

**PENGARUH *WORK STRESS*, *WORK LIFE-BALANCE*, DAN
WORK ENVIRONMENT TERHADAP KINERJA KARYAWAN
(STUDI PADA BPJS KETENAGAKERJAAN)**

MUHAMMAD FARHAN SAFARAZ

1705621093



**Skripsi ini disusun sebagai syarat untuk mendapatkan Gelar Sarjana
Manajemen pada Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta**

PROGRAM STUDI S1 MANAJEMEN

FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2025

**THE INFLUENCE OF WORK STRESS, WORK LIFE-BALANCE,
AND WORK ENVIRONMENT ON EMPLOYEE
PERFORMANCE**

(A STUDY AT BPJS KETENAGAKERJAAN)

MUHAMMAD FARHAN SAFARAZ

1705621093



**This thesis is prepared to fulfil one of the requirements to obtain a Bachelor
of Management degree at Faculty of Economic and Business, States
University of Jakarta**

S1 MANAGEMENT STUDY PROGRAM

FACULTY OF ECONOMIC AND BISNIS

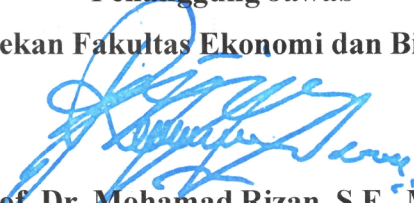
STATES UNIVERSITY OF JAKARTA

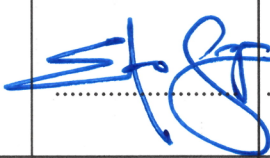
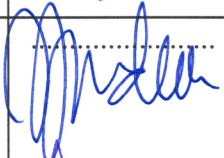
2025

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Penanggung Jawab

Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis


Prof. Dr. Mohamad Rizan, S.E., M.M.
NIP. 197206272006041001

No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1	M. Edo Suryawan Siregar, S.E., M.B.A. NIP 197201252002121002 (Ketua)		05/07/2025
2	Prof. Dr. Dewi Susita, M.Si NIP. 196105061986032001 (Penguji 1)		
3	Hania Aminah, S. Pd, MM., Ph.D NIP 198507262014042001 (Penguji 2)		
4	Dr. Agung Wahyu Handaru, S.T. M.M NIP 197811272006041001 (Pembimbing 1)		
5	Dr. Christian Wiradendi Wolor, S.E., M.M NIP 199110182019031014 (Pembimbing 2)		
Nama : Muhammad Farhan Safaraz No. Registrasi : 1705621093 Program Studi : S1 Manajemen Tanggal Lulus : 24 Juli 2025			

ABSTRAK

Muhammad Farhan Safaraz: “Pengaruh *Work Stress*, *Work Life-Balance*, dan *Work Environment* terhadap Kinerja Karyawan pada BPJS Ketenagakerjaan”. Skripsi, Jakarta: Program Studi S1 Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Jakarta. Tim Pembimbing: Dr. Agung Wahyu Handaru, S.T., M.M. & Dr. Christian Wiradendi Wolor, S.E., M.M.

Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan elemen strategis yang sangat penting dalam menentukan keberhasilan dan keberlanjutan organisasi. Salah satu indikator keberhasilan organisasi adalah kinerja karyawan, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal. Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan menganalisis pengaruh *Work Stress*, *Work Life-Balance*, dan *Work Environment* terhadap Kinerja Karyawan di BPJS Ketenagakerjaan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner kepada 200 karyawan BPJS Ketenagakerjaan, dengan teknik analisis menggunakan Partial Least Square Structural Equation Modeling (PLS-SEM) dan software SmartPLS versi terbaru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Work Stress*, *Work Life-Balance*, dan *Work Environment* tidak berpengaruh secara signifikan terhadap Kinerja Karyawan. Meskipun arah hubungan masing-masing variabel berbeda—*Work Life-Balance* dan *Work Environment* memiliki hubungan positif, sementara *Work Stress* negatif—namun pengaruhnya belum cukup kuat secara statistik. Temuan ini menunjukkan bahwa dalam konteks BPJS Ketenagakerjaan, terdapat kemungkinan bahwa variabel-variabel lain di luar ketiga faktor tersebut yang lebih memengaruhi pencapaian kinerja karyawan, seperti motivasi, budaya organisasi, atau kepemimpinan. Penelitian ini memberikan implikasi bahwa BPJS Ketenagakerjaan perlu melakukan evaluasi menyeluruh terhadap kondisi kerja dan faktor-faktor psikologis lainnya yang berpengaruh terhadap produktivitas pegawai, agar strategi pengelolaan SDM dapat lebih tepat sasaran dan berkelanjutan.

Kata kunci: *Work Stress*, *Work Life-Balance*, *Work Environment*, Kinerja Karyawan.

ABSTRACT

Muhammad Farhan Safaraz: “The Influence of Work Stress, Work Life-Balance, and Work Environment on Employee Performance at BPJS Ketenagakerjaan”. Undergraduate Thesis, Jakarta: Bachelor of Management Program, Faculty of Economics and Business, Universitas Negeri Jakarta. Supervisors: Dr. Agung Wahyu Handaru, S.T., M.M. & Dr. Christian Wiradendi Wolor, S.E., M.M.

Human resources (HR) are a strategic asset that plays a critical role in achieving organizational goals and ensuring sustainability. One of the key indicators of organizational success is employee performance, which is influenced by various internal and external factors. This study aims to examine and analyze the influence of Work Stress, Work Life-Balance, and Work Environment on Employee Performance at BPJS Ketenagakerjaan. A quantitative research method was applied through a survey approach. Data was collected using questionnaires distributed to 200 employees of BPJS Ketenagakerjaan. The analysis technique used in this study was Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM), conducted using the SmartPLS software.

The results show that Work Stress, Work Life-Balance, and Work Environment do not have a statistically significant effect on Employee Performance. Although Work Life-Balance and Work Environment showed a positive relationship and Work Stress a negative one, the effects were not strong enough to be considered statistically significant. These findings suggest that in the context of BPJS Ketenagakerjaan, other factors beyond the three variables examined may have a greater influence on employee performance—such as motivation, organizational culture, or leadership style.

This research implies that BPJS Ketenagakerjaan should conduct a comprehensive evaluation of other psychological and organizational factors that may influence performance outcomes. By doing so, the organization can formulate more targeted and sustainable human resource management strategies to improve productivity and employee well-being.

Keywords: Work Stress, Work Life-Balance, Work Environment, Employee Performance.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
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 : Muhammad Farhan Safaraz
NIM : 1705621093
Fakultas/Prodi : Fakultas Ekonomi Dan Bisnis
Alamat email : safarazmuhammadfarhan@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 *Work Stress*, *Work-Life Balance* dan *Work Environment* Terhadap Kinerja Karyawan

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, 12 Agustus 2025

Penulis

(Muhammad Farhan Safaraz)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan dibawah ini, menyatakan bahwa :

1. Karya tulis skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan negeri lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dari dosen pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah di tulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas di cantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebut nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh – sungguh dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini serta sanksi lainnya dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 12 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan



Muhammad Farhan Safaraz

NIM 1705621093

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan baik. Karya tulis ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen di Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Jakarta. Adapun judul penelitian yang diangkat adalah *“Pengaruh Work Stress, Work Life-Balance, dan Work Environment Terhadap Kinerja Karyawan”*.

Dalam perjalanan penyusunan skripsi ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan, antara lain:

1. Kedua orang tua, abang, dan seluruh keluarga besar yang senantiasa memberikan dukungan, doa, serta menjadi sumber motivasi utama bagi penulis untuk menuntaskan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr. Mohamad Rizan, M.M., selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta, yang telah memberikan fasilitas dan kesempatan untuk menimba ilmu di Fakultas Ekonomi.
3. Bapak Dr. Muhammad Edo Suryawan Siregar, S.E., M.B.A., selaku Koordinator Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta, atas fasilitas dan kesempatan yang diberikan selama menempuh pendidikan di Program Studi S1 Manajemen.
4. Bapak Dr. Agung Wahyu Handaru, S.T., M.M., selaku Dosen Pembimbing I, atas bimbingan, arahan, dan bantuan yang tulus selama proses penyusunan skripsi.
5. Bapak Dr. Christian Wiradendi Wolor, S.E., M.M., selaku Dosen Pembimbing II, atas bimbingan, arahan, dan bantuan yang diberikan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

6. Seluruh dosen Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu, bimbingan, serta wawasan berharga selama masa studi.
7. Seluruh karyawan BPJS Ketenagakerjaan yang berpartisipasi dalam pengisian kuesioner dan membantu kelancaran proses penelitian.
8. Alvin, Bintang, Ragil, Faiz, Fakhri, Arsyi, Putra, Reyhan, dan Reihan, sebagai sahabat dekat yang selalu memberi semangat hingga penulis dapat menyelesaikan studi ini.
9. Rekan-rekan di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Jakarta yang tidak dapat disebutkan satu per satu, namun kontribusinya sangat berarti.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan untuk perbaikan di masa mendatang. Semoga karya tulis ini dapat memberikan manfaat bagi penulis sendiri maupun pembaca.

Jakarta, 11 Maret 2025

Muhammad Farhan Safaraz

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	14
1.3 Tujuan Penelitian.....	14
1.4 Manfaat Penelitian.....	14
1.5 Kebaharuan Penelitian.....	15
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	17
2.1 Teori Pendukung	17
2.1.1 Kinerja Karyawan	17
2.1.2 <i>Work Stress</i>	18
2.1.3 <i>Work Life-Balance</i>	21
2.1.4 <i>Work Environment</i>	23
2.2 Penelitian terdahulu	25
2.3 Kerangka Teori.....	30
2.3.1 <i>Work Stress</i> terhadap Kinerja Karyawan	30
2.3.2 <i>Work Life-Balance</i> terhadap Kinerja Karyawan	32
2.3.3 <i>Work Environment</i> terhadap Kinerja Karyawan	32
2.4 Kerangka Konseptual	34
2.5 Hipotesis Penelitian	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	36

3.1	Lokasi dan Masa Penelitian.....	36
3.1.1	Lokasi Penelitian.....	36
3.1.2	Masa Penelitian.....	36
3.2	Metode Penelitian.....	37
3.3	Populasi dan Sampel.....	38
3.3.1	Populasi.....	38
3.3.2	Sampel.....	38
3.4	Pengembangan Instrumen.....	39
3.5	Teknik Pengumpulan Data.....	41
3.5.1	Kuesioner.....	41
3.6	Teknik Analisis Data.....	43
3.6.1	Analisis Deskriptif.....	43
3.6.2	Uji Instrumen.....	43
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	48
4.1	Deskripsi Data.....	48
4.2	Hasil Penelitian.....	67
4.3	Pembahasan Hasil Penelitian.....	77
BAB V	PENUTUP.....	85
5.1	Kesimpulan.....	85
5.2	Implikasi.....	85
5.3	Saran.....	89
5.4	Keterbatasan Penelitian.....	90
5.5	Rekomendasi Bagi Penelitian Selanjutnya.....	91
DAFTAR PUSTAKA.....		93
DAFTAR LAMPIRAN.....		97

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Paradigma Penelitian Sumber: Data Diolah Peneliti	34
Gambar 4. 1 Outer Model	68
Gambar 5. 1 Pembagian Kuadran IPMA	86
Gambar 5. 2 Importance-Performance Matrix Analysis Map.....	87



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Data Akumulasi Penilaian Kinerja Karyawan Human Capital BPJS Ketenagakerjaan 2023	4
Tabel 1. 2 Hasil Pra Riset <i>Work Stress</i>	7
Tabel 1. 3 Hasil Pra Riset <i>Work Life-Balance</i>	9
Tabel 1. 4 Hasil Pra Riset <i>Work Environment</i>	12
Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	26
Tabel 3. 1 Waktu Penelitian	37
Tabel 3. 2 Operasional Variabel	39
Tabel 3. 3 Pembobotan Skala Likert	42
Tabel 3. 4 Kriteria Interpretasi Skor	43
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Gender	48
Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	49
Tabel 4. 3 Hasil Analisis Deskriptif <i>Work Stress</i>	50
Tabel 4. 4 Hasil Analisis Deskriptif <i>Work Life-Balance</i>	56
Tabel 4. 5 Hasil Analisis Deskriptif <i>Work Environment</i>	62
Tabel 4. 6 Hasil Uji Outer Loading dan AVE	69
Tabel 4. 7 Hasil Uji Fornell- Lacker Criterion	70
Tabel 4. 8 Hasil Uji Cross Loading	71
Tabel 4. 9 Hasil Uji <i>Cronbach's Alpha</i> dan <i>Composite Reliability</i>	72
Tabel 4. 10 Hasil Uji R-Square (R^2)	73
Tabel 4. 11 Hasil Uji <i>Effect size</i>	74
Tabel 4. 12 Hasil Uji Predictive Relevance	75
Tabel 4. 13 Hasil Uji <i>Normed Fit Index</i> (NFI)	75
Tabel 4. 14 Hasil Uji Hipotesis	76
Tabel 5. 1 Hasil IPMA	87

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Pra Riset	97
Lampiran 2 Kuesioner Penelitian.....	100
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian dari UNJ	104
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian dari BPJS Ketenagakerjaan.....	106
Lampiran 5 Hasil Pindai Uji Kemiripan Naskah	107
Lampiran 6 Riwayat Hidup Penulis	109

