

**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* TERHADAP KINERJA KARYAWAN
PT. INDOMARCO PRISMATAMA PALEMBANG**

KARYA AKHIR

Diajukan kepada Program Studi Psikologi,
Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Mencapai Derajat Sarjana S1 Psikologi



Oleh :

Lissa Agustia

211810076

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS SOSIAL HUMANIORA
UNIVERSITAS BINA DARMA PALEMBANG**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

**Pengaruh *Work-Life Balance* Terhadap Kinerja Karyawan
PT. Indomarco Prismatama Palembang**

KARYA AKHIR

**Diajukan Oleh:
LISSA AGUSTIA**

211810076

**Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing
Pada Tanggal 19 Februari 2026**

Pembimbing



**Dr. Itryah S.Psi., M.A
NIDN. 0028098001**

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Akhir dengan judul:

**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* TERHADAP KINERJA KARYAWAN
PT. INDOMARCO PRISMATAMA PALEMBANG**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Karya
Akhir Program Studi Psikologi,
Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Derajat Sarjana S1 Psikologi

Pada Tanggal
Palembang, 27 Februari 2026
Mengesahkan,
Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial Humaniora
Ketua Program Studi

Universitas Bina
Darma
Fakultas Sosial Humaniora

Dr. Itryah, S.Psi, M.A.
NIDN. 0228098001

Dewan Penguji

Tanda Tangan

Dr. Itryah, S.Psi, M.A.
NIDN. 0228098001

Nuzsep Almigo, S.Psi., M.Si., Ph.D
NIDN. 0012097607

Dwi Hurriyati, S.Psi., M.Si.
NIDN. 0210038104

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Lissa Agustia
No. Mahasiswa : 211810076
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Work-Life Balance* terhadap Kinerja Karyawan PT. Indomarco Prismatama Palembang

Melalui surat ini saya menyatakan bahwa :

1. Selama melakukan penelitian dan pembuatan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindak pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, pembuatan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi Universitas Bina Darma. Karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain
2. Apabila dalam ujian skripsi saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Bina Darma
3. Di dalam karya tulis ini tidak dapat karya atau pendapat yang telah ditulis oleh orang lain, kecuali kutipan yang diambil dari berbagai teori dengan mencantumkan nama pengarang dan menuliskan hasil kutipan tersebut kedalam daftar rujukan
4. Karena yakin akan hasil karya tulis ini saya bersedia bahwa tugas akhir/skripsi ini diunggah dan dipublikasikan ke dalam internet
5. Apabila dikemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan Universitas Bina Darma

Palembang, 5 Maret 2026

Menyatakan



Lissa Agustia
NIM 211810076

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillah Rabbil'alamin, puji syukur saya panjatkan atas berkat dan rahmat yang Allah SWT berikan kepada saya dalam pencapaian ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik atas izin Allah SWT.

Dengan ini saya persembahkan karya ini untuk kedua orangtua saya yang sangat saya cintai, Terima kasih untuk Ibu dan Ayah yang telah melimpahkan doa, dukungan, kasih sayang yang tak terhingga sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini

Terima kasih untuk keluarga tercinta yang selalu memberikan semangat dan motivasi sehingga saya dapat menyelesaikan karya ini dengan baik

Terima kasih untuk pembimbing saya, Ibu Itryah yang telah membimbing dan meluangkan waktunya serta memberikan ilmu kepada saya sehingga saya mampu menyelesaikan tugas akhir ini

Terima kasih juga kepada Seluruh Dosen Program Studi Psikologi atas Ilmu dan bimbingannya hingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini

Terima kasih untuk teman-teman Program Studi Psikologi 2021 yang telah memberikan bantuan, semangat dan berjuang bersama-sama dalam menyelesaikan skripsi ini

Hanya kata terima kasih yang paling tepat saya ucapkan atas semuanya, semoga Allah SWT membalas kebaikan kalian semuanya

-Lissa Agustia

MOTTO

“Dan aku menyerahkan urusanku kepada Allah”

(Q.S Al Ghafir:44)

“Maka sesungguhnya Bersama kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Allah lah engkau berharap”

(Q.S Al-Insyirah, 6-8)

“Setiap orang mempunyai rute hidupnya masing-masing, kamu tidak tertinggal oleh siapapun, dan kamu tidak mendahului siapapun”

(Ginanti Rahmadini)

“It will pass”

(Rachel Vennya)

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah Rabbil'alamin. Segala puji dan syukur tak henti-hentinya peneliti panjatkan kepada Allah SWT. Atas rahmat, anugerah dan kasih sayang-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan karya akhir penelitian yang berjudul “Pengaruh *Work-Life Balance* terhadap Kinerja Karyawan PT. Indomarco Prismaatama Palembang”.

Peneliti menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan karya akhir ini. Untuk itu dalam kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar besarnya kepada :

1. Prof. Dr. Sunda Ariana, M.Pd., M.M selaku Rektor Universitas Bina Darma
2. Nuzsep Almigo, S.Psi., M.si., Ph.D. selaku Dekan dari Fakultas Sosial Humaniora Universitas Bina Darma
3. Dr. Itryah., MA. Selaku Kaprodi Psikologi Universitas Bina Darma sekaligus dosen pembimbing yang telah memberikan banyak sekali ilmu pengetahuan, masukan, motivasi, meluangkan waktu serta pikirannya untuk memberikan bimbingan kepada peneliti
4. Bapak/Ibu Dosen Program Studi Psikologi Bina Darma Palembang atas Ilmu dan Pengetahuan tanpa batas
5. Kepada orangtua yang sangat saya cintai yang selalu mendoakan, memberi semangat, nasihat dan pengertiannya demi keberhasilan peneliti

6. Kepada keluargaku yang selalu memberi semangat dan nasihat yang luar biasa kepada peneliti
7. PT. Indomarco Prismaatama Palembang karena telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian di PT. Indomarco Prismaatama
8. Terima kasih kepada para karyawan yang telah membantu peneliti dalam melaksanakan penelitian
9. Kepada semua teman-teman Program Studi Psikologi Angkatan 2021

Peneliti menyadari dalam penyusunan karya akhir ini masih banyak sekali kekurangan dalam penulisannya. Oleh karena itu kritik dan saran yang dapat membantu peneliti.

Palembang, 23 Februari 2026

Lissa Agustia

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
ABSTRAK.....	ix
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	13
C. Tujuan Penelitian.....	13
D. Manfaat Penelitian	14
1. Manfaat Teoritis	14
2. Manfaat Praktis	14
E. Keaslian Penelitian	15
BAB II	22
KAJIAN PUSTAKA.....	22
A. Kinerja Karyawan.....	22
A. Pengertian Kinerja Karyawan	22
B. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kinerja Karyawan.....	23
C. Aspek-Aspek Kinerja Karyawan.....	24
D. Indikator Kinerja Karyawan.....	25
E. Dimensi Kinerja Karyawan.....	27
B. <i>Work-Life Balance</i>.....	28
1. Pengertian dan Konsep <i>Work Life Balance</i>	28
2. Faktor yang Mempengaruhi Work Life Balance	30

3. Aspek-aspek <i>Work-life Balance</i>	31
4. Dimensi Work Life Balance.....	32
C. Hubungan antara <i>Work-life Balance</i> dan Kinerja Karyawan.....	33
D. Hipotesis Penelitian	39
BAB III.....	40
METODE PENELITIAN.....	40
A. Identifikasi variabel Penelitian	40
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	40
1. Kinerja Karyawan	40
2. <i>Work-life Balance</i>	41
C. Subjek Penelitian Metode Penelitian	41
D. Metode Penelitian.....	44
E. Teknik Analisis Data.....	48
1. Uji Validitas dan Reabilitas.....	48
2. Uji Asumsi/Prasyarat.....	49
BAB IV	51
PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	51
A. Orientasi Kancan dan Persiapan	51
1. Orientasi Kancan.....	51
2. Persiapan Penelitian	52
B. Hasil Penelitian.....	53
1. Hasil Uji Coba Alat Ukur.....	53
2. Reliabilitas Skala Uji Coba.....	57
3. Hasil Uji Hipotesis	65
D. Pembahasan.....	67
BAB V.....	74
KESIMPULAN DAN SARAN.....	74
A. Kesimpulan.....	74
B. Saran.....	74
1. Bagi Karyawan PT. Indomarco Prismatama Palembang	74
2. Bagi PT. Indomarco Prismatama Palembang.....	75
3. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	76
DAFTAR PUSTAKA.....	77

LAMPIRAN	85
----------------	----



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah Populasi Karyawan Berdasarkan Departemen.....	42
Tabel 3. 2 Skor Respon Pada Skala.....	44
Tabel 3. 3 Item Distribusi dari Kinerja Karyawan sebelum diuji coba.....	45
Tabel 3. 4 Item Distribusi dari Work-Life Balance sebelum diuji coba.....	47
Tabel 4. 1 Distribusi butir Skala Kinerja Karyawan setelah diuji coba	55
Tabel 4. 2 Blue Print Skala Kinerja Karyawan untuk penelitian.....	55
Tabel 4. 3 Distribusi butir Skala Work-Life Balance setelah diuji coba.....	56
Tabel 4. 4 Blue Print Skala Work-Life Balance untuk Penelitian	57
Tabel 4. 5 Deskripsi data penelitian	58
Tabel 4. 6 Kategorisasi sampel penelitian skala Kinerja Karyawan	60
Tabel 4. 7 Kategorisasi sampel penelitian alat ukur Work-Life Balance.....	62
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas	64
Tabel 4. 9 Hasil Uji Linieritas	65
Tabel 4. 10 Hasil Uji Regresi Sederhana	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Data Absensi Karyawan PT. Indomarco Prismatama 2025	4
Gambar 2. 1 Outline Kerangka Berpikir.....	38



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Skala Try Out Kinerja Karyawan	85
Lampiran 2 Skala Penelitian.....	92
Lampiran 3 Validitas dan Reliabilitas Try Out Kinerja Karyawan	98
Lampiran 4 Validitas dan Reliabilitas Try Out Work-Life Balance	100
Lampiran 5 Validitas dan Reliabilitas Skala Penelitian Kinerja Karyawan.....	102
Lampiran 6 Validitas dan Reliabilitas Skala Penelitian.....	104
Lampiran 7 Uji Deskriptif.....	110
Lampiran 8 Uji Normalitas.....	111
Lampiran 9 Uji Linieritas	111
Lampiran 10 Uji Hipotesis	112
Lampiran 11 SK Pembimbing	113
Lampiran 12 Surat Izin Penelitian	114
Lampiran 13 Surat Balasan Penelitian	115
Lampiran 14 Dokumentasi	116
Lampiran 15 Lembar Bimbingan Karya Akhir.....	117
Lampiran 16 Formulir Perbaikan Seminar Proposal.....	119
Lampiran 17 Surat Keterangan Lulus Seminar Proposal	120
Lampiran 18 Formulir Perbaikan Seminar Hasil.....	121
Lampiran 19 Surat Keterangan Lulus Seminar Hasil.....	122
Lampiran 20 Letter of Acceptance.....	123
Lampiran 21 Artikel Jurnal.....	124
Lampiran 22 Formulir Kelayakan Jilid	128
Lampiran 23 Lembar Hasil Turnitin	129

PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* TERHADAP KINERJA KARYAWAN PT. INDOMARCO PRISMATAMA PALEMBANG

Lissa Agustia

211810076

Program Studi Psikologi,
Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma

ABSTRAK

Dalam menjalankan pekerjaan karyawan selalu dituntut untuk mencapai target dan tentunya mengalami berbagai tantangan. Salah satunya Adalah *Work-Life Balance*. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *work-life balance* terhadap kinerja karyawan pada karyawan PT. Indomarco Prismatama Palembang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode penelitian ini yaitu kuantitatif dengan pengambilan data menggunakan angket skala *Work-Life Balance* dengan Kinerja Karyawan. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 145 karyawan PT. Indomarco Prismatama Palembang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yakni *probability sampling*. Teknik analisis data yang digunakan yaitu uji validitas dan reliabilitas. Metode analisis data dalam penelitian ini dua tahap yaitu uji asumsi/prasyarat dan uji hipotesis. Hasil penelitian yang dilakukan pada karyawan PT. Indomarco Prismatama Palembang menunjukkan bahwa *Work-Life Balance* memberikan kontribusi sebesar 28,6% yang berarti adanya penerimaan pada hipotesis yang diajukan dan 71,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain diluar yang diteliti. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari analisis penelitian terdapat pengaruh *work-life balance* terhadap kinerja karyawan pada karyawan PT. Indomarco Prismatama Palembang.

Kata kunci: karyawan, kinerja karyawan, *work-life balance*

**THE EFFECT OF WORK-LIFE BALANCE ON EMPLOYEE
PERFORMANCE AT PT. INDOMARCO PRISMATAMA PALEMBANG**

Lissa Agustia

211810076

Program Studi Psikologi,
Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma

ABSTRACT

In carrying out their work, employees are always required to achieve targets and naturally face various challenges. One of these is Work-Life Balance. The purpose of this study was to determine the effect of work-life balance on employee performance at PT. Indomarco Prismatama Palembang. This study used a quantitative approach. This research method is quantitative with data collection using a Work-Life Balance scale questionnaire with Employee Performance. The subjects in this study were 145 employees at PT. Indomarco Prismatama Palembang. The sampling technique used in this study is probability sampling. The data analysis techniques used were validity and reliability testing. The data analysis method used in this study is two stages: assumption/prerequisite testing and hypothesis testing. The results of the study conducted on the employees of PT. Indomarco Prismatama Palembang showed that Work-Life Balance contributed 28.6%, indicating acceptance of the proposed hypothesis, and other factors outside those studied influenced the remaining 71.4%. Based on the results obtained from the research analysis, there is an effect of work-life balance on employee performance at PT. Indomarco Prismatama Palembang.

Keywords: employee performance, employees, work-life balance