

PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE*, *WORK ENGAGEMENT*, DAN *WORK OVERLOAD* TERHADAP KINERJA PEGAWAI PUSKESMAS PRAJEKAN

SKRIPSI

Diajukan guna memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Studi Manajemen (S1) dan memperoleh gelar Sarjana Manajemen



**Oleh: DHINAR DWI SABTI PRATIWI
21.1041.1153**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2025**

PERNYATAAN PENULIS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dhinar Dwi Sabti Pratiwi
NIM : 2110411153
Prodi : Manajemen

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa karya ilmiah berupa SKRIPSI yang berjudul : *PENGARUH WORK-LIFE BALANCE, WORK ENGAGEMENT, DAN WORK OVERLOAD TERHADAP KINERJA PEGAWAI PUSKESMAS PRAJEKAN*; adalah hasil karya sendiri. Kecuali jika dalam beberapa kutipan substansi telah saya sebutkan sumbernya. Belum pernah diajukan pada institusi manapun, serta bukan karya plagiat atau jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keaslian, keabsahan, dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya-benarnya, tanpa adanya tekanan dan unsur paksaan dari pihak manapun, serta saya bersedia menerima sanksi akademik dan siap dituntut di muka hukum, jika ternyata di kemudian hari ada pihak-pihak yang dirugikan dari pernyataan yang tidak benar tersebut.

Jember, 02 Februari 2026

Yang men



Dhinar Dwi Sabti Pratiwi
NIM. 21.1041.1153

PROPOSAL SKRIPSI

PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE*, *WORK ENGAGEMENT*, DAN *WORK OVERLOAD* TERHADAP KINERJA PEGAWAI PUSKESMAS PRAJEKAN

Oleh: Dhinar Dwi Sabti Pratiwi

NIM. 21.1041.1153

Pembimbing :

Dosen Pembimbing Utama : Ira Puspitadewi S, SE., MM.



Dosen Pembimbing Pendamping : Tatit Diansari Reskiputri, SE., MM.



LEMBAR PENGESAHAN

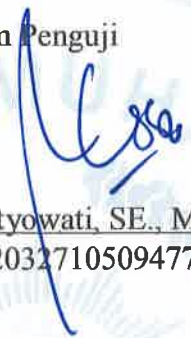
Skripsi berjudul: Pengaruh *Work-Life Balance*, *Work Engagement*, dan *Work Overload* Terhadap Kinerja Pegawai Puskesmas Prajekan. Telah diuji dan disahkan oleh Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Jember pada:

Hari : Rabu

Tanggal : 13 Mei 2026

Tempat : Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Jember

Tim Penguji


Dr. Trias Setyowati, SE., MM.
NIP.1972032710509477

Anggota 1


Ira Puspitadewi S., SE., MM.
NIP. 1981072711703795

Anggota 2


Tatit Diansari Reskiputri, SE., MM
NIP. 1990032111703804

Mengesahkan


Dekan

Maheni Ika Sari, SE., MM.
NIP. 197708112005012001

Ketua Program Studi


Septy Holisa Umami, SE., MM.
NIP. 19950922122091029

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Maka setiap proses dan ujian adalah bagian dari kemampuan yang Allah titipkan.”
(QS. Al-Baqarah: 286)

“Semakin ikhlas semakin tenang. Belajarlah untuk berlapang dada, karena tidak semua yang kita inginkan itu yang terbaik menurut Allah. Sesulit apapun keadaanmu, ajarilah hatimu agar bisa menerima keadaan tanpa membenci.”
(Habib Umar bin Hafidz)

“Dalam setiap tetes keringat orang tuaku, tersimpan ribuan doa dan langkah yang membawaku terus melangkah maju”
-Dhinar Dwi Sabti Pratiwi-



PERSEMBAHAN

Alhamdulillah puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan segala nikmat kesehatan, pemahaman, dan kasihNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Dalam kesempatan ini penulis ucapkan banyak-banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini diantaranya:

1. Kepada kedua orang tua tercinta, Ayah dan Mama, khususnya almarhumah Mama Linda Nur Islamiyah yang semasa hidupnya senantiasa berjuang tanpa lelah demi kebahagiaan dan masa depan penulis. Terima kasih atas segala pengorbanan, kesabaran, motivasi, pesan, cinta, dan doa yang tidak pernah berhenti mengiringi setiap langkah dan perjuangan anakmu untuk menjadi seseorang yang berpendidikan. Kehadiran Mama akan selalu hidup di hati penulis sebagai sumber kekuatan, inspirasi, dan pelita dalam setiap perjalanan hidup. Meskipun kini Mama telah berpulang, kasih sayang dan segala kenangan indah bersama Mama akan selalu menjadi bagian yang tak tergantikan dalam hidup penulis. Teruntuk Ayah Agus Sahbiyanto, terima kasih atas doa, perhatian, serta kehadiran Ayah yang kembali hadir di waktu yang tepat. Kehadiran Ayah dalam perjalanan hidup penulis menjadi pengingat bahwa setiap hubungan selalu memiliki ruang untuk tumbuh dan dipulihkan. Semoga langkah ini membawa kebaikan serta kedekatan yang lebih baik di masa mendatang. Penulis berharap Ayah senantiasa diberikan kesehatan, umur panjang, dan kebahagiaan dalam setiap langkah kehidupan.
2. Kepada orang tua kedua penulis, Ayah Yovi Agus Prasetyo dan Bunda Intan Nur Dwijayanti, terimakasih yang sebesar-besarnya atas segala semangat, dukungan, doa dan kasih sayang yang telah kalian berikan. Terima kasih atas kebaikan hati, kepedulian dan ketulusan yang telah diberikan tanpa pamrih kepada penulis. Kehadiran kalian dalam hidup penulis juga menjadi sumber kekuatan, kebahagiaan dan inspirasi yang tak ternilai, serta menjadi bagian penting yang mengiringi proses penyelesaian skripsi ini.
3. Keluarga besar Bani Noer Aswi, khususnya kepada Eyang Nanik, terima kasih atas nasehat, doa dan ketulusannya yang senantiasa menuntun langkah penulis menuju hal-hal yang lebih baik.
4. Ibu Ira Puspitadewi Samsuryaningrum, S.E., M.M. dan Ibu Tatit Diansari Reskiputri, S.E., M.M selaku dosen pembimbing. Terima kasih atas waktu, bimbingan, arahan, kesabaran, serta ilmu yang telah diberikan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kesehatan, keberkahan serta balasan terbaik untuk setiap kebaikan yang Ibu berikan.
5. Kepada sahabat-sahabat terbaik penulis, Annida Prismatutin Nabila, Fakhrunnisa Nurfadilah Maulida, Siti Nurkholisa, yang telah memberi dukungan, motivasi, dan doa. Terima kasih telah membantu, menghibur dalam kesedihan, mendengarkan keluhan kesah penulis, dan tak lupa memberikan semangat kepada penulis. Semoga

persahabatan ini tetap terjaga dan terus membawa cerita baik sepanjang perjalanan hidup.

6. Teman-teman seperjuangan Program Studi Manajemen, penulis ucapkan terima kasih atas kebersamaan dan dukungannya selama perkuliahan.
7. Seluruh Pegawai Puskemas Prajekon, yang telah bersedia menjadi responden dalam pengambilan data skripsi ini. Terima kasih telah meluangkan waktu, dan bekerja sama dalam penelitian ini.
8. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Rahmad Ifandy. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup saya. Berkontribusi banyak dalam penulisan skripsi ini, baik tenaga, waktu maupun materi kepada saya. Terima kasih telah menjadi rumah, pendamping dalam segala hal yang menemani, mendukung, ataupun menghibur dalam kesedihan, mendengar keluh kesah, memberikan semangat untuk pantang menyerah. Mari terus kebersamai setiap proses dan perjuangan yang ada.
9. Terakhir, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada diri-sendiri, Dhinar Dwi Sabti Pratiwi. Terima kasih telah bertahan sejauh ini. Untuk setiap malam yang dihabiskan dalam kelelahan, setiap pagi yang disambut dengan keraguan namun tetap dijalani, serta setiap ketakutan yang berhasil dilawan dengan keberanian. Terima kasih kepada hati yang tetap ikhlas, meski tidak semua hal berjalan sesuai harapan. Penulis bangga kepada diri sendiri yang telah mampu melewati berbagai fase sulit dalam kehidupan ini. Semoga kedepannya, raga ini tetap kuat, hati tetap tegar, dan jiwa tetap lapang dalam menghadapi setiap proses kehidupan. Berbahagialah selalu, mari terus bekerja sama untuk tumbuh dan berkembang, menjadi pribadi yang lebih baik dari hari ke hari.

Jember, 12 Januari 2026

Dhinar Dwi Sabti Pratiwi

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh *Work-Life Balance*, *Work Engagement*, dan *Work Overload* terhadap Kinerja Pegawai di Puskesmas Prajekan”** dengan baik dan tepat waktu. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Manajemen pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Jember.

Penulis menyadari bahwa sebagai manusia yang memiliki keterbatasan, skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis dengan terbuka menerima kritik dan saran yang membangun sebagai bahan evaluasi dan perbaikan demi tercapainya hasil yang lebih baik di masa mendatang. Pada kesempatan ini, penulis dengan penuh rasa hormat menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Maheni Ika Sari, SE., MM. selaku Dekan Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ibu Septy Holisa Umami, SE., MM. selaku Kepala Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Ibu Ira Puspitadewi Samsuryaningrum, SE., MM. dan Ibu Tatit Diansari Reskiputri, SE., MM. selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan motivasi dalam penulisan skripsi ini.
4. Bapak/Ibu dosen dan seluruh staf Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Jember.
5. Semua pihak yang telah terlibat dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal atas segala jasa, kebaikan dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis. Akhir kata, penulis berharap agar skripsi ini dapat memberikan kontribusi yang positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan serta menjadi bahan referensi bagi penelitian selanjutnya

Jember, 02 Februari 2026

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PENULIS	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Landasan Teori	7
2.1.1 Teori Perilaku Organisasi (<i>Organizational Behavior Theory</i>)	7
2.1.2 Manajemen Sumber Daya Manusia	8
2.1.3 Kinerja Pegawai	12
2.1.4 <i>Work Life Balance</i>	15
2.1.5 <i>Work Engagement</i>	20
2.1.6 <i>Work Overload</i>	26
2.2 Penelitian Terdahulu	29
2.3 Kerangka Konseptual	37
BAB 3 METODE PENELITIAN	39
3.1 Identifikasi Variabel	39
3.2 Definisi Operasional Variabel	39
3.3 Rancangan Penelitian	42
3.4 Waktu dan Lokasi Penelitian	42

3.5 Populasi, Sampel, dan Teknik Pengumpulan Sampel	42
3.6 Jenis dan Sumber Data.....	43
3.7 Metode Pengumpulan Data	43
3.8 Instrumen Penelitian	43
3.9 Teknik Analisis Data.....	44
3.9.1 Uji Validitas dan Reliabilitas	44
3.9.2 Uji Asumsi Klasik.....	44
3.9.3 Analisis Regresi Linier Berganda	45
3.9.4 Uji Hipotesis	45
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	46
4.1 Gambaran Umum Puskesmas Prajejan.....	46
4.2 Deskriptif Data Umum	48
4.2.2 Karakteristik Responden	49
4.3 Hasil Penelitian	49
4.3.1 Uji Kualitas Data.....	49
4.3.2 Uji Asumsi Klasik.....	52
4.3.3 Uji Regresi Linier Berganda.....	54
4.3.4 Uji Hipotesis.....	54
4.3.5 Uji Koefisien Determinasi (R^2).....	55
4.4 Pembahasan	56
4.4.1 Pengaruh Work-Life Balance terhadap Kinerja Pegawai.....	56
4.4.2 Pengaruh Work Engagement terhadap Kinerja Pegawai	57
4.4.3 Pengaruh Work Overload terhadap Kinerja Pegawai	59
BAB 5 PENUTUP	62
5.1 Kesimpulan	62
5.2 Saran	62
5.2.1 Saran Praktis.....	62
5.2.2 Saran Akademis	63
DAFTAR PUSTAKA.....	65
LAMPIRAN	69



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual.....	37
Gambar 4. 1 Struktur Organisasi Puskesmas Prajekan.....	47
Gambar 4. 2 Hasil Uji Heteroskedastisitas Menggunakan Grafik Scatterplot	53



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Data Penilaian Kinerja Pegawai Puskesmas Prajekan Kabupaten Bondowoso 2022-2024.....	3
Tabel 1. 2 Kategori Kehadiran Pegawai Puskesmas Prajekan Kabupaten Bondowoso 2022-2024.....	4
Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	29
Tabel 3. 1 Jumlah Responden Berdasarkan Kelompok Kerja.....	42
Tabel 3. 2 Skor Pengukuran Skala	43
Tabel 4. 1 Pembagian dan pengambilan kuesioner	49
Tabel 4. 2 Data Karakteristik Responden.....	49
Tabel 4. 3 Hasil Pengujian Validitas Kinerja Pegawai	50
Tabel 4. 4 Hasil Pengujian Validitas Work-Life Balance.....	50
Tabel 4. 5 Hasil Pengujian Validitas Work Engagement	50
Tabel 4. 6 Hasil Pengujian Validitas <i>Overload</i>.....	51
Tabel 4. 7 Hasil Uji Reliabilitas	51
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas dengan <i>Kolmogorov Smirnov</i>.....	52
Tabel 4. 9 Hasil Uji Multikolinearitas	53
Tabel 4. 10 Hasil Uji Regresi Linier Berganda	54
Tabel 4. 11 Hasil Uji Parsial (T)	55
Tabel 4. 12 Hasil Uji Koefisien Determinasi (R²)	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Kuesioner.....	69
Lampiran 2. Tabulasi Data.....	73
Lampiran 3. Hasil Uji Validitas	74
Lampiran 4. Hasil Uji Reliabilitas.....	76
Lampiran 5. Hasil Uji Normalitas.....	78
Lampiran 6. Hasil Uji Multikolinearitas.....	79
Lampiran 7. Hasil Uji Heterokedastitas	79
Lampiran 8. Hasil Uji Regresi Linier Berganda.....	79
Lampiran 9. Hasil Uji Determinasi	80
Lampiran 10. Hasil Uji Parsial (T).....	80
Lampiran 11. Surat Ijin Penelitian	81
Lampiran 12. Dokumentasi	82

