

**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *BURNOUT* TERHADAP
KEPUASAN KERJA KARYAWAN BANK SUMSEL BABEL SYARIAH
CABANG LETKOL ISKANDAR**



SKRIPSI

**Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Menyelesaikan Pendidikan
Sarjana Terapan Pada Program Studi Manajemen Bisnis Politeknik Negeri
Sriwijaya**

Oleh:

**MELLISYA AULIA
NPM 062240632836**

PROGRAM STUDI MANAJEMEN BISNIS

JURUSAN ADMINISTRASI BISNIS

POLITEKNIK NEGERI SRIWIJAYA

2026

**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *BURNOUT* TERHADAP
KEPUASAN KERJA KARYAWAN BANK SUMSEL BABEL SYARIAH
CABANG LETKOL ISKANDAR**



SKRIPSI

**Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Menyelesaikan Pendidikan
Sarjana Terapan Pada Program Studi Manajemen Bisnis Politeknik Negeri
Sriwijaya**

Oleh:

**MELLISYA AULIA
NPM 062240632836**

Menyetujui,

Pembimbing I,

**M. Yusuf, S.E., M.Si., Ph.D
NIP 197801182005011002**

Palembang, 24 Juli 2026

Pembimbing II,

**Andriansyah, S.IP., M.AB
NIP 199104052022031009**

Mengetahui,

**Ketua Jurusan
Administrasi Bisnis,**

**Dr. Sari Lestari Z.R, S.E., M.Ec., CHE
NIP 197705212006042001**

**Koordinator Program Studi
D-IV Manajemen Bisnis,**

**Keti Purnamasari, S.E., M.Si
NIP 198907262019032015**

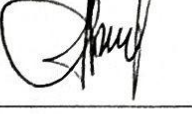
LEMBAR PENGESAHAN

Nama : Mellisya Aulia
NPM : 062240632836
Jurusan/ Prodi : Sarjana Terapan (DIV) Manajemen Bisnis
Judul Skripsi : PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN
BURNOUT TERHADAP KEPUASAN KERJA
KARYAWAN BANK SUMSEL BABEL
SYARIAH CABANG LETKOL ISKANDAR
Relevansi Mata Kuliah : Manajemen Sumber Daya Manusia

Telah dipertahankan dihadapan Dosen Penguji Pada Ujian Skripsi Program
Studi Manajemen Bisnis
Dan dinyatakan LULUS

Pada Hari : Jum'at

Tanggal : 24 Juli 2026

No.	Nama	Tanda tangan	Tanggal
1.	M. Yusuf, S.E., M.Si., Ph.D Ketua Penguji		23 / 7 / 2026
2.	Afrizawati, S.E., M.Si Anggota Penguji I		23 / 7 / 2026
3.	Sunanto, S.E., M.M., Ak., C.A Anggota Penguji II		3 / 8 / 2026

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Nama : Mellisya Aulia
NPM : 062240632836
Jurusan/ Prodi : Sarjana Terapan (DIV) Manajemen Bisnis
Judul Skripsi : PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN
BURNOUT TERHADAP KEPUASAN KERJA
KARYAWAN BANK SUMSEL BABEL
SYARIAH CABANG LETKOL ISKANDAR

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan skripsi yang telah saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka asaya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan antara tata tertib di Politeknik Negeri Sriwijaya.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Palembang, 24 Juli 2026

Penulis,



Mellisya Aulia
NPM 062240632836

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Janganlah engkau merasa lelah menuntut ilmu, karena kelelahan itu akan hilang, sementara ilmu akan tetap abadi.” - Imam Syafi’i

“Belajarliah, karena ilmu akan menjaga kamu.” - Ali bin Abi Thalib

Kupersembahkan Untuk:

- 1. Mommy dan
Daddy*
- 2. Saudara dan
Keluarga*
- 3. Dosen
Pembimbing*
- 4. Teman-teman*
- 5. Almamaterku*

ABSTRAK

Pengaruh *Work Life Balance* dan *Burnout* terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Bank Sumsel Babel Syariah Cabang Letkol Iskandar. Program Studi Sarjana Terapan Manajemen Bisnis, Jurusan Administrasi Bisnis, Politeknik Negeri Sriwijaya, 2026. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *work life balance* dan *burnout* terhadap kepuasan kerja karyawan Bank Sumsel Babel Syariah Cabang Letkol Iskandar. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *work life balance* (X1) dan *burnout* (X2) terhadap kepuasan kerja karyawan (Y) Bank Sumsel Babel Syariah Cabang Letkol Iskandar. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebesar 35 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan sampling jenuh. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan kuesioner, wawancara, dan studi pustaka. Teknik analisis penelitian ini menggunakan analisis regresi linier berganda, uji instrumen penelitian ini menggunakan uji validitas dan uji reliabilitas, uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji t, uji f, dan determinasi koefisien (R²). Pengelolaan data dalam penelitian ini menggunakan alat bantu SPSS 29. Hasil uji t (parsial) menunjukkan bahwa *work life balance* tidak berpengaruh signifikan terhadap kepuasan kerja karyawan Bank Sumsel Babel Syariah Cabang Letkol Iskandar, *burnout* tidak berpengaruh signifikan terhadap kepuasan kerja karyawan Bank Sumsel Babel Syariah Cabang Letkol Iskandar. Hasil uji F (simultan) menunjukkan bahwa *work life balance* dan *burnout* bersama-sama berpengaruh positif signifikan terhadap kepuasan kerja karyawan Bank Sumsel Babel Syariah Cabang Letkol Iskandar.

Kata Kunci: Work Life Balance, Burnout, Kepuasan Kerja, Perbankan Syariah.

ABSTRACT

The Influence of Work Life Balance and Burnout on Employee Job Satisfaction at Bank Sumsel Babel Syariah, Letkol Iskandar Branch. Business Management Applied Bachelor Degree Study Program, Business Administration Department, Sriwijaya State Polytechnic, 2026. This study aims to analyze the influence of work life balance and burnout on employee job satisfaction at Bank Sumsel Babel Syariah, Letkol Iskandar Branch. This study was conducted to determine how much influence work life balance (X1) and burnout (X2) have on employee job satisfaction (Y) at Bank Sumsel Babel Syariah, Letkol Iskandar Branch. The number of samples in this study was 35 respondents. The sampling technique in this study used saturated sampling. This research data collection using questionnaires, interviews, and literature study. The analysis technique of this research uses multiple linear regression analysis, the instrument test of this study uses validity and reliability tests, hypothesis testing in this study uses t test, f test, and coefficient determination (R2). Data management in this study uses SPSS 29. The results of the t test (partial) show that work life balance has no significant effect on employee job satisfaction at Bank Sumsel Babel Syariah Letkol Iskandar Branch, burnout has no significant effect on employee job satisfaction at Bank Sumsel Babel Syariah Letkol Iskandar Branch. The results of the F (simultaneous) test show that work life balance and burnout together have a significant positive effect on employee job satisfaction at Bank Sumsel Babel Syariah Letkol Iskandar Branch.

Keywords: Work Life Balance, Burnout, Job Satisfaction, Islamic Banking.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Tuhan yang Maha Esa atas segala rahmat, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan lancar dan tepat waktu. Skripsi ini berjudul **"PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN *BURNOUT* TERHADAP KEPUASAN KERJA KARYAWAN BANK SUMSEL BABEL SYARIAH CABANG LETKOL ISKANDAR"**. Skripsi ini mengkaji pengaruh *work life balance* dan *burnout* terhadap kepuasan kerja karyawan Bank Sumsel Babel Syariah Cabang Letkol Iskandar. Penelitian ini berangkat dari fenomena nyata yang terjadi di lingkungan perbankan syariah, di mana tekanan target, tuntutan pelayanan nasabah, serta dinamika peningkatan jumlah karyawan dalam lima tahun terakhir berpotensi menciptakan ketidakseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi karyawan, serta memicu kondisi *burnout* yang pada akhirnya berdampak pada tingkat kepuasan kerja. Melalui pendekatan analisis regresi linier berganda, penelitian ini berupaya memberikan kontribusi ilmiah yang bermakna bagi pengelolaan sumber daya manusia di sektor perbankan syariah.

Penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dukungan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Ir. Irawan Rusnadi, M.T. selaku Direktur Politeknik Negeri Sriwijaya Palembang, yang telah memberikan fasilitas dan lingkungan akademik yang kondusif bagi penulis selama menempuh studi.
2. Ibu Dr. Sari Lestari Zainal Ridho, S.E., M.Ec., CHE. selaku Ketua Jurusan Administrasi Bisnis Politeknik Negeri Sriwijaya Palembang yang telah mendukung penyelenggaraan pendidikan dan penelitian di lingkungan Jurusan Administrasi Bisnis.
3. Bapak Andriansyah Bari, S.IP., M.AB. selaku Sekretaris Jurusan Administrasi Bisnis Politeknik Negeri Sriwijaya Palembang.
4. Ibu Ketu Purnamasari, S.E., M.Si. selaku Kepala Program Studi Manajemen Bisnis Jurusan Administrasi Bisnis Politeknik Negeri Sriwijaya Palembang yang telah memberikan arahan dan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Bapak M. Yusuf, S.E., M.Si., Ph.D selaku Dosen Pembimbing I yang dengan penuh kesabaran dan ketelitian telah meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan, serta motivasi yang sangat berarti selama proses penyusunan skripsi ini dari awal hingga selesai.
6. Bapak Andriansyah Bari, S.IP., M.AB. selaku Dosen Pembimbing II yang juga telah memberikan bimbingan, arahan, masukan, saran konstruktif, dan dukungan yang sangat berharga dalam penyempurnaan skripsi ini.
7. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Manajemen Bisnis Politeknik Negeri Sriwijaya yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan yang sangat bermanfaat kepada penulis selama masa perkuliahan.

8. Seluruh staf dan karyawan Jurusan Administrasi Bisnis Politeknik Negeri Sriwijaya yang telah memberikan pelayanan administratif dengan baik selama proses penyusunan skripsi ini.
9. Kedua orang tuaku tercinta, Daddy (Kurniawan) dan Mommy (Anggraini), yang tiada henti memberikan kasih sayang, doa yang tulus, dukungan moral dan material, serta semangat yang menjadi kekuatan terbesar bagi penulis dalam menyelesaikan studi ini.
10. Kepada saudaraku tercinta, Caren Dita dan Queentya Aji Geraldine terima kasih atas cinta, doa, dan dukungan yang tulus. Kalian adalah penyemangat dalam setiap langkahku. Semoga kita tumbuh Bersama dan meraih masa depan terbaik.
11. Seluruh keluarga besar penulis yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, dan doa yang tidak ternilai harganya.
12. Sahabat-sahabat yaitu Vinni Pranata dan Greysa Natalya Sipahutar dan rekan-rekan seperjuangan di Program Studi Manajemen Bisnis yang telah berbagi pengalaman, saling mendukung, dan memberikan semangat satu sama lain selama masa perkuliahan dan proses penyusunan skripsi ini.
13. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam berbagai bentuk selama proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dan tidak luput dari berbagai kekurangan, baik dari segi substansi maupun teknis penulisan. Hal ini tidak lain karena keterbatasan kemampuan dan pengetahuan yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis dengan rendah hati menerima segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini.

Akhir kata, penulis berharap agar skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi yang berarti, khususnya bagi pengembangan ilmu manajemen sumber daya manusia, serta menjadi referensi yang berguna bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan *work life balance*, *burnout*, dan kepuasan kerja karyawan di sektor perbankan syariah. Semoga Tuhan yang Maha Esa senantiasa menyertai setiap langkah dan upaya yang kita lakukan. Aamiin.

Palembang, 24 Juli 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	10
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	10
1.4.2 Manfaat Praktis.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Landasan Teori	11
2.1.1 <i>Work Life Balance</i>	11
2.1.1.1 Faktor-faktor <i>Work Life Balance</i>	11
2.1.1.2 Indikator-indikator <i>Work Life Balance</i>	13
2.1.2 <i>Burnout</i>	14
2.1.2.1 Faktor-faktor <i>Burnout</i>	14
2.1.2.2 Indikator-indikator <i>Burnout</i>	14
2.1.3 Kepuasan Kerja.....	16
2.1.3.1 Faktor-faktor Kepuasan Kerja	17

2.1.3.2 Indikator-indikator Kepuasan Kerja	17
2.2 Penelitian Terdahulu	18
2.3 Kerangka Berpikir	26
2.4 Hipotesis.....	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	29
3.1 Desain Penelitian	29
3.2 Definisi Operasional Variabel.....	30
3.3 Subjek Penelitian.....	33
3.3.1 Populasi.....	33
3.3.2 Sampel	34
3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	34
3.4 Jenis Data dan Sumber Data	35
3.4.1 Jenis Data	35
3.4.2 Sumber Data	35
3.5 Teknik Pengumpulan Data	36
3.6 Teknik Analisis Data	37
3.6.1 Statistik Deskriptif.....	37
3.6.2 Uji Validitas.....	37
3.6.3 Uji Reliabilitas.....	38
3.6.4 Uji Asumsi Klasik.....	38
3.6.4.1 Uji Normalitas.....	39
3.6.4.2 Uji Multikolinieritas	39
3.6.4.3 Uji Heteroskedastisitas	40
3.6.5 Uji Regresi Linier Berganda.....	40
3.6.5.1 Uji Koefisien Determinasi.....	41
3.6.5.2 Uji T.....	41
3.6.5.3 Uji F.....	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
4.1 Hasil Penelitian.....	43
4.1.1 Gambaran Umum Perusahaan	43
4.1.2 Deskripsi Responden.....	44
4.1.2.1 Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	44
4.1.2.2 Deskripsi Responden Berdasarkan Usia	45
4.1.2.3 Deskripsi Responden Berdasarkan Lama Bekerja	45
4.1.2.4 Deskripsi Responden Berdasarkan Divisi atau Unit...	46
4.1.2.5 Deskripsi Responden Berdasarkan Posisi Jabatan.....	47
4.1.2.6 Deskripsi Responden Berdasarkan <i>Range Take Home Pay</i> yang diterima.....	49
4.1.3 Statistik Deskriptif.....	50
4.1.3.1 Analisis Distribusi Ferkuensi Jawaban Responden.....	50
4.1.4 Hasil Analisis Data	69

4.1.4.1 Uji Validitas	69
4.1.4.2 Uji Reliabilitas.....	71
4.1.4.3 Uji Asumsi Klasik.....	72
4.1.4.3.1 Uji Normalitas	72
4.1.4.3.2 Uji Multikolinieritas.....	74
4.1.4.3.3 Uji Heteroskedastisitas.....	75
4.1.4.4 Uji Regresi Linier Berganda.....	76
4.1.4.4.1 Uji Koefisien Determinasi.....	78
4.1.4.4.2 Uji T	78
4.1.4.4.3 Uji F	79
4.1.5 Pembahasan	81
4.1.5.1 Pengaruh <i>Work Life Balance</i> terhadap Kepuasan Kerja (H1).....	81
4.1.5.2 Pengaruh <i>Burnout</i> terhadap Kepuasan Kerja (H2)	84
4.1.5.3 Pengaruh <i>Work Life Balance</i> dan <i>Burnout</i> Secara Simultan terhadap Kepuasan Kerja (H3).....	86
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	88
5.1 Kesimpulan.....	88
5.2 Saran.....	89
5.2.1 Saran bagi Pihak Bank Sumsel Babel Syariah Cabang Letkol Iskandar.....	89
5.2.2 Saran bagi Penelitian Selanjutnya.....	90
DAFTAR PUSTAKA.....	92
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Data Jumlah Karyawan Bank Sumsel Babel Syariah Cabang Letkol Iskandar 2020-2025.....	6
Tabel 2.1 Daftar Penelitian Terdahulu	19
Tabel 3.1 Tabel Skala Likert.....	29
Tabel 3.2 Definisi Operasional Variabel.....	30
Tabel 4.1 Gambaran Deskripsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	44
Tabel 4.2 Gambaran Deskripsi Responden Berdasarkan Usia	45
Tabel 4.3 Gambaran Deskripsi Responden Berdasarkan Lama Bekerja	45
Tabel 4.4 Gambaran Deskripsi Responden Berdasarkan Divisi atau Unit.....	46
Tabel 4.5 Gambaran Deskripsi Responden Berdasarkan Posisi Jabatan	47
Tabel 4.6 Gambaran Deskripsi Responden Berdasarkan <i>Range Take Home Pay</i> yang diterima	50
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Dimensi Keseimbangan Waktu (Time Balance)..	51
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Dimensi Keseimbangan Keterlibatan (Engagement Balance)	53
Tabel 4.9 Distribusi Frekuensi Dimensi Keseimbangan Kepuasan (Balance of Satisfaction)	55
Tabel 4.10 Distribusi Frekuensi Dimensi Kelelahan (Exhaustion).....	57
Tabel 4.11 Distribusi Frekuensi Dimensi Ketidakefektifan (Ineffectiveness)	59
Tabel 4.12 Distribusi Frekuensi Dimensi Gaji yang Diterima (Salary Received).....	61
Tabel 4.13 Distribusi Frekuensi Dimensi Promosi Jabatan.....	63
Tabel 4.14 Distribusi Frekuensi Dimensi Pengawasan atau Atasan (Supervision or Line Manager)	65

Tabel 4.15 Distribusi Frekuensi Dimensi Pekerjaan Itu Sendiri (The Work Itself).....	67
Tabel 4.16 Hasil Uji Validitas.....	69
Tabel 4.17 Hasil Uji Reliabilitas.....	71
Tabel 4.18 Hasil Uji Multikolinieritas	74
Tabel 4.19 Hasil Uji Regresi Linier Berganda	76
Tabel 4.20 Hasil Uji Koefisien Determinasi.....	78
Tabel 4.21 Hasil Uji T.....	79
Tabel 4.22 Hasil Uji F.....	80

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1.3 Alur Kerangka Berpikir	27
Gambar 4.1 Grafik Normal P–P Plot	73
Gambar 4.2 Grafik Scatterplot	75

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Pengambilan Data
- Lampiran 2 Surat Pengantar Izin Pengambilan Data
- Lampiran 3 Surat Izin Pengambilan Data
- Lampiran 4 Kesepakatan Bimbingan Skripsi (Pembimbing I)
- Lampiran 5 Kesepakatan Bimbingan Skripsi (Pembimbing II)
- Lampiran 6 Lembar Bimbingan Skripsi (Pembimbing I)
- Lampiran 7 Lembar Bimbingan Skripsi (Pembimbing II)
- Lampiran 8 Rekomendasi Ujian Skripsi
- Lampiran 9 Lembar Revisi Skripsi
- Lampiran 10 Lembar Pelaksanaan Revisi Skripsi
- Lampiran 11 Hasil Wawancara Pengambilan Data
- Lampiran 12 Tabel Kuesioner Penelitian
- Lampiran 13 Daftar Pertanyaan Wawancara
- Lampiran 14 Hasil Output *SPSS* 29
- Lampiran 15 Dokumentasi