

**PENGARUH *WORK LIFE-BALANCE*, DUKUNGAN SOSIAL,
FLEKSIBILITAS KERJA DAN LINGKUNGAN KERJA FISIK TERHADAP
KINERJA KARYAWAN PT. SUMBER ALFARIA TRIJAYA TBK. (ALFAMART)
DI AREA KECAMATAN DUREN SAWIT**

TUGAS AKHIR

Oleh:

LANGGENG BRAGI MUHARRADI

213402516122



**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS NASIONAL**

2025

**PENGARUH *WORK LIFE-BALANCE*, DUKUNGAN SOSIAL,
FLEKSIBILITAS KERJA DAN LINGKUNGAN KERJA FISIK TERHADAP
KINERJA KARYAWAN PT. SUMBER ALFARIA TRIJAYA TBK. (ALFAMART)
DI AREA KECAMATAN DUREN SAWIT**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Manajemen di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Nasional

TUGAS AKHIR

Oleh:

LANGGENG BRAGI MUHARRADI

213402516122



**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS NASIONAL**

2025

LEMBAR PERNYATAAN

Penulis menyatakan dengan sebenar – benarnya bahwa segala pernyataan dalam skripsi yang berjudul :

**PENGARUH *WORK LIFE-BALANCE*, DUKUNGAN SOSIAL,
FLEKSIBILITAS KERJA DAN LINGKUNGAN KERJA FISIK
TERHADAP KINERJA KARYAWAN PT. SUMBER
ALFARIA TRIJAYA TBK. (ALFAMART) DI AREA
KECAMATAN DUREN SAWIT**

Merupakan gagasan atau hasil penelitian penulis, kecuali yang jelas rujukannya. Skripsi ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua data dan informasi yang digunakan telah dinyatakan secara jelas dan dapat diperiksa kebenarannya

Jakarta, 10 Februari 2025



Langgeng Bragi Muharradi

NPM : 20340251620

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Tugas Akhir : PENGARUH WORK LIFE BALANCE, DUKUNGAN SOSIAL, FLEKSIBILITAS KERJA, DAN LINGKUNGAN KERJA FISIK TERHADAP KINERJA KARYAWAN PT. SUMBER ALFARIA TRIJAYA TBK (ALFAMART) DI AREA KECAMATAN DUREN SAWIT

Nama Mahasiswa : Langgeng Bragi Muharradi
Nomor Pokok : 213402516122
Program Studi : Manajemen

Menyetujui, Pembimbing Tugas Akhir



(Prof. Dr. Suryono Efendi, S.E., M.B.A., M.M.)

Mengetahui,

PKS (K) Program Studi Manajemen,



(Dr. Resti Hardini, S.E., M.Si.)

Jakarta, 10 Februari 2025

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Tugas Akhir : PENGARUH WORK LIFE BALANCE. DUKUNGAN SOSIAL, FLEKSIBILITAS KERJA, LINGKUNGAN KERJA FISIK, KINERJA KARYAWAN PT. SUMBER ALFARIA TRIJAYA TBK (ALFAMART) DI AREA KECAMATAN DUREN SAWIT

Nama Mahasiswa : Langgeng Bragi Muharradi

Nomor Pokok Mahasiswa : 213402516122

Program Studi : Manajemen

Diterima dan Disahkan oleh

Panitia Ujian Tugas Akhir Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Nasional

Menyetujui,

Pembimbing Tugas Akhir

(Prof. Dr. Suryono Efendi, S.E., M.B.A., M.M.)

Ketua Penguji

Anggota/Penguji

(Prof. Dr. Edi Sugiono, S.T., S.E., M.M)

(Atsari Sujud., S.E., M.M)

Mengetahui

Dekan



Prof. Dr. Edi Sugiono, S.T., S.E., M.M,

Jakarta : 7 Maret 2025

Tanggal Lulus:.....2025

ABSTRAK

“PENGARUH WORK LIFE BALANCE, DUKUNGAN SOSIAL, FLEKSIBILITAS KERJA, LINGKUNGAN KERJA FISIK, KINERJA KARYAWAN PT. SUMBER ALFARIA TRIJAYA TBK (ALFAMART) DI AREA KECAMATAN DUREN SAWIT”

Oleh Langgeng Bragi Muharradi

NPM 213402516122

Tugas Akhir, dibawah bimbingan Prof. Dr. Suryono Efendi,
S.E., M.B.A., M.M

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh work-life balance, dukungan sosial, fleksibilitas kerja, dan lingkungan kerja fisik terhadap kinerja karyawan di PT Sumber Alfaria Trijaya Tbk (Alfamart) di Kecamatan Duren Sawit. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan regresi linear berganda dan menggunakan program Statistical Product and Service Solution (SPSS) versi 23. Teknik *Simple Random Sampling* dipergunakan di studi ini untuk mengambil sampel, sejumlah 112 responden dijadikan sampel. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang disebarakan kepada karyawan Alfamart di wilayah Duren Sawit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *work-life balance*, dukungan sosial, fleksibilitas kerja, dan lingkungan kerja fisik berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan. Faktor yang memiliki pengaruh paling dominan adalah *work-life balance*, yang menunjukkan bahwa keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi karyawan memainkan peran penting dalam meningkatkan kualitas kerja mereka. Dukungan sosial dari rekan kerja dan atasan juga berkontribusi dalam menciptakan lingkungan kerja yang lebih nyaman dan meningkatkan efektifitas kerja.

Kata Kunci: *Work-Life Balance*, dukungan sosial, fleksibilitas kerja, dan lingkungan kerja fisik, kinerja karyawan

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF WORK LIFE BALANCE. SOCIAL SUPPORT, WORK FLEXIBILITY, PHYSICAL WORK ENVIRONMENT, EMPLOYEE PERFORMANCE PT. SUMBER ALFARIA TRIJAYA TBK (ALFAMART) IN DUREN SAWIT SUB- DISTRICT AREA

By Langgeng Bragi Muharradi

NPM 213402516122

Final Project, under the guidance of Prof. Dr Suryono Efendi, S.E.,
M.B.A., M.M.

This study aims to analyse the effect of work-life balance, social support, work flexibility, and physical work environment on employee performance at PT Sumber Alfaria Trijaya Tbk (Alfamart) in Duren Sawit District. The research method used is quantitative with a multiple linear regression approach and using the Statistical Product and Service Solution (SPSS) version 23 program. Simple Random Sampling technique was used in this study to take samples, a total of 112 respondents were sampled. Data were collected through questionnaires distributed to Alfamart employees in the Duren Sawit area. The results showed that work-life balance, social support, work flexibility, and physical work environment have a positive and significant effect on employee performance. The factor that has the most dominant influence is work-life balance, which shows that the balance between employees' work and personal lives plays an important role in improving the quality of their work. Social support from colleagues and superiors also contributes to creating a more comfortable work environment and improving work effectiveness.

Keywords: *Work-Life Balance*, social support, work flexibility, and physical work environment, employee performance.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Dengan mengucapkan puji dan syukur kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan. Penyusunan Tugas Akhir ini yang berjudul **“PENGARUH WORK LIFE BALANCE. DUKUNGAN SOSIAL, FLEKSIBILITAS KERJA, LINGKUNGAN KERJA FISIK , KINERJA KARYAWAN PT. SUMBER ALFARIA TRIJAYA TBK (ALFAMART) DI AREA KECAMATAN DUREN SAWIT”** dengan baik. Tujuan penyusunan tugas akhir ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai Studi Program Sarjana (S1) Prodi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Nasional. Penyusunan Tugas Akhir ini penulis tentunya mengalami hambatan baik yang bersifat teknis maupun yang lainnya. Namun berkat dukungan, kerjasama, dorongan semangat dan bantuan dari berbagai pihak maka hambatan tersebut dapat diatasi dengan baik. Oleh karena itu pada kesempatan ini dengan kerendahan, rasa kasih sayang penulis, dan rasa hormat penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Drs. EL Amry Bermawi Putera, M.A, selaku Rektor Universitas Nasioal
2. Bapak Prof. Dr. Edi Sugiono, S.T., S.E., M.M, selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Nasional
3. Ibu Dr. Rahayu Lestari, S.E., M.M, selaku Wakil Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Nasional
4. Ibu Dr. Resti Hardini, S.E., M.Si, selaku Ketua Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisinis
5. Ibu Dr. Subur Karyatun, S.E., M.M. selaku Sekertaris Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Nasional.
6. Bapak Prof. Dr. Suryono Efendi, S.E., M.B.A., M.M selaku pembimbing skripsi yang telah berkenan memberikan arahan dan membimbing dalam penulisan skripsi serta memotivasi penulis dimana akhirnya skripsi ini bisa terselesaikan.

7. Seluruh Dosen Universitas Nasional Khususnya Dosen Fakultas Ekonomi dan Bisnis yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada anak didiknya sehingga bisa tumbuh dan berkembang dalam proses belajar
8. Seluruh Staff Sekretariat Fakultas Ekonomi dan Bisnis yang telah memberikan pelayanan dan bantuan selama menjadi mahasiswa FEB UNAS.
9. Kepada ibu Sutasmi penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga dan senantiasa memberikan semangat, serta dukungan moral dan materiil dalam setiap langkah perjalanan akademik serta doa-doa tulus yang selalu mengiringi setiap langkah saya, atas kesabaran, pengorbanan, serta perhatian yang tidak pernah berkurang sedikit pun.
10. Kepada bapak Abdul Basir, terima kasih atas segala kerja keras, pengorbanan, serta nasihat bijak yang selalu menjadi pegangan dalam setiap langkah saya. Doa dan dukungannya telah menjadi kekuatan terbesar yang membuat saya terus maju, bahkan di saat-saat sulit. Terima kasih sudah menjadi teladan dan memberikan saya keyakinan bahwa kerja keras tidak akan pernah sia-sia.
11. Kepada SOBRUT (Rasid, Gema, Galih, Dimas, Shandy, Agus, Umar, dan Alvin.) Terima kasih atas setiap kebersamaan yang telah kita jalani sejak awal semester hingga hari ini. Kalian bukan hanya teman biasa, tetapi sudah seperti keluarga kedua bagi saya. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, tempat bertukar pikiran, tempat berkeluh kesah, dan tempat untuk tertawa tanpa beban. Semoga kita bisa menyelesaikan perjuangan ini bersama-sama, berdiri di garis akhir dengan penuh kebanggaan, dan tetap menjaga persahabatan ini sampai kapan pun.
12. Kepada teman teman satu konsentrasi Manajemen SDM yaitu Intan dan Dandy, terima kasih atas semangat, motivasi, serta kerja sama yang telah terjalin, baik dalam menghadapi tugas-tugas perkuliahan maupun dalam menyusun skripsi ini.
13. Kepada seluruh teman teman anggota PB. SAYUR Terima kasih telah menemani saya dalam meluangkan hobi bermain bulutangkis. Bersama kalian, saya menemukan tempat untuk melepas penat, bercanda, dan menikmati setiap momen di lapangan. Terima kasih atas tawa, semangat, dan kebersamaan yang

selalu membuat setiap permainan menjadi lebih dari sekadar olahraga tetapi juga menjadi pengalaman berharga yang mempererat persahabatan.

14. Kepada teman-teman serta seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu yang telah memberikan dukungan, motivasi, serta semangat kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semua yang telah memberikan semangat, motivasi, dukungan, dan bantuan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini. Dengan rendah hati dan segala hormat, penulis memohon maaf jika terdapat kesalahan dan kekurangan dalam skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun untuk kesempurnaan karya ini. Semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Terimakasih,



Jakarta, 10 Februari 2025

Langgeng Bragi Muharradi

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN	
LEMBAR PERSETUJUAN	
LEMBAR PENGESAHAN	
ABSTRAK	i
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
BAB II	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Manajemen Sumber Daya Manusia	9
1. Pengertian Manajemen Sumber Daya Manusia	9
2. Fungsi-fungsi Manajemen Sumber Daya Manusia	10
3. Tujuan Manajemen Sumber Daya Manusia	11
B. Kinerja Karyawan	12
1. Pengertian Kinerja Karyawan	12
2. Faktor Yang Mempengaruhi Kinerja	13
3. Indikator Kinerja	14
C. <i>Work-Life Balance</i>	15
1. Pengertian <i>Work Life Balance</i>	15
2. Faktor-Faktor <i>Work Life Balance</i>	16
3. Manfaat <i>Work-life balance</i>	17
4. Indikator <i>Work Life Balance</i>	17
D. Dukungan Sosial	19
1. Pengertian Dukungan Sosial	19
2. Sumber-Sumber Dukungan Sosial	19
3. Bentuk Dukungan Sosial	20

4. Indikator Dukungan Sosial.....	20
E. Fleksibilitas Kerja.....	22
1. Pengertian Fleksibilitas Kerja	22
2.. Jenis pengaturan Fleksibilitas Kerja.....	22
3. Tujuan Fleksibilitas Kerja	23
4. Indikator Fleksibilitas Kerja.....	23
F. Lingkungan Kerja Fisik	24
1. Pengertian Lingkungan Kerja Fisik	24
2. Jenis Lingkungan Kerja.....	25
3. Manfaat Lingkungan Kerja	25
4. Indikator Lingkungan Kerja Fisik.....	26
G. Keterkaitan Variabel	27
1. Pengaruh <i>Work Life Balance</i> Terhadap Kinerja Karyawan	27
2. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kinerja Karyawan.....	28
3. Pengaruh Fleksibilitas Kerja Terhadap Kinerja Karyawan.....	29
4. Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik Terhadap Kinerja Karyawan.....	29
H. Penelitian Terdahulu	30
I. Kerangka Analisis.....	34
J. Hipotesis	35
BAB III	36
METODOLOGI PENELITIAN.....	36
A. Objek Penelitian.....	36
B. Data Penelitian.....	36
1. Sumber dan Jenis Data	36
2. Populasi Dan Sampel	37
3. Teknik Pengumpulan Data.....	38
C. Definisi Operasional Variabel	38
D. Metode Analisis dan Pengujian Hipotesis.....	40
1. Metode Analisis	40
2. Analisis Regresi Linear Berganda.....	41
3. Pengujian Instrumen.....	41
4. Uji Asumsi Klasik	42
5. Pengujian Hipotesis.....	43
BAB IV	44

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
A. Hasil Penelitian	44
1. Deskripsi Data Penelitian	44
a. Profil PT.Sumber Alfaria Trijaya, Tbk.	44
b. Visi , Misi, Budaya Dan Motto	45
c. Struktur Organisasi.....	46
2. Karakteristik Responden	47
A. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	47
B. Karakteristik Responden Berdasarkan pada usia	48
C. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan	49
D. Karakteristik Responden Berdadsarkan Lama Bekerja.....	50
3. Hasil Lengkap Estimasi Penelitian	51
A. Metode Analisis Deskriptif	51
B. Uji Instrumen	58
C. Uji Asumsi Klasik	61
D. Metode Analisis	64
E. Uji Kelayakan Model.....	66
F. Uji Hipotesis (Uji T)	67
G. Pembahasan	69
BAB V.....	74
KESIMPULAN DAN SARAN.....	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran	75
Daftar Pustaka	77

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Hasil Penilaian Kinerja Karyawan.....	2
Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	30
Tabel 3. 1 Pengukuran Skala Likert	38
Tabel 3. 2 Definisi Operasional Variabel	39
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Sebagaimana Didasarkan Jenis Kelamin.....	47
Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Sebagaimana Didasarkan Usia.....	48
Tabel 4. 3 Karakteristik Responden Sebagaimana Didasarkan Tingkat Pendidikan	49
Tabel 4. 4 Karakteristik Responden Sebagaimana Didasarkan Masa Bekerja	50
Tabel 4. 5 Deskriptif Variabel Work Life Balance (X1).....	51
Tabel 4. 6 Deskriptif Variabel Dukungan Sosial (X2).....	53
Tabel 4. 7 Deskriptif Variabel Fleksibilitas Kerja (X3).....	54
Tabel 4. 8 Deskriptif Variabel Lingkungan Kerja Fisk (X4).....	55
Tabel 4. 9 Deskriptif Variabel Kinerja Karyawan (Y).....	57
Tabel 4. 10 Hasil Uji Validitas.....	58
Tabel 4. 11 Hasil Uji Normalitas.....	61
Tabel 4. 12 Hasil Uji Realibilitas	61
Tabel 4. 13 Hasil Uji Multikolinearitas.....	62
Tabel 4. 14 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	63
Tabel 4. 15 Hasil Uji Autokorelasi.....	64
Tabel 4. 16 Hasil Regresi Linier Berganda	64
Tabel 4. 17 Hasil Uji F.....	66
Tabel 4. 18 Hasil Uji Koefisien Determinasi (R ²)	67
Tabel 4. 19 Hasil Uji Hipotesis (Uji t)	67



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Analisis	35
Gambar 4. 1 Diagram presentase berdasrkan Jenis Kelamin.....	49
Gambar 4. 2 Diagram presentase berdasarkan usia	50
Gambar 4. 3 Diagram presesntase berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	51
Gambar 4. 4 Diagram presentase berdasarkan masa kerja.....	52

