

SKRIPSI

**PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP KINERJA DENGAN
WORK-LIFE BALANCE SEBAGAI VARIABEL MEDIASI
PADA GURU DI SMPN 6 PALANGKA RAYA**

DHEA NOR AZKIA

NIM. 2210312120039



**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
BANJARMASIN**

2026

**PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP KINERJA DENGAN
WORK-LIFE BALANCE SEBAGAI VARIABEL MEDIASI
PADA GURU DI SMPN 6 PALANGKA RAYA**

DHEA NOR AZKIA

NIM. 2210312120039

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
SARJANA MANAJEMEN**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
BANJARMASIN**

2026

LEMBAR LEGALITAS
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

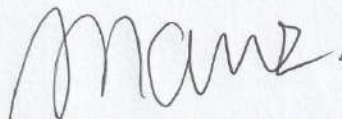
Judul : PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP KINERJA
DENGAN *WORK-LIFE BALANCE* SEBAGAI
VARIABEL MEDIASI PADA GURU DI SMPN 6
PALANGKA RAYA

Nama : Dhea Nor Azkia

NIM : 2210312120039

disetujui,

Pembimbing



Dr. Maya Sari Dewi, S.Sos, MM
NIP. 197708202003122003

Penguji I



Dr. Rini Rahmawati, SE, MM
NIP. 197602122002122001

Penguji II



Akhid Yulianto, SE, M.Sc (Log)
NIP. 197807132002121002

diketahui,

Ketua Jurusan Manajemen
Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Lambung Mangkurat



Abdul Hadi, S.E., M.Si.
NIP. 197007072005011001

Tanggal lulus : 14 Juli 2026

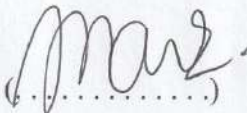
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

Nama : Dhea Nor Azkia
NIM : 2210312120039
Program Studi : S1 Manajemen
Judul : PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP
KINERJA DENGAN *WORK-LIFE BALANCE*
SEBAGAI VARIABEL MEDIASI PADA GURU DI
SMPN 6 PALANGKA RAYA

Matakuliah Pokok : Manajemen Sumber Daya Manusia
Hari, Tanggal Ujian : Selasa, 14 Juli 2026
Waktu Ujian : 11.00 – 13.00 WITA
Tempat Ujian : Ruang Ujian 1

Tim Penguji

Pembimbing : Dr. Maya Sari Dewi, S.Sos, MM



(.....)

Penguji I : Dr. Rini Rahmawati, SE, MM



(.....)

Penguji II : Akhid Yulianto, SE, M.Sc (Log)



(.....)

BERITA ACARA PERBAIKAN SKRIPSI

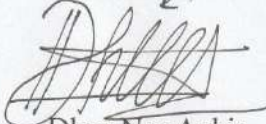
Berdasarkan hasil ujian yang telah dilaksanakan oleh mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat :

Nama : Dhea Nor Azkia
NIM : 2210312120039
Program Studi : S1 Manajemen
Judul : PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP
KINERJA DENGAN *WORK-LIFE BALANCE*
SEBAGAI VARIABEL MEDIASI PADA GURU DI
SMPN 6 PALANGKA RAYA

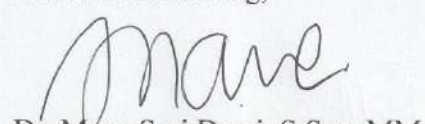
Matakuliah Pokok : Manajemen Sumber Daya Manusia
Hari, Tanggal Ujian : Selasa, 14 Juli 2026
Waktu Ujian : 11.00 – 13.00 WITA
Tempat Ujian : Ruang Ujian 1

Dengan ini telah melakukan perbaikan skripsi berdasarkan saran Tim Penguji.
Demikian berita acara perbaikan skripsi yang telah mendapat persetujuan.
Banjarmasin, ~~24~~.....Juli..... 2026

Mahasiswa,


Dhea Nor Azkia
2210312120039

Dosen Pembimbing,


Dr. Maya Sari Dewi, S.Sos, MM
NIP. 197708202003122003

Mengetahui,
Ketua Jurusan Manajemen
Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Lambung Mangkurat


Abdu Hadi, S.E., M.Si.
NIP. 197007072005011001

SURAT PERSETUJUAN PERBAIKAN SKRIPSI

Banjarmasin, 24 Juli 2026

No : -

Hal : Persetujuan Perbaikan Skripsi

Lampiran : 3 (tiga) surat asli

Kepada Yth.

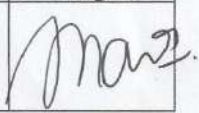
Ketua Jurusan Manajemen

Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat

di tempat

Sehubungan dengan hasil ujian skripsi dan saran perbaikan skripsi yang diberikan oleh dosen penguji, maka saya atas nama:

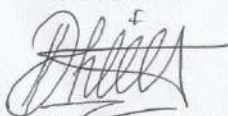
Nama : Dhea Nor Azkia
NIM : 2210312120039
Judul : PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP
KINERJA DENGAN *WORK-LIFE BALANCE*
SEBAGAI VARIABEL MEDIASI PADA GURU DI
SMPN 6 PALANGKA RAYA
Tanggal Ujian : Selasa, 14 Juli 2026

Nama/NIP Dosen	Jabatan	Tanggal disetujui	Tanda Tangan
Dr. Maya Sari Dewi, S,Sos, MM NIP. 197708202003122003	Pembimbing	24 Juli 2026	

Menyatakan bahwa benar telah melakukan perbaikan skripsi dengan benar dan sesuai saran yang diberikan pada saat ujian skripsi dan diketahui oleh Dosen Pembimbing dan diberikan persetujuan untuk melanjutkan proses administrasi selanjutnya.

Demikian surat ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatian dan kerjasamanya, diucapkan terima kasih.

Yang membuat,
Mahasiswa



Dhea Nor Azkia
NIM. 2210312120039



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
Jalan Brigjen. H. Hasan Basry Banjarmasin 70123
Telepon : (0511) 3305116 Laman : <http://feb.ulm.ac.id>

B E R I T A - A C A R A

(UJIAN SKRIPSI UNTUK MEMPEROLEH GELAR SARJANA MANAJEMEN)

Pada hari ini **Selasa** tanggal **14 Juli 2026** Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin yang telah diangkat oleh Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin dengan Surat Keputusan **No. 004.129/UN8.1.12/SP/2026** tanggal **13 Juli 2026**.

Telah mengambil Ujian Skripsi untuk mencapai gelar Sarjana Manajemen atas ;

1. Nama calon : **DHEA NOR AZKIA**
2. Nomor Mahasiswa : **2210312120039**
3. Tempat Ujian : **Ruang Ujian 1**
4. Ujian dilaksanakan : dari Jam **11.00 Wita**
s/ d Jam **13.00 Wita**
5. Hasil Ujian dengan nilai : **A (80)**

Demikian berita acara ini dibuat dengan sebenarnya.

Banjarmasin, **14 Juli 2026**

Tanda tangan calon,

DHEA NOR AZKIA

PANITIA UJIAN

Penguji 1

Dr. RINI RAHMAWATI, SE, MM

Pembimbing

Dr. MAYA SARI DEWI, S.Sos, MM

Penguji 2

AKHID YULIANTO, SE, MSc (Log)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
PROGRAM STUDI MANAJEMEN

Alamat : Fakultas Ekonomi Unlam, Jl. Brigjend. H.Hasan Basry, BANJARMASIN - 70123. Tlp & Fax.(0511) 3305116

SERTIFIKAT BEBAS PLAGIASI

Nomor: 20/UN8.1.12.3/JTAM.2.2026

Diberikan Kepada :

Nama : **DHEA NOR AZKIA**

NIM : **2210312120039**

Program Studi : **MANAJEMEN FEB ULM**

Judul Artikel : **PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP KINERJA DENGAN WORK-LIFE
BALANCE SEBAGAI VARIABEL MEDIASI PADA GURU DI SMPN 6
PALANGKA RAYA**

Telah dideteksi tingkat kemiripan (plagiasi) dengan *software Turnitin* dengan hasil deteksi sebesar 20%, karena itu artikel JTAM ini dinyatakan bebas plagiasi sesuai SK Rektor Nomor 053/UN8/PK/2017

Banjarmasin, 4 Agustus 2026

Koordinator Prodi



Abdul Hadi, SE, M.Si

NIP. 19700707 200501 1 001



PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN/ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dhea Nor Azkia
NIM : 2210312120039
Program Studi : S1 Manajemen
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis
Perguruan Tinggi : Universitas Lambung Mangkurat
Judul : **“PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP KINERJA DENGAN *WORK-LIFE BALANCE* SEBAGAI VARIABEL MEDIASI PADA GURU DI SMPN 6 PALANGKA RAYA”**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri, kecuali dicantumkan sebagai kutipan/acuan dalam naskah dengan disebutkan sumber kutipan/acuan.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Skripsi hasil jiplakan, plagiat maupun manipulasi, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sehat dan tanpa paksaan dari siapapun.

Banjarmasin, 23 Juni 2026
Yang membuat pernyataan,



Dhea Nor Azkia
NIM. 2210312120039

KATA PENGANTAR

Segala puji dan rasa syukur senantiasa penulis haturkan ke hadirat Allah SWT atas seluruh limpahan rahmat dan pertolongan-Nya hingga penulis berhasil menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kinerja dengan Work-Life Balance sebagai Variabel Mediasi pada Guru di SMPN 6 Palangka Raya”. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada junjungan umat, Nabi Besar Muhammad SAW hingga hari akhir kelak.

Karya ilmiah ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan akademik memperoleh gelar Sarjana Manajemen dari Universitas Lambung Mangkurat di Banjarmasin. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, baik dari segi kedalaman materi maupun kualitas penulisan. Sepanjang proses dari awal hingga akhir, penulis secara konsisten menerima dukungan, bimbingan, arahan, dan dorongan dari banyak pihak yang turut berkontribusi dalam perjalanan ini. Oleh karena itu, penulis ingin memanfaatkan kesempatan ini untuk menyampaikan penghargaan dan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Prof. Dr. Ahmad Alim Bachri, S.E., M.Si. selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat.
2. Dr. H. Ahmad Yunani, S.E., M.Si. selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat.
3. Bapak Abdul Hadi, S.E., M.Si. selaku Koordinator Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat.
4. Ibu Dr. Maya Sari Dewi, S.Sos., M.M. selaku Dosen Pembimbing yang telah menjadi salah satu sosok paling berjasa dalam perjalanan penyusunan

skripsi ini. Terima kasih atas kesabaran, ketulusan, perhatian, waktu, dan bimbingan yang diberikan kepada penulis sejak awal, bahkan ketika penulis masih belum memahami bagaimana memulai dan menyusun skripsi ini dengan baik.

5. Ibu Dr. Rini Rahmawati, SE, MM selaku Dosen Penguji I dan Bapak Akhid Yulianto, SE, M.Sc (Log) selaku Dosen Penguji II, yang telah berkenan meluangkan waktu untuk memberikan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini.
6. Seluruh dosen Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Lambung Mangkurat, yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu pengetahuan, baik secara akademik maupun non-akademik, kepada peneliti.
7. Orang tua penulis, Mamah Laila Husna, S.Pd., terima kasih atas cinta, doa, pengorbanan, dan kasih sayang yang tidak pernah putus dalam setiap langkah penulis. Mamah adalah sosok paling hebat dalam hidup penulis, yang selalu menjadi sumber kekuatan, tempat pulang, dan alasan penulis mampu bertahan hingga menyelesaikan perkuliahan ini.
8. Sahabat-sahabat tercinta, Yulia, Icha, Yasmin, dan Irma, yang telah hadir dalam hidup penulis sejak masa SMP dan tetap kebersamai hingga hari ini. Terima kasih karena selalu menjadi tempat berbagi, tempat pulang, dan sumber semangat di saat penulis lelah dan ingin menyerah.
9. Terima kasih pula kepada Nita yang telah menemani penulis sejak sebelum memasuki masa perkuliahan hingga skripsi ini selesai, serta kepada Risa yang selalu bersama penulis sejak awal perkuliahan hingga akhir.

10. Tidak lupa, terima kasih kepada teman-teman penulis di Palangka Raya Caca, Nazwa, Ummi, Miftah, dan teman-teman lainnya yang tidak bisa disebutkan satu per satu atas doa, dukungan, dan kebersamaan yang begitu berarti dalam perjalanan penulis.

11. Pihak SMPN 6 Palangka Raya yang telah memberikan izin, kesempatan, serta dukungan kepada penulis dalam pelaksanaan penelitian dan pengumpulan data sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Akhir kata penulis memanjatkan doa agar segala kebaikan, bantuan, semangat serta bimbingan dan pengetahuan yang diberikan oleh seluruh pihak kepada penulis mendapatkan balasan pahala yang setimpal dari Allah SWT. Harapan penulis bahwa skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua dan pembaca yang memerlukan, Aamiin.

Banjarmasin, 23 Juni 2026
Peneliti,

Dhea Nor Azkia

ABSTRAK

Dhea Nor Azkia (2026). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kinerja dengan *Work-Life Balance* sebagai Variabel Mediasi pada Guru di SMPN 6 Palangka Raya. Pembimbing: Dr. Maya Sari Dewi, S.Sos, MM; Penguji I: Dr. Rini Rahmawati, SE, MM; Penguji II: Akhid Yulianto, SE, M.Sc (Log).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis: (1) pengaruh Beban Kerja terhadap Work-Life Balance pada guru SMPN 6 Palangka Raya, (2) pengaruh Beban Kerja terhadap Kinerja guru SMPN 6 Palangka Raya, (3) pengaruh Work-Life Balance terhadap Kinerja guru SMPN 6 Palangka Raya, dan (4) pengaruh Beban Kerja terhadap Kinerja melalui Work-Life Balance sebagai variabel mediasi pada guru SMPN 6 Palangka Raya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Responden dalam penelitian ini adalah guru SMPN 6 Palangka Raya yang berjumlah 50 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik sampling sensus atau sampling total. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner. Alat analisis data menggunakan Structural Equation Modeling-Partial Least Square (SEM-PLS) dengan aplikasi SmartPLS 4.0.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Beban Kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Work-Life Balance, (2) Beban Kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Kinerja, (3) Work-Life Balance berpengaruh positif dan signifikan terhadap Kinerja, dan (4) Work-Life Balance mampu memediasi pengaruh Beban Kerja terhadap Kinerja guru SMPN 6 Palangka Raya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Work-Life Balance berperan sebagai mediasi sebagian dalam hubungan antara Beban Kerja dan Kinerja guru.

Kata Kunci: Beban Kerja, Work-Life Balance, Kinerja Guru.

ABSTRACT

Dhea Nor Azkia (2026). The Effect of Workload on Performance with Work-Life Balance as a Mediating Variable on Teachers at SMPN 6 Palangka Raya. Advisor: Dr. Maya Sari Dewi, S.Sos, MM; Examiner I: Dr. Rini Rahmawati, SE, MM; Examiner II: Akhid Yulianto, SE, M.Sc (Log).

This study aims to analyze: (1) the effect of Workload on Work-Life Balance among teachers at SMPN 6 Palangka Raya, (2) the effect of Workload on Teacher Performance at SMPN 6 Palangka Raya, (3) the effect of Work-Life Balance on Teacher Performance at SMPN 6 Palangka Raya, and (4) the effect of Workload on Teacher Performance through Work-Life Balance as a mediating variable among teachers at SMPN 6 Palangka Raya.

This study used a quantitative approach. The respondents in this study were 50 teachers at SMPN 6 Palangka Raya. The sampling technique used was census sampling or total sampling. Data were collected through questionnaires. The data analysis technique used was Structural Equation Modeling-Partial Least Square (SEM-PLS) with SmartPLS 4.0 software.

The results of the study show that: (1) Workload has a negative and significant effect on Work-Life Balance, (2) Workload has a negative and significant effect on Teacher Performance, (3) Work-Life Balance has a positive and significant effect on Teacher Performance, and (4) Work-Life Balance is able to mediate the effect of Workload on Teacher Performance at SMPN 6 Palangka Raya. The results indicate that Work-Life Balance acts as a partial mediator in the relationship between Workload and Teacher Performance.

Keywords: *Workload, Work-Life Balance, Teacher Performance.*

DAFTAR ISI

LEMBAR LEGALITAS	ii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	xii
BERITA ACARA PERBAIKAN SKRIPSI	xii
SURAT PERSETUJUAN PERBAIKAN SKRIPSI	xii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN/ORISINALITAS	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis	9
1.5 Sistematika Pembahasan	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1 Landasan Teori	12
2.1.1 Beban Kerja	12
2.1.2 Work-Life Balance	19
2.1.3 Kinerja	25
2.2 Penelitian Terdahulu	30
2.2.1 Hasil Penelitian Terdahulu	31
2.2.2 Keterkaitan Antar Variabel	35
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL	38
3.1 Kerangka Konseptual (Model Penelitian)	38
3.2 Hipotesis	41
BAB IV METODE PENELITIAN	45
4.1 Ruang Lingkup Penelitian	45

4.2 Jenis Penelitian.....	45
4.3 Tempat/Lokasi Penelitian.....	45
4.4 Unit Analisis.....	45
4.5 Populasi dan Sampel	46
4.6 Variabel dan Definisi Operasional Variabel	46
4.7 Teknik Pengumpulan Data	50
4.7.1 Metode Pengumpulan Data	50
4.7.2 Sumber Data.....	50
4.7.3 Instrumen Penelitian.....	52
4.8 Teknik Analisis Data	52
4.8.1 Statistik Deskriptif	53
4.8.2 Analisis Partial Least Square (PLS)	54
4.8.3 Evaluasi Model Pengukuran / Outer Model.....	55
4.8.4 Evaluasi Model Struktural / Inner Model.....	57
4.8.5 Uji Hipotesis	59
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	61
5.1 Gambaran Umum Objek Penelitian	61
5.1.1 Profil SMPN 6 Palangka Raya.....	61
5.1.2 Identitas Sekolah	62
5.2 Hasil Penelitian	62
5.2.1 Karakteristik Responden	62
5.2.2 Analisis Deskripsi Variabel Penelitian	69
5.2.3 Analisis data	97
5.2.4 Hasil Pengujian Hipotesis	114
5.2.5 Pembahasan Hasil Penelitian	116
5.2.6 Implikasi Hasil Penelitian	123
5.2.7 Keterbatasan Penelitian	132
BAB VI PENUTUP	134
6.1 Kesimpulan	134
6.2 Saran.....	135
DAFTAR PUSTAKA.....	137
LAMPIRAN.....	141

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Definisi Operasional	47
Tabel 5. 1 Identitas SMPN 6 Palangka Raya.....	62
Tabel 5. 2 Sebaran Responden Menurut Jenis Kelamin	63
Tabel 5. 3 Sebaran Responden Menurut Kelompok Usia.....	63
Tabel 5. 4 Sebaran Responden Menurut Status Pernikahan	65
Tabel 5. 5 Sebaran Responden Menurut Masa Kerja	66
Tabel 5. 6 Sebaran Responden Menurut Status Kepegawaian	67
Tabel 5. 7 Sebaran Responden Menurut Beban Mengajar	68
Tabel 5. 8 Statistik Deskriptif Variabel Beban Kerja.....	69
Tabel 5. 9 Statistik Deskriptif Variabel <i>Work-Life Balance</i>	79
Tabel 5. 10 Statistik Deskriptif Variabel Kinerja.....	89
Tabel 5. 11 Hasil <i>Uji Convergent Validity</i>	98
Tabel 5. 12 Hasil <i>Average Variance Extracted (AVE)</i>	101
Tabel 5. 13 Hasil Uji <i>Discriminant Validity</i> Berdasarkan Nilai HTMT	102
Tabel 5. 14 Hasil Uji <i>Reliability</i> dan <i>Cronbach's Alpha</i>	104
Tabel 5. 15 <i>R-Square</i>	106
Tabel 5. 16 <i>f-Square</i>	107
Tabel 5. 17 <i>Dirrect Effect</i>	110
Tabel 5. 18 <i>Indirrect Effect</i>	113
Tabel 5. 19 Hasil Pengujian Hipotesis.....	114

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Model Penelitian.....	41
Gambar 5. 1 Grafik <i>Output PLS-Alogrithm Outer model</i>	97
Gambar 5. 2 Grafik <i>Grafik Output Boostrapping</i>	109