PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN STRES KERJA TERHADAP KINERJA AKADEMIK MAHASISWA ANGKATAN 2022 DI UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN KARAWANG

THE EFFECT OF WORK LIFE BALANCE AND WORK STRESS ON THE ACADEMIC PERFORMANCE OF THE 2022 STUDENT COHORT AT BUANA PERJUANGAN UNIVERSITY KARAWANG

Oleh:

RAHMAWATI
22416261201225

NON SKRIPSI

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

PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN STRES KERJA TERHADAP KINERJA AKADEMIK MAHASISWA ANGKATAN 2022 DI UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN KARAWANG

THE EFFECT OF WORK LIFE BALANCE AND WORK STRESS ON THE ACADEMIC PERFORMANCE OF THE 2022 STUDENT COHORT AT BUANA PERJUANGAN UNIVERSITY KARAWANG

Oleh:

RAHMAWATI
22416261201225

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	**: Rahmawati**
NIM	**: 22416261201225**
Tanda Tangan	**:** 
Tanggal	**: 28 April 2026**

i

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Disusun Oleh :

Nama	: Rahmawati
NIM	: 22416261201225
Judul	: Pengaruh *Work-Life Balance* Dan Stress Kerja Terhadap Kinerja Akademik Mahasiswa Angkatan 2022 Di Universitas Buana Perjuangan Karawang.

Menyetujui,

Pembimbing Utama,	Pembimbing Pendamping,
H. Asep Jamaludin, S.E., M.M.	Zenita Apriani, S.E., M.S.M.
NIDN. 0422036902	NIDN. 0410049601

Program Studi Manajemen
Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Buana Perjuangan Karawang
Koordinator Program Studi

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

ii

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir ini diajukan oleh :

Nama : Rahmawati

NIM : 22416261201225

Program Studi : Manajemen

Judul Tugas Akhir : Pengaruh *Work-Life Balance* Dan Stress Kerja Terhadap Kinerja Akademik Mahasiswa Angkatan 2022 Di Universitas Buana Perjuangan Karawang.

DEWAN PENGUJI TUGAS AKHIR

Nama	**Tanda Tangan**	**Tanggal**
Penguji 1 : Dr. H. Enjang Suherman, S.E., M.M.	( )	04/05/2026
Penguji 2 : Zenita Apriani, S.E., M.S.M.	( )	04/05/2026

Karawang, 28 April 2026

Mengetahui

Dekan	Ketua Program Studi
Dr. Citra Savitri, S.E., M.M.	Dr. H. Suroso, S.E., M.M.
NIDN. 0214088301	NIDN. 0402107707

iii

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama	: Rahmawati
NIM	: 22416261201225
Program Studi	: Manajemen
Tahun Akademik	: 2025-2026

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

"PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN STRESS KERJA TERHADAP KINERJA AKADEMIK MAHASISWA ANGKATAN 2022 DI UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN 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, 28 April 2026



Rahmawati

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama	: Rahmawati
NIM	: 22416261201225
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:

"PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN STRESS KERJA TERHADAP KINERJA AKADEMIK MAHASISWA ANGKATAN 2022 DI UNIVERSITAS BUANA PERJUANGAN 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.
Demikan pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya,

Dibuat di : Karawang
Pada tanggal : 28 April 2026

Yang menyatakan



Rahmawati

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 H. Asep Jamaludin, S.E., M.M. selaku pembimbing utama dan Ibu Zenita Apriani, S.E., M.S.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 pihak Bagian Akademik Universitas Buana Perjuangan Karawang yang telah 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 para teman dan sahabat mahasiswa yang telah memberikan motivasi dan kerjasama yang baik sehingga penulisan Tugas Akhir ini dapat berjalan dengan lancar dan sesuai yang diharapkan.
8. Terakhir, dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada orang tua tercinta, Bapak dan Ibu, yang senantiasa menjadi sumber kekuatan, memberikan doa yang tiada henti, kasih sayang yang tulus, serta dukungan moral maupun material yang tidak ternilai harganya. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada kakak yang ikut berperan dalam membantu membiayai pendidikan penulis. adik, dan seluruh keluarga yang selalu memberikan semangat, perhatian, serta dorongan dalam setiap proses yang penulis jalani. Tanpa kehadiran dan dukungan mereka, penulis menyadari bahwa penyusunan Tugas Akhir ini tidak akan dapat terselesaikan dengan 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, 28 April 2026



Rahmawati