

**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *BURNOUT* TERHADAP KEPUASAN
KERJA KARYAWAN
(Suatu Studi Pada Pegawai PT. Pos Indonesia Cabang Ciamis**

ARTIKEL

Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menempuh Ujian Sidang Sarjana Stratta Satu

Oleh,
KENY DESTINA WENDI
NIM. 3402180094



**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI UNIVERSITAS GALUH
2021**

**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *BURNOUT* TERHADAP KEPUASAN
KERJA KARYAWAN
(Suatu Studi Pada Pegawai PT. Pos Indonesia Cabang Ciamis**

Keny Destina Wendi
Fakultas Ekonomi Univeritas Galuh
Kenydestina27@gmail.com

ABSTRAK

Keny Destina Wendi, NIM. 3402180094. “Pengaruh *Work Life Balance* dan *Burnout* Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan (Suatu Studi Pada Pegawai PT. Pos Indonesia Cabang Ciamis)”. Dibawah bimbingan Dr. H. Enas, SE., M.M., (Pembimbing I) dan Kasman, Drs.,M.M. (Pembimbing II).

Penelitian ini difokuskan pada pengaruh *work life balance* dan *burnout* terhadap kepuasan kerja karyawan (suatu studi pada pegawai PT. Pos Indonesia Cabang Ciamis). Permasalahan yang dihadapi dalam penelitian ini meliputi (1) Bagaimana pengaruh *work life balance* terhadap kepuasan kerja karyawan pada PT. Pos Indonesia Cabang Ciamis? (2) Bagaimana pengaruh *burnout* terhadap kepuasan kerjakaryawan pada PT. Pos Indonesia Cabang Ciamis? (3) Bagaimana pengaruh *work life balance* dan *burnout* terhadap kepuasan kerja karyawan pada PT. Pos Indonesia Cabang Ciamis. Tujuan penelitian ini adalah (1) Mengetahui Besaran pengaruh *work life balance* terhadap kepuasan kerja karyawan pada PT. Pos Indonesia Cabang Ciamis . (2) Mengetahui Besaran pengaruh *burnout* terhadap kepuasan kerja karyawan pada PT. Pos Indonesia Cabang Ciamis (3) Mengetahui besaran pengaruh *work life balance* dan *burnout* terhadap kepuasan kerja karyawan pada PT. Pos Indonesia Cabang Ciamis. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan metode survey dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Sedangkan untuk menganalisis data yang diperoleh digunakan Analisis Deskriptif dan Asosiatif meliputi Analisis Koefisien Korelasi Sederhana, Analisis Koefisien Korelasi Berganda, Analisis Regresi Sederhana, Analisis Regresi Berganda, Analisis Koefisien Determinasi, dan Uji Hipotesis menggunakan Uji Signifikansi (Uji t dan Uji F). Hasil dari penelitian dan pengolahan data menunjukkan bahwa bahwa pengaruh *work life balance* dan *burnout* terhadap kepuasan kerja karyawan sebesar 36,4% sedangkan sisanya 63,6% dipengaruhi faktor lain yang tidak diteliti misalnya gaji, motivasi, retensi karyawan, OCB, prestasi dan lain sebagainya. Diharapkan perusahaan memberikan tanggungjawab sesuai dengan kemampuan yang dimiliki pegawai, kemudian meningkatkan sistem penggajian misalnya dalam penggajian dilakukan dengan cara cepat dan akurat, dan sesuai jabatan dan kontribusi pegawai.

Kata Kunci: *Work Life Balance*, *Burnout*, dan Kepuasan Kerja Karyawan

DAFTAR PUSTAKA

- Adiningsih, Sri, Abdul Malik Fadjar dan Erna Maria Lokollo. 2019. *Sumber Daya Manusia di Era Digital*. Jakarta : Warta Wantimpres
- A.Rusdiana & Moch.Irfan. 2014. *Sistem Informasi Manajemen*. Pustaka Setia. Bandung
- Arrozak M, Sunaryo H, dan Khalikussabir, Khalikussabir. 2020. *Pengaruh Work-Life Balance Dana Burnout Terhadap Kepuasan Karyawan CV. Mitra Jaya Company Malang*. e – Jurnal Riset Manajemen. Vol 9 (12).
- Budiharto. 2019. *Pengantar Ilmu Perilaku Kesehatan dan Pendidikan Kesehatan Gigi*. Jakarta : EGC
- Burhanuddin Wahab, Rahmatullah. 2012. *Pengaruh Kepuasan Kerja dan Motivasi Kerja terhadap Karyawan pada PT. Bank Mandiri (Persero) TBK Makassar*.
- Danang, Sunyoto. 2012. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: PT Buku Seru.
- Delecta, P. 2011. *Work-life balance*. *International Journal of Current Research*. Vol 33, Issue ,4, pp-186-189.
- Dessler, Gary. 2015. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Edisi 14. Salemba Empat.
- Donni Juni Priansa. 2017. *Komunikasi Pemasaran Terpadu Pada Era Media Sosial*. Bandung: CV Pustaka Setia
- Gaol L, Jimmy. 2014. *A to Z Human Capital : Manajemen Sumber Daya Manusia*. PT. Grasindo : Jakarta.
- Hani Handoko T, 2015. *Manajemen* , Edisi Ke 2. BPEF:Yogyakarta.
- Iswardhani, I., Brasit, N., & Mardiana, R. 2019. *The Effect Of Work-Life Balance And Burnout On Employee Job Satisfaction*. *Hasanuddin Journal Of Business Strategy*. Vol 1(2).
- Kadarisman, M. (2016). *Manajemen Kompensasi*. Jakarta: Pt. Rajagrafindo Persada.
- M. Manullang. 2018. *Dasar-dasar Manajemen*. Ghalia Indonesia, Jakarta
- Marwansyah.(2012). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Bandung: Pustaka Setia.
- Pangemanan F., L., Pio R., J., Tumbel T., M. 2017. *Pengaruh Work-life Balance dan Burnout terhadap Kepuasan Kerja*. *Jurnal Administrasi Bisnis*. Program studi Administrasi Bisnis. Fakultas Ilmu Sosial dan Politik. Universitas Sam Ratulangi Manado, Indonesia.
- Riffay, A. 2019. *Pengaruh Keseimbangan Kehidupan Kerja (Work Life Balance) dan Kepuasan Kerja Terhadap Komitmen Organisasi Guru Sd Negeri Di Kecamatan Kota Masohi*. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 5(3), 39-47.

- S.P.Hasibuan, Malayu. 2013. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- . 2016. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- . 2017. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Sakdiah, K & Cita, A.P.S. (2017). *Pengaruh Persepsi Mahasiswa dalam Kesulitan Belajar Akuntansi Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa*. Riset dan Jurnal Akuntansi. 1(1). Halaman 57-61.
- Safroni, Drs .K.H.M.Ladzi.2012.*Manajemen dan Reformasi pelayanan public*.
- Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., Maslach, C. 2009. *Burnout : 35 Years of Research and Practice*. Journal Career Development International. Vol. 14, No. 3. (204-216).
- Sinambela, Lijan Poltak. 2015. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. PT.Bumi Aksara, Jakarta.
- Singh, Preeti & Khanna, Parul. 2011. *Work-Life Balance a Tool for. Increased Employee Productivity and Retention*. Lachoo Management. Vol. 2 (2).
- Subkhi, Akhmad. & Jauhar, Mohammad. (2013) *Pengantar Teori dan Perilaku Organisasi*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Suprihanto, John. 2014. *Manajemen*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Terry, George R dan Leslie W.Rue. 2014. *Dasar-Dasar Manajemen*. penerjemah G.A Ticoalu. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Umartiwi, R. 2017. *Hubungan Antara Presepsi Beban Kerja Dengan Work Life Balance Pada Karyawan Bagian Produksi PT X. Doctoral dissertation*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Hayman, J. 2005. *Psychometric assessment of an instrument designed to measure work life balance. Research and Practice in Human Resource Management*, 13(1), 85-91.
- la, I. I., Susilawati, I. R., & Widyasari, S. D. 2015. *Hubungan Antara Career Capital dan Work-Life Balance pada Karyawan di PT. Petrokimia Gresik*. Jurnal Psikoislamika , 12 (1), 13-22.
- Poulose, S., & N., S. 2014. *Work Life Balance: A Conceptual Review. International Journal of Advances in Management and Economics*. 3 (2), 01-17.
- Priansa, J. Donni. 2017. *Perencanaan dan Pengembangan SDM*. Bandung: Alfabeta
- Kartono. 2017. *Personality, Employe Engagement, Emotional Intelegence, Job Burnout Dalam Melihat Turnover Intention*, Yogyakarta : CV Budi Utama
- Yeni., Niswati, Idah. 2012. *Pengaruh Burnout Terhadap Motivasi Berprestasi Dalam Bekerja Pada Sales*. Vol 05 (2).

Katarini, N. R. (2011). *Burnout Pada Karyawan Ditinjau Dari Persepsi Budaya Organisasi dan Motivasi Intrinsik di PT. Krakatau Steel*. Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret, Surakarta.

Nuraini, T. 2013. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Yayasan Aini Syam: Pekanbaru.

Wibowo. 2013. *Perilaku dalam Organisasi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Priansa, Donni Juni. 2018. *Perencanaan & Pengembangan SDM*. Bandung. Alfabeta.

Ganjar Garibaldi.2019. *Pengaruh Keseimbangan Kehidupan Kerja dan Kompensasi terhadap Kepuasan Kerja Karyawan PT. Indomarco Bandung*. Vol 8 (2).

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet

Syamsuddin. 2017. *Penerapan Fungsi-Fungsi Manajemen dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan. Jurnal Idaarah*, Vol.1, No.1. Hal.64.