

**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN *JOB STRESS* TERHADAP  
KINERJA KARYAWAN DENGAN *WORK HAPPINESS* SEBAGAI  
VARIABEL INTERVENING**

**(Studi pada PT Formcase Industries Tangerang, Banten)**

***THE EFFECT OF THE WORK-LIFE BALANCE AND JOB STRESS ON  
EMPLOYEE PERFORMANCE TROUGH WORK HAPPINESS AS AN  
INTERVENING VARIABLE***

***(Study at PT Formcase Industries Tangerang, Banten)***



Oleh

**Diah Yunita Prahesti**

**20180410440**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2021**

**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN *JOB STRESS* TERHADAP  
KINERJA KARYAWAN DENGAN *WORK HAPPINESS* SEBAGAI  
VARIABEL INTERVENING**

**(Studi pada PT Formcase Industries Tangerang, Banten)**

***THE EFFECT OF THE WORK-LIFE BALANCE AND JOB STRESS ON  
EMPLOYEE PERFORMANCE TROUGH WORK HAPPINESS AS AN  
INTERVENING VARIABLE***

***(Study at PT Formcase Industries Tangerang, Banten)***

**SKRIPSI**

Diajukan Guna Memenuhi Persyaratan untuk Memperoleh Gelar Sarjana pada  
Fakultas Ekonomi Program Studi Manajemen Universitas Muhammadiyah  
Yogyakarta

**Dosen Pembimbing: Isthofaina Astuty, S.E., M.Si**



Oleh

**Diah Yunita Prahesti**

**20180410440**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN  
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2021**

## PERNYATAAN


Dengan ini saya,

Nama : Diah Yunita Prahesti

Nomor Mahasiswa : 20180410440

Menyatakan bahwa skripsi ini dengan judul: "**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN *JOB STRESS* TERHADAP KINERJA KARYAWAN DENGAN *WORK HAPPINESS* SEBAGAI VARIABEL INTERVENING (Studi pada PT Formcase Industries Tangerang, Banten)**" tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam Daftar Pustaka. Apabila ternyata dalam skripsi ini diketahui terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain maka saya bersedia karya tersebut dibatalkan.

Yogyakarta, 12 Januari 2022

  
METERAI  
TEMPEL  
3DAJX595427089

Diah Yunita Prahesti

## **Persembahan**

Alhamdulillah, dengan segala puji bagi Allah SWT yang terus melimpahkan nikmat serta karunia-Nya dan atas dukungan juga doa orang-orang terdekat, skripsi ini dapat selesai dengan baik dan lancar. Oleh karena itu, dengan penuh rasa syukur dan bahagia, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Allah S.W.T. Tuhan semesta alam, sumber pertolongan bagi saya dari setiap kesulitan dan keputusasaan yang menghampiri, sumber kenikmatan yang berlimpah yang karena-Nya saya mampu menyelesaikan skripsi ini dengan penuh rasa nikmat, dan sumber mukjizat dari setiap ketidak-mungkinan yang tidak pernah terbayang oleh saya akan terjadi tetapi nyata terjadi.
2. Orang tua saya, Papa dan Mama tercinta, sebagai sumber kekuatan dan sandaran untuk berkeluh kesah bagi saya yang tidak pernah bosan untuk terus memotivasi, mendukung, dan mendoakan saya setiap saat dengan sepuh hati.
3. Papa dan Mama tercinta, yang telah mencurahkan segalanya demi saya baik finansial, tetes keringat, dan panjatan doa juga harapan yang tidak terhitung berapa banyak jumlahnya. Semoga Papa dan Mama bangga.
4. Kakak saya, Mas Chandra tercinta, yang selalu menenangkan dan membantu saya mendewasakan diri dalam bersikap dan menjadi salah satu saksi ketika keadaan diri saya berada pada titik terendah. Terima kasih *support* dan perhatiannya ke adikmu satu-satunya ini.
5. Kakak ipar saya, Mba Farrah, terima kasih juga doa, dukungan, dan semangat yang diberikan. Sekaligus untuk ponakan saya yang lucu, Gandhes, terima kasih sudah menjadi obat dalam menemani hari-hari ontymu ini ketika di rumah.
6. Diri saya sendiri, yang telah mampu menghadapi segala hal sulit baik mental maupun fisik, yang terus percaya pada pertolongan Allah, yang terus percaya pada kemampuan diri, dan yang telah mampu melewati titik terendah keadaan diri ini, terima kasih.

7. Ibu Isthofaina Astuty, S.E., M.Si, selaku dosen sekaligus ibu bagi saya di kehidupan kampus selama kurang lebih 4 semester, terima kasih atas bimbingan dan segala hal yang tercurah secara tulus kepada saya.
8. Sahabat saya, Mba Ayu, terima kasih telah menjadi sahabat sekaligus kakak yang tulus bagi saya dan tidak pernah pamrih atas waktu dan pengorbanan lain demi membantu saya.
9. Sahabat saya, Jacob Aly, terima kasih atas pengertian dan rasa percaya yang sangat berarti bagi saya serta tidak pernah bosannya untuk mendengar kisah, keluh, dan tangisan saya.
10. *Last minute support system*: Cfam tercinta, Uci, Ica, Lela, Cindy, terima kasih untuk semua tawa, masukan, saran, pengaruh positif, dan dukungannya dari SMP sampai sekarang. Terima kasih sudah hadir menjadi sahabat saya.
11. Teman seperjuangan di Jogja: Mba Ayu, Erlin, Fia, Dhea, Azizah, terima kasih sudah menemani dan ikut menjadi saksi cerita perjuangan di Jogja.
12. EXO dan Treasure, yang telah setia menemani saya saat jenuh maupun sedih, terima kasih atas tawa dan hiburan yang sangat berarti dan menolong saya, juga lagu-lagu yang dapat membuat saya termotivasi dan mampu bangkit setelah jatuh.
13. Platform Youtube, tempat pelarian saya di setiap keadaan maupun kondisi, dari konten musik, *news*, mukbang, sampai konten random lainnya yang tidak pernah bosan saya nikmati, juga teman saya sebelum tidur, terima kasih.
14. Kerabat dan teman-teman saya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, yang telah mendukung dan mendoakan saya baik secara langsung maupun dalam diam.

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah Yang Maha Kuasa atas segala limpahan Rahmat, Inayah, dan Hinayah-Nya sehingga penyusunan Skripsi ini yang berjudul **“PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN *JOB STRESS* TERHADAP KINERJA KARYAWAN DENGAN *WORK HAPPINESS* SEBAGAI VARIABEL INTERVENING”** dapat peneliti selesaikan dengan baik.

Penyusunan skripsi ini ditujukan sebagai salah satu syarat yang harus dipenuhi untuk mencapai gelar sarjana pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis jurusan Manajemen Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu dengan kerendahan hati peneliti memohon maaf atas segala kekurangan.

Penyusunan skripsi ini tidak akan berhasil tanpa adanya bantuan dan dukungan dari pihak lain. Maka dari itu, pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang tak terhitung kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung dalam proses penyusunan skripsi hingga skripsi ini selesai. Oleh karena itu, melalui kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Keluarga saya (Papa, Mama, Mas Chandra, Mba Farrah, dan Gandhes) sebagai sumber kekuatan yang selalu memberikan semangat, doa, dan dukungan sepenuh hati sehingga saya mampu bertahan dan menjalankan dunia perkuliahan dengan sangat baik.
2. Bapak Dr. Ir. Gunawan Budiyanto, M.P., IPM., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Prof. Rizal Yaya, S.E., M.Sc., Ph.D., Ak., CA., CRP, selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
4. Ibu Retno Widowati PA., M.Si, Ph.D, selaku Kepala Program Studi Manajemen FEB UMY.

5. Ibu Isthofaina Astuty, S.E., M.Si, selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah menyediakan waktu untuk membimbing saya dengan sabar dan terus mendukung, memotivasi, serta mendoakan saya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
6. PT Formcase Industries yang telah mengizinkan saya untuk menjadikan perusahaan ini sebagai objek dalam penelitian untuk memenuhi penyusunan skripsi ini.
7. Karyawan PT Formcase Industries yang telah bersedia meluangkan waktunya sebagai responden dalam menunjang berjalannya penelitian pada skripsi ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, yang selalu mendukung dan mendoakan saya untuk kelancaran penyusunan skripsi ini, tidak terhingga rasa terima kasih yang saya sampaikan kepada sekalian semua.

Yogyakarta, 07 Januari 2022

Penulis,



Diah Yunita Prahesti

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iv
MOTTO .....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
INTISARI.....	viii
<i>ABSTRACT</i> .....	ix
KATA PENGANTAR .....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR .....	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	11
C. Tujuan Penelitian.....	15
D. Manfaat Penelitian.....	16
BAB II .....	18
TINJAUAN PUSTAKA.....	18
A. Landasan Teori.....	18
1. <i>Work-Life Balance</i> .....	18
2. <i>Job Stress</i> .....	24
3. <i>Work Happiness</i> .....	30
4. Kinerja Karyawan.....	34
B. Kerangka Berpikir .....	41
1. Hubungan <i>Work-Life Balance</i> dan <i>Work Happiness</i> .....	41
2. Hubungan <i>Work Happiness</i> dan Kinerja Karyawan.....	42
3. Hubungan <i>Work-Life Balance</i> dan Kinerja Karyawan .....	43
4. Hubungan <i>Job Stress</i> dan <i>Work Happiness</i> .....	44



5.	Hubungan Job Stress dan Kinerja Karyawan .....	45
6.	Hubungan Work-Life Balance Terhadap Kinerja Karyawan Melalui Work Happiness .....	46
7.	Hubungan Job Stress Terhadap Kinerja Karyawan Melalui Work Happiness 47	
C.	Model Penelitian .....	48
<b>BAB III .....</b>		<b>50</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>		<b>50</b>
A.	Pendekatan Penelitian.....	50
B.	Obyek Dan Subyek Penelitian .....	50
C.	Data dan Teknik Pengumpulan Data .....	51
D.	Populasi dan Teknik Sampling .....	51
E.	Variabel Operasional .....	52
F.	Uji Kualitas Instrumen .....	53
1.	Uji Validitas.....	53
2.	Uji Reliabilitas .....	53
G.	Teknik Analisis Data .....	54
1.	Analisis Regresi Berganda .....	54
2.	Path Analysis .....	58
3.	Sobel Test .....	60
<b>BAB IV .....</b>		<b>62</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>62</b>
A.	Gambaran Umum Objek/Subjek Penelitian .....	62
1.	Sejarah Perusahaan .....	62
2.	Misi dan Value PT Formcase Industries .....	63
3.	Lokasi PT Formcase Industries .....	63
4.	Hasil Pengumpulan Data .....	64
5.	Deskripsi Responden .....	65
B.	Uji Kualitas Instrumen dan Data .....	69
1.	Uji Validitas.....	69
2.	Uji Reliabilitas .....	72
C.	<b>STATISTIK DESKRIPTIF VARIABEL .....</b>	<b>73</b>

1. Variabel Work-Life Balance .....	74
2. Variabel Job Stress .....	75
3. Variabel Work Happiness .....	76
4. Variabel Kinerja Karyawan .....	77
D. ANALISIS DATA.....	78
E. Hasil Uji <i>Path Analysis</i> .....	90
F. Hasil Uji Sobel .....	92
G. Pembahasan.....	94
BAB V .....	101
SIMPULAN, KETERBATASAN PENELITIAN, DAN SARAN .....	101
A. KESIMPULAN .....	101
B. KETERBATASAN PENELITIAN .....	101
C. SARAN .....	102
DAFTAR PUSTAKA .....	104
LAMPIRAN.....	109

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1: Variabel Operasional.....	52
Tabel 3. 2: Skala Likert.....	53
Tabel 4. 1: Hasil Pengumpulan Data.....	64
Tabel 4. 2: Karakteristik Responden.....	68
Tabel 4. 3: Hasil Uji Validitas Variabel Work-Life Balance.....	69
Tabel 4. 4: Hasil Uji Validitas Variabel Job Stress.....	70
Tabel 4. 5: Hasil Uji Validitas Variabel Work Happiness.....	71
Tabel 4. 6: Hasil Uji Validitas Variabel Kinerja Karyawan.....	72
Tabel 4. 7: Hasil Uji Reliabilitas.....	73
Tabel 4. 8: Statistik Deskriptif Variabel Work-Life Balance.....	74
Tabel 4. 9: Statistik Deskriptif Variabel Job Stress.....	75
Tabel 4. 10: Statistik Deskriptif Variabel Work Happiness.....	76
Tabel 4. 11: Statistik Deskriptif Variabel Kinerja Karyawan.....	77
Tabel 4. 12: Uji Multikolinieritas Work Happiness.....	78
Tabel 4. 13: Hasil Uji Heteroskedastisitas dengan Uji Spearman's Rho.....	80
Tabel 4. 14: Hasil Uji Normalitas Non Parametrik Kolmogorov-Smirnov.....	81
Tabel 4. 15: Hasil Regresi Berganda Tahap Pertama.....	82
Tabel 4. 16: Uji Multikolinieritas Kinerja Karyawan.....	84
Tabel 4. 17: Hasil Uji Heteroskedastisitas dengan Uji Spearman's Rho.....	86
Tabel 4. 18: Hasil Uji Normalitas Non Parametrik Kolmogorov-Smirnov.....	87
Tabel 4. 19: Hasil Regresi Berganda Tahap Kedua.....	88
Tabel 4. 20: Kesimpulan Hasil Uji Hipotesis.....	100

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2. 1: Model Penelitian .....	49
Gambar 3. 1: Model Analisis Jalur (Path Analysis) .....	59
Gambar 4. 1: Lokasi PT Formcase Industries .....	63
Gambar 4. 2: Pie Chart Gender Responden.....	65
Gambar 4. 3: Pie Chart Usia Responden .....	66
Gambar 4. 4: Pie Chart Pendidikan Responden.....	66
Gambar 4. 5: Pie Chart Lama Bekerja Responden .....	67
Gambar 4. 6: Scatterplot Variabel Work Happiness.....	79
Gambar 4. 7: Diagram P-Plot Variabel Work Happiness .....	81
Gambar 4. 8: Scatterplot Variabel Kinerja Karyawan .....	85
Gambar 4. 9: Diagram P-Plot Variabel Kinerja Karyawan.....	87
Gambar 4. 10: Model Jalur Pertama.....	91
Gambar 4. 11: Model Jalur Kedua .....	92