

**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* TERHADAP BEBAN KERJA PEGAWAI DI
DINAS PERDAGANGAN DAN PERINDUSTRIAN (DISPERDAGIN) KOTA
BANJARMASIN**

SKRIPSI

**OLEH
SYIFARANI PUTRI**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN
2025 M/1446 H**

**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* TERHADAP BEBAN KERJA
PEGAWAI DI DINAS PERDAGANGAN DAN PERINDUSTRIAN
(DISPERDAGIN) KOTA BANJARMASIN**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Psikologi Islam

Oleh
Syifarani Putri
NIM: 210103040177



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
BANJARMASIN
2025 M/1446 H**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Syifarani Putri
NIM : 210103040177
Tempat/Tanggal Lahir : Banjarmasin, 29 September 2003
Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul:

“Pengaruh *Work-Life Balance* Terhadap Beban Kerja Pegawai di Dinas Perdagangan dan Perindustrian (DISPERDAGIN) Kota Banjarmasin” adalah benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

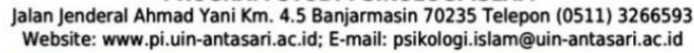
Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 25 Juni 2025

Yang membuat pernyataan



Syifarani Putri



PERSETUJUAN SKRIPSI

**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* TERHADAP BEBAN
KERJA PEGAWAI DI DINAS PERDAGANGAN DAN
PERINDUSTRIAN (DISPERDAGIN) KOTA BANJARMASIN**

Dipersembahkan dan disusun oleh:

Syifarani Putri
NIM. 210103040177

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dapat diajukan kepada Tim Penguji

Pembimbing I



Musfichin, M.A

NIP. 198403182011012009

Pembimbing II



Dra. Mulyani, M.Ag

NIP. 196810101994032004

Mengetahui,
Ketua Jurusan Psikologi Islam



Dra. Mulyani, M.Ag

NIP. 196810101994032004

Tanggal 24 Juni 2025

PENGESAHAN SKRIPSI

PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* TERHADAP BEBAN KERJA PEGAWAI DI DINAS PERDAGANGAN DAN PERINDUSTRIAN (DISPERDAGIN) KOTA BANJARMASIN

Dipersembahkan dan disusun oleh:

Syifarani Putri

NIM 210103040177

Telah diajukan pada Tim Penguji

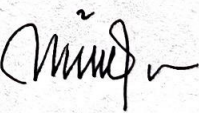
Pada: Hari Rabu, Tanggal 9 Juli 2025

TIM PENGUJI

Nama

Tanda Tangan

1. Drs, H. Arni, M.Fil.I.
(Ketua Penguji)
2. Miftahul Aula Sa'adah, M.Psi.,
Psikolog
(Penguji 1)
3. Musfichin, M.A
(Penguji 2)
4. Dra. Mulyani, M.Ag
(Penguji 3)
5. Rifqa Amalia Azzyati, S.Psi., M.A
(Notulis)

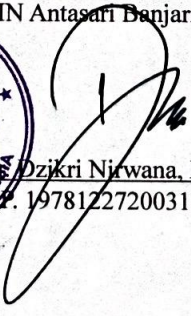
1. 
2. 
3. 
4. 
5. 

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Antasari Banjarmasin




Dzikri Nirwana, M.Ag
NIP. 197812272003121002

ABSTRAK

Syifarani Putri. 210103040177. *Pengaruh Work-Life Balance Terhadap Beban Kerja Pegawai di Dinas Perdagangan dan Perindustrian (DISPERDAGIN) Kota Banjarmasin.* Pembimbing: (1) Musfichin, M.A., dan (2) Dra. Mulyani, M.Ag, pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. 2025

Kata kunci: *Work-Life Balance*, Beban Kerja, Pegawai

Beban kerja merupakan faktor penting yang memengaruhi kinerja dan kesejahteraan pegawai. Salah satu aspek yang memengaruhi persepsi terhadap beban kerja adalah *work-life balance*, yaitu kemampuan individu dalam menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dan kehidupan pribadi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *work-life balance* terhadap beban kerja pegawai.

Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif korelasional. Sampel penelitian berjumlah 67 pegawai Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin. Teknik pengumpulan data menggunakan Skala *Work-Life Balance* dan Skala Beban Kerja, serta dianalisis dengan uji regresi linear sederhana menggunakan bantuan SPSS.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *work-life balance* berpengaruh signifikan terhadap beban kerja, dengan nilai t hitung sebesar 2,148 dan signifikansi 0,035 ($p < 0,05$). Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,066 mengindikasikan bahwa *work-life balance* memberikan kontribusi sebesar 6,6% terhadap beban kerja.

MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

“Allah tidak membebani seseorang melainkan dengan kesanggupannya”

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

(QS. Al-Insyirah 94:5-6)

“When one door closes, another opens. The key to unlocking the door to success is persistence and challenge. Once you open the door within, your true self shall be found”

— Lee Jeno

“Long Story Short, I Survived”

— Taylor Swift

KATA PERSEMBAHAN

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Allah Subhanahu wa Ta'ala, Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat, karunia, kekuatan, dan kesempatan yang telah diberikan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan segala proses, tantangan, dan pembelajaran yang menyertainya.

Skripsi ini saya persembahkan dengan penuh rasa hormat, cinta, dan terima kasih yang tulus kepada:

1. Teruntuk *support system* terbaik dan panutan bagi penulis, kedua orang tua saya tercinta, Ayahanda Suriansyah dan Ibunda Noorwahidah, yang telah menjadi sumber kekuatan dan inspirasi sepanjang hidup saya. Terima kasih atas segala doa yang tak pernah lelah dipanjatkan, kasih sayang yang tulus tanpa pamrih, serta pengorbanan yang tak terhingga sejak langkah pertama dalam hidup ini. Dalam diam kalian bekerja keras, dalam lelah kalian tetap memberi semangat. Setiap pencapaian ini adalah buah dari ketulusan cinta dan restu kalian. Setiap tetes keringat dan pengorbanan kalian menjadi pondasi kokoh dalam setiap langkah saya hingga titik ini. Abah, Mama, izinkan saya mempersembahkan skripsi ini sebagai wujud cinta, hormat, dan terima kasih terdalam atas segalanya. Semoga Allah membalas semua kebaikan kalian dengan keberkahan dan kebahagiaan dunia akhirat.
2. Teruntuk kakak-kakak saya tersayang, Suriananda Rahman dan Ikrima Mutiara, S.Kep., Ns, terima kasih karena selalu ada dan menjadi sumber semangat di setiap langkah. Dalam masa-masa sulit selama menyusun

skripsi ini, kalian hadir dengan dukungan tanpa syarat, baik melalui kata-kata penyemangat, bantuan kecil yang berarti, maupun kehadiran yang menenangkan. Terima kasih telah bersabar saat saya berada di titik lelah, tetap percaya saat saya mulai meragukan diri sendiri, dan terus mendorong saya untuk menyelesaikan apa yang telah saya mulai. Dukungan kalian adalah bagian penting dari perjuangan ini, dan saya sangat bersyukur memilikinya.

3. Ucapan terima kasih yang tulus saya sampaikan kepada keluarga besar, para guru dan dosen, serta seluruh sahabat dan rekan seperjuangan yang telah hadir memberi warna dalam perjalanan ini. Terima kasih atas segala bentuk dukungan, doa, ilmu, semangat, dan kebersamaan yang begitu berarti. Dalam setiap tantangan yang saya hadapi selama menyusun skripsi ini, kehadiran kalian menjadi penguat, penyemangat, dan sumber inspirasi. Kebersamaan, canda tawa, nasihat, hingga obrolan sederhana yang mengisi hari-hari penuh tekanan telah menjadi bagian berharga dari proses yang tidak akan terlupakan. Semoga segala kebaikan yang kalian berikan menjadi amal yang berbalas kebaikan berlipat.
4. *Last but not least*, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada wanita sederhana yang memiliki impian besar, kepada diri sendiri, Syifarani Putri. Terima kasih karena tidak menyerah ketika jalan di depan terasa gelap, ketika keraguan datang silih berganti, dan ketika langkah terasa berat untuk diteruskan. Terima kasih karena telah menjadi teman paling setia bagi diri sendiri, hadir dalam sunyi, dalam lelah, dalam diam yang penuh tanya.

Terima kasih telah berusaha keras untuk meyakinkan dan menguatkan diri sendiri bahwa kamu dapat menyelesaikan studi ini hingga selesai. Skripsi ini merupakan bukti dari perjalanan panjang dan usaha yang kamu lakukan. Berbahagialah selalu dengan dirimu sendiri. Syifa. Rayakan kehadiranmu sebagai berkah di mana pun kamu menjejakkan kaki. Jangan sia-siakan usaha dan do'a yang selalu dilangitkan. Allah sudah merencanakan dan memberikan porsi terbaik untuk perjalanan hidupmu. Semoga langkah kebaikan selalu menyertai, dan semoga Allah Swt. selalu meridhai setiap langkah serta menjagamu dalam lindungan-Nya. Aaamiin.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ
وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ، أَمَّا بَعْدُ

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt., atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad Saw., suri teladan utama dalam kehidupan, beserta keluarga dan para sahabat beliau.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Islam (S.Psi) di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. terselesaikannya karya ilmiah ini tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, serta kontribusi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan penghargaan, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Mujiburrahman, M.A., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menimba ilmu di perguruan tinggi ini.
2. Bapak Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin, yang dengan bijaksana telah memberikan persetujuan terhadap skripsi ini untuk dimunaqasyahkan serta memberikan dukungan yang berarti dalam kelancaran proses akademik penulis.

3. Ibu Dra. Mulyani, M.Ag., selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam sekaligus Dosen Pembimbing Akademik, yang dengan penuh kesabaran telah membimbing penulis, memberikan kemudahan dalam memahami ilmu psikologi, serta selalu siap membantu hingga skripsi ini dapat diselesaikan.
4. Bapak Musfichin, M.A., selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Islam sekaligus Dosen Pembimbing Skripsi, yang telah memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran, arahan yang jelas, serta kemudahan selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh dosen pengampu mata kuliah Program Studi Psikologi Islam beserta karyawan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, atas ilmu, pengetahuan, serta pelayanan yang diberikan selama masa studi. Dedikasi dan bimbingan yang Bapak/Ibu berikan sangat berarti bagi perkembangan akademik penulis.
6. Seluruh pihak di Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin, yang telah memberikan izin serta dukungan kepada penulis dalam pelaksanaan penelitian ini.
7. Ayahanda Suriansyah dan Ibunda Noorwahidah, orang tua tercinta penulis, atas segala perjuangan, doa, kasih sayang, kesabaran, dan dukungan yang tak terhingga. Terima kasih telah menjadi sumber kekuatan dan motivasi hingga penulis mampu menyelesaikan studi ini. Semoga segala pengorbanan Ayah dan Ibu dibalas dengan limpahan keberkahan dan kebahagiaan oleh Allah Subhanahu wa Ta'ala.

8. Saudara-saudara penulis, yang senantiasa memberikan dukungan moral dan semangat dalam setiap langkah perjalanan akademik ini, sejak awal hingga akhirnya.
9. Sahabat, teman-teman, dan semua orang baik yang telah hadir dan memberikan warna dalam hidup penulis. Terima kasih atas semangat, motivasi, serta kehangatan yang begitu berarti, khususnya dalam masa-masa sulit selama menyusun skripsi.
10. Teman-teman seperjuangan Program Studi Psikologi Islam angkatan 2021, atas kebersamaan, saling mendukung satu sama lain, dan saling semangat dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Kehadiran kalian memberikan makna, kekuatan, dan kenangan yang akan selalu penulis ingat.
11. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, baik yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu dan mendukung dalam proses penulisan skripsi ini. Setiap perhatian, dukungan, dan doa yang kalian berikan sangat berarti dan tidak akan penulis lupakan.
12. Kepada para musisi seperti One Direction, NCT, aespa, RIIZE, BABYMONSTER, Hearts2Hearts, dan musisi Western lainnya yang menjadi *favorite* penulis yang tak dapat disebutkan satu per satu, lagu-lagu kalian menjadi teman setia di tengah sunyi dan pemantik semangat di tengah proses yang panjang ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan dalam berbagai aspek. Namun dengan segala keterbatasan, penulis tetap bersyukur atas proses dan hasil yang telah dicapai. Harapan penulis, semoga skripsi ini dapat

memberikan manfaat bagi para pembaca dan dapat menjadi sumbangsih kecil dalam pengembangan Psikologi Industri dan Organisasi. Sebagai penutup, penulis memohon doa agar apa yang telah dirintis dan diperjuangkan ini menjadi awal dari pengabdian dan kebaikan yang lebih luas di masa depan. Semoga segala kebaikan yang telah diberikan kepada penulis dibalas dengan pahala dan keberkahan oleh Allah Subhanahu wa Ta'ala.

Banjarmasin, 25 Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	iv
PENGESAHAN SKRIPSI.....	v
ABSTRAK	vi
MOTTO	vii
KATA PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR BAGAN.....	xix
DAFTAR GAMBAR	xx
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Signifikansi Penelitian	10
E. Definisi Operasional.....	11
F. Penelitian Terdahulu.....	13
BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR.....	18
A. Work-Life Balance	18
1. Definisi <i>Work-Life Balance</i>	18
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Work-Life Balance</i>	21
3. Indikator <i>Work-Life Balance</i>	23
4. <i>Work-Life Balance</i> dalam Perspektif Islam	30
B. Beban Kerja.....	34
C. Kerangka Berpikir.....	41
D. Hipotesis Penelitian.....	44

BAB III METODE PENELITIAN	46
A. Pendekatan Penelitian	46
B. Lokasi Penelitian.....	46
C. Subjek dan Objek Penelitian	47
D. Populasi dan Sampel	48
E. Data dan Sumber Data	50
F. Teknik Pengumpulan Data	51
G. Instrumen Pengumpulan Data	53
H. Desain Pengukuran.....	56
I. Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	58
J. Teknik Analisis Data	59
K. Sistematika Penulisan	64
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	66
A. Gambaran Umum Penelitian	66
1. Sejarah Singkat Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin	66
2. Tugas dan Fungsi Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin	66
3. Struktur Organisasi.....	68
B. Pelaksanaan Penelitian	69
C. Hasil Uji Instrumen.....	69
1. Uji Validitas.....	70
2. Uji Reliabilitas	74
4. Analisis Deskriptif	75
5. Uji Asumsi Klasik	86
D. Uji Regresi Linear Sederhana	91
E. Uji Hipotesis	93
F. Uji Koefisien Determinasi (R^2)	95
G. Kontribusi Variabel	95
H. Pembahasan.....	98
1. Tingkat <i>Work-Life Balance</i> Pegawai Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin	98

2. Tingkat Beban Kerja Pegawai Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin	104
3. Pengaruh <i>Work-Life Balance</i> Terhadap Beban Kerja Pegawai di Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin.....	110
I. Temuan Penelitian.....	114
J. Keterbatasan Penelitian.....	116
BAB V PENUTUP	118
A. Kesimpulan	118
B. Rekomendasi	120
DAFTAR PUSTAKA.....	123
LAMPIRAN.....	130
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	155

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Skala <i>Work-Life Balance</i>	55
Tabel 3.2 Blueprint Skala Beban Kerja.....	56
Tabel 3.3 Teknik Pengukuran Menggunakan Skala Likert	57
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Variabel <i>Work-Life Balance</i>	71
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Variabel Beban Kerja	72
Tabel 4.3 Kaidah Reliabilitas Guilford	74
Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas Item <i>Work-Life Balance</i> dan Beban Kerja.....	75
Tabel 4.5 Data Deskriptif Responden Berdasarkan Karakteristik Bidang	76
Tabel 4.6 Data Deskriptif Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	77
Tabel 4.7 Data Deskriptif Responden Berdasarkan Usia	78
Tabel 4.8 Data Deskriptif Responden Berdasarkan Status Pernikahan.....	79
Tabel 4. 9 Data Deskriptif Responden Berdasarkan Tahun Mulai Bekerja	80
Tabel 4.10 Data Deskriptif Responden Berdasarkan Jarak Rumah ke Tempat Kerja	81
Tabel 4.11 Hasil Analisis Deskriptif Data Penelitian	82
Tabel 4.12 Hasil Kriteria Kategori Variabel <i>Work-Life Balance</i>	85
Tabel 4.13 Hasil Kriteria Kategori Variabel Beban Kerja.....	86
Tabel 4.14 Hasil Uji Normalitas.....	87
Tabel 4.15 Hasil Uji Linearitas	89
Tabel 4.16 Hasil Uji Heteroskedastisitas	90
Tabel 4.17 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana	92
Tabel 4.18 Hasil Uji Hipotesis	94
Tabel 4.19 Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2).....	95

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Berpikir Pengaruh <i>Work-Life Balance</i> Terhadap Beban Kerja Pegawai Di Dinas Perdagangan dan Perindustrian (DISPERDAGIN) Kota Banjarmasin.....	44
Bagan 4.1 Struktur Organisasi Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Diagram Data Deskriptif Responden Berdasarkan Jenis Kelamin....	77
Gambar 4.2 Diagram Data Deskriptif Responden Berdasarkan Usia	78
Gambar 4. 3 Diagram Data Deskriptif Responden Berdasarkan Status Pernikahan	79
Gambar 4.4 Diagram Data Deskriptif Responden Berdasarkan Tahun Mulai Bekerja	80
Gambar 4.5 Diagram Data Deskriptif Responden Berdasarkan Jarak Rumah ke Tempat Kerja	81
Gambar 4.6 Hasil Uji <i>P-P Plot</i>	88
Gambar 4.7 Hasil Grafik <i>Scatterplot</i>	91