

**PENGARUH STRESS KERJA DAN *WORK LIFE BALANCE* TERHADAP
TURNOVER INTENTION DI PT GAMESTER LEGENDA INDONESIA**

SKRIPSI

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Manajemen (S.M)

Pada Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi

Universitas Indo Global Mandiri



Disusun Oleh :

Angel Serra Monia

2021510065

KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI

UNIVERSITAS INDO GLOBAL MANDIRI

FAKULTAS EKONOMI

TAHUN 2025

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

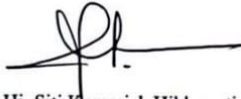
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Pengaruh Stress Kerja dan *Work Life Balance* Terhadap
Turnover Intention di PT Gamester Legenda Indonesia
Nama : Angel Serra Monia
NPM : 2021510065
Program Studi : Manajemen
Pembimbing I : Dr. Hj. Siti Komariah Hildayanti, STP, M.M
Pembimbing II : Shafiera Lazuardi, SE., M.Sc., CFP., AFA
Tanggal Ujian Skripsi : 10 Februari 2025

Palembang, 17 Februari 2025

Disetujui Oleh,

Pembimbing I,



Dr. Hj. Siti Komariah Hildayanti, STP, M.M
NIDN. 0201077302

Pembimbing II,



Shafiera Lazuardi, SE., M.Sc., CFP., AFA
NIDN. 0213109401

Disahkan Oleh,

Ketua Program Studi Manajemen



Muhammad Kurniawan DP., SE., M.Si
NIDN. 0202067802

Dekan Fakultas Ekonomi
FAKULTAS EKONOMI



Budi Setiawan, SE., MM., Ph.D
NIDN. 0208048701

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Skripsi ini di ajukan oleh :

Judul Skripsi : Pengaruh Stress Kerja dan *Work Life Balance* Terhadap
Turnover Intention di PT Gamester Legenda Indonesia
Nama : Angel Serra Monia
NPM : 2021510065
Program Studi : Manajemen

Telah dipertahankan di hadapan Dosen Penguji Ujian Skripsi & Komprehensif dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen (S.M) pada Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Indo Global Mandiri.

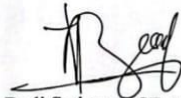
Penguji Ujian Skripsi dan Komprehensif,

Ketua Penguji :



Dr. Hj. Siti Komariah Hildayanti, STP, M.M
NIDN. 0201077302

Penguji I :



Budi Setiawan, SE.,MM.,Ph.D
NIDN. 0208048701

Penguji II :



Endah Dewi Purnamasari, SE., MM.,CFP
NIDN. 0204128602

Disahkan Oleh,

Ketua Program Studi Manajemen



Muhammad Kurniawan DP., SE., M.Si
NIDN. 0202067802

FAKULTAS Dekan Fakultas Ekonomi



Budi Setiawan, SE.,MM.,Ph.D
NIDN. 0208048701

LEMBAR REVISI

LEMBAR REVISI

Nama : Angel Serra Monia
NPM : 2021510065
Program Studi : Manajemen
Judul Skripsi : Pengaruh Stress Kerja dan *Work Life Balance* Terhadap
Turnover Intention di PT Gamester Legenda Indonesia

Ketua Penguji :



Dr. Hj. Siti Komariah Hildayanti, STP, M.M
NIDN. 0201077302

Penguji I :



Budi Setiawan, SE., MM., Ph.D
NIDN. 0208048701

Penguji II :



Endah Dewi Purnamasari, SE., MM., CFP
NIDN. 0204128602

Palembang, 17 Februari 2025
Ketua Program Studi Manajemen



Muhammad Kurniawan DP., SE., M.Si
NIDN. 0202067802

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Angel Serra Monia
NPM : 2021510065
Program Studi : Manajemen

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

1. Seluruh data, informasi, interpretasi serta pernyataan dalam pembahasan dan kesimpulan yang disajikan dalam karya ilmiah ini, kecuali yang disebutkan sumbernya adalah merupakan hasil pengamatan, penelitian, pengelolaan, serta pemikiran saya dengan pengarahan dari para pembimbing yang ditetapkan.
2. Karya ilmiah yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik, baik di Universitas Indo Global Mandiri maupun di perguruan tinggi lain.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari ditemukan adanya bukti ketidakbenaran dalam pernyataan tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademis berupa pembatalan gelar yang saya peroleh melalui pengajuan karya ilmiah.

Palembang, 21 Februari 2025



Angel Serra Monia
NPM. 2021510065

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah S.W.T karena berkat rahmat dan hidayahnya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi untuk memenuhi salah satu syarat Ujian Sarjana Manajemen di Universitas Indo Global Mandiri. Judul skripsi yang diangkat oleh penulis ialah “**Pengaruh Stress Kerja dan *Work Life Balance* Terhadap *Turnover Intention* di PT Gamester Legenda Indonesia**”. Salawat serta salam semoga tercurahlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarganya, para sahabatnya, dan kita semua selaku umatnya hingga akhir zaman.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini jauh dari kata sempurna, ketidaksempurnaan tersebut disebabkan oleh kemampuan, pengetahuan serta pengalaman penulis yang masih terbatas. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan bagi kemajuan dimasa yang akan datang. Skripsi ini dapat terselesaikan tentu dari bimbingan serta dorongan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak tersebut, yakni:

1. Bapak Dr.H.Marzuki Alie, S.E ., M.M selaku Rektor Universitas Indo Global Mandiri Palembang.
2. Bapak Budi Setiawan, SE., MM., Ph.D Selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Indo Global Mandiri Palembang.
3. Bapak Mohammad Kurniawan DP, S.E., M.Si Selaku ketua Program Studi Manajemen Universitas Indo Global Mandiri Palembang.
4. Ibu Dr. Hj. Siti Komariah Hildayanti, STP, M.M selaku pembimbing I yang

telah memberi arahan dan bimbingan serta saran yang sangat berarti dalam penyusunan skripsi ini

5. Ibu Shafiera Lazuardi, SE., M.Sc., CFP., AFA selaku pembimbing II yang telah memberi arahan dan bimbingan serta saran yang sangat berarti dalam penyusunan skripsi ini
6. Seluruh Dosen Fakultas Ekonomi Manajemen Universitas Indo Global Mandiri yang telah memberikan ilmu dan bantuannya serta dorongannya dalam penulisan skripsi ini

Palembang, September 2024

Penulis

ABSTRAK

Industri kreatif juga memiliki dinamika kerja yang cepat dan permintaan inovasi yang terus-menerus, yang mengharuskan karyawan untuk selalu kreatif dan produktif, sering kali mengorbankan *work-life balance* di mana batas antara waktu kerja dan waktu pribadi menjadi kabur. Karyawan yang mengalami stres tinggi dan kesulitan menjaga keseimbangan hidup cenderung memiliki *turnover intention* yang lebih tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh stres kerja dan *work-life balance* terhadap *turnover intention* pada karyawan PT Gamester Legenda Indonesia. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan sampel jenuh dengan jumlah responden sebanyak 75 orang, yang terdiri dari karyawan PT Gamester Legenda Indonesia. Pengumpulan data dilakukan dengan metode kuesioner yang berisi pertanyaan terkait stres kerja, *work-life balance*, dan *turnover intention*. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan regresi linear berganda, uji multikolinearitas, uji t, uji F, serta uji korelasi dan determinasi menggunakan software aplikasi SPSS Versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres kerja berpengaruh signifikan terhadap *turnover intention*. Sementara itu, *work-life balance* tidak berpengaruh signifikan terhadap *turnover intention*, yang menunjukkan bahwa keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dapat mengurangi keinginan karyawan untuk berpindah pekerjaan. Secara keseluruhan, kedua faktor tersebut memiliki pengaruh signifikan terhadap *turnover intention* karyawan PT Gamester Legenda Indonesia. Penelitian ini menyarankan PT Gamester Legenda Indonesia untuk meningkatkan kebijakan yang mengurangi stres kerja dan memperhatikan keseimbangan kehidupan kerja karyawan untuk menurunkan tingkat *turnover intention*.

Kata Kunci: Stres Kerja, *Work-Life Balance*, *Turnover Intention*

ABSTRACT

The creative industry also has a fast-paced work dynamic and a constant demand for innovation, requiring employees to always be creative and productive, often at the expense of work-life balance, where the boundaries between work time and personal time become blurred. Employees who experience high levels of stress and struggle to maintain work-life balance tend to have a higher turnover intention. This study aims to analyze the effect of job stress and work-life balance on turnover intention among employees of PT Gamester Legenda Indonesia. The research employs a quantitative method and a saturated sample, with a total of 75 respondents consisting of employees of PT Gamester Legenda Indonesia. Data collection was conducted using a questionnaire containing questions related to job stress, work-life balance, and turnover intention. The collected data were analyzed using multiple linear regression, multicollinearity test, t-test, F-test, as well as correlation and determination tests using SPSS Version 26 software. The results indicate that job stress has a significant effect on turnover intention. Meanwhile, work-life balance does not have a significant effect on turnover intention, suggesting that maintaining a balance between work and personal life can reduce employees' desire to change jobs. Overall, both factors have a significant influence on employees' turnover intention at PT Gamester Legenda Indonesia. This study recommends that PT Gamester Legenda Indonesia enhance policies to reduce job stress and pay more attention to employees' work-life balance to lower turnover intention rates.

Keywords: Work Stress, Work-Life Balance, Turnover Intention

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR REVISI	iv
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	12
1.3 Tujuan Penelitian	12
1.4 Manfaat Penelitian.....	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	14
2.1 <i>Grand Theory</i>	14
2.1.1 Manajemen Sumber Daya Manusia	15
2.1.2 Komponen Manajemen Sumber Daya Manusia	16
2.1.3 Tujuan Manajemen Sumber Daya Manusia	17
2.2 Stress Kerja.....	17
2.2.1 Definisi Stress Kerja	17
2.2.2 Gejala Stress Kerja.....	18
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stress Kerja.....	19
2.2.4 Indikator – Indikator Stress Kerja.....	21
2.3 <i>Work Life Balance (WLB)</i>	22
2.3.1 Definisi <i>Work Life Balance (WLB)</i>	22
2.3.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Work Life Balance</i>	22
2.3.3 Indikator-Indikator <i>Work Life Balance</i>	24
2.4 <i>Turnover Intention</i>	25
2.4.1 Definisi <i>Turnover Intention</i>	25

2.4.2	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Turnover Intention</i>	25
2.4.3	Indikator-Indikator <i>Turnover Intention</i>	28
2.5	Penelitian Terdahulu	28
2.6	Kerangka Pemikiran	33
2.7	Hipotesis	39
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	40
3.1	Ruang Lingkup Penelitian	40
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian	40
3.3	Jenis dan Sumber Data	40
3.4	Teknik Pengumpulan Data.....	41
3.5	Populasi dan Sampel.....	42
3.6	Teknik Analisis	43
3.6.1	Analisis Deskriptif Kuantitatif.....	43
3.6.2	Uji Kualitas Data.....	44
3.6.3	Uji Asumsi Klasik	45
3.6.4	Analisis Regresi Linear Berganda.....	47
3.6.5	Uji Hipotesis.....	47
3.6.6	Uji Koefisien Determinasi (R^2).....	48
3.7	Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel	49
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	52
4.1	Gambaran Umum Perusahaan	52
4.1.1	Sejarah Perusahaan.....	52
4.1.2	Visi dan Misi Perusahaan	53
4.1.3	Struktur Organisasi Perusahaan	54
4.2	Hasil Penelitian.....	61
4.2.1	Karakteristik Responden	61
4.2.2	Pengujian Validitas dan Reliabilitas	69
4.2.3	Analisis Variabel	72
4.2.4	Pengujian Hipotesis.....	78
4.2.5	Analisis Regresi Linear Berganda.....	80
4.2.6	Koefisien Korelasi dan Determinasi	81
4.3	Pembahasan	83
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	92

5.1 Kesimpulan.....	92
5.2 Saran	92
DAFTAR PUSTAKA.....	94
LAMPIRAN.....	98

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu.....	29
Tabel 3. 1 Nilai Intervensi Korelasi	49
Tabel 3. 2 Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel.....	50
Tabel 3. 3 Skala Pengukuran.....	51
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	62
Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	64
Tabel 4. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Posisi Pekerjaan.....	66
Tabel 4. 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Bekerja.....	67
Tabel 4. 5 Hasil Uji Validitas Variabel X1	69
Tabel 4. 6 Hasil Uji Validitas Variabel X2	70
Tabel 4. 7 Hasil Uji Validitas Variabel Y	71
Tabel 4. 8 Hasil Uji Reliabilitas	72
Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas	74
Tabel 4. 10 Hasil Uji Multikolinearitas.....	76
Tabel 4. 11 Hasil Uji Heteroskedastisitas	77
Tabel 4. 12 Hasil Uji Parsial (Uji t).....	78
Tabel 4. 13 Hasil Uji Simultan (Uji F).....	79
Tabel 4. 14 Hasil Uji Analisis Regresi Linear Berganda.....	80
Tabel 4. 15 Hasil Uji Koefisien Korelasi dan Determinasi	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran.....	38
Gambar 4. 1 Struktur Organisasi Perusahaan	55
Gambar 4. 2 Diagram Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	63
Gambar 4. 3 Diagram Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin	65
Gambar 4. 4 Diagram Karakteristik Berdasarkan Posisi Pekerjaan.....	66
Gambar 4. 5 Diagram Karakteristik Berdasarkan Lama Bekerja	68
Gambar 4. 6 Grafik normal P-P plot	73
Gambar 4. 7 Grafik Histogram.....	75
Gambar 4. 8 Grafik Heteroskedastisitas Scatterplot.....	77