

SKRIPSI

PENGARUH *WORK LIFE BALANCE*, STRES KERJA, DAN

MOTIVASI KERJA TERHADAP KINERJA KARYAWAN

DI PT SILVERINDO GLOBAL KARYA



Diajukan Oleh:

BRIAN HARI PRASETYA

NIM: 2023020055

PROGRAM STUDI MANAJEMEN

FAKULTAS EKONOMI

UNIVERSITAS GRESIK

GRESIK

2026

SKRIPSI

**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE*, STRES KERJA, DAN
MOTIVASI KERJA TERHADAP KINERJA KARYAWAN
DI PT SILVERINDO GLOBAL KARYA**

Untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen (S.M.)

Pada Program Studi Manajemen

Fakultas Ekonomi

Universitas Gresik



Diajukan oleh:

BRIAN HARI PRASETYA

NIM: 2023020055

PROGRAM STUDI MANAJEMEN

FAKULTAS EKONOMI

UNIVERSITAS GRESIK

GRESIK

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE*, STRES KERJA, DAN MOTIVASI KERJA
TERHADAP KINERJA KARYAWAN DI PT SILVERINDO GLOBAL KARYA**

SKRIPSI

Diajukan oleh:

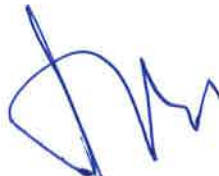
BRIAN HARI PRASETYA

NIM: 2023020055

Skripsi telah disetujui untuk diujikan Pada tanggal:

Oleh:

Pembimbing I



Dr. Suharto, MM.

NIDN/NUPTK : 1254736637130043

Pembimbing II



Rachmad Ilham, S.Ant, M.PSDM., HC.

NIDN/NUPTK : 2055770671130303

Ketua Program Studi Manajemen



Umar Burhan, S.E., M.M.

NIDN/NUPTK : 6850758659130132

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : **PENGARUH *WORK LIFE BALANCE*, STRES KERJA,
DAN MOTIVASI KERJA TERHADAP KINERJA
KARYAWAN DI PT SILVERINDO GLOBAL KARYA**

Nama Mahasiswa : Brian Hari Prasetya

NIM : 2023020055

Telah dipertahankan / diuji dihadapan Tim Penguji

Pada Tanggal : 17 Juni 2026

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN FAKULTAS
EKONOMI UNIVERSITAS GRESIK
TAHUN 2026 TIM PENGUJI:**

1. Umar Burhan, S.E., M.M.
NIDN/NUPTK : 6850758659130132
(Ketua Penguji)

1. 

2. Dr. Fransiska Dyah Ayu Puspitasari, Sps., MM
NIDN/NUPTK : 0639760661230272
(Anggota Penguji I)

2. 

3. Dr. Suharto, M.M.
NIDN/NUPTK: 1254736637130043
(Anggota Penguji II)

3. 

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ekonomi,



Rachmad Hham, S.Ant., M.PSDM., HC.
NIDN/NUPTK : 2055770671130303

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Brian Hari Prasetya
Tempat/tanggal lahir : Gresik, 05 Oktober
2002 NIM : 2023020055
Fakultas : Ekonomi
Program Studi : Manajemen

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul : “Pengaruh *Work Life Balance*, Stres Kerja, Dan Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Di PT Silverindo Global Karya”.

Adalah hasil karya saya sendiri dan bukan “**duplikasi**” dari karya orang lain. Sepengetahuan saya didalam naskah skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata di dalam naskah skripsi ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur plagiasi, saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh **DIBATALKAN**, serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa paksaan dan tekanan dari pihak manapun.

Gresik, 14 Juli 2026

Yang menyatakan,



(Brian Hari Prasetya)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Work Life Balance, Stres Kerja, dan Motivasi Kerja terhadap Kinerja Karyawan di PT Silverindo Global Karya”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen (S.M.) pada Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Gresik.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis memperoleh banyak bantuan, bimbingan, dukungan, dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kedua orang tua tercinta serta keluarga yang selalu memberikan doa, kasih sayang, dukungan moral maupun material, serta motivasi yang tiada henti kepada penulis.
2. Bapak Dr. H. Suyanto, S.H., M.H., M.Kn., M.AP., M.Pd., selaku Rektor Universitas Gresik yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Universitas Gresik.
3. Bapak Rachmad Ilham, S.Ant., M.PSDM., HC., selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Gresik yang telah memberikan dukungan selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi.
4. Bapak Umar Burhan, S.E., M.M., selaku Ketua Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Gresik yang telah memberikan arahan dan motivasi selama penulis menempuh pendidikan.

5. Bapak Dr. Suharto, M.M., selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan bimbingan, arahan, serta masukan selama proses penyusunan skripsi.
6. Seluruh dosen Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Gresik yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, dan wawasan selama masa perkuliahan.
7. Staf Tata Usaha Fakultas Ekonomi Universitas Gresik yang telah membantu dalam berbagai urusan administrasi selama masa studi.
8. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Gresik yang telah memberikan semangat, bantuan, dan kebersamaan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi.
9. Pimpinan dan seluruh karyawan PT Silverindo Global Karya yang telah memberikan izin, bantuan, serta dukungan kepada penulis dalam pelaksanaan penelitian.
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis, pembaca, serta pihak-pihak yang berkepentingan.

Gresik, 17 Juni 2026
Brian Hari Prasetya
NIM 2023020055

Pengaruh *Work Life Balance*, Stres Kerja, Dan Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Di PT Silverindo Global Karya

Brian Hari Prasetya
Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Gresik

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *Work Life Balance*, Stres Kerja, dan Motivasi Kerja terhadap Kinerja Karyawan di PT Silverindo Global Karya. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan sampel sebanyak 67 karyawan. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan regresi linier berganda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Work Life Balance* berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan, Stres Kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kinerja karyawan, serta Motivasi Kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan. Secara simultan, *Work Life Balance*, Stres Kerja, dan Motivasi Kerja berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,532 menunjukkan bahwa 53,2% variasi kinerja karyawan dapat dijelaskan oleh ketiga variabel tersebut, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian, perusahaan perlu meningkatkan keseimbangan kehidupan kerja, mengelola stres kerja, dan memperkuat motivasi kerja untuk meningkatkan kinerja karyawan.

Kata Kunci: Keseimbangan Kehidupan Kerja, Stres Kerja, Motivasi Kerja, Kinerja Karyawan.

The Influence of Work Life Balance, Job Stress, and Work Motivation on Employee Performance at PT Silverindo Global Karya.

Brian Hari Prasetya

Management Study Program, Faculty of Economics, University of Gresik

ABSTRACT

This study aims to analyze the influence of Work Life Balance, Job Stress, and Work Motivation on Employee Performance at PT Silverindo Global Karya. The research employed a quantitative approach with a sample of 67 employees. Data were collected through questionnaires and analyzed using multiple linear regression.

The results indicate that Work Life Balance has a positive and significant effect on employee performance, Job Stress has a negative and significant effect on employee performance, and Work Motivation has a positive and significant effect on employee performance. Simultaneously, Work Life Balance, Job Stress, and Work Motivation significantly affect employee performance. The coefficient of determination (R^2) value of 0.532 indicates that 53.2% of the variation in employee performance can be explained by these three variables, while the remaining 46.8% is influenced by other factors outside the scope of this study.

Based on the findings, the company should enhance employees' work-life balance, manage job stress effectively, and strengthen work motivation in order to improve employee performance.

Keywords: *Work Life Balance, Job Stress, Work Motivation, Employee Performance.*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	15
1.3 Batasan Penelitian	16
1.4 Tujuan Penelitian.....	16
1.5 Manfaat Penelitian.....	17
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	19
2.1 Landasan Teori	19
2.1.1 Kinerja	19
2.1.2 <i>Work Life Balance</i>	23
2.1.3 Stres Kerja.....	26
2.1.4 Motivasi Kerja	28

2.2 Penelitian Terdahulu.....	32
2.3 Kerangka Konseptual	37
2.4 Hipotesis Penelitian.....	40
BAB III METODE PENELITIAN	41
3.1 Jenis Penelitian	41
3.2 Definisi Operasional Variabel	41
3.3 Indikator Variabel Penelitian.....	42
3.4 Populasi Dan Sampel.....	46
3.4.1 Populasi.....	46
3.4.2 Sampel Penelitian	46
3.5 Data Penelitian	48
3.6 Teknik Pengumpulan Data	48
3.6.1 Kuesioner	48
3.7 Metode Analisis Data	50
3.7.1 Uji Instumen	50
3.7.2 Uji Asumsi Klasik.....	52
3.7.3 Analisis Regresi Linear Berganda	55
3.7.4 Koefisien Determinasi (R^2).....	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	60
4.1 Gambaran Umum Penelitian	60

4.2 Waktu Penelitian	62
4.3 Hasil Pengumpulan data	63
4.4 Karakteristik Responden	64
4.4.1 Deskripsi Responden Menurut Jenis Kelamin.....	64
4.4.2 Deskripsi Responden Berdasarkan Usia	65
4.4.3 Deskripsi Responden Berdasarkan Divisi.....	67
4.4.4 Deskripsi Responden Berdasarkan Lama Bekerja.....	68
4.4.5 Statistik Deskriptif	69
4.4.6 Analisis Interval	71
4.4.7 Analisis Deskriptif Variabel <i>Work Life Balance</i>	75
4.4.8 Analisis Deskriptif Variabel <i>Stres Kerja</i>	77
4.4.9 Analisis Deskriptif Variabel Motivasi Kerja	79
4.4.10 Analisis Deskriptif Variabel Kinerja	81
4.5 Uji Instrumen.....	84
4.6 Uji Asumsi Klasik	86
4.7 Analisis Regresi Linier Berganda.....	93
4.8 Uji Hipotesis.....	96
4.9 Uji Koefisien Determinasi	100
4.10 Pembahasan Dan Hasil Penelitian.....	101
4.10.1. Hasil Pengujian Hipotesis 1: Pengaruh <i>Work Life Balance</i> terhadap	

Kinerja Karyawan	101
4.10.2. Hasil Pengujian Hipotesis 2: Pengaruh Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan	102
4.10.3. Hasil Pengujian Hipotesis 3: Pengaruh Motivasi Kerja terhadap Kinerja Karyawan	103
4.10.4. Hasil Pengujian Hipotesis 4: Pengaruh <i>Work Life Balance</i> , Stres Kerja, dan Motivasi Kerja terhadap Kinerja Karyawan secara Simultan	104
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	105
5.1 Kesimpulan.....	105
5.2. Implikasi Penelitian	106
5.2.1 Teoritis	106
5.2.2 Praktis	107
5.3. Keterbatasan Penelitian	108
5.4. Saran	109
DAFTAR PUSTAKA	111
LAMPIRAN.....	115

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	39
--------------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Data Keterlambatan Proyek PT Silverindo Global Karya Tahun 2025 .	8
Tabel 2. 1 Ringkasan Penelitian Terdahulu	32
Tabel 3. 1 Tabel Skala <i>Likert</i>	49
Tabel 4. 1 Tingkat Usia Responden	65
Tabel 4. 2 Divisi Responden	67
Tabel 4. 3 Lama Bekerja Responden	68
Tabel 4. 4 Statistik Deskriptif	70
Tabel 4. 5 Dasar Interpretasi Skor Rata-rata.....	72
Tabel 4. 6 Data Interval Variabel Penelitian.....	73
Tabel 4. 7 Deskripsi Jawaban Responden Variabel <i>Work Life Balance</i> (X1)	75
Tabel 4. 8 Deskripsi Jawaban Responden Variabel Stres Kerja (X2)	77
Tabel 4. 9 Deskripsi Jawaban Responden Variabel Motivasi Kerja (X3)	79
Tabel 4. 10 Deskripsi Jawaban Responden Variabel Kinerja (Y)	81
Tabel 4. 11 Hasil Uji Validitas.....	84
Tabel 4. 12 Hasil Uji Reliabilitas.....	85
Tabel 4. 13 Hasil Uji Normalitas	87
Tabel 4. 14 Hasil Uji Multikolinearitas.....	88
Tabel 4. 15 Hasil Uji Heteroskedastisitas	89
Tabel 4. 16 Uji autokorelasi	90
Tabel 4. 17 Uji Linearitas Variabel <i>Work Life Balance</i> Terhadap Kinerja.....	91
Tabel 4. 18 Uji Linearitas Variabel Stres Kerja Terhadap Kinerja.....	92
Tabel 4. 19 Uji Linearitas Variabel Motivasi Kerja Terhadap Kinerja.....	92

Tabel 4. 20 Analisis Regresi Linier Berganda	94
Tabel 4. 21 Hasil Uji t Parsial	96
Tabel 4. 22 Hasil Uji F Simultan	99
Tabel 4. 23 Hasil Uji Koefisien determinasi (R^2)	100