

ABSTRAK

Dewi Aryanti, NIM. 3402200072. “ Pengaruh *Work-Life Balance* dan *Burnout* Terhadap Kepuasan Kerja (Suatu Studi Pada Karyawan PT. Bersama Zatta Jaya Tbk Bandung)”. Di bawah bimbingan Elin Herlina S.Pd.,M.M. (Pembimbing I), dan Toto, S.E.,M.M. (Pembimbing II).

Kepuasan kerja merupakan sikap emosional yang menyenangkan dan mencintai pekerjaannya. Oleh karena itu kepuasan kerja sangat penting dalam suatu perusahaan karena kepuasan kerja karyawan mampu memaksimalkan pekerjaan dengan baik. Pencapaian kepuasan kerja tidak hanya berasal dari tujuan setiap karyawan, namun juga perlu diimbangi dengan adanya faktor eksternal yang bisa mempengaruhi untuk mencapai kepuasan kerja tersebut. Dalam mendukung kepuasan yang optimal dari setiap karyawan, perusahaan berusaha mengarahkan karyawannya untuk dapat mencapai tujuan yang telah ditentukan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh *work-life balance* dan *burnout* terhadap kepuasan kerja karyawan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini yaitu karyawan di PT. Bersama Zatta Jaya Tbk Bandung. Teknik sampling berupa *probability sampling* dan jumlah populasi sebanyak 174 dengan sampel penelitian sebanyak 64, penentuan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Untuk menganalisis data yang diperoleh digunakan analisis regresi linier berganda, koefisien korelasi berganda, uji hipotesis (uji t) dan uji f. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *work-life balance* dan *burnout* secara bersama-sama berpengaruh terhadap kepuasan kerja. Hasil penelitian ini karyawan memiliki *work-life balance* baik, dimana karyawan mempunyai mempunyai *time balance* atau keseimbangan waktu, *involvement balance* atau keseimbangan keterlibatan dan *satisfaction balance* atau keseimbangan kepuasan yang mengacu pada kepuasan seseorang secara keseluruhan terhadap aktivitas pekerjaannya dan hal-hal yang berkaitan dengannya. Selain itu karyawan mampu meminimalisir *burnout*, dimana karyawan mampu menghilangkan kelelahan, sikap sinisme dan meminimalisir rasa berkurangnya penghargaan terhadap diri sendiri dengan melakukan apa yang disukai sesuai kebijakan dan tujuan perusahaan. *Work-life balance* dan *burnout* terhadap kepuasan kerja karyawan baik, artinya jika meningkatnya *work-life balance* juga dapat mengurangi potensi terjadinya *burnout*, begitupun sebaliknya. Semakin tinggi *work-life balance* dan semakin rendah *burnout* maka kepuasan kerja semakin meningkat.

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