

**PENGARUH STRESS KERJA DAN *WORK-LIFE BALANCE*
TERHADAP KEPUASAN KERJA PADA KARYAWAN PT
TASPEN (PERSERO) INDONESIA**

**MUTIARA RIZKY FEBRIANI
8215154156**



**Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Manajemen pada Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta**

**PROGRAM STUDI S1 MANAJEMEN
KONSENTRASI SUMBER DAYA MANUSIA
FAKULTAS EKONOMI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2021**

***THE INFLUENCE OF WORK STRESS AND WORK-LIFE
BALANCE ON EMPLOYEE JOB SATISFACTION AT PT TASPEN
(PERSERO) INDONESIA***

**MUTIARA RIZKY FEBRIANI
8215154156**



*This thesis is Written as One of The Requirement for Getting a **Bachelor Degree of Management** at The Faculty of Economics, State University of Jakarta*

**STUDY PROGRAM OF S1 MANAGEMENT
HUMAN RESOURCES CONCENTRATION
FACULTY OF ECONOMICS
STATE UNIVERSITY OF JAKARTA
2021**

ABSTRAK

Mutiara Rizky Febriani, 2021; Pengaruh Stress Kerja dan *Work-Life Balance* Terhadap Kepuasan Kerja Pada Karyawan PT Taspen (Persero) Indonesia. Skripsi, Jakarta: Konsentrasi Manajemen Sumber Daya Manusia, Program Studi S1 Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Jakarta.

Tujuan penelitian ini adalah: Untuk menganalisis dan mengetahui 1) Deskripsi dari stress kerja, *work-life balance*, dan kepuasan kerja pada karyawan PT Taspen (Persero) Indonesia, 2) Pengaruh antara stress kerja terhadap kepuasan kerja pada karyawan PT Taspen (Persero) Indonesia, 3) Pengaruh antara *work-life balance* terhadap kepuasan kerja pada karyawan PT Taspen (Persero) Indonesia, 4) Model penelitian stress kerja dan *work-life balance* dapat memprediksikan kepuasan kerja pada karyawan PT Taspen (Persero) Indonesia. Penelitian ini dilakukan terhadap 199 orang karyawan PT Taspen (Persero) Indonesia. Teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara dan metode survey yaitu dengan menyebarkan kuesioner yang kemudian diolah dengan menggunakan Program SPSS 21. Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dan kausal. Hasil dari regresi menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara stress kerja terhadap kepuasan kerja karyawan, terdapat pengaruh positif dan signifikan antara *work-life balance* terhadap kepuasan kerja karyawan.

Kata kunci: Stress Kerja, *Work-Life Balance*, Kepuasan Kerja Karyawan.

ABSTRACT

Mutiara Rizky Febriani, 2021: The Influence of Work Stress and Work-Life Balance on Employee Job Satisfaction At PT Taspen (Persero) Indonesia, Thesis, Jakarta: Concentration In Human Resource Management, Bachelor Degree Of Management, Faculty Of Economics, State University Of Jakarta.

The purpose of this research are: To analyze and find out 1) The description of work stress, work-life balance, and employee job satisfaction of PT Taspen (Persero) Indonesia, 2) The influence of work stress on employee job satisfaction of PT Taspen (Persero) Indonesia, 3) The influence of work-life balance on employee job satisfaction of PT Taspen (Persero) Indonesia, 4) The research model of work stress and work-life balance in predicting employee job satisfaction of PT Taspen (Persero) Indonesia. This research was conducted on 199 employees of PT Taspen (Persero) Indonesia. Data collection techniques used interview and survey methods by distributing questionnaires which are then processed using the SPSS 21 program. This research used descriptive and causal analysis. The results of regression indicate that there is a negative and significant effect between work stress on employee job satisfaction, there is a positive and significant effect between work-life balance on employee job satisfaction.

Keywords: Work Stress, Work-Life Balance, and Employee Job Satisfaction






Lembar Pengesahan Skripsi

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Penanggung Jawab
Dekan Fakultas Ekonomi



Dr. Ari Saptono, S.E., M.Pd.
NIP 19720715 2001112 1 001

No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1	<u>Dr. Suherman, M.Si.</u> NIP 19731116 200604 1 001 (Ketua)		28 Juli 2021
2	<u>Dr. Christian Wiradendi Wolor, S.E., M.M.</u> NIP 19911018 201903 1 014 (Sekretaris)		28 Juli 2021
3	<u>Prof. Dr. Dewi Susita, M.Si.</u> NIP 19610506 198603 2 001 (Penguji Ahli)		28 Juli 2021
4	<u>Dr. Agung Wahyu Handaru, S.T., M.M.</u> NIP 19781127 200604 1 001 (Pembimbing 1)		28 Juli 2021
5	<u>Dra. Solikhah, M.M.</u> NIP 19620623 199003 2 001 (Pembimbing 2)		28 Juli 2021

Nama : Mutiara Rizky Febriani
No. Registrasi : 8215154156
Program Studi : S1 Manajemen
Tanggal Lulus : 12 Juli 2021

Catatan : - diketik dengan huruf times new roman ukuran 12
- dibuat rangkap lima tanda tangan asli dengan bolpoint warna biru

F072020

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan karya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini belum pernah dipublikasikan, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, Agustus 2021

Yang membuat pernyataan



Mutiara Rizky Febriani

(8215154156)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Mutiara Rizky Febriani
NIM : 8215154156
Fakultas/Prodi : Fakultas Ekonomi/Prodi S1 Manajemen
Alamat email : mutiararizkyf@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Stress Kerja dan *Work-Life Balance* Terhadap Kepuasan Kerja Pada

Karyawan PT Taspen (Persero) Indonesia.

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 21 Agustus 2021


(Mutiara Rizky Febriani)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Stress Kerja dan *Work-Life Balance* Terhadap Kepuasan Kerja pada Karyawan PT Taspen (Persero) Indonesia”**. Skripsi ini disusun oleh peneliti sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Ekonomi pada Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta.

Skripsi ini mungkin tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dan dorongan dari berbagai pihak yang berada disekitar peneliti. Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini, khususnya kepada:

1. Dr. Agung Wahyu Handaru, S.T., M.M selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan ilmu, nasihat, waktu serta bimbingan terbaiknya.
2. Dra. Sholikhah, M.M selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan ilmu, nasihat, waktu serta bimbingan terbaiknya.
3. Dr. Suherman, S.E., M.Si selaku Koordinator Program Studi S1 Manajemen.
4. Dr. Ari Saptono, S.E., M.Pd selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta.

5. Seluruh dosen Fakultas Ekonomi UNJ yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat selama perkuliahan.
6. Yang tercinta Ibu Mediana dan Ayah Bambang Septiyono, Suami dan anakku, adik-adikku serta keluarga besar peneliti yang selalu memberikan kasih sayang yang berlimpah, doa, perhatian yang begitu besar, dukungan moril, dukungan materi.
7. Seluruh teman-teman Manajemen B 2015, yang saling mendukung dan menyemangati satu sama lain.
8. Dan terakhir, kepada seluruh pihak yang telah membantu peneliti dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Semoga Allah membalas kebaikannya dan dilancarkan segala urusannya, Aamiinn.

Dengan segala keterbatasan dalam skripsi ini, peneliti berharap skripsi ini dapat berguna bagi banyak pihak. Peneliti menerima saran dan kritik yang membangun dari semua pihak demi perbaikan di masa mendatang. Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih.

Jakarta, 6 Januari 2021

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
PERNYATAAN ORISINALITAS	vi
LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian	13
BAB II KAJIAN TEORITIK	15
A. Deskripsi Konseptual	15
1. Kepuasan Kerja	15
2. Stress Kerja.....	26
3. <i>Work-Life Balance</i>	50
B. Hasil Penelitian yang Relevan	64
C. Kerangka Teoritik	72
D. Perumusan Hipotesis Penelitian	75
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	77
A. Objek dan Ruang Lingkup Penelitian	77
1. Profil PT Taspen (Persero).....	77
2. Tempat Penelitian.....	78

3. Waktu Penelitian	78
4. Metode Penelitian	79
B. Populasi dan Sampel	79
1. Populasi	79
2. Sampel	80
C. Operasionalisasi Variabel Penelitian	81
D. Skala Pengukuran Penelitian	83
E. Metode Pengumpulan Data	84
F. Uji Instrumen	84
1. Uji Validitas	84
2. Uji Reliabilitas	85
G. Uji Asumsi Klasik	86
1. Uji Normalitas	86
2. Uji Linearitas	86
3. Uji Multikolinearitas	87
4. Uji Heteroskedastisitas	87
H. Analisis Deskriptif	87
I. Metode Analisis Data	88
J. Uji Hipotesis	89
1. Uji Signifikasi Parsial (Uji t)	89
2. Uji Kelayakan Model (Uji F)	90
3. Uji Koefisien Determinasi	90
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	92
A. Deskripsi Unit Analisis	92
1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	92
2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	93
3. Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja	94
4. Karakteristik Responden Berdasarkan Status Perkawinan	95
5. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenjang Pendidikan	95
B. Hasil Analisis Deskriptif	96
1. Hasil Analisis Deskriptif Stress Kerja	97

2.	Hasil Analisis Deskriptif <i>Work-Life Balance</i>	101
3.	Hasil Analisis Deskriptif Kepuasan Kerja	105
C.	Uji Instrumen	111
1.	Uji Validitas	111
2.	Uji Reliabilitas	113
D.	Uji Asumsi Klasik.....	114
1.	Uji Normalitas.....	114
2.	Uji Linearitas	115
3.	Uji Multikolinearitas	117
4.	Uji Heterokedastisitas	118
E.	Uji Hipotesis.....	119
1.	Uji Regresi Linier Berganda	119
2.	Uji t	120
3.	Uji F	122
4.	Uji Koefisien Determinasi.....	123
F.	Interpretasi Hasil Penelitian	124
1.	Pengaruh Stress Kerja terhadap Kepuasan Kerja	124
2.	Pengaruh <i>Work-Life Balance</i> terhadap Kepuasan Kerja	128
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		130
A.	Kesimpulan	130
B.	Implikasi	133
C.	Saran	135
DAFTAR PUSTAKA		142
LAMPIRAN.....		147
RIWAYAT HIDUP		179

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Data Ketidakhadiran Karyawan PT Taspen (Persero) Bulan Maret 2020 – Agustus 2020.....	4
Tabel 2.1	Hasil Penelitian Terdahulu.....	71
Tabel 3.1	Operasionalisasi Variabel Stress Kerja (X1).....	81
Tabel 3.2	Operasionalisasi Variabel <i>Work-Life Balance</i> (X2).....	82
Tabel 3.3	Operasionalisasi Variabel Kepuasan Kerja (Y).....	82
Tabel 3.4	Skala Pengukuran Penelitian.....	83
Tabel 3.5	Kriteria Interpretasi Skor.....	87
Tabel 4.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	92
Tabel 4.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	93
Tabel 4.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja.....	94
Tabel 4.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Status Perkawinan.....	95
Tabel 4.5	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenjang Pendidikan.....	96
Tabel 4.6	Hasil Analisis Deskriptif Stress Kerja.....	97
Tabel 4.7	Hasil Analisis Deskriptif <i>Work-Life Balance</i>	102
Tabel 4.8	Hasil Analisis Deskriptif Kepuasan Kerja.....	105
Tabel 4.9	Hasil Uji Validitas Variabel Stress Kerja.....	111
Tabel 4.10	Hasil Uji Validitas Variabel <i>Work-Life Balance</i>	112

Tabel 4.11	Hasil Uji Validitas Variabel Kepuasan Kerja.....	112
Tabel 4.12	Hasil Uji Reliabilitas.....	113
Tabel 4.13	Hasil Uji Normalitas.....	114
Tabel 4.14	Hasil Uji Linearitas Stress Kerja dengan Kepuasan Kerja.....	115
Tabel 4.15	Hasil Uji Linearitas <i>Work-Life Balance</i> dengan Kepuasan Kerja.....	115
Tabel 4.16	Hasil Uji Multikolinearitas.....	116
Tabel 4.17	Hasil Uji Heterokedastisitas.....	117
Tabel 4.18	Hasil Uji Regresi Linier Berganda.....	118
Tabel 4.19	Hasil Uji F.....	121
Tabel 4.20	Hasil Uji Koefisien Determinasi.....	122



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Model Penelitian.....75



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Kuesioner Penelitian.....	136
Lampiran 2	Hasil Kuesioner.....	141
Lampiran 3	Hasil Uji Validitas.....	156
Lampiran 4	Hasil Uji Reliabilitas.....	158
Lampiran 5	Hasil Analisis Deskriptif.....	159
Lampiran 6	Hasil Uji Asumsi Klasik.....	163
Lampiran 7	Hasil Uji Regresi Linier Berganda.....	165

