

**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN BEBAN KERJA TERHADAP
KEPUASAN KERJA DENGAN STRESS KERJA SEBAGAI VARIABEL
MEDIASI
(Studi Kasus Pada CV. NL Kabupaten Pasaman Barat, Sumatra Barat)**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Mencapai
Derajat Sarjana Manajemen



Oleh :

Farhan Hanif

202010160311196

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

2024

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

PENGARUH WORK LIFE BALANCE DAN BEBAN KERJA TERHADAP KEPUASAN KERJA DENGAN STRESS KERJA SEBAGAI VARIABEL MEDIASI

Yang disiapkan dan disusun oleh :

Nama : Farhan Hanif
NIM : 202010160311196
Jurusan : Manajemen

Telah dipertahankan di depan penguji pada tanggal 09 Maret 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima sebagai kelengkapan guna memperoleh gelar Sarjana Manajemen pada Universitas Muhammadiyah Malang.

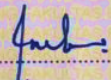

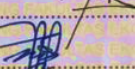

Susunan Tim Penguji:

Penguji I : Dra. Titiek Ambarwati, M.M.

Penguji II : Luqman Dzul Hilmi, S.E., M.BA.


Penguji III : Kenny Roz, S.Kom., M.M.

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

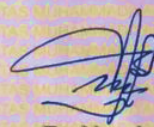
1. 
2. 
3. 
4. 

Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis,




Prof. Dr. Idah Zuhroh, M.M.

Ketua Jurusan,



Dr. Nurul Asfiah, M.M.

SKRIPSI

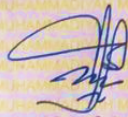
**PENGARUH WORK LIFE BALANCE DAN BEBAN KERJA
TERHADAP KEPUASAN KERJA DENGAN STRESS KERJA
SEBAGAI VARIABEL MEDIASI**

Oleh :

Farhan Hanif
202010160311196

Diterima dan disetujui
pada tanggal 09 Maret 2024

Pembimbing I,



Dr. Nurul Asfiah, M.M.

Pembimbing II,



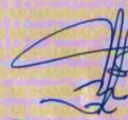
Kenny Roz, S.Kom., M.M.

Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis,



Prof. Dr. Idah Zuhroh, M.M.

Ketua Jurusan,



Dr. Nurul Asfiah, M.M.

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Farhan Hanif
NIM : 202010160311196
Program Studi : Manajemen
E-mail : farhanhanif675@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini benar-benar asli dan hasil karya sendiri, baik Sebagian maupun keseluruhan, bukan hasil karya orang lain dengan mengatasnamakan saya, serta bukan 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 menyebutkn nama pengarang dan dicantumkan di daftar Pustaka. Sesuai dengan ketentuan penulisan ilmiah yang berlaku.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sebesar-besarnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan atau ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademis, dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku

Malang, ~~25~~ Februari 2024

Yang membuat pernyataan



Farhan Hanif

**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN BEBAN KERJA TERHADAP
KEPUASAN KERJA DENGAN STRESS KERJA SEBAGAI VARIABEL
MEDIASI
(Studi Kasus Pada CV. NL Kabupaten Pasaman Barat, Sumatra Barat)**

Farhan Hanif

Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis

Universitas Muhammadiyah Malang

Jl.Raya Tlogomas No.246 Malang

E-mail: farhanhanif675@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk : mengetahui tanggapan responden terkait *work-life balance*, beban kerja, stress kerja dan kepuasan kerja, mengetahui pengaruh *work-life balance* terhadap kepuasan kerja, mengetahui pengaruh beban kerja terhadap kepuasan kerja, mengetahui pengaruh *work-life balance* terhadap stress kerja, pengaruh beban kerja terhadap kepuasan kerja, mengetahui pengaruh stress kerja terhadap kepuasan kerja, mengetahui peran mediasi stress kerja pada pengaruh *work-life balance* terhadap kepuasan kerja dan mengetahui peran mediasi stress kerja pada pengaruh beban kerja terhadap kepuasan kerja. Populasi dalam penelitian ini adalah karyawan CV. NL dengan jumlah 76 karyawan menggunakan teknik *total sampling*. Metode yang digunakan menggunakan analisis jalur dengan SPSS 25. Dari penelitian ini didapatkan hasil : seluruh pengaruh variabel bebas terhadap terikat secara parsial berpengaruh positif signifikan, stress kerja dapat memediasi pengaruh *work-life balance* terhadap kepuasan kerja dan stress kerja dapat memediasi pengaruh beban kerja terhadap kepuasan kerja.

Kata Kunci – *work-life balance*, *beban kerja*, *stress kerja*, *kepuasan kerja*

**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN BEBAN KERJA TERHADAP
KEPUASAN KERJA DENGAN STRESS KERJA SEBAGAI VARIABEL
MEDIASI
(Studi Kasus Pada CV. NL Kabupaten Pasaman Barat, Sumatra Barat)**

Farhan Hanif

Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis

Universitas Muhammadiyah Malang

Jl.Raya Tlogomas No.246 Malang

E-mail: farhanhanif675@gmail.com

Abstract

This research aims to: determine respondents' responses regarding work-life balance, workload, work stress and job satisfaction, determine the influence of work-life balance on job satisfaction, determine the influence of workload on job satisfaction, determine the influence of work-life balance on work stress, the influence of workload on satisfaction work, knowing the effect of work stress on job satisfaction, knowing the mediating role of work stress on the influence of work-life balance on job satisfaction and knowing the mediating role of work stress on the influence of workload on job satisfaction. The population in this study were employees of CV.NL with a total of 76 employees uses total sampling techniques. The method used uses path analysis with SPSS 25. From this research the results obtained: all the effects of the independent variables on the dependent partially have a significant positive effect, work stress can mediate the effect of work-life balance on job satisfaction and work stress can mediate the effect of workload on job satisfaction.

Keywords – *work-life balance, workload, work stress, job satisfaction*

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya serta sholawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“Pengaruh *work-life balance* dan beban kerja terhadap kepuasan kerja dengan stress kerja sebagai variabel mediasi”** ini dapat terselesaikan pada waktu yang telah direncanakan. Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu persyaratan mencapai derajat Sarjana di Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Malang. Penulis banyak memperoleh bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa bantuan dan dorongan yang tiada henti akan sulit bagi penulis untuk menyelesaikannya. Sebagai ungkapan rasa syukur dalam kesempatan ini saya ingin mengucapkan terimakasih kepada:

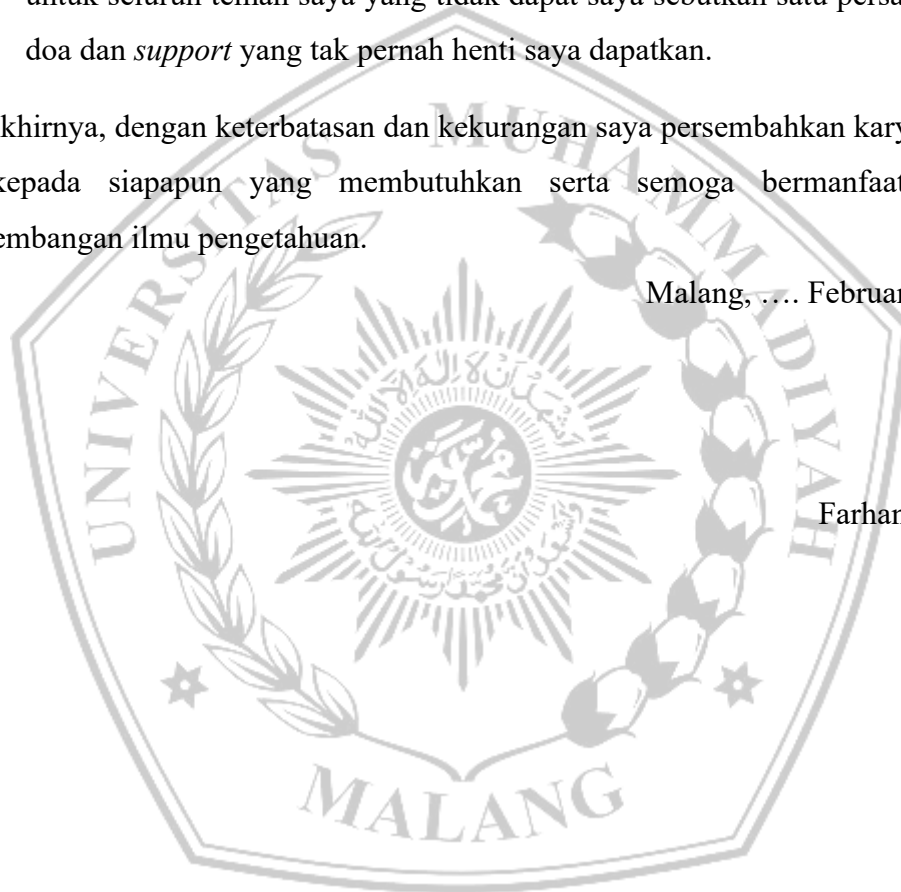
1. Prof. Dr. H. Nazaruddin Malik, SE., M.Si. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Malang
2. Prof. Idah Zuhroh, M.M selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Malang
3. Dr. Nurul Asfiah, M.M selaku Ketua Jurusan Program Studi Manajemen Universitas Muhammadiyah Malang
4. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Malang yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat selama perkuliahan.
5. Dr. Nurul Asfiah M.M. selaku Dosen Pembimbing I yang dengan luar biasa membimbing, mengarahkan, meluangkan waktunya serta memberikan masukan dalam penulisan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
6. Kenny Roz, S.Kom., M.M. selaku Dosen Pembimbing II yang dengan luar biasa membimbing, mengarahkan, meluangkan waktunya serta memberikan masukan dalam penulisan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.

7. Teristimewa kepada kedua orang tua saya Bapak H. Doni Dewitmi Dan Ibu Nelly Marlina, sekaligus untuk adik saya Rizky Ananda, serta keluarga besar saya yang tiada hentinya memberikan doa, motivasi, dukungan serta kasih sayang sehingga skripsi ini bisa terselesaikan dengan baik.
8. Terima kasih untuk teman teman saya yang sudah menemani mengerjakan skripsi ini terutama Alfiqu yulianzah, Fahril, Arif Nouvan, ridho, Doni, Bayu, Irfan, Dayat, Gebby, Sulthan Aqib, Rabel Asyakara dan terima kasih untuk seluruh teman saya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu atas doa dan *support* yang tak pernah henti saya dapatkan.

Akhirnya, dengan keterbatasan dan kekurangan saya persembahkan karya tulis ini kepada siapapun yang membutuhkan serta semoga bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Malang, Februari 2024

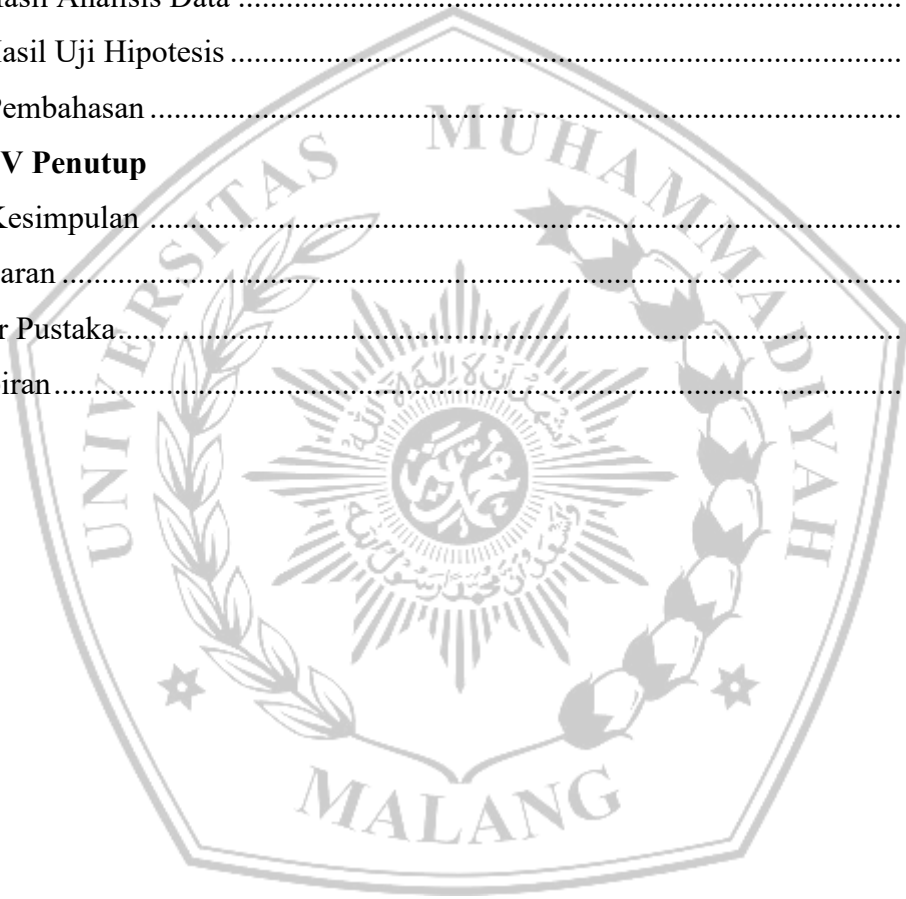
Farhan Hanif



DAFTAR ISI

Cover.....	i
Lembar Persetujuan	ii
Lembar Orisinalitas.....	iii
Abstrak.....	iv
Kata Pengantar	vi
Daftar Isi	viii
Daftar Gambar	xi
Daftar Tabel	xii
Daftar Lampiran.....	xiii
BAB I Pendahuluan	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II Tinjauan Pustaka	
A. Penelitian Terdahulu.....	8
B. Landasan Teori	15
C. Kerangka Pikir.....	27
D. Hipotesis	28
BAB III Metode Penelitian	
A. Lokasi Penelitian	31
B. Jenis Penelitian	31
C. Populasi, Sampel Dan Teknik Pengambilan Sampel.....	31
D. Definisi Operasional Variabel	32
E. Data Dan Sumber Data	34
F. Teknik Pengumpulan Data.....	34
G. Teknik Pengukuran Variabel.....	34
H. Uji Instrumen.....	35
I. Teknik Analisis Data	36

J. Uji Asumsi Klasik.....	38
K. Uji Hipotesis.....	39
BAB IV Hasil dan Pembahasan	
A. Gambaran Umum Objek Penelitian.....	41
B. Gambaran Karakteristik Responden	42
C. Hasil Uji Instrument	43
D. Hasil Uji Asumsi Klasik.....	44
E. Hasil Analisis Data	46
F. Hasil Uji Hipotesis	53
G. Pembahasan	57
BAB V Penutup	
A. Kesimpulan	65
B. Saran	66
Daftar Pustaka.....	68
Lampiran.....	70



Daftar Gambar

Gambar 2.1. Skema faktor Stress kerja.....	21
Gambar 2.2. Kerangka Pikir	28
Gambar 4.1. Model Analisis Jalur	53



Daftar Tabel

Tabel 1.1. Data HR terkait keluhan karyawan.....	5
Tabel 2.1. Penelitian Terdahulu.....	8
Tabel 3.1. Definisi Operasional Variabel	32
Tabel 3.2. Skala Likert.....	35
Tabel 3.3. Rentang Skala	37
Tabel 4.1. Jenis Kelamin Responden.....	41
Tabel 4.2. Umur Responden	42
Tabel 4.3. Status karyawan.....	42
Tabel 4.4. Hasil Uji Validitas	43
Tabel 4.5. Hasil Uji Reliabilitas.....	43
Tabel 4.6. Hasil Uji Normalitas	44
Tabel 4.7. Hasil Uji Multikolinearitas	45
Tabel 4.8. Hasil Uji Rentang Skala variabel <i>work-life balance</i>	45
Tabel 4.9. Hasil Uji Rentang Skala variabel beban kerja.....	46
Tabel 4.10. Hasil Uji Rentang Skala variabel stress kerja.....	47
Tabel 4.11. Hasil Uji Rentang Skala variabel kepuasan kerja.....	48
Tabel 4.12. Hasil Analisis Jalur X1-Y	49
Tabel 4.13. Hasil Analisis Jalur X2-Y	50
Tabel 4.14. Hasil Analisis Jalur X1-Z	51
Tabel 4.15. Hasil Analisis Jalur X2-Z	51
Tabel 4.16. Hasil Analisis Jalur Z-Y	52
Tabel 4.17. Pengaruh langsung dan tidak langsung.....	52
Tabel 4.18. Hasil Uji t X1-Y	54
Tabel 4.19. Hasil Uji t X2-Y	54
Tabel 4.20. Hasil Uji t X1-Z	54
Tabel 4.21. Hasil Uji t X2-Z.....	55
Tabel 4.22. Hasil Uji t Z-Y	55
Tabel 4.23. Hasil uji sobel X1 terhadap Y melalui Z	56
Tabel 4.24. Hasil uji sobel X2 terhadap Y melalui Z	56

Daftar Lampiran

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian.....	70
Lampiran 2. Distribusi Jawaban Responden.....	74
Lampiran 3. Hasil Uji Instrumen	83
Lampiran 4. Hasil Uji Asumsi Klasik.....	88
Lampiran 5. Hasil Analisis Jalur.....	89
Lampiran 6. Hasil Uji Hipotesis	91



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2002). *Prosedur penelitian : Suatu pendekatan praktek*. Edisi revisi. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Cramer, D. and Howitt, D. (2011). *Research methods in psychology third edition*. London: Pearson.
- Ghozali, Imam. (2016). *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS 23 (Edisi 8)*. Cetakan ke VIII. Semarang : Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gibson, SR. (1990). *Principles of Nutritional Assesment*. London: Oxford University Press.
- Handayani, A. (2013). Keseimbangan kerja keluarga pada perempuan bekerja: Tinjauan teori border. *Jurnal Psikologi*, 2(21), 17-25.
- Hasibuan, Malayu. (2017). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Koesomowidjojo, Suci (2017). *Panduan Praktis Menyusun Analisis Beban Kerja*. Jakarta: Raih Asa Sukses
- Kothari, C.R. (2004). *Research Methodology: Methods and Techniques*. New Delhi: New Age International (P) Ltd., Publishers.
- Lituhayu, R. (2008). *Analisis Beban Kerja dan Kinerja Karyawan (Studi Kasus pada Head Office) PT Lerindo Internasional Jakarta*. Skripsi pada Departemen Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Manajemen, Institut Pertanian Bogor.
- Lockwood, N.R. (2003). *Work-life balance: Challenges and solutions*. Society for Human Resource Management Research Quarterly, Alexandria, VA.
- Luthans, Fred. (2006). *Perilaku Organisasi*. Edisi Sepuluh, PT. Andi: Yogyakarta.
- Mangkunegara. A.A. Anwar Prabu. (2017). *Manajemen Sumber Daya Manusia McDonald dan Breadyly*. (2017). *The case of Worklife Balance: Closing the gap between policy and partice*.
- Moleong, Lexy J. (2016). *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Paulose. Sudarsan. (2014) *Work-life balance: A Conceptual Review*. Perusahaan, Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Riduwan dan Engkos Achamad Kuncoro. (2017). *Cara Menggunakan Dan Memakai Path Analysis (Analisis Jalur)*. Bandung: Alfabeta.
- Robbins, S.P dan Judge T.A. (2015). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba Empat
- Robbins, Stephen P dan Coulter, Mary, *Manajemen*, (2017), Jakarta: Erlangga
- Salim. Syahrums. (2012). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung : Cipta Pustaka.
- Sanusi, Anwar. (2014). *Metodologi Penelitian Bisnis*. Jakarta: Penerbit Salemba. Empat.
- Sekaran, Uma dan Roger Bougie. (2017), *Metode Penelitian Bisnis*, Edisi 6, Jakarta: Penerbit Salemba Empat.
- Selye, H. (2010). *The Stress of Life*. Tersedia dari: www.thestressoflife.com

- Setyaningsih, S. (2020). Penguatan Sumber Daya Manajemen Pendidikan Melalui Analisis Jalur (Path Analysis) & Metode SITOREM. Bandung: ALFABETA.
- Sinambela, Lijan Poltak. (2018). Manajemen Sumber Daya Manusia. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta, CV.
- Sunarso. (2010). Pengaruh Kepemimpinan, Kedisiplinan, Beban Kerja dan Motivasi Kerja terhadap Kinerja Guru Sekolah. Jurnal Manajemen Sumber Daya Manusia.
- Sunyoto, Danang. (2013). Perilaku Konsumen. Yogyakarta: Center of Academic Publishing Service (APS).
- Tanzeh, Ahmad. (2011). Metodologi Penelitian Praktis. Yogyakarta: Teras.



PENGARUH WORK-LIFE BALANCE DAN BEBAN KERJA TERHADAP KEPUASAN KERJA DENGAN STRESS KERJA SEBAGAI VARIABEL MEDIASI (Studi Kasus Pada CV. NL Kabupaten Pasaman Barat, Sumatra Barat)

ORIGINALITY REPORT

9%

SIMILARITY INDEX

9%

INTERNET SOURCES

6%

PUBLICATIONS

7%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	eprints.umm.ac.id Internet Source	3%
2	repository.utp.ac.id Internet Source	2%
3	repository.umsu.ac.id Internet Source	2%
4	Submitted to Universitas Mataram Student Paper	2%
5	stiemuttaqien.ac.id Internet Source	2%

Exclude quotes On

Exclude bibliography On

Exclude matches < 2%