

HALAMAN MOTTO

“Ubah pikiranmu dan kau dapat mengubah duniamu.”

Norman Vincent Peale

“Jika kamu ingin hidup bahagia, terikatlah pada tujuan, bukan orang atau benda.”

Albert Einstein



HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk:

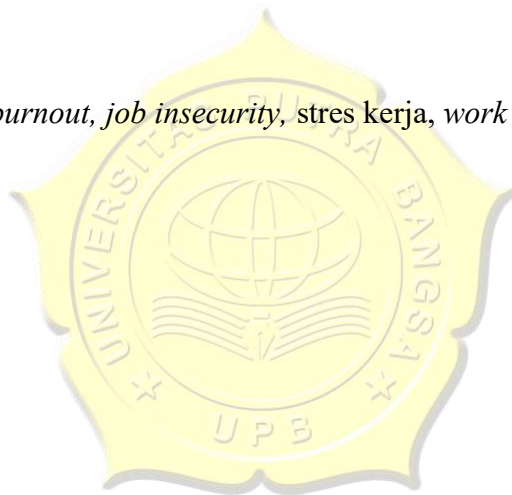
1. Suami dan anak-anak tersayang yang selalu memberikan doa dan dukungan terus menerus.
2. Orang tua tersayang yang telah mendo'akan dan memberikan kasih sayang dengan segala pengorbanannya
3. Keluarga yang selalu memberikan semangat dan dukungan
4. Teman-teman kerja terdekat yang telah memberikan banyak bantuan, motivasi dan masukan
5. Teman-teman kuliah Universitas Putra Bangsa kelas karyawan yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu
6. Seluruh *civitas akademika* Universitas Putra Bangsa Kebumen dan pembaca yang budiman.



ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *work life balance*, *job burnout* dan *job insecurity* terhadap stres kerja pada karyawan marketing PT BPR BKK Kebumen (Perseroda). Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan kontrak bagian marketing PT. BPR BKK Kebumen (Perseroda). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik sensus dengan jumlah 40 responden. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dan statistik menggunakan regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *work life balance* berpengaruh negatif signifikan terhadap stres kerja, *job burnout* berpengaruh positif signifikan terhadap stres kerja, *job insecurity* berpengaruh positif signifikan terhadap stres kerja. *Work life balance*, *job burnout* dan *job insecurity* berpengaruh secara bersama-sama terhadap stres kerja karyawan marketing PT BPR BKK Kebumen (Perseroda).

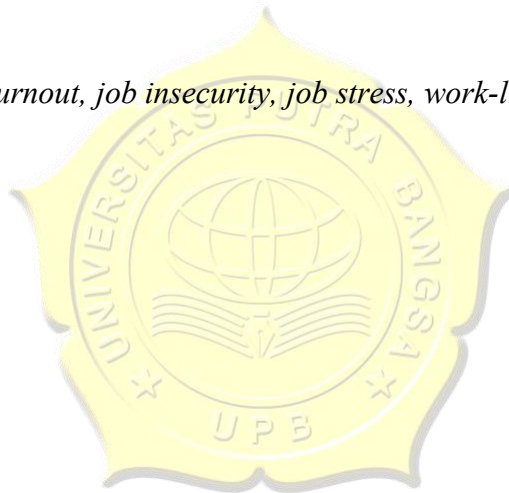
Kata kunci: *job burnout*, *job insecurity*, stres kerja, *work life balance*



ABSTRACT

This study aims to analyze the influence of work-life balance, job burnout, and job insecurity on work stress in marketing employees of PT BPR BKK Kebumen (Perseroda). The data collection technique in this study used a questionnaire. The population in this study were all contract employees of the marketing department of PT. BPR BKK Kebumen (Perseroda). The sampling technique in this study was a census technique with a total of 40 respondents. The analysis technique used in this study was descriptive and statistical analysis using multiple linear regression. The results showed that work-life balance had a significant negative effect on work stress, job burnout had a significant positive effect on work stress, job insecurity had a significant positive effect on work stress. Work-life balance, job burnout, and job insecurity simultaneously influenced work stress in marketing employees of PT BPR BKK Kebumen (Perseroda).

Keywords: job burnout, job insecurity, job stress, work-life balance



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum wr. wb.

Segala puji bagi penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Work Life Balance*, *Job Burnout* dan *Job Insecurity* Terhadap Stres Kerja Karyawan Marketing di PT BPR BKK Kebumen (Perseroda).”

Tersusunnya skripsi ini tidak lepas dari peran semua pihak yang telah membantu penulis. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Dr. Gunarso Wiwoho, S.E., M.M selaku Rektor Universitas Putra Bangsa Kebumen
2. Parmin, S.E., M.M. selaku Ketua Program Studi S1 Manajemen
3. Dr. Irfan Helmy, S.E., M.M selaku Dosen Pembimbing yang telah membimbing memberikan kesempatan dan saran kepada penulis.
4. Seluruh Dosen dan *civitas akademika* yang telah membantu dalam proses data yang dibutuhkan
5. Semua pihak yang telah membantu penulis menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat penulis tuliskan satu persatu.

Penulis berharap semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi penulis pada khususnya bagi pembaca atau *civitas akademika* pada umumnya.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Kebumen, Juli 2025

Penulis



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN UJIAN.....	iv
PENGESAHAN BEBAS PLAGIARISME	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAKSI.....	viii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Rumusan Masalah.....	8
1.3. Batasan Masalah	9
1.4. Tujuan Penelitian.....	11
1.5. Manfaat Penelitian	12
BAB II LANDASAN TEORI.....	13
2.1 Landasan Teori	13
2.2 Penelitian Terdahulu.....	25
2.3 Hubungan Antar Variabel	27
2.4 Kerangka Pemikiran	29
2.5 Hipotesis.....	30
BAB III METODE PENELITIAN	32
3.1 Obyek dan Subyek Penelitian	32
3.2 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	32
3.3 Instrumen atau Alat Pengumpulan Data	36
3.4 Data dan Teknik Pengumpulan Data	37
3.5 Populasi dan Sampel.....	39
3.6 Teknik Analisis Data	40

BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN	51
4.1 Gambaran Umum	51
4.2 Analisis Deskriptif.....	53
4.3 Analisis Statistik.....	56
4.4 Pembahasan.....	67
BAB V SIMPULAN	73
5.1 Simpulan	73
5.2 Keterbatasan	73
5.3 Implikasi.....	74
DAFTAR PUSTAKA.....	
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel I.1	Observasi Stres Kerja Karyawan Marketing PT. BPR BKK Kebumen (Perseroda)	2
Tabel II.1	Penelitian Terdahulu	25
Tabel III.1	Indikator dan Distribusi Stres Kerja pada Kuesioner	34
Tabel III.2	Indikator dan Distribusi <i>Work Life Balance</i> pada Kuesioner	35
Tabel III.3	Indikator dan Distribusi <i>Job Burnout</i> pada Kuesioner	35
Tabel III.4	Indikator dan Distribusi <i>Job Insecurity</i> pada Kuesioner	36
Tabel IV.1	Jenis Kelamin.....	53
Tabel IV.2	Usia.....	54
Tabel IV.3	Pendidikan	55
Tabel IV.4	Lama Bekerja	56
Tabel IV.5	Uji Validitas <i>Work Life Balance</i>	57
Tabel IV.6	Uji Validitas <i>Job Burnout</i>	58
Tabel IV.7	Uji Validitas <i>Job Insecurity</i>	58
Tabel IV.8	Uji Validitas Stres Kerja	59
Tabel IV.9	Uji Reliabilitas	60
Tabel IV.10	Uji Multikolinieritas	60
Tabel IV.11	Analisis Regresi Linier Berganda	63
Tabel IV.12	Uji Parsial (Uji t)	65
Tabel IV.13	Uji Simultan (Uji F)	66
Tabel IV.14	Koefisien Determinasi	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1	Model Penelitian	30
Gambar IV.1	Uji Normalitas	61
Gambar IV.2	Uji Heterokedastisitas	62

