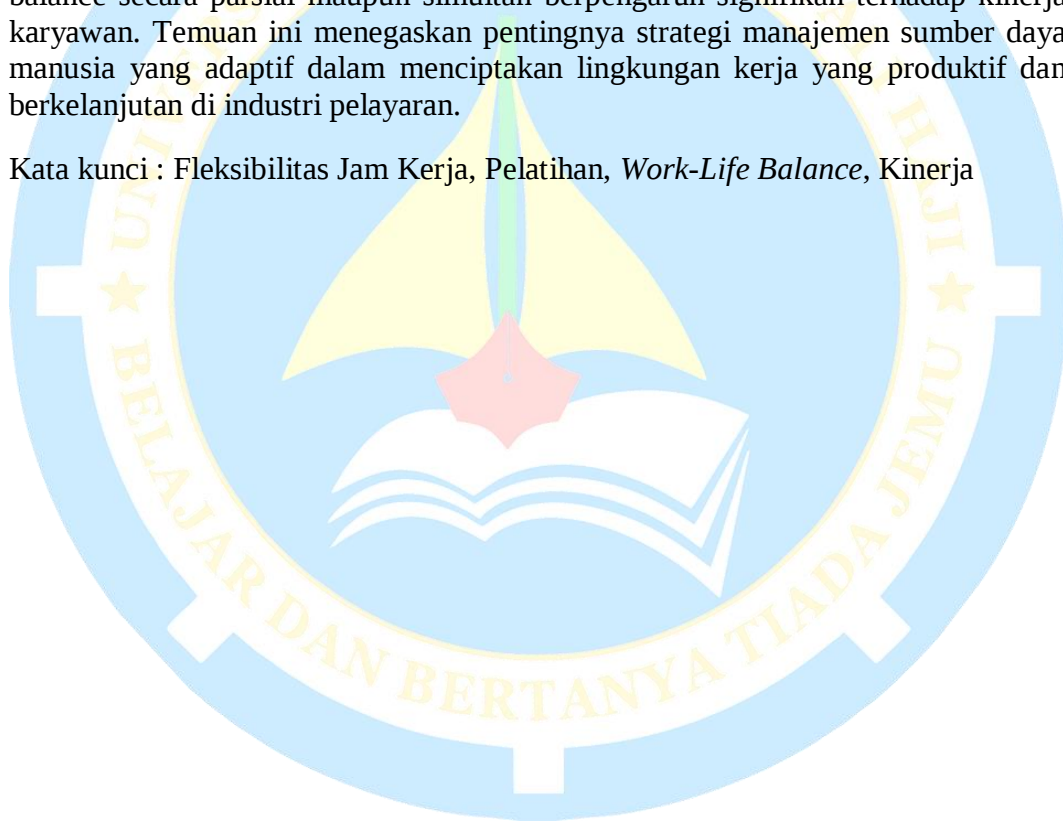


ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh fleksibilitas jam kerja, pelatihan, dan *work-life balance* terhadap kinerja karyawan pada perusahaan pelayaran nasional PT Chelsy Jaya Mandiri di Desa Labuhan Bilik. Latar belakang penelitian didasari oleh tantangan khas sektor pelayaran yang menuntut mobilitas tinggi dan jam kerja yang tidak teratur, yang berdampak pada produktivitas dan keseimbangan hidup karyawan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei melalui kuesioner yang disebarakan kepada 59 karyawan sebagai responden. Teknik analisis yang digunakan adalah regresi linear berganda menggunakan software SPSS untuk menguji pengaruh parsial dan simultan ketiga variabel independen terhadap kinerja karyawan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa fleksibilitas jam kerja, pelatihan, dan *work-life balance* secara parsial maupun simultan berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan. Temuan ini menegaskan pentingnya strategi manajemen sumber daya manusia yang adaptif dalam menciptakan lingkungan kerja yang produktif dan berkelanjutan di industri pelayaran.

Kata kunci : Fleksibilitas Jam Kerja, Pelatihan, *Work-Life Balance*, Kinerja



ABSTRACT

This study aims to analyze the influence of work hour flexibility, training, and work-life balance on employee performance at the national shipping company PT Chelsy Jaya Mandiri located in Labuhan Bilik Village. The background of this research arises from the unique challenges of the maritime sector, which demands high mobility and irregular working hours, impacting employee productivity and life balance. A quantitative approach was employed, using a survey method with questionnaires distributed to 59 employees as respondents. The data were analyzed using multiple linear regression using SPSS software to examine both partial and simultaneous effects of the independent variables on employee performance. The results indicate that work hour flexibility, training, and work-life balance significantly affect employee performance, both individually and collectively. These findings highlight the importance of adaptive human resource strategies in fostering a productive and sustainable work environment in the shipping industry

Keywords : Work hour flexibility, Training, Work-life balance, performance

