

**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](http://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