

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN WORK LIFE BALANCE TERHADAP
KEPUASAN KERJA
(Studi Pada Karyawan Taman Rekreasi Sengkaling Malang)**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Manajemen



Oleh:

Muh. Zulham Arif

201910160311560

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2024

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH BEBAN KERJA DAN *WORK LIFE BALANCE* TERHADAP
KEPUASAN KERJA

(STUDI PADA KARYAWAN TAMAN REKREASI SENGKALING MALANG)

Oleh

Muh. Zulham Arif
201910160311560

Malang, 2 Oktober 2024

Telah disetujui oleh

Pembimbing I



Dr. Achmad Mulyi, M.M.

Pembimbing II



Immanuel Mu'ammal, S.E., M.M.

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN *WORK LIFE BALANCE*
TERHADAP KEPUASAN KERJA
(Studi pada Karyawan Taman Rekreasi Sengkaling Malang)**

Oleh :

**Muh. Zulham Arif
201910160311560**

Diterima dan disetujui
pada tanggal 30 November 2024

Pembimbing I,



Dr. Achmad Mohyi, M.M.

Pembimbing II,



Immanuel Mu'ammal, S.E., M.M.

Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis,



Prof. Dr. Idah Zuhroh, M.M.

Ketua Program Studi,



Dr. Nurul Asfiah, M.M.

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN *WORK LIFE BALANCE*
TERHADAP KEPUASAN KERJA
(Studi pada Karyawan Taman Rekreasi Sengkaling Malang)**

Yang disiapkan dan disusun oleh :

Nama : Muh. Zulham Arif
NIM : 201910160311560
Jurusan : Manajemen

Telah dipertahankan di depan penguji pada tanggal 30 November 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima sebagai kelengkapan guna memperoleh gelar Sarjana Manajemen pada Universitas Muhammadiyah Malang.

Susunan Tim Penguji:

Pembimbing I : Dr. Achmad Mohyi, M.M.

Pembimbing II : Immanuel Mu'ammal, S.E., M.M.

Penguji I : Dr. Nurul Asfiah, M.M.

Penguji II : Dra. Siti Nurhasanah, M.Si.

1. 
2. 
3. 
4. 

Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis,



Prof. Dr. Idah Zuhroh, M.M.

Ketua Program Studi,

Dr. Nurul Asfiah, M.M.

PERNYATAAN ORISINALITAS

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Muh. Zulham Arif
NIM : 201910160311560
Program Studi : Manajemen
Surel : zulhamarif3@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan benar-benar hasil karya sendiri, baik sebagian maupun keseluruhan, bukan hasil karya orang lain dengan mengatasnamakan saya, serta bukan merupakan hasil penjiplakan (plagiarism) dari hasil karya orang lain;
2. Karya dan pendapat orang lain yang dijadikan sebagai bahan rujukan (referensi) dalam skripsi ini, secara tertulis dan secara jelas dicantumkan sebagai bahan/sumber acuan dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan di daftar pustaka sesuai dengan ketentuan penulisan ilmiah yang berlaku;
3. Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dana tau ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademis, dan sanksi-sanksi lainnya yang sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Malang, 2 Oktober 2024

Yang Membuat Pernyataan



Muh. Zulham Arif

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN *WORK LIFE BALANCE* TERHADAP
KEPUASAN KERJA**
(Studi Pada Karyawan Taman Rekreasi Sengkaling Malang)

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh beban kerja dan *work life balance* terhadap kepuasan kerja pada karyawan di Taman Rekreasi Sengkaling Malang secara parsial dan simultan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penentuan sampel menggunakan metode sampling jenuh sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian sebanyak 94 responden. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner. Metode analisa data menggunakan uji regresi linier berganda dengan program SPSS. Hasil penelitian membuktikan bahwa beban kerja berpengaruh signifikan terhadap kepuasan kerja dan *work life balance* berpengaruh signifikan terhadap kepuasan kerja. Hasil secara simultan diketahui bahwa beban kerja dan *work life balance* berpengaruh signifikan terhadap kepuasan kerja pada karyawan di Taman Rekreasi Sengkaling Malang, artinya beban kerja yang baik dan *work life balance* tinggi mampu meningkatkan kepuasan kerja.

Kata Kunci: *Beban Kerja, Karyawan, Kepuasan Kerja, Work Life Balance.*



**THE EFFECT OF WORKLOAD AND WORK-LIFE BALANCE ON JOB
SATISFACTION**
(Study on Employees of Sengkaling Recreational Park Malang)

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine the effect of workload and work-life balance on job satisfaction in employees at Sengkaling Recreational Park Malang partially and simultaneously. This study uses a quantitative method. The sample was determined using the saturated sampling method so that the entire population was used as a research sample of 94 respondents. The data collection technique used is a questionnaire. The data analysis method uses a multiple linear regression test with the SPSS program. The results of the study prove that workload has a significant effect on job satisfaction and work-life balance has a significant effect on job satisfaction. The results were simultaneously known that workload and work-life balance had a significant effect on job satisfaction in employees at Sengkaling Recreational Park Malang, meaning that a good workload and high work-life balance were able to increase job satisfaction.

Keywords: *Workload, Employees, Job Satisfaction, Work Life Balance.*



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim.

Puji syukur yang teramat dalam saya haturkan kehadiran Tuhan Yang Maha Segala, atas percikan kasih, hidayat, dan taufiq-Nya sehingga Skripsi dengan judul **“Pengaruh Beban Kerja Dan Work Life Balance Terhadap Kepuasan Kerja (Studi Pada Kayawan Taman Rekreasi Sengkaling Malang)”** ini dapat terselesaikan pada waktu yang telah direncanakan.

Teriring do'a sholat semoga senantiasa melimpah keharibaan Muhammad SAW., Rasul akhir zaman, penutup para Nabi yang membawa kesempurnaan ajaran Tauhid dan keutamaan budi pekerti. Dan semoga tumpahan do'a sholat menetes kepada segenap keluarga dan sahabatnya, para syuhada', para mushonnifin, para ulama', dan seluruh umatnya yang telah tulus ikhlas mencintai dan menjunjung sunnahnya.

Selama proses penyusunan skripsi ini, banyak pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan kepada saya. Sebagai ungkapan syukur, dalam kesempatan ini saya ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Nazaruddin Malik, Dr.,M.M.,selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Dr. Idah Zuhroh, M.M., selaku Dekan Fakultas Ekonomi & Bisnis Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Dr. Nurul Asfiah, MM., selaku Ketua Jurusan Program Studi Manajemen Universitas Muhammadiyah Malang
4. Dr. Achmad Mohyi, M.M. dosen pendamping I yang penuh dengan kesabaran, memotiasi, memberikan arahan, koreksi serta petunjuk yang sangat bermanfaat guna menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Saya bersyukur bisa mendapatkan dosen pendamping sesabar dan sebaik beliau.
5. Immanuel Mu'ammal. S.E., M.M.selaku selaku dosen pendamping II yang telah mau meluangkan waktunya untuk membimbing, memberi masukan, memotivasi, mengoreksi, serta memberikan petunjuk yang bermanfaat hingga terselesaikannya skripsi ini. Saya bersyukur bisa mendapatkan dosen pendamping sesabar dan sebaik beliau.

6. Dr. Widayat, Drs. MM. selaku dosen wali Manajemen Kelas K tahun angkatan 2019 yang mengarahkan saya selama berstudi dan menjadi mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Malang.
7. Dr. Achmad Mohyi, M.M. selaku salah satu dosen pengajar program studi manajemen yang menjadi sosok panutan bagi saya selama menempuh pendidikan di Malang. Karena selalu mau mendengarkan, memotivasi, menegur, memberikan masukan, serta menyayangi saya dengan sepenuh hati agar saya dapat menyelesaikan studi di Universitas Muhammadiyah dengan baik.
8. Terima kasih kepada Seluruh Bapak/Ibu dosen Fakultas Ekonomi dan Bisnis khususnya Program Studi Manajemen yang telah memberikan pengetahuan yang sangat bermanfaat selama masa perkuliahan hingga akhir penyusunan skripsi ini.
9. Terima kasih untuk segenap Pimpinan dan Karyawan serta Staff keluarga besar Sengkaling yang telah menerima dan memberi kepada izin saya untuk melakukan penelitian, serta memberikan apa yang dibutuhkan untuk mendukung dalam penelitian ini.
10. Terima kasih Kepada dua orang yang istimewa dalam hidup saya, ucapan tulus tak terhingga dengan penuh rasa cinta dan sayang kepada kedua orang tua. Kepada Ayahanda, serta Ibunda, Karena mereka berdua lah yang telah membesarkan, merawat, mendidik, serta menyayangi saya dari kecil hingga menjadi sekarang ini. Mereka berdua yang tak kenal lelah dalam mendoakan kami sebagai anaknya, dan hanya ungkapan rasa terimakasih yang mampu terucap pada mereka. Gelar ini saya persembahkan kepada kedua orang tua saya yang bercita-cita ingin mendapatkan gelar Sarjana Manajemen, Kepada mereka karena telah memberikan jalan yang sangat lebar kepada saya agar bisa mendapatkan gelar ini, dan semoga dengan gelar ini bisa menjadi langkah awal untuk membahagiakan mereka berdua.

11. Ungkapan terima kasih kepada seluruh teman-teman seperjuangan saya Manajemen Kelas K angkatan 2019 yang telah berjuang bersama saya serta memberikan warna pertemanan dari Semester 1 hingga sampai selesainya Semester akhir.
12. Ungkapan terima kasih juga kepada teman istimewa dan seperjuangan yang selalu mendukung saya selama ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.
13. Berbagai pihak lainnya yang tidak bisa disebutkan satu persatu tanpa mengurangi rasa hormat saya, sekali lagi terimakasih.

Kepada mereka semua, hanya ungkapan terimakasih dan do'a tulus yang dapat saya persembahkan, semoga segala yang telah mereka berikan kepada saya tercatat dengan tinta emas dalam lembaran catatan Roqib sebagai sebuah ibadah yang tiada ternilai. Aamiin.

Akhirnya, dengan segala keterbatasan dan kekurangannya, saya persembahkan karya tulis ini kepada siapapun yang membutuhkannya. Kritik konstruktif dan saran dari semua pihak sangat saya harapkan untuk penyempurnaan karya-karya saya selanjutnya. Terimakasih.

Malang, 2 Oktober 2024

Penulis.

Muh. Zulham Arif

DAFTAR ISI

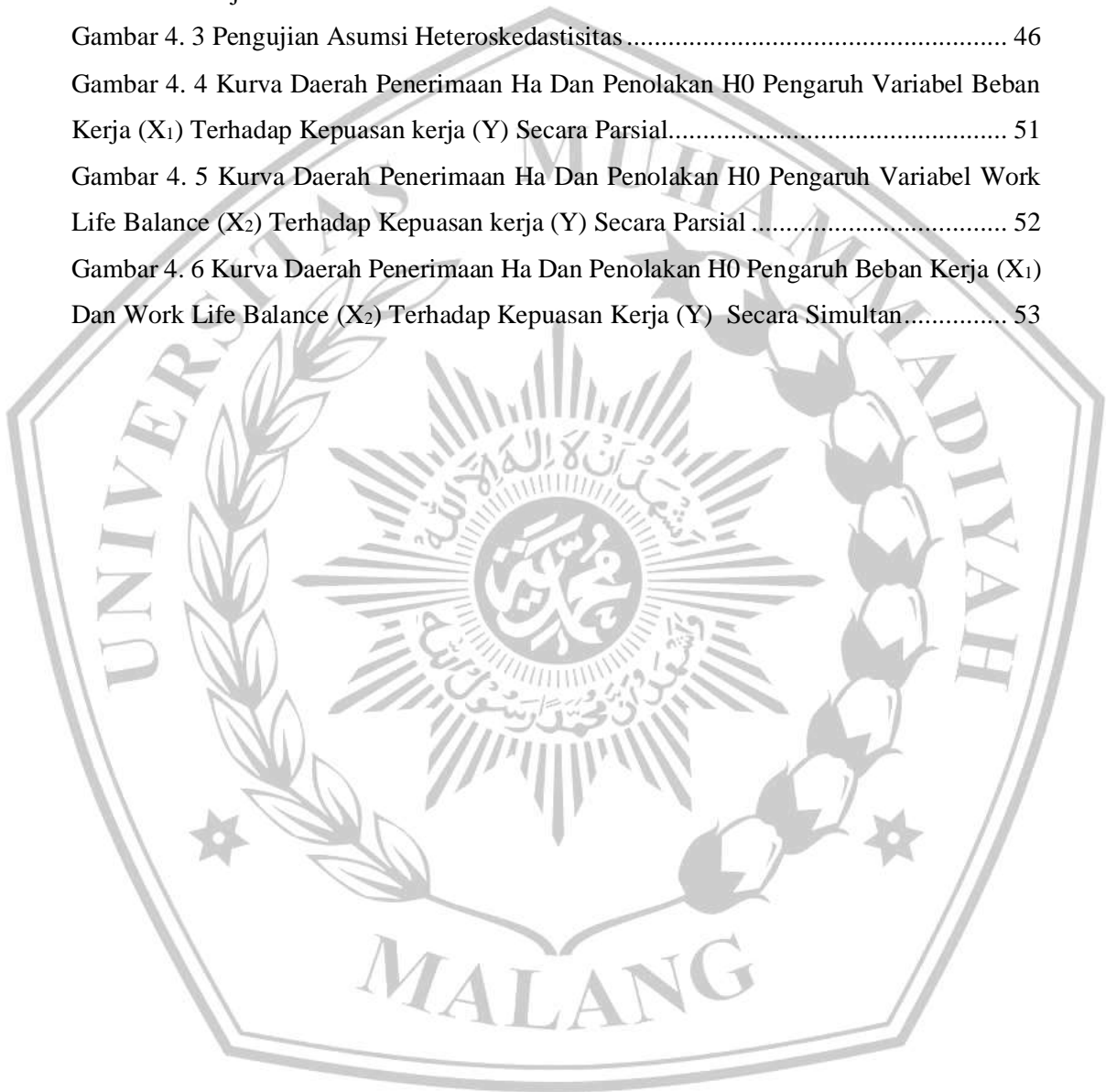
SAMPUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II.....	8
A. Penelitian Terdahulu.....	8
B. Teori dan Kajian Pustaka	10
C. Kerangka Pikir	18
D. Hipotesis	19
BAB III.....	21
A. Lokasi Penelitian	21
B. Jenis Penelitian.....	21
C. Populasi dan Sampel.....	22
D. Definisi Operasional Variabel	22
E. Jenis dan Sumber Data.....	25
F. Teknik Pengumpulan Data.....	26
G. Teknik Pengukuran Variabel.....	27
H. Teknik Analisis Data	27
BAB IV	37
A. Hasil Penelitian	37
B. Karakteristik Responden.....	41
C. Uji Instrumen	43
D. Uji Asumsi Klasik	44
E. Uji Normalitas.....	44
F. Pembahasan	55
BAB V.....	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA.....	67
LAMPIRAN	69

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....	8
Tabel 3. 1 Definisi Operasional Variabel	24
Tabel 3. 2 Alternatif Jawaban Responden	27
Tabel 3. 3 Rentang Skala	28
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur.....	41
Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	42
Tabel 4. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan.....	42
Tabel 4. 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Bekerja	42
Tabel 4. 5 Uji Validitas.....	43
Tabel 4. 6 Uji Reliabilitas	44
Tabel 4. 7 Uji Multikolinearitas	45
Tabel 4. 8 Rentang Skala Variabel Beban Kerja (X1).....	47
Tabel 4. 9 Rentang Skala Variabel Work Life Balance (X2).....	47
Tabel 4. 10 Rentang Skala Variabel Kepuasan kerja (Y).....	48
Tabel 4. 11 Uji Regresi Linear Berganda	49
Tabel 4. 12 Hasil Uji t.....	50
Tabel 4. 13 Uji F.....	53
Tabel 4. 14 Uji Koefisien Determinasi (R^2).....	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pengaruh Beban Kerja Dan Work Life Balance Terhadap Kepuasan Kerja	19
Gambar 4. 1 Struktur Organisasi Taman Rekreasi Sengkaling Malang.....	39
Gambar 4. 2 Uji Normalitas Distribusi.....	45
Gambar 4. 3 Pengujian Asumsi Heteroskedastisitas	46
Gambar 4. 4 Kurva Daerah Penerimaan Ha Dan Penolakan H0 Pengaruh Variabel Beban Kerja (X_1) Terhadap Kepuasan kerja (Y) Secara Parsial.....	51
Gambar 4. 5 Kurva Daerah Penerimaan Ha Dan Penolakan H0 Pengaruh Variabel Work Life Balance (X_2) Terhadap Kepuasan kerja (Y) Secara Parsial	52
Gambar 4. 6 Kurva Daerah Penerimaan Ha Dan Penolakan H0 Pengaruh Beban Kerja (X_1) Dan Work Life Balance (X_2) Terhadap Kepuasan Kerja (Y) Secara Simultan.....	53






DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, P. (2018). Manajemen Sumber Daya Manusia: Teori, Konsep dan Indikator. Media Sahabat Cendekia.
- Adam, M. (2016). Manajemen Strategis. PT Gramedia.
- Alimatus Sahrah. (2023). Keterikatan Kerja dan Beban Kerja dengan Work Life Balance. Jurnal Psikologi Industri, 10(1).
- Assyofa, R. (2022). Pengaruh Beban Kerja dan Work Life Balance terhadap Kepuasan Kerja. Jurnal Manajemen, 13(2).
- Diaz Erlangga. (2022). Analisis Pengaruh Beban Kerja terhadap Kepuasan Kerja Karyawan di PT. Rama Manggala Gas Blitar. Jurnal Ekonomi dan Bisnis, 8(1).
- Dicha Dwi Gustina. (2019). Pengaruh Kompensasi dan Work-Life Balance Terhadap Loyalitas Karyawan. Jurnal Bisnis dan Manajemen, 7(3).
- Ghozali, I. (2009). Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS. Universitas Diponegoro.
- Kamalina Din Jannah. (2022). Pengaruh Work-Life Balance terhadap Kepuasan Kerja. Jurnal Ekonomi dan Manajemen, 14(1).
- Koesomowidjojo, S. (2017). Teori Manajemen: Organisasi dan Pengelolaan Beban Kerja. PT Indeks.
- Mahawati, T. (2021). Konsep Beban Kerja dalam Organisasi. Jurnal Sumber Daya Manusia, 9(1).
- McDonald, R., & Bradley, P. (2017). Work-Life Balance: A Critical Perspective. Palgrave Macmillan.
- Moekijat. (2010). Manajemen Tenaga Kerja: Beban Fisik dan Mental. PT Remaja Rosdakarya.
- Munandar, A. (2020). Psikologi Industri dan Organisasi. PT Balai Pustaka.
- Nazaruddin Malik. (2019). Manajemen dan Kepemimpinan dalam Organisasi. Penerbit Andi.
- Nie, Bent, & Hull. (1970). Social Research Methods and Data Analysis. McGraw-Hill.
- Prayoga, D. (2020). Pengaruh Work-Life Balance dan Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja. Jurnal Sains Manajemen, 8(2).
- Renaldo R. Lumunon. (2019). Hubungan Beban Kerja dan Kepuasan Kerja Karyawan. Jurnal Manajemen Sumber Daya Manusia, 6(4).

- Rendy Farentino Razak. (2022). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan. *Jurnal Manajemen*, 15(2).
- Rony, H., & Sudiro, A. (2020). Kepuasan Kerja Karyawan dan Pengaruhnya terhadap Kinerja Perusahaan. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 7(1).
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Tasya Aspiranti. (2022). Psychological Distress dan Beban Kerja Terhadap Work-Life Balance. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan*, 12(3).
- Vanchapo, A. (2020). Proses Kerja dan Waktu Penyelesaian Beban Kerja. *Jurnal Manajemen Operasi*, 5(2).
- Wachid Hasyim. (2022). Work-Life Balance dan Beban Kerja dalam Organisasi. *Jurnal Ilmu Sosial*, 4(2).
- Yantje Uhing. (2019). Pengaruh Work-Life Balance, Kesehatan Kerja, dan Beban Kerja terhadap Kepuasan Kerja. *Jurnal Kesehatan dan Keselamatan Kerja*, 11(1).
- Zaini, A. (2021). Pengaruh Disiplin Kerja dan Kompensasi terhadap Kinerja Karyawan pada PT. Miniso Internasional. *Jurnal Desiminasi Teknologi*, 9(1). <https://doi.org/10.52333/destek.v9i1.702>
- Andriani, D. (2018). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan. *Jurnal Manajemen & Kewirausahaan*, 5(2).
- Wahyudi, T. (2020). Manajemen Sumber Daya Manusia dan Pengaruhnya Terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Ilmu Manajemen*, 11(3).
- Lubis, A. (2021). Analisis Work-Life Balance dalam Perusahaan Startup di Indonesia. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis Digital*, 4(1). <https://doi.org/10.32914/jebd.v4i1.1034>
- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Sanusi, A. (2012). *Metode Penelitian Bisnis*. Salemba Empat.
- Husein Umar. (2013). *Riset Pemasaran dan Perilaku Konsumen*. PT Gramedia.
- Parkes, L., & Langford, P. (2008). Work-Life Balance or Burnout: Which One Are You? *Journal of Occupational Health*, 12(1).
- Ganapathi, M. (2016). The Role of Work-Life Balance in Enhancing Job Satisfaction. *Journal of Human Resource Development*, 10(3).
- Wambui, L., et al. (2017). The Impact of Work-Life Balance on Employee Performance. *Journal of Business Management*, 15(4).
- Vyas, R., & Shrivastava, P. (2017). Managing Work-Life Balance in IT Sector: Challenges and Opportunities. *Journal of Organizational Studies*, 9(2).

Ekonomi Umm

PENGARUH BEBAN KERJA DAN WORK LIFE BALANCE TERHADAP KEPUASAN KERJA (Studi Pada Kayawan Taman R...

-  Muh. Zulham Arif
-  MANAJEMEN PERIODE IV TAHUN 2024
-  University of Muhammadiyah Malang

Document Details

Submission ID

trn:oid:::1:3062809087

Submission Date

Nov 1, 2024, 8:47 AM GMT+7

Download Date

Nov 1, 2024, 8:48 AM GMT+7

File Name

Naskah_Publikasi_Zulham_Indo_- _Zulham_Arif.docx

File Size

150.8 KB

12 Pages**3,224 Words****20,106 Characters**




11% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report


- Bibliography
- Quoted Text

Top Sources

- 4%  Internet sources
- 7%  Publications
- 8%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

1 Integrity Flag for Review

-  **Hidden Text**
6 suspect characters on 1 page
Text is altered to blend into the white background of the document.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.