

**PENGARUH WORK-LIFE BALANCE, STRES KERJA DAN
DISIPLIN TERHADAP KINERJA PEGAWAI LLDIKTI
WILAYAH II KOTA PALEMBANG**

SKRIPSI

**Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Manajemen (S.M)
Pada Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi
Universitas Indo Global Mandiri**



Disusun Oleh

EKA AGUSTINA

NPM.2022510137

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS INDO GLOBAL MANDIRI
FAKULTAS EKONOMI
TAHUN 2026**

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Pengaruh Work-Life Balance, Stres Kerja dan Disiplin
Terhadap Kinerja Pegawai LLDIKTI Wilayah II Kota
Palembang

Nama : Eka Agustina
NPM : 2022510137
Program Studi : Manajemen
Pembimbing I : Dr. Susi Handayani, S.E., M.Si CHRM
Pembimbing II : Dr. Yeni, S.E., M.Si., CDM
Tanggal Ujian Skripsi : 10 Agustus 2026

Palembang, 14 Agustus 2026

Disetujui Oleh,

Pembimbing I,



Dr. Susi Handayani, S.E., M.Si CHRM
NIDN. 0225107002

Pembimbing II,

 18/8/26

Dr. Yeni, S.E., M.Si., CDM
NIDN. 0204017801

Disahkan Oleh,

Ketua Program Studi Manajemen



Mohammad Kurniawan DP, S.E., M.Si
NIDN. 0202067802

Plt. Dekan Fakultas Ekonomi

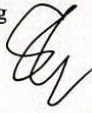


Dr. H. Chandra Satria, S.E., M.Si.
NIDN. 0209068101

LEMBAR REVISI

Nama : Eka Agustina
NPM : 2022510137
Program Studi : Manajemen
Judul Skripsi : Pengaruh Work-Life Balance, Stres Kerja dan Disiplin Terhadap Kinerja Pegawai LLDIKTI Wilayah II Kota Palembang

Ketua Penguji :


Dr. Susi Handayani, S.E., M.Si., CHRM
NIDN. 0225107002

Penguji I :


Dr. Hj. Siti Komariah Hildayanti,
S.TP.,M.M.,CIRR.,CLMA
NIDN 0201077302

Penguji II :


Mohammad Kurniawan DP, S.E., M.Si
NIDN. 0202067802

Palembang, 14 Agustus 2026
Ketua Program Studi Manajemen


Mohammad Kurniawan DP, S.E., M.Si
NIDN. 0202067802

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Skripsi ini di ajukan oleh :

Judul Skripsi : Pengaruh Work-Life Balance, Stres Kerja dan Disiplin Terhadap Kinerja Pegawai LLDIKTI Wilayah II Kota Palembang
Nama : Eka Agustina
NPM : 2022510137
Program Studi : Manajemen

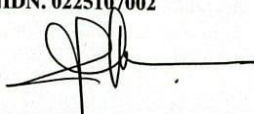
Telah dipertahankan di hadapan Dosen Penguji Ujian Skripsi & Komprehensif dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen (S.M) pada Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Indo Global Mandiri.

Penguji Ujian Skripsi dan Komprehensif,

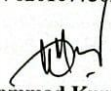
Ketua Penguji :


Dr. Susi Handayani, S.E., M.Si., CHRM
NIDN. 0225107002

Penguji I :

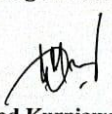

Dr. Hj. Siti Komariah Hildayanti,
S.TP., M.M., CIRR., CLMA
NIDN 0201077302

Penguji II :


Mohammad Kurniawan DP, S.E., M.Si
NIDN. 0202067802

Disahkan Oleh,

Ketua Program Studi Manajemen


Mohammad Kurniawan DP, S.E., M.Si
NIDN. 0202067802

Plt. Dekan Fakultas Ekonomi


Dr. H. Chandra Satria, S.E., M.Si.
NIDN. 0209068101

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Eka Agustina
NPM : 2022510137
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 pengarahannya 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, 14 Agustus 2026



Eka Agustina
NPM. 2022510137

MOTTO

“jika bukan karena Allah yang memampukan, aku mungkin sudah lama menyerah“

(Qs. Al-insyirah:05-06)

“ Bisikanlah, terimakasih pada diri sendiri, hebat dia, terus menjagamu dan sayangimu “

(Tulus - Diri)

“Terimakasih, untuk semua luka kini mendewasakan, untuk semua cinta kau kan di rayakan. Tak beruntung soal cinta dan pertemanan, yang tlah ku lawan kecewa akan kegagalan. Bukankah hidup harus terus begitu?”

(Salma Salsabil)

“Life can be heavy, especially if you try to carry it all at once. Part of growing up and moving into new chapters pf your life is about catch and release”

(Taylor Swift)

SINCERITY, PATIENCE AND SPIRIT!

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas segala rahmat, karunia, serta hidayah-nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Work-Life Balance, Stres Kerja dan Disiplin terhadap Kinerja Pegawai LLDIKTI Wilayah II Kota Palembang”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen (S.M.) pada Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Indo Global Mandiri. Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini terdapat berbagai hambatan dan keterbatasan. Namun, berkat pertolongan Allah SWT serta dukungan, bimbingan, dan doa dari berbagai pihak, skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. H. Marzuki Alie, S.E., M.M., Ph.D. selaku Rektor Universitas Indo Global Mandiri Palembang dan Plt. Dekan Fakultas Ekonomi, atas dukungan yang diberikan kepada seluruh mahasiswa.
2. Mohammad Kurniawan DP, S.E., M.Si. selaku Ketua Program Studi Manajemen sekaligus Penguji II, atas dukungan dan bimbingan yang diberikan selama proses pendidikan.
3. Dr. Susi Handayani, S.E., M.Si.,CHRM selaku Dosen Pembimbing I, y telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Yeni, S.E., M.Si.CDM selaku Dosen Pembimbing II, yang dengan penuh dedikasi telah memberikan bimbingan, arahan, dan dukungan kepada penulis sejak tahap awal hingga penyelesaian skripsi ini.
5. Dr. Hj. Siti Komariah Hildayanti, S.TP., M.M., CIRR., CLMA Selaku Dosen Penguji I, penulis mengucapkan terima kasih atas waktu yang telah diluangkan, serta saran dan kritik yang membangun selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas arahan dan masukan yang sangat berarti sehingga penulis dapat memperbaiki dan menyempurnakan penelitian ini dengan lebih baik.

6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ekonomi Universitas Indo Global Mandiri yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman berharga selama masa perkuliahan
7. Kepala LLDIKTI Wilayah II Kota Palembang beserta seluruh pegawai yang telah memberikan izin, bantuan, dan informasi sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.
8. Bapak Tulus Romadi Cinta pertama dan panutanku yang selalu tampak cuek, namun sesungguhnya adalah orang yang paling khawatir setiap kali anak perempuannya melangkah jauh dari rumah. Terimakasih untuk setiap tetes keringat dalam setiap langkah pengorbanan dan kerja keras yang dilakukan untuk memberikan yang terbaik kepada penulis. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik memberikan motivasi dan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai selesai.
9. Ibu Kartini bidadari surgaku beliau bukan hanya seorang ibu, Terimakasih atas kasih sayang tanpa batas yang tak pernah lekang oleh waktu, serta atas kesabaran dan pengorbanan yang senantiasa mengiringi setiap langkah perjalanan hidup penulis. Beliau adalah guru kehidupan yang luar biasa dengan ketulusan dan keikhlasan telah mendidik penulis menjadi pribadi yang kuat, berbakti, dan penuh rasa syukur.
10. Adik terkasih, Desta Dwi Aditiya. Terimakasih telah menjadi sumber kebahagiaan dan semangat dalam setiap langkah penulis. Hiduplah lebih baik dari kakakmu. Teruslah berjuang dan jadilah pribadi yang selalu membawa kebanggaan bagi keluarga.
11. Seluruh keluarga tercinta yang selalu memberikan doa dan menyayangi penulis dengan tulus.
12. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, M. Rizki Fabian sebagai *support system* yang telah membersamai penulis dari bangku smp hingga saat ini. Terimakasih telah menjadi bagian dalam proses perjalanan hidup penulis menyusun skripsi. Berkontribusi baik tenaga, waktu, menemani, mendukung serta menghibur penulis dalam kesedihan, mendengarkan keluh kesah dan

meyakinkan penulis untuk pantang menyerah hingga penyusunan skripsi ini terselesaikan..

13. Audi Alfinaumi, Jhuana Paula ML, yang telah memilih bersama, berjuang, dan saling mendukung satu sama lain. Terimakasih telah mengukir cerita bersama hingga sampai di garis *finish*.
14. Nauhal Nazri, S.Pd., M.Si, Yolanda Gracia, Helda Mirani. Terimakasih atas semangat, tawa, dan dukungannya, kehadiran kalian sangat berarti. Kehadiran kalian menjadi salah satu hal yang membuat perjalanan ini terasa lebih ringan dan menyenangkan. Semoga kebersamaan dan persahabatan ini selalu terjaga.
15. Terimakasih untuk semua teman teman seperjuangan Manajemen
16. *Last but not least*, anak perempuan pertama dan harapan orang tuanya, Eka Agustina, Ya, diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya untuk diri sendiri yang telah diam-diam berjuang tanpa henti. Skripsi ini penulis persembahkan sebagai hadiah terindah untuk diri sendiri, sebuah kado atas segala perjuangan yang berhasil diselesaikan sebelum menginjak usia 22 tahun, tepat pada 9 Agustus 2026.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang konstruktif sangat diharapkan guna penyempurnaan skripsi ini di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Palembang, 28 Juli 2026

Eka Agustina

Npm. 2022510137

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana pengaruh *Work-Life Balance*, Stres Kerja, dan Disiplin Kerja terhadap Kinerja Pegawai LLDIKTI Wilayah II di Kota Palembang. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya kinerja pegawai dalam mendukung tercapainya tujuan organisasi. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan sampel sebanyak 76 responden yang dipilih dari pegawai LLDIKTI Wilayah II Kota Palembang. Data yang digunakan dalam penelitian ini diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada responden. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier berganda dengan bantuan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 26. Pengujian data meliputi uji validitas, uji reliabilitas, serta uji asumsi klasik yang terdiri dari uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas. Selanjutnya dilakukan analisis regresi linier berganda, uji t, uji F, dan uji koefisien determinasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara parsial *Work-Life Balance* tidak berpengaruh signifikan terhadap Kinerja Pegawai, dengan nilai signifikansi $0,432 > 0,05$. Stres Kerja juga tidak berpengaruh signifikan terhadap Kinerja Pegawai, dengan nilai signifikansi $0,231 > 0,05$. Sementara itu, Disiplin Kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap Kinerja Pegawai, dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan nilai t hitung sebesar 5,604. Secara simultan, *Work-Life Balance*, Stres Kerja, dan Disiplin Kerja berpengaruh signifikan terhadap Kinerja Pegawai, dengan nilai F hitung sebesar 26,248 dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,522 menunjukkan bahwa ketiga variabel independen mampu menjelaskan variasi Kinerja Pegawai sebesar 52,2%, sedangkan sisanya sebesar 47,8% dijelaskan oleh faktor lain di luar penelitian.

Kata kunci: *Work-Life Balance*, Stres Kerja, Disiplin Kerja, Kinerja Pegawai.

ABSTRACT

This study aims to analyze the effect of Work-Life Balance, Work Stress, and Work Discipline on Employee Performance at LLDIKTI Region II in Palembang City. This research is motivated by the importance of employee performance in supporting the achievement of organizational goals. The research method used is a quantitative approach with a sample of 76 respondents selected from employees of LLDIKTI Region II in Palembang City. The data used in this study were obtained through questionnaires distributed to the respondents. The data analysis technique used was multiple linear regression analysis with the assistance of the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) version 26. Data testing included validity and reliability tests, as well as classical assumption tests consisting of normality, multicollinearity, and heteroscedasticity tests. Furthermore, multiple linear regression analysis, t-test, F-test, and coefficient of determination test were conducted. The results showed that, partially, Work-Life Balance had no significant effect on Employee Performance, with a significance value of $0.432 > 0.05$. Work Stress also had no significant effect on Employee Performance, with a significance value of $0.231 > 0.05$. Meanwhile, Work Discipline had a positive and significant effect on Employee Performance, with a significance value of $0.000 < 0.05$ and a t-count value of 5.604. Simultaneously, Work-Life Balance, Work Stress, and Work Discipline had a significant effect on Employee Performance, with an F-count value of 26.248 and a significance value of $0.000 < 0.05$. The coefficient of determination (R^2) of 0.522 indicates that the three independent variables were able to explain 52.2% of the variation in Employee Performance, while the remaining 47.8% was explained by other factors outside the scope of this study.

Keywords: Work-Life Balance, Work Stress, Work Discipline, Employee Performance.

Daftar Isi

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	I
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
LEMBAR REVISI	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRACT	x
<i>ABSTRACT</i>.....	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB 1 Pendahuluan.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	10
1.4.1 Manfaat Teoritis	11
1.4.2 Manfaat Praktis	12
1.4.2.1 Bagi Penulis	18
1.4.2.2 Bagi Perusahaan.....	18
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	19
2.1 Grand Theory.....	19
2.1.1 Teori Perilaku Organisasi(Organization Behavior).....	19
2.2 Middle Theory	20
2.2.1 Jod Demands-Resources Theory.....	20

2.3 Konsep Kinerja Pegawai	21
2.4 Work-Life Balance	22
2.4.1 Pengertian Work-Life Balance.....	22
2.4.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Work-Life Balance	24
2.4.3 Manfaat Work-Life Balance	25
2.4.4 Indikator Work-Life Balance	26
2.5 Stres Kerja	27
2.5.1 Pengertian Stres Kerja	27
2.5.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres kerja	29
2.5.3 Manfaat Pengelolaan Stres Kerja.....	30
2.5.4 Indikator Stres Kerja	31
2.6 Disiplin	32
2.6.1 Pengertian Disiplin.....	32
2.6.2 Faktor-Faktor yang mempengaruhi Disiplin	33
2.6.3 Manfaat Disiplin	35
2.6.4 Indikator-Indikator Disiplin.....	36
2.7 Kinerja Karyawan	38
2.7.1 Pengertian Kinerja karyawan.....	38
2.7.2 Faktor-Faktor yang mempengaruhi Kinerja Pegawai	40
2.7.3 Manfaat Kinerja Pegawai	41
2.7.4 Indikator Kinerja Pegawai	42
2.8 Penelitian Terdahulu.....	44
2.9 Kerangka Pemikiran.....	47
2.10 Hipotesis	50
2.11 Work-Life Balance Terhadap Kinerja Pegawai.....	50
2.12 Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan.....	52
2.13 Disiplin Terhadap Kinerja Karyawan.....	53
2.14 Work-life Balance,Stres Kerja dan disiplin Terhadap kinerja	54

BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN	56
3.1 Ruang Lingkup Penelitian	56
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	56
3.3 Jenis dan Sumber Data	56
3.3.1 Jenis Data.....	56
3.3.2 Sumber Data	57
3.4 Populasi dan Sampel	57
3.4.1 Populasi	57
3.4.2 Sampel.....	59
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	60
3.5.1 Kuesioner	60
3.5.2 Wawancara.....	61
3.5.3 Observasi	61
3.5.4 Studi Pustaka.....	62
3.6 Teknik Analisis Data	62
3.6.1 Analisis Statistik Deskriptif	63
3.6.2 Uji Kualitas Data.....	63
3.6.2.1 Uji Validitas	63
3.6.2.2 Uji Reliabilitas	64
3.6.3 Uji Asumsi Klasik	64
3.6.3.1 Uji Normalitas.....	64
3.6.3.2 Uji Multikolinearitas	65
3.6.3.3 Uji Heteroskedastisitas	65
3.6.5 Uji Hipotesis	66
3.6.5.1 Uji Parsial (Uji t).....	66
3.6.5.2 Uji Simultan (Uji f)	67
3.6.6 .Uji Koefisien Korelasi (R) Dan Determinasi (R^2)	67
3.6.6.1 Uji Koefisien Korelasi (R).....	67

3.6.6.2 Uji Koefisien Determinasi(R^2).....	68
3.7 Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel	68
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	71
4.1 Gambaran Umum Penelitian	73
4.2 Hasil Pembahasan	74
4.2.1 Karakteristik Responden	74
4.2.2 Pengujian Validitas dan Reliabilitas	78
4.2.2.1 Uji Validitas	79
4.2.2.2 Uji Reliabilitas	82
4.2.3 Hasil Uji Asumsi Klasik	84
4.2.3.1 Uji Normalitas	84
4.2.3.2 Uji <i>Multikolinearitas</i>	88
4.2.3.3 Uji <i>Heteroskedastisitas</i>	90
4.2.4 Analisis Linear Berganda	92
4.2.5 Hasil Uji Hipotesis	94
4.2.5.1 Uji t (parsial)	94
4.1.6.2 Hasil Uji F (Simultan)	98
4.2.6 Uji Koefisien Determinasi (R^2)	100
4.3 Pembahasan	102
4.3.1 Work-Life balance terhadap kinerja pegawai	102
4.3.2 Stres Kerja terhadap Kinerja Pegawai	104
4.3.3 Disiplin terhadap Kinerja Pegawai	105
4.3.4 Work-Life Balance, Stres Kerja, dan Disiplin Kerja terhadap Kinerja Pegawai	105

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	107
5.1Kesimpulan	108
5.2 Saran	108
DAFTAR PUSTAKA	109
Lampiran	115

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Penelitian Terdahulu	44
Tabel 2. 1 Data Pegawai LLDIKTI Wilayah II Tahun 2026	59
Tabel 3. 1 Definisi Operasional Variabel	69
Tabel 3.2 Skala Likert	70
Tabel 4.1 LLDIKTI Di INDONESIA	72
Tabel 4. 2 Uji Validitas.....	86
Tabel 4. 3 Uji Reliabilitas.....	87
Tabel 4. 4 Uji Normalitas	90
Tabel 4. 5 Uji Multikolinearitas.....	92
Tabel 4. 6 Analisis Linier Berganda.....	95
Tabel 4. 7 Uji t (parsial)	98
Tabel 4. 8 Uji F (simultan)	100
Tabel 4. 9 Uji Koefisien Determinasi (R^2).....	102

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Wawancara Pegawai LLDIKTI Wilayah II	17
Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran	22
Gambar 3.1 Struktur Organisasi LLDIKTI Wilayah II.....	78
Gambar 4.1 Hasil Uji Normalitas Normal Histogram	80
Gambar 4.2 Hasil Uji Normalitas Normal PP Plot	81
Gambar 4.3 Hasil Uji Heteroskedastisitas Metode Scatterplot	86

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kartu Bimbingan	121
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	123
Lampiran 3. Surat Izin Balasan Penelitian	124
Lampiran 4. Kuesioner Penelitian	125
Lampiran 5. Tabulasi Data	133
Lampiran 6. Hasil Analisis Data Uji Validitas	135
Lampiran 7. Hasil Uji Reliabilitas	147
Lampiran 8. Uji Normalitas Residual	148
Lampiran 9. Hasil Uji Heteroskedastitas	149
Lampiran 10. Hasil Uji Multikolinearitas	149
Lampiran 11. Hasil Uji Analisis Regresi Linear Berganda	150
Lampiran 12. Hasil Uji Persial (Uji t)	151
Lampiran 13. Hasil Uji Simultan (Uji F)	151
Lampiran 14. Hasil Uji Koefisien Korelasi (R)	151
Lampiran 15. Hasil Uji Koefisien Determinasi (R²)	151
Lampiran 16. Data Pegawai LLDIKTI Wilayah II Kota Palembang	152
Lampiran 17. Dokumentasi	156