

**PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN *WORK OVERLOAD*
TERHADAP KOMITMEN ORGANISASIONAL KARYAWAN
PT. PARNA AGROMAS**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana Manajemen
(S1) Pada Program Studi Manajemen Fakultas Bisnis dan Ekonomika Universitas
Atma Jaya Yogyakarta



Disusun Oleh:

Rebka Seravina Vini

210325976

**FAKULTAS BISNIS DAN EKONOMIKA
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA**

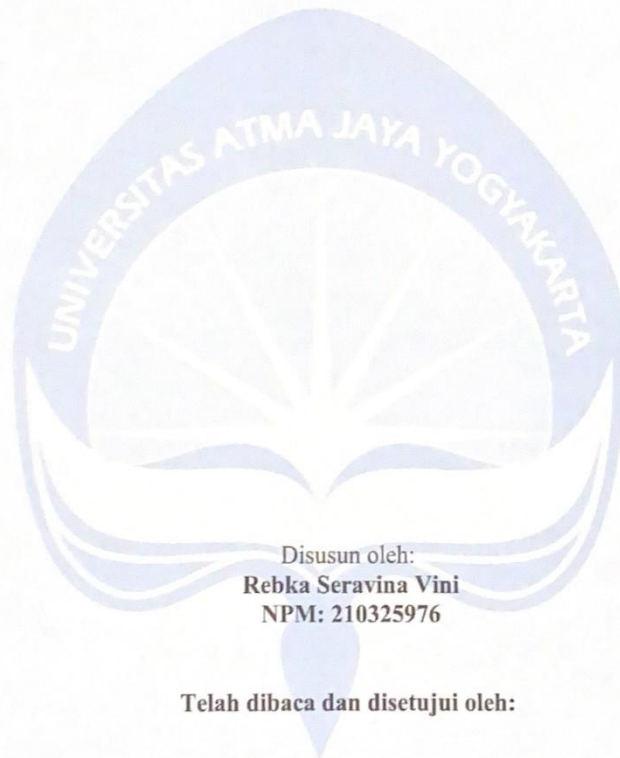
2025

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN *WORK OVERLOAD*
TERHADAP KOMITMEN ORGANISASIONAL KARYAWAN PT. PARNA
AGROMAS



Disusun oleh:
Rebka Seravina Vini
NPM: 210325976

Telah dibaca dan disetujui oleh:

Pembimbing

Debora Wintriarsi H., SE., MM., M.Sc.

16 Juni 2025

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN *WORK OVERLOAD* TERHADAP KOMITMEN ORGANISASIONAL KARYAWAN PT. PARNA AGROMAS

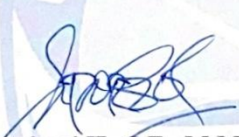
Yang dipersiapkan dan disusun oleh:
Rebka Seravina Vini
NPM: 210325976

Telah dipertahankan di depan Panitia Penguji
pada tanggal 7 Juli 2025
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima
sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Manajemen
(S1) Program Studi Manajemen

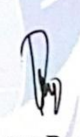
SUSUNAN PANITIA PENGUJI

Ketua Panitia Penguji

Anggota Panitia Penguji



Debora Wintriarsi H., S.E., M.M., M.Sc



Aloysia Desy Pramusiwi, SE., M.Sc.



Daniel Yudistya Wardhana, SE., MEI.

Yogyakarta, 14 Juli 2025
Dekan Fakultas Bisnis dan Ekonomika
Universitas Atma Jaya Yogyakarta



Wenefrida Mahestu Novianandra Krisjanti, SE., M.Sc.IB, Ph.D

HALAMAN PERNYATAAN

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama: Rebka Seravina Vini

NPM: 210325976

Program Studi: Manajemen

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Pengaruh *Work-Life Balance* dan *Work Overload* terhadap Komitmen Organisasional Karyawan Karyawan PT. Parna Agromas”** beserta seluruh isi laporannya merupakan hasil penelitian saya sendiri dan bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari penelitian pihak lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian atau ketidakbenaran dalam pernyataan ini, baik yang saya lakukan secara sengaja maupun tidak, saya bersedia menarik skripsi yang telah saya ajukan dan siap menerima sanksi akademik sesuai dengan aturan yang berlaku.

Yogyakarta, 23 Juni 2025



Rebka Seravina Vini
210325976

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas anugerah dan penyertaan-Nya yang luar biasa, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: **“Pengaruh *Work-Life Balance* dan *Work Overload* terhadap Komitmen Organisasional Karyawan PT. Parna Agromas”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Manajemen, Fakultas Bisnis dan Ekonomika, Universitas Atma Jaya Yogyakarta. Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, serta kontribusi berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus, karena kasih dan penyertaan-Nya yang senantiasa memberikan kekuatan dan pengharapan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Ibu Debora Wintriarsi Handoko, S.E., M.M., M.Sc. selaku dosen pembimbing yang dengan rendah hati telah untuk meluangkan waktunya, memberikan arahan dan saran-saran yang sangat berharga bagi penulis selama masa bimbingan dalam proses penulisan skripsi ini.
3. Kedua orang tua tercinta, yang senantiasa memberikan doa, semangat, kasih sayang, serta dukungan yang tak ternilai, baik secara moral maupun materiel, sehingga penulis mampu melewati setiap proses dalam penyusunan skripsi ini.
4. Adik penulis yang selalu memberi semangat dan menghibur penulis selama masa perkuliahan dan penulisan skripsi.

5. Kepada sepupu penulis, Denny Siahaan yang telah dengan tulus membantu penulis selama proses penelitian di perusahaan, sehingga data dan informasi yang dibutuhkan dapat diperoleh dengan baik.
6. Kepada Christopher Justine Wijaya, yang selalu setia menemani penulis dalam proses penyusunan skripsi, serta senantiasa memberikan doa, semangat, dan dukungan yang sangat berarti bagi penulis.
7. Kepada rekan-rekan terdekat penulis: Evelyn, Chica, dan Eileen, yang telah menjadi sahabat seperjuangan sejak awal perkuliahan hingga tahap penyelesaian skripsi. Terima kasih atas kebersamaan, semangat, dan dukungan yang telah diberikan sepanjang perjalanan akademik ini.
8. Kepada Bapak dan Ibu Dosen Universitas Atma Jaya Yogyakarta, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas ilmu, bimbingan, dan dedikasi yang telah diberikan selama masa studi.
9. Kepada teman-teman gereja GKKD, baik dalam lingkup area, komse, maupun pelayanan, penulis menyampaikan terima kasih atas dukungan dalam pertumbuhan rohani, doa, dan kebersamaan yang sangat berarti selama masa studi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat berbagai kekurangan. Oleh karena itu, masukan dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan guna menyempurnakan isi dari karya ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang berarti bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan menjadi sumber rujukan yang berguna untuk penelitian di masa mendatang.

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

Filipi 4:6 TB

Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apa pun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur.

Kolose 3:23 TB

Apa pun juga yang kamu perbuat, perbuatlah dengan segenap hatimu seperti untuk Tuhan dan bukan untuk manusia.

Matius 6:34 TB

Sebab itu janganlah kamu kuatir akan hari besok, karena hari besok mempunyai kesusahannya sendiri. Kesusahan sehari cukuplah untuk sehari.”

Persembahan:

Skripsi ini saya dedikasikan kepada kedua orang tua tercinta yang senantiasa memberikan dukungan tanpa henti, baik dalam bentuk emosional maupun finansial, sejak awal masa studi hingga selesainya penulisan skripsi ini. Ungkapan terima kasih yang mendalam juga saya sampaikan kepada orang-orang terdekat yang senantiasa memberikan semangat, doa, dan dukungan selama proses penulisan skripsi ini.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Perumusan Masalah	6
1.3 Batasan Masalah.....	7
1.4 Tujuan Penelitian.....	8
1.5 Manfaat Penelitian	8
1.6 Sistematika Penulisan	9
BAB II.....	11
TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Landasan Teori	11
2.1.1 Komitmen Organisasional.....	11
2.1.2 <i>Work-Life Balance</i>	14
2.1.3 <i>Work Overload</i>	17
2.2 Penelitian Terdahulu.....	20
2.3 Pengembangan Hipotesis	23
2.3.1 Pengaruh <i>Work-Life Balance</i> terhadap Komitmen Organisasional Karyawan PT. Parna Agromas	23
2.3.2 Pengaruh <i>Work Overload</i> terhadap Komitmen Organisasional Karyawan PT. Parna Agromas	24
2.4 Kerangka Penelitian	24
BAB III	26

METODOLOGI PENELITIAN.....	26
3.1 Jenis Penelitian.....	26
3.2 Obyek Penelitian	26
3.3 Populasi dan Sampel	27
3.3.1 Populasi.....	27
3.3.2 Metode Pengambilan Sampel.....	27
3.3.3 Jumlah Sampel	28
3.4 Metode Pengumpulan Data	29
3.5 Instrumen Penelitian.....	29
3.6 Metode Pengujian Instrumen	31
3.6.1 Uji Validitas.....	31
3.6.2 Uji Reliabilitas	31
3.7 Metode Analisis Data	32
3.7.1 Analisis Deskriptif	32
3.7.2 Pengujian Hipotesis.....	33
BAB IV	36
HASIL DAN PEMBAHASAN	36
4.1 Uji Instrumen	36
4.1.1 Uji Validitas.....	36
4.1.2 Uji Reliabilitas	38
4.2 Statistik Deskriptif Responden.....	40
4.2.1 Profil Responden.....	40
4.3 Statistik Deskriptif Variabel	42
4.3.1 Variabel <i>Work-Life Balance</i>	42
4.3.2 Variabel <i>Work Overload</i>	43
4.3.3 Variabel Komitmen Organisasional	44
4.4 Uji Hipotesis	46
4.4.1 Pengaruh <i>Work-Life Balance</i> Terhadap Komitmen Organisasional	48
4.4.2 Pengaruh <i>Work Overload</i> Terhadap Komitmen Organisasional ...	49
4.5 Pembahasan.....	50
4.5.1 Pengaruh <i>Work-Life Balance</i> Terhadap Komitmen Organisasional	50
4.5.2 Pengaruh <i>Work Overload</i> Terhadap Komitmen Organisasional ...	52
BAB V	54

PENUTUP	54
5.1 Kesimpulan	54
5.2 Implikasi Manajerial	55
5.3 Keterbatasan Penelitian	57
5.4 Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	63

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Hasil Uji Validitas <i>Work-Life Balance</i>	36
Tabel 4. 2 Hasil Uji Validitas <i>Work Overload</i>	37
Tabel 4. 3 Hasil Uji Validitas Komitmen Organisasional	37
Tabel 4. 4 Hasil Uji Reliabilitas	39
Tabel 4. 5 Profil Responden	40
Tabel 4. 6 Penilaian terhadap Variabel <i>Work-Life Balance</i>	42
Tabel 4. 7 Penilaian terhadap Variabel <i>Work Overload</i>	43
Tabel 4. 8 Penilaian terhadap Variabel Komitmen Organisasional	44
Tabel 4. 9 Uji Regresi Linier Berganda Pengaruh <i>Work-Life Balance</i> dan <i>Work Overload</i> terhadap Komitmen Organisasional	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Penelitian	25
---------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner.....	63
Lampiran 2 <i>Google Form</i>	68
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian.....	82
Lampiran 4 Surat Riset Dari Perusahaan	84
Lampiran 5 Data Mentah Responden.....	86
Lampiran 6 Data Mentah Profil Responden.....	90
Lampiran 7 Uji Statistik Deskriptif Responden	92
Lampiran 8 Uji Statistik Deskriptif Variabel	95
Lampiran 9 Uji Instrumen Kuesioner	98
Lampiran 10 Uji Hipotesis	105

PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE* DAN *WORK OVERLOAD* TERHADAP KOMITMEN ORGANISASIONAL KARYAWAN PT. PARNA AGROMAS

Disusun Oleh:
Rebka Seravina Vini
NPM: 210325976

Pembimbing:
Debora Wintriarsi H., SE., MM., M.Sc.

**Program Studi Manajemen, Fakultas Bisnis dan Ekonomika Universitas
Atma Jaya Yogyakarta Jalan Babarsari No. 44, Yogyakarta**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *work-life balance* dan *work overload* terhadap komitmen organisasional karyawan. Objek pada penelitian ini adalah PT. Parma Agromas, responden pada penelitian ini diperoleh sebanyak 45 orang yang merupakan karyawan kantor yang berstatus sebagai karyawan tetap dan telah bekerja minimal 1 tahun di PT. Parma Agromas. Sampel dalam penelitian ini diperoleh melalui metode *purposive sampling* dengan menggunakan skala likert 5 poin yang disajikan dalam bentuk kuesioner melalui *Google Forms* dan disebarakan secara daring kepada responden. Analisis data dilakukan menggunakan analisis regresi linear berganda dengan menggunakan *software* SPSS versi 25. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variabel *work-life balance* dan *work overload* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap komitmen organisasional karyawan.

Kata Kunci: *Work-life balance*, *work overload*, komitmen organisasional