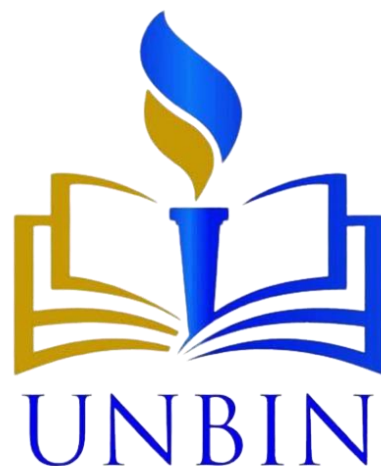


**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN  
STRES KERJA TERHADAP KEPUASAN KERJA  
PADA PT GEMILANG PRIMA UTAMA**

**SKRIPSI**

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS-TUGAS DAN MEMENUHI  
SALAH SATU SYARAT GUNA MEMPEROLEH GELAR SARJANA  
MANAJEMEN**



**ANNISA TRIANI  
NPM 19210021**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS  
UNIVERSITAS BINANIAGA INDONESIA**

**2025**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS  
UNIVERSITAS BINANIAGA INDONESIA**

---

**PENGESAHAN SKRIPSI**

**Nama** : Annisa Triani  
**NPM** : 19210021  
**Judul** : Pengaruh *Work-Life Balance* dan Stres Kerja terhadap Kepuasan Kerja pada PT. Gemilang Prima Utama

**Dosen Pembimbing**



Dimas Ari Darmantyo, S.Pi., M.Sc.

**Tim Penguji :**

**Dosen Penguji I**



Yustiana Wardhani, S.Hut., M.M

**Dosen Penguji II**



Sumardjono, S.E., M.M.

**Mengetahui :**

**Ketua Prodi**



Yustiana Wardhani, S.Hut., M.M

**Dekan**



Yustiana Wardhani, S.Hut., M.M

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah S.W.T., atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **"PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN STRES KERJA TERHADAP KEPUASAN KERJA PADA PT GEMILANG PRIMA UTAMA"**.

Penulisan skripsi ini tentunya tidak lepas dari bantuan, dukungan, dan bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Ismulyana Djan, SE. MM. selaku Rektor Universitas Binaniaga Indonesia.
2. Bapak Dr. Yuli Anwar, SE., M.Ak. selaku Wakil Rektor I, Bapak Dedy Mulyadi, S.Si., M.Kom selaku Wakil Rektor II dan Ibu Yustiana Wardhani, S.Hut., MM selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Binaniaga Indonesia.
3. Ibu Yustiana Wardhani, S.Hut., M.M. selaku Ketua Program Studi Manajemen.
4. Bapak Dimas Ari Darmantyo, S.Pi., M.Sc. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Seluruh dosen dan staf Universitas Binaniaga Indonesia yang telah memberikan ilmu dan dukungan selama masa perkuliahan.
6. Keluarga tercinta, terutama orang tua yang selalu memberikan doa, dukungan moral, dan materi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.

7. Pemilik nama Zhafari Irsyad, yang telah memberikan semangat, dukungan dan motivasi di setiap langkah perjalanan ini.
8. Sahabatku, Cantika Karina Putri yang selalu menjadi tempat berbagi cerita, tawa dan semangat selama penyusunan skripsi ini.
9. Seluruh karyawan PT Gemilang Prima Utama, yang telah memberikan informasi dan data yang dibutuhkan dalam penelitian ini.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti maupun pihak pihak yang berkepentingan.

Bogor, September 2025

Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN .....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI .....	iv
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	14
C. Batasan Masalah .....	15
D. Rumusan Masalah .....	16
E. Tujuan Penelitian .....	16
F. Manfaat Penelitian .....	17
G. Sistematika Penelitian.....	17
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori .....	19
B. Penelitian Terdahulu.....	34
C. Kerangka Berpikir .....	41
D. Hipotesis Penelitian .....	43
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Metode Penelitian .....	47

B.	Objek Penelitian .....	48
C.	Variabel dan Pengukurannya .....	48
D.	Populasi dan Sampel .....	52
E.	Metode Pengumpulan Data .....	52
F.	Instrumen Penelitian.....	54
G.	Teknik Analisis Data .....	55
H.	Jadwal Penelitian.....	69

#### BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A.	Sejarah Perusahaan .....	71
B.	Profil Responden .....	76
C.	Uji Validitas .....	79
D.	Uji Reliabilitas .....	81
E.	Analisis Deskriptif .....	84
F.	Uji Asumsi Klasik .....	96
G.	Uji Analisis Korelasi .....	101
H.	Analisis Regresi Linear Berganda.....	102
I.	Uji Hipotesis.....	103
J.	Analisis Koefisien Determinasi.....	107
K.	Pembahasan.....	108

#### BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A.	Kesimpulan .....	112
B.	Saran.....	112

DAFTAR PUSTAKA .....	116
LAMPIRAN .....	119

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Pra survey Kepuasan Kerja Pada Karyawan PT Gemilang Prima Utama.....	5
Tabel 2 Rata-rata Jam Kerja Bulan Januari – Juni tahun 2025 .....	9
Tabel 3 Pra survey <i>Work-life Balance</i> Pada Karyawan PT Gemilang Prima Utama .....	10
Tabel 4 Pra survey Stres Kerja Pada Karyawan PT Gemilang Prima Utama .....	11
Tabel 5 Penelitian Terdahulu .....	34
Tabel 6 Operasional Variabel.....	50
Tabel 7 Skala Likert .....	55
Tabel 8 Rentang Skala.....	61
Tabel 9 Rentang Koefisien Korelasi .....	63
Tabel 10 Kriteria Koefisien Determinasi .....	69
Tabel 11 Jadwal Penelitian.....	70
Tabel 12 Jenis Kelamin Responden .....	77
Tabel 13 Usia Responden.....	77
Tabel 14 Pendidikan Responden .....	78
Tabel 15 Lama Bekerja Responden .....	79
Tabel 16 Hasil Uji Validitas Variabel <i>Work-life Balance</i> .....	80
Tabel 17 Hasil Uji Validitas Variabel Stres Kerja .....	80
Tabel 18 Hasil Uji Validitas Variabel Kepuasan Kerja .....	81

Tabel 19	Hasil Uji Reliabilitas Variabel <i>Work-life Balance</i> .....	82
Tabel 20	Hasil Uji Reliabilitas Variabel Stres Kerja .....	82
Tabel 21	Hasil Uji Reliabilitas Variabel Kepuasan Kerja.....	83
Tabel 22	Hasil Analisis Uji Statistik Deskriptif.....	84
Tabel 23	Indeks Jawaban Responden Variabel <i>Work-life Balance</i> .....	85
Tabel 24	Indeks Jawaban Responden Variabel Stres Kerja.....	89
Tabel 25	Indeks Jawaban Responden Variabel Kepuasan Kerja .....	92
Tabel 26	Hasil Uji Multikolinearitas.....	97
Tabel 27	Hasil Uji Linearitas Variabel <i>Work-life Balance</i> .....	100
Tabel 28	Hasil Uji Linearitas Variabel Stres Kerja.....	100
Tabel 29	Hasil Uji Analisis Korelasi Antar Variabel.....	101
Tabel 30	Hasil Uji Analisis Regresi Linear Berganda .....	102
Tabel 31	Hasil Uji t .....	104
Tabel 32	Hasil Uji F .....	106
Tabel 33	Hasil Uji Analisis Koefisien Determinasi .....	107

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Analisis Persaingan .....	2
Gambar 2 Pra survey Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Kerja .....	7
Gambar 3 Kerangka Berpikir .....	42
Gambar 4 Struktur Organisasi.....	72
Gambar 5 Hasil Uji Normalitas.....	96
Gambar 6 Hasil Uji Heteroskedastisitas .....	98

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	118
Lampiran 2 Tabulasi Data .....	126
Lampiran 3 Hasil <i>Output</i> SPSS.....	132
Lampiran 4 Surat Persetujuan Izin Penelitian dari Perusahaan.....	138