbingan, serta berbagai pengalaman dan pembelajaran berharga yang diberikan selama penulis menjalankan tugas sebagai asisten laboratorium.
7. Teristimewa untuk Umi dan Ayah, dua orang yang selalu menjadi alasan penulis untuk terus melangkah ketika keadaan terasa berat. Terima kasih karena telah menjadikan doa sebagai cara mencintai yang paling tulus, dan pengorbanan sebagai bahasa yang tidak pernah perlu dijelaskan. Banyak hal dalam hidup yang mungkin belum mampu penulis balas, tetapi semoga skripsi ini menjadi salah satu bukti bahwa setiap usaha, harapan, dan doa yang umi dan ayah titipkan tidak pernah sia-sia. Terima kasih karena selalu percaya kepada penulis, bahkan ketika penulis belum sepenuhnya percaya pada diri sendiri.

8. Penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Mbah, Ibu, dan Bapak atas segala dukungan, perhatian, doa, bantuan material, serta semangat yang senantiasa diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan hingga menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih karena telah hadir dan membantu penulis, tidak hanya dalam memberikan dukungan finansial, tetapi juga dalam proses pelaksanaan penelitian yang menjadi bagian penting dalam penyusunan skripsi ini.
9. Teruntuk Abang Ikhsan, Kakak Syifa, Uni Vira, Tete Alikha, dan Adek Ziya, cucu-cucu mbah, kehadiran kalian telah menjadi salah satu sumber semangat bagi penulis dalam menyelesaikan perjalanan panjang ini. Di tengah rasa lelah, tekanan, dan berbagai tantangan yang datang selama proses penyusunan skripsi, kebersamaan dengan kalian sering kali menjadi pengingat bahwa selalu ada alasan untuk terus berjuang. Semoga suatu hari nanti penulis dapat menjadi sosok yang dapat kalian banggakan, sebagaimana kalian telah menjadi salah satu alasan bagi penulis untuk terus berusaha menjadi pribadi yang lebih baik.
10. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada rekan-rekan Asisten Laboratorium Psikologi UIN Imam Bonjol Padang angkatan 2026, yaitu Nafa, Ulfa, Putri, Nela, Abib, dan Pixel, penulis sangat berterima kasih atas pengertian, bantuan, dan kesediaan rekan-rekan untuk saling mendukung selama proses penelitian dan penyusunan skripsi ini. Berbagai masukan, saran, serta diskusi yang diberikan juga sangat membantu

penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga kesuksesan senantiasa menyertai langkah kita semua.

11. Teruntuk teman-teman seperjuangan di kelas Psikologi Islam B angkatan 2022 yang telah kebersamai perjalanan penulis selama menempuh pendidikan di bangku perkuliahan. Secara khusus kepada Friska, Finola, Silvi, Silvia, Desi, dan Vanessa terima kasih atas kebersamaan, dukungan, bantuan, serta berbagai cerita yang telah dibagikan selama masa perkuliahan. Semoga kita semua disertai kesuksesan disetiap langkah.
12. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak di instansi tempat penelitian yang telah memberikan izin, kesempatan, serta dukungan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian. Terima kasih atas sambutan yang baik, bantuan, kerja sama, serta kemudahan yang diberikan selama proses pengumpulan data berlangsung. Penulis juga sangat menghargai doa, perhatian, dan dukungan yang diberikan sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan lancar.
13. Terakhir, untuk diri saya sendiri, terima kasih atas segala perjuangan, kesabaran, dan keteguhan selama proses penyelesaian skripsi ini. Terima kasih karena telah mampu bertahan dan terus melangkah meskipun dihadapkan pada berbagai tantangan, kesulitan, keraguan, dan rasa lelah yang tidak jarang hadir dalam perjalanan ini. Terimakasih telah berani berjalan meski tidak selalu tahu kemana arah akan membawa. Terimakasih telah mempercayai bahwa setiap proses panjang tidak akan berakhir sia-sia

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN KEORISINILAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	18
C. Batasan Masalah.....	18
D. Tujuan Penelitian	19
E. Kegunaan Penelitian.....	19
F. Sistematika Penulisan	20
BAB II TINJAUAN PUTAKA.....	21
A. <i>Quiet Quitting</i>	22
1. Definisi <i>Quiet Quitting</i>	22
2. Aspek-Aspek <i>Quiet Quitting</i>	26
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Quiet Quitting</i>	28
4. <i>Quiet Quitting</i> dalam Perspektif Islam.....	33
B. <i>Work Engagement</i>	35
1. Definisi <i>Work Engagement</i>	35
2. Aspek-Aspek <i>Work Engagement</i>	37
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Work Engagement</i> ..	39
4. <i>Work Engagement</i> dalam Perspektif Islam	42
C. Pengaruh <i>Work Engagement</i> terhadap <i>Quiet Quitting</i>	44

D. Penelitian Relevan.....	48
E. Kerangka Konseptual	52
F. Hipotesis.....	53
BAB III METODE PENELITIAN	54
A. Jenis Penelitian.....	54
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	54
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	55
D. Populasi dan Sampel	56
1. Populasi.....	57
2. Sampel.....	59
E. Teknik Pengumpulan Data	60
F. Instrumen Penelitian.....	61
1. Skala <i>Work Engagement</i>	61
2. Skala <i>Quiet Quitting</i>	63
G. Teknik Pengolahan Data	63
1. Uji Validitas	64
2. Uji Reliabilitas	66
H. Teknik Analisis Data.....	67
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	73
A. Tahap Pelaksanaan Penelitian	73
1. Tahap Persiapan.....	75
2. Tahap Pelaksanaan	75
3. Tahap Pengolahan dan Analisis Data	77
B. Deskripsi Umum Subjek Penelitian	77
C. Hasil Penelitian	80
1. Kategori Variabel Penelitian	80
2. Uji Asumsi Klasik	85
3. Uji Hipotesis	88
D. Pembahasan.....	91
1. Hasil Kategorisasi <i>Work Engagement</i>	92
2. Hasil Kategorisasi <i>Quiet Quitting</i>	95

3. Pengaruh <i>Work Engagement</i> terhadap <i>Quiet Quitting</i>	97
8BAB V PENUTUP	106
A. Kesimpulan	106
B. Saran.....	107
DAFTAR PUSTAKA	113
LAMPIRAN.....	115

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Penduduk Bekerja (Ribuan Jiwa) Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin Kota Sawahlunto.....	58
Tabel 3.2 Penskoran Instrumen UWES-9	61
Tabel 3.3 <i>Blue Print</i> UWES-9	62
Tabel 3.4 Penskoran <i>Quiet Quitting Scale</i>	63
Tabel 3.5 <i>Blue Print Quiet Quitting Scale</i>	63
Tabel 3.6 Rumus Kategorisasi	68
Tabel 4.1 Penentuan Kategorisasi variabel	81
Tabel 4.2 Skor Hipotetik dan Empirik <i>Work Engagement</i>	82
Tabel 4.3 Kategorisasi <i>Work Engagement</i>	82
Tabel 4.4 Skor Hipotetik dan Empirik <i>Quiet Quitting</i>	84
Tabel 4.5 Kategorisasi <i>Quiet Quitting</i>	84
Tabel 4.6 Hasil Uji Linearitas	88
Tabel 4.7 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana.....	89
Tabel 4.8 Hasil Anova Regresi Linear Sederhana	90

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual Penelitian	53
Gambar 4.1 Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	78
Gambar 4.2 Karakteristik Subjek Berdasarkan pengalaman Bekerja	79
Gambar 4.3 Hasil Uji Histogram	86
Gambar 4.3 Hasil Uji P-P Plot	87

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Pembimbing Skripsi	116
Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Penelitian	117
Lampiran 3. Bukti Bimbingan Skripsi	118
Lampiran 4. <i>Blue Print</i> UWES-9	120
Lampiran 5. <i>Blue Print Quiet Quitting Scale</i>	120
Lampiran 6 Skala Penelitian UWES-9	121
Lampiran 7 Skala Penelitian <i>Quiet Quitting</i>	123
Lampiran 8 Tabulasi Data <i>Work Engagement</i>	127
Lampiran 9 Tabulasi Data <i>Quiet Quitting</i>	131
Lampiran 10 Kategorisasi <i>Work Engagement</i>	132
Lampiran 11 Kategorisasi <i>Quiet Quitting</i>	132
Lampiran 12 Output Uji Asumsi Klasik	133
Lampiran 13 Output Uji Linearitas	134
Lampiran 14 Output Uji Hipotesis	134
Lampiran 15 Keterangan Turnitin	136