

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN *WORK LIFE BALANCE*
TERHADAP KEPUASAN KERJA GURU DI SMA NEGERI 2
KARAWANG**

***THE EFFECT OF WORKLOAD AND WORK LIFE BALANCE
ON TEACHER JOB SATISFACTION AT SMA NEGERI 2
KARAWANG***

Oleh:

**Dea Luvina Zahra
22416261201168**

NON SKRIPSI



**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN KARAWANG
TAHUN 2026**

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN *WORK LIFE BALANCE*
TERHADAP KEPUASAN KERJA GURU DI SMA NEGERI 2
KARAWANG**

***THE EFFECT OF WORKLOAD AND WORK LIFE BALANCE
ON TEACHER JOB SATISFACTION AT SMA NEGERI 2
KARAWANG***

Oleh:

**Dea Luvina Zahra
22416261201168**

NON SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Manajemen**



**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN KARAWANG
TAHUN 2026**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS

Tugas Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Dea Luvina Zahra

NIM : 22416261201168

Tanda Tangan : 

Tanggal : 01 April 2026



LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

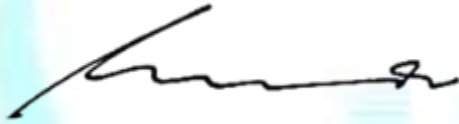
Disusun Oleh :

Nama : Dea Luvina Zahra
NIM : 22416261201168
Judul : Pengaruh Beban Kerja dan *Work Life Balance* terhadap
Kepuasan Kerja Guru di SMA Negeri 2 Karawang

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



Dr. H. Budi Rismayadi S.E., M.M.
NIDN. 0424127301



Dr. Wike Pertiwi, S.E., M.M.
NIDN. 0419068704

Program Studi Manajemen
Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Buana Perjuangan Karawang

Koordinator Program Studi



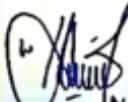
Dr. H. Suroso S.E., M.M.
NIDN. 0402107707

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh :

Nama : Dea Luvina Zahra
NIM : 22416261201168
Program Studi : Manajemen
Judul : Pengaruh Beban Kerja dan *Work Life Balance* terhadap
Kepuasan Kerja Guru di SMA Negeri 2 Karawang

DEWAN PENGUJI TUGAS AKHIR

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Penguji 1 : Dr. Wike Pertiwi, S.E., M.M.	()	06 April 2026
Penguji 2 : Yeni Fajrin, S.AB., M.M.	()	03 April 2026

Karawang, 01 April 2026

Mengetahui

Dekan



Dr. Citra Savitri, S.E., M.M.
NIDN. 0214088301

Ketua Program Studi



Dr. H. Suroso S.E., M.M.
NIDN. 0402107707

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Dea Luvina Zahra

NIM : 22416261201168

Program Studi : Manajemen

Tahun Akademik : 2025/2026

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Tugas Akhir saya yang berjudul:

“PENGARUH BEBAN KERJA DAN *WORK LIFE BALANCE* TERHADAP KEPUASAN KERJA GURU DI SMA NEGERI 2 KARAWANG”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Karawang, 01 April 2026



(Dea Luvina Zahra)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Buana Perjuangan Karawang, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dea Luvina Zahra
NIM : 22416261201168
Program Studi : Manajemen
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis
Jenis Karya : Tugas Akhir Non Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Buana Perjuangan Karawang **Hak Bebas Royalti Non Eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**“ANALISIS PENDAPATAN PADA PEDAGANG BERAS DI PASAR
INDUK JOHAR KABUPATEN KARAWANG”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Universitas Buana Perjuangan Karawang berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya,

Dibuat di : Karawang
Pada tanggal : 01 April 2026

Yang menyatakan



(Dea Luvina Zahra)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT beserta junjungan-Nya Nabi Muhammad SAW, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Manajemen Program Studi Manajemen pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Buana Perjuangan Karawang.

Pada kesempatan ini, penulis memberikan penghargaan setinggi-tingginya dan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada Bapak Assoc. Prof. Dr. H. Budi Rismayadi, S.E., M.M. selaku pembimbing utama dan Ibu Dr. Wike Pertiwi, S.E., M.M. selaku pembimbing pendamping yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan selama ini serta motivasi kepada penulis yang kemudian membuka catatan cakrawala berpikir penulis.

Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Tugas Akhir ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Yanti Tayo, S. Psi., M. I. Kom. selaku Ketua Yayasan Buana Pangkal Perjuangan Karawang.
2. Assoc. Prof. Dr. H. Budi Rismayadi, S.E., M.M. selaku Rektor Universitas Buana Perjuangan Karawang.
3. Dr. Citra Savitri, S.E., M.M. selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Buana Perjuangan Karawang.
4. Dr. H. Suroso, S.E., M.M. selaku Ketua Program Studi Manajemen Universitas Buana Perjuangan Karawang.
5. Kepada seluruh Guru dan Staf SMA Negeri 2 Karawang yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan.
6. Kepada seluruh Dosen dan Staf serta pihak-pihak lainnya yang membantu penulisan Tugas Akhir, penulis ucapkan banyak terima kasih.
7. Kepada kedua orang tua tercinta selaku rumah pertama dan tempat pulang paling aman serta hangat bagi penulis. Terima kasih atas doa yang selalu bergema setiap detiknya, cinta yang tak bertepi, dan pengorbanan yang tak pernah meminta balas. Semoga setiap

usaha yang dilakukan oleh penulis menjadi bentuk bakti dan rasa terima kasih yang tak akan pernah cukup terucap.

8. Kepada pasangan penulis yang selalu setia hadir di setiap langkah hingga skripsi ini usai, pemilik NPM 2210631160100. Terima kasih telah datang dan menciptakan semesta kecil yang begitu indah bagi penulis. Terima kasih atas semangat yang tak pernah redup, perhatian, dukungan, bahu sandaran, pelukan hangat, serta cinta dan kasih sayang yang senantiasa menemani setiap proses penulis. Bersamamu, penulis belajar bahwa jatuh cinta bisa terjadi berulang kali pada orang yang sama.
9. Kepada sahabat penulis, Alya Ramadhani dan Riska Ayu Lestari selaku ruang jeda paling hangat di kala lelah, tempat tawa menggema sebagai penyelamat, uluran tangan tulus, dan dekapan penyemangat yang selalu diberikan. Untuk itu, penulis ucapkan terima kasih. Bersama kalian perjalanan ini tak hanya tentang sampai, tetapi tentang kenangan indah yang tumbuh dengan dikala remaja yang tak akan terulang kembali.
10. Terakhir, ucapan terima kasih penulis persembahkan untuk diri sendiri yang telah bertahan sejauh ini. Di tengah lelah, senyum yang tetap terjaga, dan gelap yang menjadi saksi, ada perjuangan yang tak pernah benar-benar berhenti. Untuk setiap air mata yang tersembunyi dan setiap jatuh yang berhasil dilewati menjadi bukti kekuatan. Pada akhirnya, engkau mampu sampai di titik ini karena tekat kuat untuk menciptakan masa depan yang lebih baik.

Akhir kata, saya berharap Tuhan yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Karawang, 01 April 2026



Dea Luvina Zahra

ABSTRAK

Studi ini mengindikasikan bahwasannya beban kerja serta work life balance memengaruhi kepuasan kerja guru di SMA Negeri 2 Karawang. Pendekatan kuantitatif verifikatif digunakan dengan melibatkan 48 guru sebagai sampel, yang dipilih melalui teknik random sampling dengan populasi 55 guru. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner berskala Likert serta dianalisis dengan regresi linier berganda menggunakan SPSS versi 26. Beban kerja guru di SMA Negeri 2 Karawang tidak hanya sebatas mengajar, terdapat tugas tambahan seperti menjadi wali kelas hingga tugas administratif sekolah yang menyebabkan guru mengalami kelelahan secara fisik dan mental. Hal tersebut menjadi salah satu faktor yang menyebabkan beban kerja berdampak signifikan namun arahnya negatif dengan nilai koefisien regresi sebesar -0,498 pada kepuasan kerja guru di SMA Negeri 2 Karawang. Sementara work life balance berpengaruh signifikan dan positif dengan nilai koefisien regresi sebesar 1,269. Secara bersamaan, beban kerja dan work life balance secara signifikan dinyatakan memengaruhi kepuasan kerja guru SMA Negeri 2 Karawang dengan nilai koefisien determinasi sebesar 65,2%. Temuan ini mengindikasikan bahwa peningkatan kepuasan kerja guru dapat dicapai melalui pengelolaan beban kerja dan work life balance secara proporsional. Studi ini dapat menjadi dasar praktis bagi sekolah dalam merumuskan kebijakan terkait ketiga variabel tersebut dan juga menjadi referensi akademik untuk studi lanjutan yang membahas topik serupa.

Kata Kunci : Beban Kerja, *Work Life Balance*, Kepuasan Kerja

ABSTRACT

This study indicates that workload and work life balance influence job satisfaction among teachers at SMA Negeri 2 Karawang. A verifiable quantitative approach was used, involving 48 teachers as the sample, selected through random sampling from a population of 55 teachers. Data collection was conducted through the distribution of a Likert-scale questionnaire and analyzed using multiple linear regression with SPSS version 26. Teachers' workloads at SMA Negeri 2 Karawang extend beyond teaching; additional duties such as serving as homeroom teachers and performing school administrative tasks lead to physical and mental exhaustion among teachers. This is one of the factors causing workload to have a significant but negative impact, with a regression coefficient of -0.498, on teacher job satisfaction at SMA Negeri 2 Karawang. Meanwhile, work life balance has a significant and positive effect, with a regression coefficient of 1.269. Concurrently, both workload and work-life balance were found to significantly influence the job satisfaction of teachers at SMA Negeri 2 Karawang 2, with a coefficient of determination of 65.2%. These findings indicate that increased teacher job satisfaction can be achieved through the proportional management of workload and work life balance. This study can serve as a practical foundation for schools in formulating policies related to these three variables and also as an academic reference for further studies addressing similar topics.

Keywords: Workload, Work Life Balance, Job Satisfaction

