

**PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP
KESEIMBANGAN KEHIDUPAN KERJA (*WORK LIFE
BALANCE*) PEGAWAI BIRO ORGANISASI DAN
SUMBER DAYA MANUSIA (OSDM)
KEMENTERIAN PENDIDIKAN DASAR DAN
MENENGAH**



Oleh:

HALIFAH SAVITRI

1103621027

Manajemen Pendidikan

SKRIPSI

**Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan**

PROGRAM STUDI MANAJEMEN PENDIDIKAN

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2025

**PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP *WORK LIFE BALANCE*
PEGAWAI BIRO ORGANISASI DAN SUMBER DAYA MANUSIA (OSDM)
KEMENTERIAN PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
(2025)**

HALIFAH SAVITRI

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh keterangan ada tidaknya pengaruh beban kerja terhadap *work life balance* pegawai di Biro Organisasi dan Sumber Daya Manusia (OSDM) Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah. Penelitian ini melibatkan dua variabel yaitu beban kerja dan *work life balance*. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan survei dengan menggunakan angket yang dirancang dalam butir pernyataan dengan penilaian skala likert, kemudian didistribusikan melalui google formulir dengan melibatkan 103 sampel pegawai di Biro Organisasi dan Sumber Daya Manusia (OSDM) Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah. Hipotesis diuji menggunakan analisis regresi sederhana, menghasilkan persamaan regresi $\hat{Y} = 133,430 - 0,202X$ dan koefisien determinasi sebesar 68,7%. Hasil uji-t menunjukkan -12,484 dengan nilai signifikansi $<0,001 < 0,05$, sehingga beban kerja memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap *work life balance* pegawai di Biro Organisasi dan Sumber Daya Manusia (OSDM) Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah. Berdasarkan hasil olah data statistik, saran yang dapat peneliti berikan untuk Biro Organisasi dan Sumber Daya Manusia adalah melakukan survei atau asesmen kesejahteraan pegawai secara berkala untuk memantau kondisi *work life balance* dan mengambil kebijakan berbasis data nyata di lapangan. Sedangkan untuk pegawai Biro Organisasi Dan Sumber Daya Manusia adalah berkomunikasi secara terbuka dan profesional dengan atasan atau rekan kerja apabila mengalami beban kerja yang berlebihan atau ketidakseimbangan dalam tugas.

Kata kunci: Beban Kerja, *Work Life Balance*, Organisasi dan Sumber Daya Manusia

**THE INFLUENCE OF WORKLOAD ON WORK-LIFE BALANCE OF
EMPLOYEES AT THE ORGANIZATIONAL AND HUMAN RESOURCES
BUREAU OF THE MINISTRY OF PRIMARY AND SECONDARY
EDUCATION**

(2025)

HALIFAH SAVITRI

ABSTRACT

This study aims to obtain information on the influence of workload on the work-life balance of employees at the Bureau of Organization and Human Resources (OSDM) of the Ministry of Primary and Secondary Education. This study involved two variables, namely workload and work-life balance. The method used was quantitative with a survey approach using a questionnaire designed in statement items with a Likert scale assessment, then distributed via Google Forms involving 103 employee samples at the Bureau of Organization and Human Resources (OSDM) of the Ministry of Primary and Secondary Education. The hypothesis was tested using simple regression analysis, resulting in a regression equation $\hat{Y} = 133.430 - 0.202X$ and a coefficient of determination of 68.7%. The results of the t-test showed -12.484 with a significance value of $<0.001 < 0.05$, so that workload was proven to have a negative and significant influence on the work-life balance of employees at the Bureau of Organization and Human Resources of the Ministry of Primary and Secondary Education. Based on the results of statistical data processing, the advice that researchers can provide for The Bureau Of Organization And Human Resources is to conduct regular employee welfare surveys or assessments to monitor work life balance conditions and take policies based on real data in the field. while for employees of the Bureau Of Organization And Human Resources is to communicate openly and professionally with superiors or coworkers if they experience excessive workload or imbalance in tasks.

Keywords: *Workload, Work Life Balance, Organization and Human Resources*

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN

PANITIA UJIAN/SIDANG SKRIPSI

Judul : Pengaruh Beban Kerja Terhadap Keseimbangan Kehidupan Kerja (*Work Life Balance*) Pegawai Biro Organisasi dan Sumber Daya Manusia (OSDM) Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah.

Nama Mahasiswa : Halifah Savitri

Nomor Registrasi : 1103621027

Program Studi : Manajemen Pendidikan

Tanggal Ujian : 21 Juli 2025

Menyetujui,

Pembimbing I

Prof. Dr. Neti Karnati, M.Pd.
NIP. 19620211987032002

Pembimbing II

Dr. Heru Santosa, M.Pd.
NIP. 196302231990031002

PANITIA UJIAN/SIDANG SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Aip Badrujaman, M.Pd. (Penanggung Jawab)*		
Karta Sasmita, S.Pd., M.Si., Ph.D. (Wakil Penanggung Jawab)**		
Dr. Desi Rahmawati, M.Pd. (Koordinator Program Studi)***		29/7 2025
Winda Dewi Listyasari, M.Pd., Ph.D. (Ketua Penguji)****		29/7 2025
Dr. H. Sugiarto, M.A. (Dosen Penguji II)****		29/7 2025
Dr. Evitha Soraya, M.Pd. (Dosen Penguji III)****		29/7 2025

Catatan:

- * Dekan FIP
- ** Wakil Dekan 1
- *** Koordinator Program Studi
- **** Dosen Penguji selain Pembimbing

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Jakarta

Nama : Halifah Savitri
NIM : 1103621027
Program Studi : Manajemen Pendidikan

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **“Pengaruh Beban Kerja Terhadap Keseimbangan Kehidupan Kerja (*Work Life Balance*) Pegawai Biro Organisasi dan Sumber Daya Manusia Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah”** adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan dengan saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh pada bulan Februari – Juli 2025
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat jika pernyataan saya tidak benar.

Jakarta, 10 Juli 2025

Yang membuat pernyataan


Halifah Savitri



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 : Halifah Savitri
NIM : 1103621027
Fakultas/Prodi : Ilmu Pendidikan / Manajemen Pendidikan
Alamat email : halifah.savitri@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 Beban Kerja Terhadap Keseimbangan Kehidupan kerja (Work Life Balance)
Pegawai Biro Organisasi dan Sumber Daya Manusia Kementerian Pendidikan Dasar
dan Menengah

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, 8 Agustus 2025

Penulis

(Halifah Savitri)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala berkat rahmat dan karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul **“Pengaruh Beban Kerja Terhadap *Work Life Balance* Pegawai Biro Organisasi dan Sumber Daya Manusia Kementerian Pendidikan Dasar Dan Menengah”**. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam mendapatkan gelar Sarjana pendidikan pada program studi manajemen pendidikan, fakultas ilmu pendidikan universitas negeri Jakarta.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini dapat selesai berkat bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu, peneliti sangat berterima kasih kepada semua pihak yang telah membantu peneliti selama penulisan skripsi ini. ucapan terima kasih secara khusus peneliti sampaikan kepada:

1. Dr. Aip Badrujaman, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan UNJ yang telah memfasilitasi peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini.
2. Karta Sasmita, S.Pd., M.Si., Ph.D. selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Pendidikan UNJ yang telah memfasilitasi peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini.
3. Dr. Desi Rahmawati, M.Pd. selaku Koordinator Program Studi Manajemen Pendidikan Fakultas Ilmu Pendidikan UNJ yang telah memfasilitasi peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini.
4. Prof. Dr. Neti Karnati, M.Pd. selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan arahan selama proses penyusunan penelitian ini serta mengajarkan cara beretika dan sikap disiplin.
5. Dr. Heru Santosa, M.Pd. selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan arahan serta motivasi selama proses penyusunan penelitian ini.
6. Seluruh dosen dan staf Program Studi Manajemen Pendidikan Fakultas Ilmu Pendidikan UNJ yang telah memberikan bimbingan akademik dan membantu proses administrasi selama masa kuliah peneliti.

7. Dr. Abdullah Faqih, M.A., M.Ed. selaku Kepala Biro Organisasi dan Sumber Daya Manusia (OSDM) Kemendikdasmen yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
8. Hapsari Indyah Pratiwi, S.E. selaku Ketua Subbagian Tata Usaha Biro OSDM Kemendikdasmen yang telah mengizinkan dan membantu peneliti serta para pegawai Biro OSDM Kemendikdasmen yang telah memberi izin dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian; juga bersedia meluangkan waktunya untuk membantu penulis dalam mengumpulkan data sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Keluarga yang peneliti cintai, yaitu Bapak, Ibu, dan Adik atas segala doa dan dukungannya baik dari segi moral maupun materi yang tidak terhitung nilainya dalam menyelesaikan penelitian ini.
10. Orang-orang terdekat peneliti yaitu Cut Meutia Annisa, Yunita Lestari, Fasya Maya Syahrani, Dwi Putri Noviana, Nadia Syahira, Dhiya Thahur, Linda Widianingsih, Widya Puspa Hanadi, Inggit Dwi Anggoro, dan Tasya Adelia yang telah memberikan banyak dukungan dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
11. Serta teman-teman seperjuangan, mahasiswa Program Studi Manajemen Pendidikan FIP UNJ angkatan 2021, yang telah memberi dukungan dan doa kepada peneliti dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak agar dapat menyempurnakan penelitian ini. Peneliti juga berharap hasil penelitian ini kelak dapat memberikan banyak manfaat bagi semua pihak. Terima kasih.

Jakarta, 10 Juli 2025

Peneliti,

Halifah Savitri

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Pembatasan Masalah	11
D. Perumusan Masalah	11
E. Tujuan Penelitian.....	11
F. Kegunaan Penelitian.....	12
BAB II KAJIAN TEORI	13
A. <i>Work Life Balance</i>	13
B. Beban Kerja.....	19
C. Keterbaruan Penelitian	24
D. Kerangka Teori.....	31
E. Kerangka Berpikir.....	32
F. Hipotesis	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	36
A. Tujuan Penelitian.....	36
B. Tempat Penelitian.....	36
C. Metode Penelitian.....	36
D. Populasi dan Sampel	37
E. Teknik Pengumpulan Data	38
F. Teknik Analisis Data	46

G. Hipotesis Statistik	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	50
A. Deskripsi Data.....	50
B. Pengujian Persyaratan Analisis	58
C. Pengujian Hipotesis.....	61
D. Pembahasan Hasil	63
E. Keterbatasan Penelitian.....	66
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	67
A. Kesimpulan	67
B. Implikasi.....	67
C. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN.....	76
RIWAYAT HIDUP.....	97

