

**PENGARUH KECERDASAN EMOSI DAN
WORK-LIFE BALANCE TERHADAP KEPUASAN
KERJA KARYAWAN**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam
Bidang Psikologi



Oleh
DIMAS ERLANGGA
41183507190049

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN POLITIK
UNIVERSITAS ISLAM 45 BEKASI**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh Kecerdasan Emosi dan *Work-Life Balance* terhadap
Kepuasan Kerja Karyawan
Nama : Dimas Erlangga
NPM : 41183507190049

Bekasi, 16 Desember 2025

Menyetujui,
Pembimbing



Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si.

Mengetahui :
Ketua Program Studi,



Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

HALAMAN PENGESAHAN

Pengaruh Kecerdasan Emosi dan *Work-Life Balance* terhadap Kepuasan Kerja
Karyawan

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Dimas Erlangga
41183507190049



Telah Diujikan Di Hadapan Dewan Penguji

Pada Tanggal : 16 Desember 2025

dan telah dinyatakan Lulus / disahkan di Universitas Islam 45

Pada Tanggal : 08 Januari 2026

Dewan Penguji :

Ketua	:	Novita Dian Iva Prestiana, S. Psi, M. Psi., Psikolog.	()
Sekretaris	:	Dr. Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si., Psikolog.	()
Anggota	:	1. Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si.	()
	:	2. Alfiana Indah Muslimah, S.Psi., M.Psi., Psikolog.	()

ORISINILITAS SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dimas Erlangga
NPM : 41183507190049
Judul Skripsi : Pengaruh Kecerdasan Emosi dan *Work-Life Balance* terhadap
Kepuasan Kerja Karyawan



Menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (Sarjana, Magister atau *Doctor*), baik di Universitas Islam 45 Bekasi maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh dosen pembimbing skripsi yang ditentukan atau dosen lain yang kompeten
3. Karya tulis ini terbebas dari :
 - a. *Fabrikasi*, yaitu tindakan membuat data yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat dan atau mengumpulkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian.
 - b. *Falsifikasi*, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki peneliti (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan, atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa sehingga peneliti itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian.
 - c. *Plagiarism*, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses, objek dan hasil penelitian baik dalam bentuk data atau kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), usulan rencana penelitian, dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang kecuali tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
5. Penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia terkena sanksi akademik serta sanksi lainnya sesuai dengan normal yang berlaku di Universitas Islam 45 Bekasi.

Bekasi, 16 Desember 2025
Yang Membuat Pernyataan,



Dimas Erlangga
41183507190049

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas Proposal Skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Kecerdasan Emosi dan *Work-Life Balance* terhadap Kepuasan Kerja Karyawan” ini tepat pada waktunya. Adapun tujuan dari penulisan Skripsi ini adalah untuk memenuhi tugas awal skripsi pada mata kuliah. Selain itu, Skripsi ini juga bertujuan untuk menambah wawasan tentang pembuatan Skripsi berjudul Pengaruh Kecerdasan Emosi dan *Work-Life Balance* terhadap Kepuasan Kerja Karyawan bagi para pembaca dan juga bagi penulis.

Penulis sangat menyadari bahwa dalam psroses penyusunan proposal ini skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh Karen itu, penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebanyak-banyaknya kepada:

1. Bapak Dr. Rony Setiawan, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing yang sudah dengan sabar memberikan bimbingan, arahan, dan juga solusi kepada penulis dari awal penulisan hingga akhirnya proposal skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Ibu Novita Dian Iva, S.Psi., M.Psi selaku ketua prodi yang telah bersedia menyediakan waktunya untuk saya bisa menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Siti Nur Hidayah, S.Psi., M.Si dan Ibu Alfiana Indah M, S.Psi., M.Psi selaku dosen penguji.
4. Kedua orangtua saya sendiri yang selalu memberikan perhatian, dukungan dan juga mendoakan dengan tulus kepada saya hingga akhirnya penulisan ini dapat diselesaikan dengan baik.
5. Siti Nur Khalifah selaku kekasih tercinta, lalu sahabat penulis Rasyid Waliyudin dan Sonny Wirawan yang telah memberikan banyak motivasi, bantuan dan dukungan selama proses pengerjaan skripsi ini.
6. Semua pihak yang tidak dapat ditulis penulis satu persatu yang telah memberikan banyak dukungan, motivasi dan waktu untuk penulis.

7. Terakhir, untuk diri penulis sendiri, terima kasih telah mampu bertahan, melewati segala rintangan, dan melalui semuanya dengan baik.

Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan kepada semua pihak yang telah membantu dan memberikan dukungan dalam penyusunan skripsi ini. Saya juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membagi sebagian pengetahuannya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Saya menyadari, skripsi yang saya tulis ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun akan saya nantikan demi kesempurnaan skripsi ini.

Jakarta, 15 Mei 2025

Dimas Erlangga

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	i
KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
LEMBAR PERSEMBAHAN DAN MOTTO	ix
ABSTRAK	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat Teoritis	7
2. Manfaat Praktis.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Kecerdasan Emosi.....	9
1. Definisi Kecerdasan Emosi	9
2. Aspek Kecerdasan Emosi	11
B. <i>Work-Life Balance</i>	12
1. Definisi <i>Work-Life Balance</i>	12
2. Aspek <i>Work-Life Balance</i>	15
Kepuasan Kerja.....	17
1. Definisi Kepuasan Kerja.....	17
2. Aspek Kepuasan Kerja	18
D. Kerangka Berpikir.....	21
E. Hipotesis.....	27
F. Orisinalitas Penelitian	28

BAB II I METODE PENELITIAN	29
A. Desain Penelitian.....	29
B. Identifikasi dan Operasional Variabel.....	29
1. Definisi Konseptual	30
2. Definisi Operasional	31
C. Subjek, Waktu, dan Tempat Penelitian	32
D. Teknik Pengumpulan Data.....	33
E. Instrument Pengukuran	35
1. Kecerdasan Emosi	35
2. <i>Work-Life Balance</i>	37
3. Kepuasan Kerja	38
F. Kualitas Instrument Pengukuran	39
1. Uji Validitas Instrument Pengukuran	39
2. Uji Realibilitas Instrumen Pengukuran	41
G. Teknik Analisis Data.....	42
1. Teknik Deskriptif.....	43
2. Pengujian Asumsi/Prasyarat	44
3. Pengujian Hipotesis	47
H. Jadwal Penelitian.....	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Gambaran Umum Lokal Penelitian.....	51
B. Deskripsi Subjek Penelitian	53
C. Deskripsi Variabel Penelitian.....	54
D. Hasil Penelitian	57
E. Diskusi	60
F. Keterbatasan Penelitian.....	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN	73

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Orisinilitas Penelitian	28
Tabel 2. Populasi dan Sampel	32
Tabel 3. Tempat dan Waktu Penelitian.....	33
Tabel 4. Skala Pengukuran Psikologi	35
Tabel 5. Aspek Kecerdasan Emosi	36
Tabel 6. Aspek <i>Work-Life Balance</i>	37
Tabel 7. Aspek Kepuasan Kerja	38
Tabel 8. Instrumen Pengukuran (Cronbach Alpha).....	41
Tabel 9. Rumus Kategorisasi Mean.....	43
Tabel 10. Kategorisasi Variabel Kecerdasan Emosi, <i>Work-Life Balance</i> , dan Kepuasan Kerja	43
Tabel 11. Uji Normalitas	45
Tabel 12. Hasil Uji Linearitas Kecerdasan Emosi, <i>Work Life-Balance</i> , dan Kepuasan Kerja	46
Tabel 13. Tabel Pedoman Iterpretasi Koefisien Korelasi	48
Tabel 14. Jadwal Penelitian	49
Tabel 15. Karakteristik Jenis Kelamin	53
Tabel 16. Karakteristik Usia	54
Tabel 17. Karakteristik Masa Kerja.....	54
Tabel 18. Variabel Penelitian	55
Tabel 19. Deskripsi Variabel Kecerdasan Emosi	56
Tabel 20. Deskripsi Variabel <i>Work-Life Balance</i>	56
Tabel 21. Deskripsi Variabel Kepuasan Kerja	57
Tabel 22. Hubungan Kecerdasan Emosi dengan Kepuasan Kerja	57
Tabel 23. Hubungan <i>Work-Life Balance</i> dengan Kepuasan Kerja	58
Tabel 24. Pengaruh Variabel Kecerdasan Emosi dan <i>Work-Life Balance</i> terhadap Kepuasan Kerja	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	27
Gambar 2. Formula Aiken's V	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Cek Plagiarisme Turnitin.....	75
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	77
Lampiran 3. Surat Persetujuan Penelitian.....	79
Lampiran 4. Lembar Bimbingan Skripsi	81
Lampiran 5. Kartu Kehadiran Sidang Draft	83
Lampiran 6. Surat Keputusan	85
Lampiran 7. Form Matrix Sidang Draft dan Sidang Skripsi.....	87
Lampiran 8. Hasil Analisis Expert Judgement.....	89
Lampiran 9. Hasil Uji Deskriptif.....	93
Lampiran 10. Hasil Uji Asumsi.....	99
Lampiran 11. Hasil Uji Validitas & Reliabilitas.....	105
Lampiran 12. Hasil Uji Hipotesis.....	111

LEMBAR PERSEMBAHAN DAN MOTTO

Puji syukur kepada Allah SWT atas limpahan kasih sayang dan kemudahan-Nya. Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua tercinta, Bapak Sukatno dan Ibu Tuti Rahayu, yang selalu mendoakan, memberikan kasih sayang, semangat, serta dukungan moral dan material tanpa henti.

Terima kasih juga kepada keluarga serta sahabat-sahabat yang telah memberikan do'a, semangat, dan motivasi dalam proses penyusunan skripsi ini hingga selesai. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat, nikmat, dan perlindungan-Nya kepada kita semua. Aamiin Ya Rabbal 'Alamin.

Selalu Ada Harapan Bagi Orang -Orang Yang Sering Berdoa

Selalu Ada Jalan Bagi Orang-Orang Yang Sering Berusaha

PENGARUH KECERDASAN EMOSI DAN *WORK-LIFE BALANCE* TERHADAP KEPUASAN KERJA KARYAWAN

Dimas Erlangga¹, Rony Setiawan²

Universitas Islam 45

ABSTRACT

In reality, demanding quality employees is not easy. This is because the quality of an employee's work is greatly influenced by internal and external factors. Internal factors are those influenced by a person's characteristics, such as attitude, personality, motivation, family background, gender, education, and culture. External factors are those that influence employee performance and satisfaction, stemming from the scope of work, company leadership, team conditions or coworkers, training and supervision, payroll systems, and environmental conditions. This research was conducted at PT. HEA, a company engaged in the sale of household electronics. The purpose of this study was to determine the influence of emotional intelligence and work-life balance on job satisfaction. This research design used a quantitative approach, with 50 respondents. The study employed a population study with a census method. Data collection was conducted through interviews and psychological scales. The measurement instruments used an emotional intelligence scale, a work-life balance scale, and a job satisfaction scale. Spearman's Rank Analysis revealed a significant relationship between emotional intelligence and job satisfaction ($r = 0.487$, $p = 0.000$, 2-tailed), work-life balance and job satisfaction ($r = 0.588$, $p = 0.000$, 2-tailed), and multiple regression analysis revealed that emotional intelligence and work-life balance contribute to job satisfaction (Sig. $F = 0.000b$, R Square 0.346).

Keywords : Emotional Intelligence, Work-Life Balance, Job Satisfaction.

ABSTRAK

Pada kenyataannya untuk menuntut agar karyawan berkualitas bukanlah hal mudah, hal ini dikarenakan kualitas kerja seorang pegawai sangatlah dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang dipengaruhi oleh sifat-sifat seseorang seperti sikap, kepribadian, motivasi, latar belakang keluarga, jenis kelamin, pendidikan dan budaya. Faktor eksternal adalah faktor yang dipengaruhi kinerja dan kepuasan karyawan yang berasal dari ruang lingkup kerja, kepemimpinan suatu perusahaan, kondisi tim kerja atau rekan kerja, pelatihan dan pengawasan, sistem pembayaran gaji serta kondisi lingkungan. Penelitian ini dilakukan pada PT. HEA yaitu perusahaan yang bergerak dibidang penjualan alat elektronik rumah tangga. Tujuan dari penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran mengenai pengaruh antara kecerdasan emosi dan *work-life balance* terhadap kepuasan kerja. Desain penelitian ini menggunakan kuantitatif, berjumlah 50 responden, menggunakan studi populasi dengan metode sensus, dan pengumpulan data dilakukan melalui wawancara serta skala psikologi. Instrumen pengukuran menggunakan skala kecerdasan emosi, skala *work-life balance* dan skala kepuasan kerja. Melalui teknik analisis Rank Spearman diketahui terdapat pengaruh signifikan antara kecerdasan emosi dengan kepuasan kerja ($r = 0,487$, $p = 0,000$, 2-tailed), terdapat pengaruh signifikan antara *work-life balance* dengan kepuasan kerja ($r = 0,588$, $p = 0,000$, 2-tailed) dan melalui teknik analisis regresi berganda didapatkan hasil bahwa kecerdasan emosi dan *work-life balance* mampu memberikan sumbangan terhadap kepuasan kerja (Sig. $F = 0,000b$, R Square 0,346).

Kata Kunci : Kecerdasan Emosi, Work-Life Balance, Kepuasan Kerja

¹ Email korespondensi : dmserlngga@gmail.com

² Email korespondensi : ronykusetia@gmail.com

Lampiran 1. Hasil Cek Plagiarisme

Turnitin

Pengaruh Kecerdasan Emosi dan *Work-Life Balance* terhadap Kepuasan Kerja Karyawan pada PT. Haier Electrical Appliances Indonesia

ORIGINALITY REPORT

20%	9%	14%	11%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.unismabekasi.ac.id Internet Source	4%
2	jurnal.unismabekasi.ac.id Internet Source	4%
3	docplayer.info Internet Source	4%
4	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia Student Paper	3%
5	jurnal.uhn.ac.id Internet Source	3%
6	123dok.com Internet Source	2%
7	ejournal-polnam.ac.id Internet Source	2%
8	www.researchgate.net Internet Source	2%
9	eprints.universitaspurabangsa.ac.id Internet Source	2%
10	konsultasiskripsi.com Internet Source	2%
11	www.scribd.com Internet Source	1%
	etheses.uin-malang.ac.id	