

PENGARUH *WORK FROM HOME* TERHADAP *JOB SATISFACTION* DENGAN PERAN MEDIASI *WORK-LIFE BALANCE* PADA PEKERJA DI JAKARTA

Skripsi

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



Disusun oleh:

Tommy Tantio Himawan

NPM: 220326958

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS BISNIS DAN EKONOMIKA
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA**

2026

Skripsi

**PENGARUH *WORK FROM HOME* TERHADAP *JOB SATISFACTION*
DENGAN PERAN MEDIASI *WORK-LIFE BALANCE* PADA PEKERJA
DI JAKARTA**



Disusun oleh:

TOMMY TANTIO HIMAWAN

NPM: 220326958

Telah dibaca dan disetujui oleh:

Pembimbing,

A handwritten signature in black ink, appearing to be "A. Desy Pramusiwi".

Aloysia Desy Pramusiwi, SE., M.Sc.

10 Juni 2026

Skripsi

**PENGARUH *WORK FROM HOME* TERHADAP *JOB SATISFACTION*
DENGAN PERAN MEDIASI *WORK-LIFE BALANCE* PADA PEKERJA
DI JAKARTA**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Tommy Tantio Himawan
NPM: 220326958

telah dipertahankan di depan Panitia Penguji

pada tanggal 7 Juli 2026

dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima sebagai salah satu persyaratan untuk
mencapai gelar Sarjana Manajemen (S1)

Program Studi Manajemen

SUSUNAN PANTIA PENGUJI

Ketua Panitia Penguji



**Theresia Agung Maryudi Harsiwi, SE.,
M.Si.**

Anggota Panitia Penguji



**Dismas Persada Dewangga Pramudita,
SM., M.SM.**



Aloysia Desy Pramusiwi, Se., M.Sc.

Yogyakarta, 11 Juli 2026

Dekan Fakultas Bisnis dan Ekonomika

Universitas Atma Jaya Yogyakarta



FAKULTAS BISNIS
DAN EKONOMIKA

Wenefrida Mahestu Novindra Krisjanti, SE., M.Sc., Ph.D.

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini dengan sungguh-sungguh menyatakan bahwa skripsi dengan judul:

PENGARUH *WORK FROM HOME* TERHADAP *JOB SATISFACTION* DENGAN PERAN MEDIASI *WORK-LIFE BALANCE* PADA PEKERJA DI JAKARTA

merupakan hasil karya saya sendiri. Pernyataan, ide, maupun kutipan baik secara langsung maupun tidak langsung yang bersumber dari tulisan atau ide orang lain dinyatakan secara tertulis dalam skripsi ini dalam catatan dan daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa saya melakukan plagiasi pada sebagian atau keseluruhan dari skripsi ini, maka gelar dan ijazah yang saya peroleh dinyatakan batal dan akan saya kembalikan kepada Universitas Atma Jaya Yogyakarta.

Yogyakarta, 10 Juni 2026

Yang menyatakan



Tommy Tantio Himawan

220326958

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh *Work From Home* Terhadap *Job Satisfaction* Dengan Peran Mediasi *Work-Life Balance* Pada Pekerja Di Jakarta" dengan baik dan lancar. Skripsi ini dibuat dalam rangka memenuhi persyaratan tugas akhir untuk mencapai derajat sarjana (S1) Manajemen Sumber Daya Manusia di Fakultas Bisnis Dan Ekonomika Universitas Atma Jaya Yogyakarta. Selama proses penulisan skripsi ini banyak pihak yang telah membantu, membimbing dan memberikan dukungan. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Papa dan Mama yang selalu memberikan doa dan dukungan kepada penulis dari awal masa perkuliahan sampai dengan terselesaikannya skripsi ini.
2. Ibu Aloysia Desy Pramusiwi, SE., M.Sc. sebagai dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membimbing, memberikan arahan, masukan serta saran kepada penulis selama proses penulisan skripsi ini.
3. Charlivy Lim atas dukungan, motivasi, dan semangat yang diberikan selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Orvin dan Rico yang telah menemani perjalanan perkuliahan penulis, serta memberikan masukan, dukungan, dan semangat selama penyusunan skripsi ini.

5. Seluruh teman yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah memberikan dukungan, motivasi, serta bantuan selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Penulis menyadari masih ada kekurangan dalam skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menerima kritik dan saran yang sifatnya membangun untuk kedepannya agar menjadi lebih baik.

Yogyakarta, 10 Juni 2026

Yang menyatakan



Tommy Tantio Himawan

220326958

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
ABSTRAK	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Batasan Masalah	5
1.4 Tujuan Penelitian	6
1.5 Manfaat Penelitian	6
1.6 Sistematika Penulisan	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Landasan Teori	10
2.1.1 <i>Job Satisfaction</i>	11
2.1.2 <i>Work From Home</i>	12
2.1.3 <i>Work-Life Balance</i>	13
2.2 Penelitian Terdahulu.....	15
2.3 Pengembangan Hipotesis	16
2.3.1 Pengaruh <i>Work From Home</i> terhadap <i>Job Satisfaction</i>	16
2.3.2 Pengaruh <i>Work From Home</i> terhadap <i>Work-Life Balance</i>	17
2.3.3 Pengaruh <i>Work-Life Balance</i> terhadap <i>Job Satisfaction</i>	18
2.3.4 <i>Work-Life Balance</i> memediasi pengaruh <i>Work From Home</i> terhadap <i>Job Satisfaction</i>	19
2.4 Kerangka Penelitian	20
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	21
3.1 Jenis Penelitian.....	21
3.2 Lokasi Penelitian.....	21

3.3 Populasi dan Sampel	22
3.3.1 Populasi.....	22
3.3.2 Metode Pengambilan Sampel	22
3.3.3 Jumlah Sampel	23
3.4 Jenis Data Penelitian dan Sumber Data	23
3.5 Metode Pengumpulan Data.....	24
3.6 Instrumen Penelitian	24
3.7 Metode Pengujian Instrumen	25
3.7.1 Uji Validitas.....	25
3.7.2 Uji Reliabilitas	26
3.8 Metode Analisis Data	26
3.8.1 Analisis Deskriptif	27
3.8.2 Pengujian Hipotesis	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
4.1 Karakteristik Responden	33
4.2 Hasil Pengujian Instrumen	34
4.2.1 Hasil Uji Validitas	34
4.2.2 Hasil Uji Reliabilitas.....	36
4.3 Metode Analisis Data	36
4.3.1 Hasil Analisis Deskriptif	36
4.3.2 Hasil Uji Hipotesis	40
4.3.2.1 Pengaruh Work From Home Terhadap Job Satisfaction	40
4.3.2.2 Pengaruh <i>Work From Home</i> Terhadap <i>Work-Life Balance</i>	41
4.3.2.3 Pengaruh <i>Work-Life Balance</i> Terhadap <i>Job Satisfaction</i>	42
4.3.2.4 Work-Life Balance Memediasi Pengaruh Work From Home Terhadap <i>Job Satisfaction</i>	43
4.4 Pembahasan.....	45
4.4.1 Pengaruh <i>Work From Home</i> terhadap <i>Job Satisfaction</i>	45
4.4.2 Pengaruh <i>Work From Home</i> terhadap <i>Work-Life Balance</i>	46
4.4.3 Pengaruh <i>Work-Life Balance</i> terhadap <i>Job Satisfaction</i>	48

4.4.4 <i>Work-Life Balance</i> Memediasi Pengaruh <i>Work From Home</i> terhadap <i>Job Satisfaction</i>	49
BAB V PENUTUP.....	52
5.1 Kesimpulan	52
5.2 Implikasi Manajerial	53
5.3 Keterbatasan Penelitian.....	54
5.4 Saran	55
DAFTAR PUSTAKA.....	55
LAMPIRAN.....	59
Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	59
Lampiran 2 Pertanyaan Penelitian	61
Lampiran 3 Kuesioner Asli	62
Lampiran 4 Data dan Jawaban Responden.....	64
Lampiran 5 Hasil Olah Data	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Penelitian	20
---------------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu.....	15
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden	33
Tabel 4. 2 Hasil Uji Validitas	35
Tabel 4. 3 Hasil Uji Reliabilitas	36
Tabel 4. 4 Hasil Analisis Deskriptif Variabel <i>Work From Home</i>	37
Tabel 4. 5 Hasil Analisis Deskriptif Variabel <i>Work-Life Balance</i>	38
Tabel 4. 6 Hasil Analisis Deskriptif Variabel <i>Job Satisfaction</i>	39
Tabel 4. 7 Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana Variabel <i>Work From Home</i> terhadap Variabel <i>Job Satisfaction</i>	40
Tabel 4. 8 Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana Variabel <i>Work From Home</i> terhadap Variabel <i>Work-Life Balance</i>	41
Tabel 4. 9 Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana Variabel <i>Work-Life Balance</i> terhadap Variabel <i>Job Satisfaction</i>	42
Tabel 4. 10 Hasil Analisis Regresi Linear Berganda pada Pengujian Mediasi <i>Work-</i> <i>Life Balance</i> terhadap Pengaruh <i>Work From Home</i> terhadap <i>Job Satisfaction</i>	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	59
Lampiran 2 Pertanyaan Penelitian	61
Lampiran 3 Kuesioner Asli	62
Lampiran 4 Data dan Jawaban Responden.....	64

PENGARUH *WORK FROM HOME* TERHADAP *JOB SATISFACTION* DENGAN PERAN MEDIASI *WORK-LIFE BALANCE* PADA PEKERJA DI JAKARTA

Disusun Oleh:

Tommy Tantio Himawan

NPM: 220326958

Pembimbing:

Aloysia Desy Pramusiwi, SE., M.Sc.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Work From Home* terhadap *Job Satisfaction* dengan peran mediasi *Work-Life Balance* pada pekerja di Jakarta. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik *purposive sampling* dan pengumpulan data melalui Google Forms terhadap 117 responden yang menerapkan sistem *Work From Home* atau *Hybrid Work*. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear dan uji mediasi Baron & Kenny dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Work From Home* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *Job Satisfaction* dan *Work-Life Balance*. Selain itu, *Work-Life Balance* juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap *Job Satisfaction* serta mampu memediasi pengaruh *Work From Home* terhadap *Job Satisfaction* secara parsial. Temuan ini menunjukkan bahwa penerapan *Work From Home* yang baik dapat membantu meningkatkan keseimbangan kehidupan kerja dan kepuasan kerja karyawan.

Kata kunci: Work From Home, Work-Life Balance, Job Satisfaction.