

Pemetaan Tren Penelitian Global tentang Keseimbangan Kerja-Kehidupan dan Pola Kerja Fleksibel: Analisis Bibliometrik (2010-2025)

Loso Judijanto¹, Ahmad Winanto²

¹IPOSS Jakarta, Indonesia

²Politeknik Tunas Pemuda Tangerang

Article Info

Article history:

Received November, 2025

Revised November, 2025

Accepted November, 2025

Kata Kunci:

Keseimbangan Kerja-Kehidupan, Kerja Fleksibel, Kerja Jarak Jauh, Analisis Bibliometrik, VOSviewer, Kesejahteraan Karyawan, Kolaborasi Global

Keywords:

Work-Life Balance, Flexible Work, Remote Work, Bibliometric Analysis, VOSviewer, Employee Well-Being, Global Collaboration

ABSTRAK

Studi ini melakukan analisis bibliometrik komprehensif terhadap tren penelitian global mengenai keseimbangan kerja-kehidupan dan pola kerja fleksibel dari tahun 2010 hingga 2025. Dengan menggunakan data yang terindeks di Scopus dan VOSviewer, studi ini memetakan dinamika publikasi, kemunculan bersama kata kunci, jaringan penulis, dan kolaborasi internasional. Temuan menunjukkan bahwa keseimbangan kerja-kehidupan merupakan tema penelitian utama, yang erat terkait dengan fleksibilitas, kerja jarak jauh, beban kerja, dan kesejahteraan psikologis. Overlay temporal menunjukkan pergeseran yang jelas dalam fokus penelitian selama dan setelah pandemi COVID-19, dengan perhatian yang semakin besar terhadap kerja jarak jauh dan implikasi kesehatan mental. Peta kolaborasi menunjukkan bahwa Inggris, Australia, Kanada, dan Belanda memimpin produksi ilmiah global, sementara negara-negara berkembang memiliki kontribusi yang muncul namun terbatas. Studi ini berkontribusi secara teoritis dengan mengklarifikasi struktur intelektual bidang ini dan secara praktis dengan menawarkan wawasan berbasis bukti untuk kebijakan organisasi dan manajemen sumber daya manusia. Meskipun memiliki keterbatasan—seperti ketergantungan pada satu basis data studi ini memberikan pemahaman makro-level yang berharga tentang lanskap penelitian keseimbangan kerja kehidupan yang terus berkembang.

ABSTRACT

This study conducts a comprehensive bibliometric analysis of global research trends on work-life balance and flexible working patterns from 2010 to 2025. Using data indexed in Scopus and VOSviewer, this study maps publication dynamics, co-occurrence of keywords, author networks, and international collaborations. The findings show that work-life balance is a major research theme, closely related to flexibility, remote work, workload, and psychological well-being. Temporal overlays show a clear shift in research focus during and after the COVID-19 pandemic, with increasing attention to remote work and mental health implications. The collaboration map shows that the United Kingdom, Australia, Canada, and the Netherlands lead global scientific production, while developing countries have an emerging but limited contribution. This study contributes theoretically by clarifying the intellectual structure of the field and practically by offering evidence-based insights for organizational policy and human resource management. Despite its limitations—such as reliance on a single database—this study provides valuable macro-level understanding of the evolving work-life balance research landscape.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.

**Corresponding Author:**

Name: Loso Judijanto
Institution Address: IPOSS Jakarta, Indonesia
e-mail: losojudijantobumn@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Digitalisasi, peningkatan konektivitas, dan munculnya pengaturan kerja baru yang melampaui batas waktu dan ruang telah menandai perubahan dalam lanskap kerja global selama sepuluh tahun terakhir. Di tengah situasi seperti ini, masalah keseimbangan kerja-kehidupan (juga dikenal sebagai WLB) menjadi semakin penting karena karyawan harus mengatasi tuntutan pekerjaan yang semakin berat tanpa mengorbankan kualitas hidup mereka sendiri dan keluarga. Konflik kerja-keluarga telah lama dikenal sebagai konflik peran ketika satu peran (kerja atau keluarga) menghambat pemenuhan peran lain (Greenhaus & Beutell, 1985). Selanjutnya mengatakan keseimbangan kerja-keluarga adalah tingkat keterlibatan dan kepuasan yang seimbang antara peran kerja dan peran non-kerja seseorang (Greenhaus et al., 2003). Sebaliknya, pola kerja fleksibel (FWA) adalah tanggapan organisasi terhadap kebutuhan karyawan untuk mengatur jarak antara pekerjaan dan kehidupan pribadi mereka dengan lebih fleksibel. FWA mencakup berbagai pengaturan, seperti fleksibilitas waktu (Flextime), fleksibilitas tempat kerja (Flexplace atau Telework), dan pengaturan jam kerja yang dapat dinegosiasikan (Kossek & Michel, 2011). Studi empiris menunjukkan bahwa pengaturan kerja yang fleksibel dapat bermanfaat bagi organisasi dan individu, seperti meningkatkan kepuasan kerja, komitmen organisasi, dan kemungkinan konflik kerja-keluarga. Namun, temuan ini tidak selalu konsisten dan sangat bergantung pada konteks desain kebijakan dan budaya kerja yang berlaku (Allen et al., 2013).

Dalam diskusi global tentang WLB dan pola kerja fleksibel, pandemi COVID-19 dimulai pada tahun 2020. Organisasi di berbagai industri harus segera mengadopsi bentuk fleksibilitas baru sebagai akibat dari peralihan masif ke kerja jarak jauh (remote work) dan kerja dari rumah (work from home). Menurut beberapa penelitian, kerja jarak jauh selama pandemi menimbulkan paradoks: meskipun memberikan fleksibilitas yang lebih besar, itu juga menyebabkan lebih banyak kerja, batas kerja-kehidupan yang kabur, dan risiko kelelahan emosional (Bhumika, 2020; Shirmohammadi et al., 2022). Kualitas WLB dalam lingkungan kerja yang fleksibel sangat ditentukan oleh dukungan organisasi, kemampuan individu untuk mengelola batas peran, dan kondisi rumah tangga termasuk peran gender dan tanggung jawab perawatan—serta kemampuan individu untuk mengelola batas peran.

Seiring dengan meningkatnya fenomena tersebut, literatur ilmiah tentang keseimbangan kerja-kehidupan dan pola kerja fleksibel berkembang pesat dari perspektif metodologis, jumlah publikasi, dan disiplin ilmu. Sebuah tinjauan sistematis terbaru tentang WLB selama pandemi menunjukkan bahwa penelitian tidak hanya berfokus pada dampak terhadap kinerja; penelitian juga berfokus pada kesejahteraan subjektif, kesehatan mental, dan dinamika relasi keluarga (Bulińska-Stangrecka et al., 2021). Meskipun jumlah penelitian meningkat, masih belum ada peta pengetahuan yang luas yang menggambarkan hubungan antara tema utama, penulis kunci, negara kontributor,

dan jurnal penting dari 2010 hingga 2025. Ini terutama berlaku untuk kerangka analisis yang terintegrasi.

Analisis bibliometrik, dalam konteks metodologis, menawarkan pendekatan kuantitatif untuk memetakan struktur dan dinamika pengetahuan suatu bidang melalui analisis sitiran, ko-sit iran, dan ko-kata kunci, serta jejaring kolaborasi antara penulis dan institusi. Peta bibliometrik yang menampilkan klaster topik, hubungan antarkonsep, dan evolusi tren penelitian lintas waktu banyak digunakan dengan aplikasi seperti VOSviewer (van Eck & Waltman, 2010). Pendekatan bibliometric mapping juga mulai digunakan di Indonesia untuk memetakan publikasi pada berbagai bidang ilmu. Diakui mampu membantu peneliti menemukan subjek populer, celah penelitian, dan aktor penting dalam suatu bidang (Setyowati, 2020). Oleh karena itu, analisis bibliometrik dan pola kerja fleksibel menjadi penting untuk memahami lanskap pengetahuan global yang berkembang sangat cepat.

Periode 2010–2025 mencakup masa sebelum pandemi, awal digitalisasi intensif, hingga fase disrupsi akibat COVID-19, dan upaya untuk meredesign kebijakan kerja. Dalam rentang ini, kita dapat melihat bagaimana tema WLB dan kerja fleksibel berkembang. Mereka awalnya berkonsentrasi pada konflik kerja-keluarga dan kebijakan ramah keluarga, tetapi kemudian berfokus pada masalah teknologi digital, kerja tanpa batas, dan dampak kesehatan mental dan keberagaman gender dalam lingkungan kerja fleksibel. Namun, sulit untuk mengidentifikasi klas ter tema utama, konsep baru, dan area yang kurang perhatian ilmiah terutama terkait perspektif lintas budaya dan konteks negara berkembang—tanpa pemetaan bibliometrik yang menyeluruh.

Berdasarkan uraian tersebut, pertanyaan penelitian utama adalah bagaimana pola, pola, dan struktur pengetahuan global berpengaruh terhadap keseimbangan kerja-kehidupan dan pola kerja fleksibel dari tahun 2010 hingga 2025? Pertanyaan ini bercabang ke beberapa masalah lebih lanjut, seperti: (1) bagaimana publikasi terkait WLB dan FWA meningkat dalam jumlah dan sebaran selama periode tersebut; (2) siapa saja penulis, jurnal, institusi, dan negara yang paling berpengaruh dalam bidang ini; (3) bagaimana pola kerja fleksibel dan klaster tema dan hubungan antarkata kunci mem bentuk peta intelektual penelitian WLB; dan (4) di mana celah penelitian, atau gaps penelitian, dapat menjadi dasar pengembangan. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tren penelitian global mengenai keseimbangan kerja-kehidupan dan pola kerja fleksibel dari tahun 2010 hingga 2025, dengan menggunakan pendekatan analisis bibliometrik. Secara khusus, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) mengevaluasi dinamika publikasi, termasuk tren tahunan dan distribusi publikasi menurut negara, jurnal, dan institusi; (2) menentukan penulis, jurnal, dan negara yang p aling berpengaruh dalam topik WLB dan FWA; (3) menciptakan hubungan antara klaster tema dan jejaring kata kunci yang menggambarkan struktur pengetahuan di bidang ini; dan (4) menciptakan celah penelitian dan garis besar pengembangan penelitian berdasarkan temuan bibliom. Diharapkan hasil pemetaan ini akan memberikan gambaran mendalam tentang kemajuan ilmu pengetahuan terkait WLB dan pola kerja fleksibel. Selain itu, mereka juga akan menjadi rujukan praktis bagi pembuat kebijakan dan praktisi sumber daya manusia untuk membuat intervensi yang lebih responsif untuk memenuhi kebutuhan keseimbangan antara kerja dan kehidupan di era kerja fleksibel.

2. METODE PENELITIAN

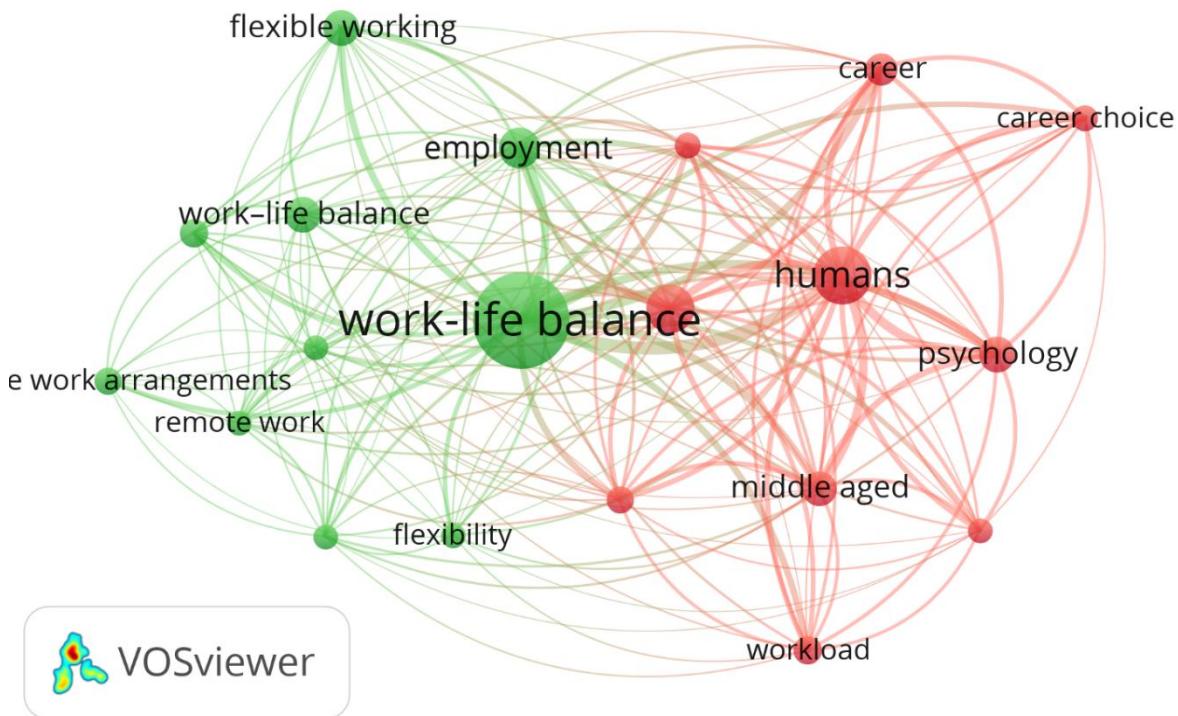
Studi ini mengamati tren publikasi global tentang keseimbangan kerja-kehidupan dan pola kerja fleksibel dari tahun 2010 hingga 2025 melalui analisis bibliometrik. Analisis bibliometrik dipilih karena mampu memberikan gambaran lengkap tentang struktur pengetahuan, tema dominan, kolaborasi, jaringan, dan perkembangan konsep dalam bidang penelitian secara visual dan kuantitatif. Metode ini telah terbukti berguna untuk menemukan perkembangan ilmu pengetahuan, hubungan antarpeneliti, dan kontribusi jurnal dan negara dalam suatu bidang keilmuan (Donthu et al., 2021). Untuk memulai, peneliti melacak istilah penting seperti "work-life balance," "work-family conflict," "flexible working arrangements," "remote work," dan "hybrid work" berdasarkan penelitian sebelumnya dan frase yang relevan. Selanjutnya, data publikasi diambil dari basis data ilmiah yang berkualitas tinggi dengan menggunakan kombinasi kata kunci tersebut.

Studi ini menggunakan Scopus sebagai sumber data bibliografis karena kelengkapan metadata, cakupan jurnal internasional yang luas, dan keandalannya dalam analisis bibliometrik. Semua artikel berbahasa Inggris yang dipublikasikan antara tahun 2010 hingga 2025 dicari, termasuk jenis dokumen artikel ilmiah dan review. Judul, nama penulis, afiliasi, tahun publikasi, kata kunci, abstrak, jumlah sitasi, dan sumber jurnal adalah semua informasi yang diekstraksi dari jurnal. Setelah proses penyaringan selesai, metadata publikasi diekspor dalam format CSV, yang kemudian diproses menggunakan VOSviewer, sebuah alat pemetaan bibliometrik yang populer untuk menganalisis hubungan antara ko-situsi, ko-penulis, dan co-kata kunci (van Eck & Waltman, 2010). Analisis dilakukan untuk menghasilkan peta visual yang menggambarkan evolusi penelitian secara keseluruhan melalui klaster topik, struktur konsep, dan jejaring kolaborasi.

Tiga prosedur utama digunakan dalam tahap analisis: (1) analisis produktivitas publikasi, yang digunakan untuk menilai tren tahunan, penulis paling produktif, negara kontributor utama, dan jurnal dengan publikasi tertinggi; (2) analisis sitasi dan ko-situsi, yang menemukan dokumen, penulis, dan referensi yang paling berpengaruh; dan (3) analisis kata kunci dan ko-kata, yang menyelidiki tema dominan dan hubungan konseptual dalam bidang penelitian ini. Klaster topik, perubahan istilah, dan implikasi konseptual dinilai dari hasil peta visual. Analisis dilakukan sesuai dengan pedoman bibliometrik umum yang digunakan dalam studi manajemen dan humaniora digital (Aria & Cuccurullo, 2017). Setiap langkah dilakukan secara sistematis untuk memastikan bahwa hasil pemetaan benar dan interpretasi tepat, menggambarkan konteks penelitian global tentang pola kerja fleksibel dan keseimbangan kerja kehidupan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Pemetaan Jaringan Kata Kunci



Gambar 1. Visualisasi Jaringan

Sumber: Data Diolah, 2025

Peta ko-kata kunci, atau peta pertemuan kata kunci, ditampilkan dalam visualisasi VOSviewer ini dalam penelitian tentang keseimbangan pekerjaan dan pola kerja fleksibel. Sementara garis menunjukkan hubungan atau kemunculan bersama antar kata, node menunjukkan frekuensi kata kunci yang muncul dalam publikasi. "Work-life balance" adalah titik fokus terbesar, yang menjadi istilah yang paling sering muncul dalam korpus data penelitian. Oleh karena itu, konsep work-life balance berfungsi sebagai dasar yang menghubungkan berbagai ide lain, seperti masalah demografi, kesehatan mental, dan dunia kerja.

Kelompok penelitian dalam kelompok hijau berfokus pada fleksibilitas, kerja jarak jauh, fleksibilitas, dan pekerjaan. Kelompok-kelompok ini juga membahas hal-hal yang berkaitan dengan transformasi pola kerja modern, seperti kerja jarak jauh, penjadwalan yang fleksibel, dan pengaturan kerja yang memberikan keleluasaan waktu dan tempat. Keterhubungan antar kata kunci dalam klaster hijau menunjukkan bahwa literatur tentang fleksibilitas kerja dipelajari secara menyeluruh bersamaan dengan masalah keseimbangan peran dan bagaimana hal itu berdampak pada keterlibatan dan performa kerja. Ini menunjukkan bahwa perubahan dalam struktur kerja setelah pandemi telah mendorong diskusi tentang fleksibilitas sebagai strategi organisasi.

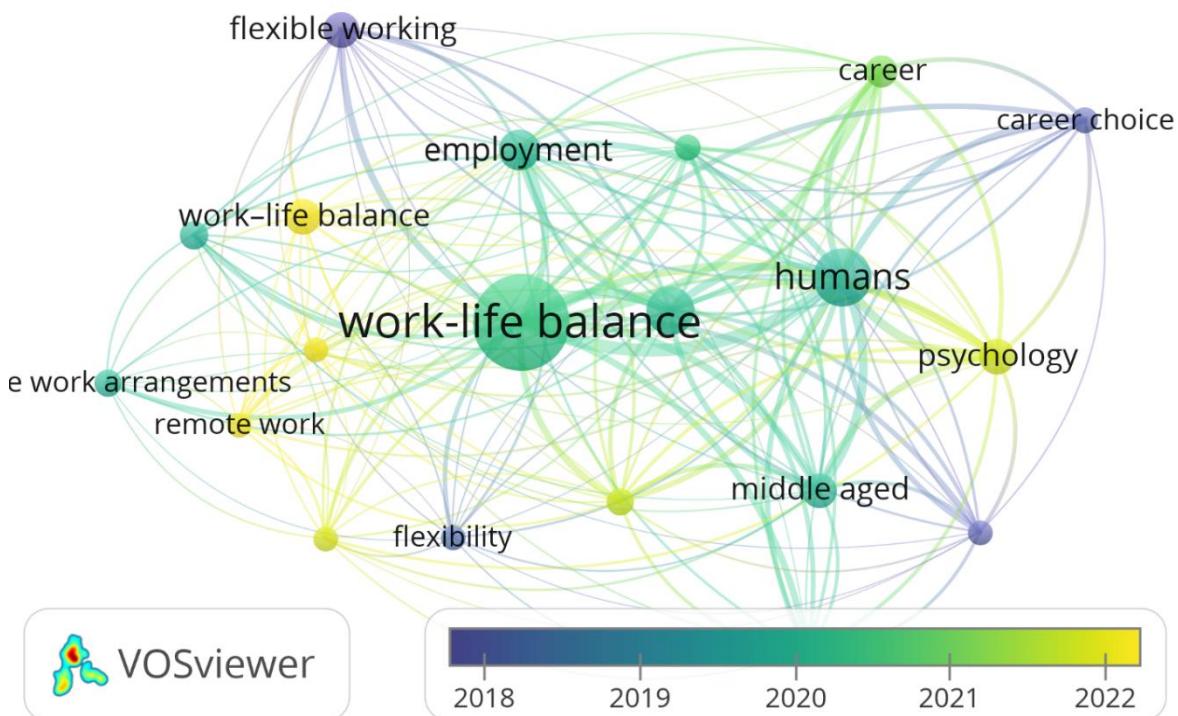
Sementara itu, klaster berwarna merah berfokus pada frase "manusia", "psikologi", "beban kerja", "usia pertengahan", dan "karir." Istilah-istilah ini mencerminkan pendekatan penelitian dari sudut pandang demografis dan psikologis, terutama yang berkaitan dengan kesejahteraan individu, beban kerja, pilihan karier, dan perbedaan respons berdasarkan usia. Banyak hubungan antara "workload" dan "manusia" menunjukkan bahwa beban kerja adalah salah satu faktor utama yang memengaruhi atau mempengaruhi keseimbangan kerja-hidup. Selain itu, penggunaan istilah seperti

i "karir" dan "pilihan karier" menunjukkan bahwa WLB dianggap sebagai masalah kesejahteraan dan terkait dengan dinamika pengembangan karier.

Hubungan yang kuat antara klaster hijau dan merah menunjukkan bahwa ada hubungan antara berbagai disiplin ilmu: fleksibilitas kerja terkait dengan psikologi dan perilaku manusia. Misalnya, hubungan antara "pekerjaan jarak jauh" dan "psikologi" menunjukkan bahwa penelitian tentang kerja jarak jauh sering mengevaluasi efeknya terhadap kesejahteraan mental, stres, atau konflik peran. Sementara itu, hubungan antara "pekerjaan fleksibel" dan "beban kerja" menunjukkan bahwa meskipun fleksibilitas memberikan ruang untuk adaptasi, penerapan fleksibilitas tidak selalu otomatis mengurangi tekanan kerja, bahkan dapat meningkatkan.

Secara keseluruhan, peta ini menunjukkan bahwa penelitian tentang keseimbangan pekerjaan-kehidupan dan pola kerja fleksibel berada di persimpangan antara masalah struktural-organisasional (fleksibilitas, pekerjaan dari jarak jauh, pekerjaan) dan masalah psikososial (manusia, beban kerja, psikologi). Dua klaster besar yang saling terhubung ini menunjukkan bahwa literatur di seluruh dunia menggabungkan perspektif dari bidang seperti manajemen sumber daya manusia, psikologi industri, sosiologi kerja, dan studi karier. Selain itu, visualisasi ini menunjukkan bahwa topik WLB telah berkembang dari sekadar studi konflik peran menjadi studi yang lebih luas tentang kualitas hidup, kesehatan mental, dan transformasi dunia kerja kontemporer.

3.2 Analisis Tren Penelitian



Gambar 2. Visualisasi Overlay

Sumber: Data Diolah, 2025

Berdasarkan rentang waktu 2018–2022, visualisasi overlay ini menunjukkan bagaimana kata kunci berkembang secara temporal. Periode awal (2018–2019) menunjukkan kata kunci yang lebih banyak digunakan, dan periode akhir (2021–2022) menunjukkan kata kunci yang lebih ban

yak digunakan. Namun, perubahan warna node dan tepi menunjukkan bahwa fokus penelitian berubah dari topik struktural-organisasional ke topik psikologis dan preferensi individu di fase 1 lebih baru. Node terbesar tetap ditempati oleh "work-life balance", menunjukkan bahwa tema ini tetap menjadi pusat perhatian selama periode penelitian.

Pada sisi kiri peta, kata-kata seperti "flexible working", "career choice", dan "middle aged" berwarna biru hingga biru-keunguan, menunjukkan bahwa istilah-istilah ini lebih banyak digunakan sebelum pandemi. Istilah seperti "flexibility", "remote work", dan "psychology" tampak lebih kuning, menunjukkan bahwa topik tersebut akan menjadi perhatian utama mulai tahun 2020 ke atas. Pola ini mengikuti perubahan yang terjadi di seluruh dunia yang disebabkan oleh pandemi COVID-19. Misalnya, penelitian mulai berkonsentrasi pada praktik kerja jarak jauh, bagaimana membuat pekerjaan lebih fleksibel, dan dampaknya terhadap kesehatan mental dan keseimbangan hidup pekerja. Dengan kata lain, peta ini menunjukkan pergeseran literatur ke arah masalah psikososial daripada masalah struktural.

Secara keseluruhan, visualisasi ini menunjukkan bahwa penelitian tentang keseimbangan kerja-hidup semakin mengarah pada masalah modern seperti transformasi digital dan perubahan pola kerja setelah pandemi. Seperti yang ditunjukkan oleh hubungan yang kuat antara kata-kata berwarna kuning seperti "pekerjaan jauh", "fleksibilitas", dan "psikologi", masalah kesejahteraan karyawan dan dinamika psikologis menjadi subjek penelitian yang paling relevan saat ini. Selain itu, evolusi warna pada peta menunjukkan bahwa literatur di seluruh dunia semakin menekankan hubungan antara teknologi, fleksibilitas, dan kualitas hidup. Ini menunjukkan bahwa penelitian kontemporer yang menggabungkan pendekatan lintas disiplin diperlukan untuk memahami keseimbangan kerja-kehidupan di era kerja modern.

3.3 Top Cited Literature

Selama dua dekade terakhir, penelitian tentang pola kerja yang fleksibel dan keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi telah berkembang pesat, terutama sebagai akibat dari perubahan struktur kerja, kemajuan teknologi digital, dan pergeseran preferensi tenaga kerja lintas generasi. Tabel berikut menunjukkan sepuluh karya ilmiah yang paling penting berdasarkan jumlah sitasi, membantu Anda memahami fondasi konseptual yang membentuk perkembangan penelitian pada bidang ini. Studi ini menunjukkan bagaimana konsep fleksibilitas kerja dan keseimbangan hidup diuji dalam berbagai konteks organisasi. Itu juga menunjukkan variabel seperti dinamika beban kerja, kesehatan karyawan, perbedaan gender, dan masalah ekonomi gigi. Pembaca dapat memperoleh pemahaman awal tentang topik, metodologi, dan kontribusi empiris dari penelitian global tentang keseimbangan kerja. Daftar penelitian penting ini membantu mereka melakukannya.

Tabel 1. Literatur Teratas yang Disitir

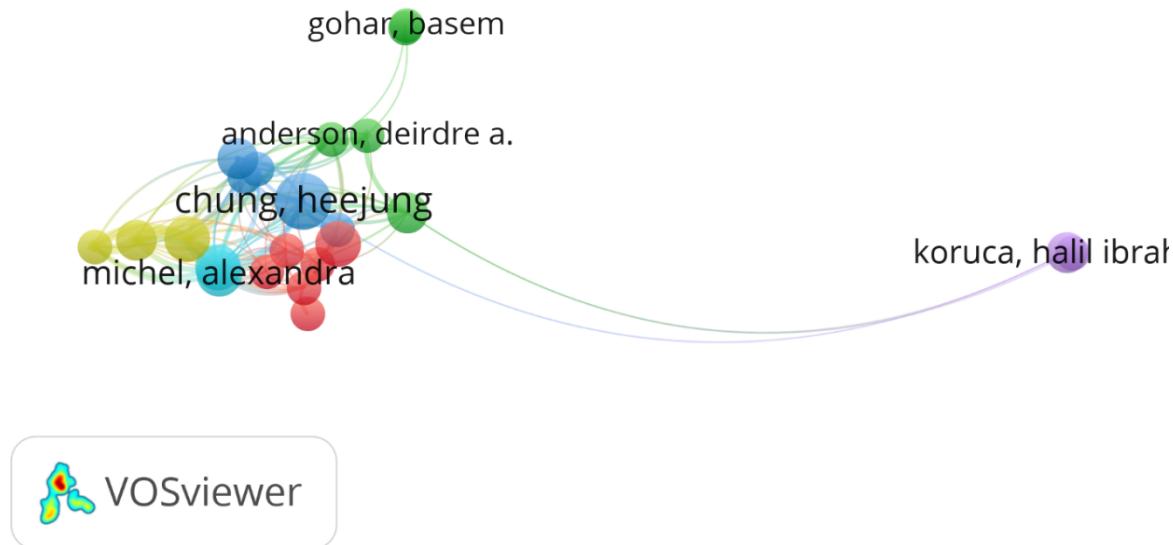
Citations	Authors and year	Title
762	Kelliher, C., Anderson, D., 2010	Doing more with less? flexible working practices and the intensification of work
595	Felstead, A., Henseke, G., 2017	Assessing the growth of remote working and its consequences for effort, well-being and work-life balance
594	Twenge, J.M.	A review of the empirical evidence on generational differences in work attitudes

Citations	Authors and year	Title
438	Hill, E.J., Ferris, M., Märtinson, V., 2010	Does it matter where you work? A comparison of how three work venues (traditional office, virtual office, and home office) influence aspects of work and personal/family life
421	Chung, H., van der Lippe, T., 2003	Flexible Working, Work-Life Balance, and Gender Equality: Introduction
383	Lehdonvirta, V., 2020	Flexibility in the gig economy: managing time on three online piecework platforms
314	Hilbrecht, M., Shaw, S.M., Johnson, L.C., Andrey, J., 2018	'I'm home for the kids': Contradictory implications for work - Life balance of teleworking mothers
312	Bulger, C.A., Matthews, R.A., Hoffman, M.E., 2008	Work and Personal Life Boundary Management: Boundary Strength, Work/Personal Life Balance, and the Segmentation-Integration Continuum
290	Smithson, J., Stokoe, E.H., 2007	Discourses of work-life balance: Negotiating 'genderblind' terms in organizations
274	Joyce, K., Pabay, R., Critchley, J.A., Bambra, C., 2005	Flexible working conditions and their effects on employee health and wellbeing

Sumber: Scopus, 2025

Tabel tersebut menunjukkan bahwa literatur akademik tentang keseimbangan kerja-kehidupan dan fleksibilitas kerja luas dan mencakup banyak tema. Misalnya, (Felstead & Henseke, 2017) menyelidiki dampak kerja jarak jauh terhadap kesejahteraan karyawan, dan (Kelliher & Anderson, 2010) melihat paradoks kerja fleksibel yang dapat meningkatkan intensitas kerja. Sebaliknya, penelitian Twenge menunjukkan bahwa sikap tentang kerja berbeda antara generasi. Di sisi lain, penelitian terkait gender oleh (Chung & Van der Lippe, 2020) menekankan bahwa fleksibilitas kerja tidak selalu menghasilkan hasil yang sama bagi laki-laki dan perempuan. Ada beberapa masalah khusus yang dibahas dalam artikel lain. Ini termasuk cara ibu pekerja mengelola teleworking (Hilbrecht et al., 2008), mengelola batasan antara peran kerja dan personal (Bulger et al., 2007) dan dinamika waktu dalam ekonomi gig (Lehdonvirta, 2018). Secara keseluruhan, penelitian penting ini menunjukkan bahwa work-life balance adalah fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk struktur organisasi, kondisi pekerjaan, teknologi, identitas gender, dan dinamika sosial yang lebih luas.

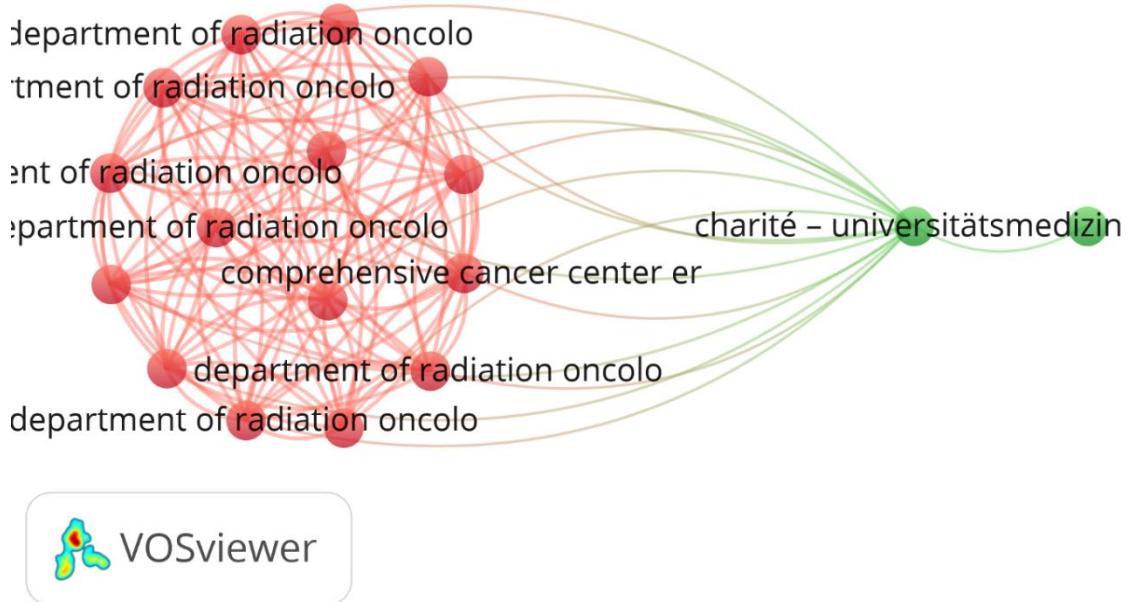
3.4 Analisis Kolaborasi Penulis



Gambar 3. Analisis Kolaborasi Penulis

Sumber: Data Diolah, 2025

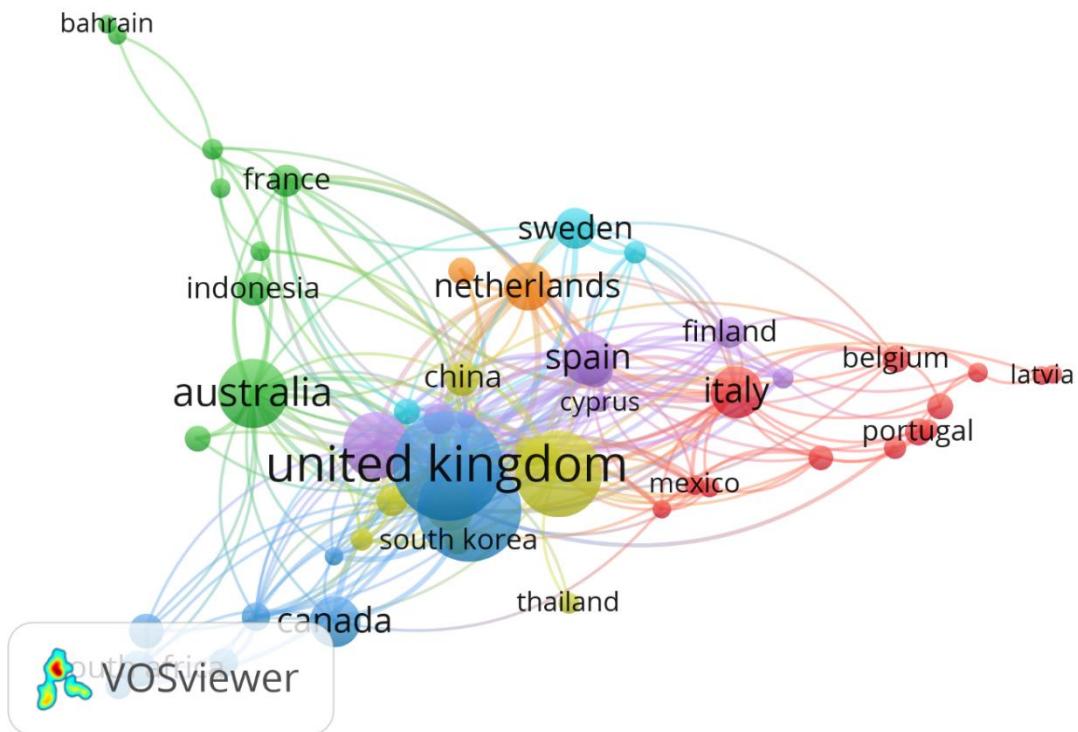
Hubungan antara kerja sama akademis dan fleksibilitas pola kerja menunjukkan visualisasi jejaring penulis ini. Node yang lebih besar, seperti Chung, Heejung, Michel, Alexandra, dan Anderson, Deirdre A., menunjukkan penulis yang paling banyak menghasilkan publikasi dan memiliki pengaruh sitasi. Warna-warna berbeda menunjukkan klaster kolaborasi yang terbentuk secara alami berdasarkan metodologi penelitian. Sebagian besar penulis berada dalam klaster yang saling terhubung, yang menunjukkan hubungan kerja kolaboratif yang kuat dalam topik ini. Namun, penulis lain, seperti Halil Ibrahim dari Koruca, menunjukkan karya mereka lebih independen atau kurang terhubung dengan pusat kolaborasi utama. Secara keseluruhan, peta ini menunjukkan bahwa beberapa penulis inti bekerja sama dalam penelitian tentang keseimbangan kerja; penulis lain memberikan kontribusi yang lebih khusus..



Gambar 4. Analisis Kolaborasi Institusi

Sumber: Data Diolah, 2025

Dalam publikasi ilmiah, hubungan kolaborasi institusional digambarkan dalam visualisasi jejaring afiliasi ini. Klaster berwarna merah, yang didominasi oleh Departemen Radiation Oncology dan institusi yang terkait dengan Comprehensive Cancer Center, menunjukkan tingkat kerja sama yang sangat tinggi di dalam organisasi. Klaster ini memiliki banyak node yang saling terhubung, yang menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian dilakukan dalam jaringan institusi yang sama atau dalam lingkup kerja sama multidivisi di dalam organisasi besar. Sementara itu, Charité – Universitätsmedizin, yang berada dalam klaster hijau, tampaknya memiliki banyak jalur kolaborasi dengan klaster merah, tetapi kolaborasi internal dalam klaster merah tidak sedekat itu. Menurut pola ini, Charité tidak terlalu terintegrasi dalam jejaring utama tetapi memainkan peran penting sebagai mitra eksternal. Secara keseluruhan, peta ini menunjukkan struktur kolaborasi yang terfokus pada satu institusi besar dengan keterlibatan beberapa institusi lain yang lebih kecil. Ini menunjukkan bahwa kolaborasi internal yang kuat sangat penting untuk menghasilkan publikasi ilmiah.



Gambar 5. Analisis Kolaborasi Negara

Sumber: Data Diolah, 2025

Visualisasi jejaring negara ini menunjukkan kerja sama internasional tentang work-life balance dan fleksibilitas kerja. United Kingdom memiliki kontribusi terbesar, baik dari segi jumlah publikasi maupun jumlah kolaborasi internasional. Inggris menjadi pusat jaringan global dan pusat penelitian bidang ini karena banyaknya koneksi ke negara lain. Negara-negara di sekitarnya seperti Australia, Kanada, China, Belanda, dan Spanyol membentuk klaster kerja sama yang kuat, yang menunjukkan ekosistem riset yang saling terhubung dan produktif. Namun, beberapa negara seperti Indonesia, Bahrain, dan Latvia memiliki node dan koneksi yang lebih sedikit, yang menunjukkan kontribusi riset yang lebih kecil. Namun, mereka tetap terhubung melalui kolaborasi dengan negara-negara yang lebih aktif. Secara keseluruhan, peta ini menunjukkan bahwa penelitian internasional tentang keseimbangan kerja-kehidupan dipimpin oleh negara-negara maju, dengan pola kolaborasi internasional yang kuat, dan menunjukkan bahwa masalah ini mencakup berbagai disiplin ilmu.

3.4 Analisis Peluang Penelitian



Gambar 6. Visualisasi Densitas

Sumber: Data Diolah, 2025

Dalam literatur yang berbicara tentang keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, peta densitas ini menunjukkan jumlah kata kunci yang muncul. Warna kuning menunjukkan wilayah dengan frekuensi paling tinggi, hijau menunjukkan wilayah dengan frekuensi menengah, dan biru tua menunjukkan wilayah dengan frekuensi paling rendah. Pusat terpadat berwarna kuning terang, node "work-life balance" menunjukkan bahwa istilah ini merupakan tema utama dan paling sering dibahas dalam publikasi. Selain itu, ada banyak istilah seperti "manusia", "psikologi", dan "kerja fleksibel", yang menunjukkan bahwa mereka sangat penting dalam diskusi akademik tentang keseimbangan kerja-kehidupan. Sementara itu, kata kunci seperti "flexibility", "career", "remote work", dan "workload" memiliki kepadatan sedang hingga rendah, yang menunjukkan bahwa subjek masih relevan tetapi tidak seintensif kata kunci utama. Pola kepadatan ini menunjukkan bahwa konsentrasi penelitian terkonsentrasi pada masalah dasar seperti keseimbangan hidup, kesehatan psikologis, dan perilaku manusia. Sementara itu, konteks yang terus berkembang adalah masalah struktural dan jenis pengaturan kerja yang fleksibel. Oleh karena itu, peta kepadatan ini menunjukkan bahwa penelitian global lebih berkonsentrasi pada pemahaman tentang pengalaman manusia dan konsekuensi psikologisnya daripada mempertimbangkan hanya aspek teknis atau organisasional dari penelitian tentang keseimbangan kerja-hidup.

Implementasi Praktis

Penelitian ini menunjukkan bahwa organisasi, pembuat kebijakan, dan praktisi manajemen sumber daya manusia memiliki banyak manfaat praktis. Studi ini menemukan bahwa istilah-istilah seperti keseimbangan pekerjaan dan kehidupan pribadi, fleksibilitas, pekerjaan dari jarak jauh, dan

psikologi sangat penting untuk desain kebijakan kerja kontemporer. Hasil ini dapat digunakan oleh organisasi untuk membuat kebijakan yang lebih responsif untuk fleksibilitas kerja, seperti dukungan kesehatan mental yang lebih terorganisir dan pengaturan jam kerja yang lebih adaptif. Studi ini juga dapat membantu kementerian, lembaga penelitian, dan universitas menemukan peluang kerja sama global terutama dengan negara dan institusi yang berfungsi sebagai pusat riset melalui peta kolaborasi negara dan penulis. Pemangku kepentingan juga dapat membuat intervensi berbasis bukti untuk meningkatkan produktivitas, mengurangi konflik peran, dan meningkatkan kesejahteraan tenaga kerja di berbagai sektor industri dengan memahami klaster riset yang paling berkembang.

Contribusi teoretis

Secara teoretis, penelitian ini memberikan kontribusi signifikan untuk menggambarkan bagaimana konsep keseimbangan kerja-kehidupan dan pola kerja fleksibel berkembang selama tahun 2010–2025. Penelitian ini menemukan struktur intelektual bidang tersebut dalam klaster tematik utama seperti fleksibilitas kerja, beban kerja, kesehatan psikologis, dan dinamika peran keluarga. Penelitian ini melakukan analisis bibliometrik. Teori sebelumnya di bidang manajemen SDM, psikologi organisasi, dan studi karier diperkuat oleh temuan bahwa ada korelasi kuat antara fleksibilitas kerja dan kesejahteraan psikologis. Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa paradigma telah berubah dari pemahaman tradisional tentang konflik kerja-keluarga ke model kontemporer yang melibatkan integrasi peran, pekerjaan dari jarak jauh, dan teknologi digital. Studi ini memberikan fondasi bagi peneliti lain untuk mengembangkan teori baru yang lebih sesuai dengan perubahan dunia kerja berbasis teknologi dengan menyediakan peta konseptual dan tren temporal.

4. KESIMPULAN

Melalui analisis bibliometrik, penelitian ini menyajikan pemetaan menyeluruh tentang tren penelitian global tentang keseimbangan kerja dan pola kerja fleksibel selama periode 2010–2025. Hasil analisis menunjukkan bahwa, ditandai oleh banyaknya kemunculan dan keterhubungan kata kunci di berbagai klaster, keseimbangan pekerjaan dan kehidupan adalah subjek utama yang menarik perhatian akademisi. Hasilnya mengkonfirmasi bahwa keseimbangan kerja-kehidupan bukan hanya masalah organisasi tetapi juga fenomena sosial yang dipengaruhi oleh transformasi digital, perubahan struktur kerja, dan dinamika psikologis setiap orang. Visualisasi klaster menunjukkan dua topik utama penelitian: masalah organisasi dan fleksibilitas kerja, dan masalah psikologis dan kesejahteraan individu. Pola ini menunjukkan bahwa penelitian kontemporer semakin menekankan pentingnya integrasi antara aspek struktural dan perilaku dalam memahami kesejahteraan tenaga kerja. Selain itu, analisis temporal menunjukkan bahwa, sejak pandemi COVID-19, fokus penelitian telah beralih dari fleksibilitas tradisional ke masalah kesehatan mental, digital workload, dan pekerjaan dari rumah. Pemetaan kolaborasi menunjukkan bahwa Inggris, Australia, Kanada, dan Belanda menjadi pusat produksi pengetahuan global, sementara kontribusi negara berkembang masih terbatas tetapi mulai meningkat. Analisis penulis dan afiliasi menunjukkan bahwa beberapa pusat penelitian utama memiliki jejaring akademik yang kuat dan kolaborasi lintas negara yang semakin intensif. Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan gambaran luas tentang perkembangan literatur tentang keseimbangan hidup dan pola kerja fleksibel. Ini juga mengidentifikasi celah penelitian yang dapat dieksplorasi lebih lanjut, seperti

perspektif negara berkembang, peran teknologi baru seperti kecerdasan buatan, implikasi gender, dan efek pascapandemi dari pola kerja fleksibel. Diharapkan temuan ini akan menjadi fondasi untuk teori, kebijakan, dan penelitian masa depan yang lebih berkaitan dengan dunia kerja kontemporer.

REFERENSI

- Allen, T. D., Johnson, R. C., Kiburz, K. M., & Shockley, K. M. (2013). Work–family conflict and flexible work arrangements: Deconstructing flexibility. *Personnel Psychology*, 66(2), 345–376.
- Aria, M., & Cuccurullo, C. (2017). bibliometrix: An R-tool for comprehensive science mapping analysis. *Journal of Informetrics*, 11(4), 959–975.
- Bhumika. (2020). Challenges for work–life balance during COVID-19 induced nationwide lockdown: exploring gender difference in emotional exhaustion in the Indian setting. *Gender in Management: An International Journal*, 35(7–8), 705–718.
- Bulger, C. A., Matthews, R. A., & Hoffman, M. E. (2007). Work and personal life boundary management: boundary strength, work/personal life balance, and the segmentation-integration continuum. *Journal of Occupational Health Psychology*, 12(4), 365.
- Bulińska-Stangrecka, H., Bagieńska, A., & Iddagoda, Y. A. (2021). *Work-life balance during COVID-19 pandemic and remote work: a systematic literature review*.
- Chung, H., & Van der Lippe, T. (2020). Flexible working, work–life balance, and gender equality: Introduction. *Social Indicators Research*, 151(2), 365–381.
- Donthu, N., Kumar, S., Mukherjee, D., Pandey, N., & Lim, W. M. (2021). How to conduct a bibliometric analysis: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 133, 285–296.
- Felstead, A., & Henseke, G. (2017). Assessing the growth of remote working and its consequences for effort, well-being and work-life balance. *New Technology, Work and Employment*, 32(3), 195–212.
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76–88.
- Greenhaus, J. H., Collins, K. M., & Shaw, J. D. (2003). The relation between work–family balance and quality of life. *Journal of Vocational Behavior*, 63(3), 510–531.
- Hilbrecht, M., Shaw, S. M., Johnson, L. C., & Andrey, J. (2008). 'I'm home for the kids': contradictory implications for work–life balance of teleworking mothers. *Gender, Work & Organization*, 15(5), 454–476.
- Kelliher, C., & Anderson, D. (2010). Doing more with less? Flexible working practices and the intensification of work. *Human Relations*, 63(1), 83–106.
- Kossek, E. E., & Michel, J. S. (2011). *Flexible work schedules*.
- Lehdonvirta, V. (2018). Flexibility in the gig economy: managing time on three online piecework platforms. *New Technology, Work and Employment*, 33(1), 13–29.
- Setyowati, L. (2020). Pengenalan bibliometric mapping sebagai bentuk pengembangan layanan research support services perguruan tinggi. *JPUA: Jurnal Perpustakaan Universitas Airlangga: Media Informasi Dan Komunikasi Kepustakawanan*, 10(1), 1.
- Shirmohammadi, M., Au, W. C., & Beigi, M. (2022). Remote work and work-life balance: Lessons learned from the covid-19 pandemic and suggestions for HRD practitioners. *Human Resource Development International*, 25(2), 163–181.
- van Eck, N. J., & Waltman, L. (2010). Software survey: VOSviewer, a computer program for bibliometric mapping. *Scientometrics*, 84(2), 523–538. <https://doi.org/10.1007/s11192-009-0146-3>