



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**PENGARUH *CHANGE MANAGEMENT* DAN *WORK LIFE BALANCE*
TERHADAP KEPUASAN KERJA KARYAWAN PT X.**

SKRIPSI

**AYSKA SALSABILA PUSPA
46119120031**

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCUBUANA
JAKARTA
2025**



**PENGARUH *CHANGE MANAGEMENT* DAN *WORK LIFE BALANCE*
TERHADAP KEPUASAN KERJA KARYAWAN PT X**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

AYSKA SALSABILA PUSPA

46119120031

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCUBUANA
JAKARTA
2025**

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ayska Salsabila Puspa

NIM : 46119120031

Programs Studi : Psikologi

Judul Laporan Skripsi : Pengaruh *Change Management* dan *Work Life Balance*
Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan PT X.

Saya menyatakan bahwa laporan skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Apabila ternyata ditemukan di dalam laporan skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 01 Oktober 2025

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Ayska Salsabila Puspa

PERNYATAAN SIMILARITY CHECK

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan, bahwa karya ilmiah yang ditulis oleh

Nama : Ayska Salsabila Puspa
NIM : 46119120031
Program Studi : S1 Psikologi

dengan judul

“*Pengaruh Change Managment dan Work Life Balance Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan PT X.*”, telah dilakukan pengecekan *similarity* dengan sistem Turnitin pada tanggal 19 September 2025 didapatkan nilai persentase sebesar 28 %.

Jakarta, 19 September 2025
Administrator Turnitin


Donny Dwi Hambodo, S.Ikom

U N I V E R S I T A S
MERCU BUANA

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Ayska Salsabila Puspa
NIM : 46119120031
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Change Management dan Work Life Balance terhadap Kepuasan Kerja Karyawan PT X.

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Amy Mardhatillah, Ph.D. ()
NIDN : 0308088403

Ketua Penguji : Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D. ()
NIDN : 0316058002

Penguji 1 : Dr. Irma Himmatul Alliyah, M.Psi., Psikolog ()
NIDN : 0314108301

U N I V E R S I T A S

Jakarta, 4 Oktober 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Ketua Program Studi Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Laporan Skripsi ini. Penulisan Laporan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Psikologis pada Fakultas Psikologi Program Sarjana Universitas Mercu Buana. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Laporan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M. selaku Rektor Universitas Mercu Buana
2. Ibu Dr. Laila Meiliyandrie Indah W, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi.
3. Ibu Yenny, M. Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi.
5. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M. Psi., Psikolog, selaku Sekertaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana.
6. Bapak Dhani Irmawan, S. Psi., M.Sc., selaku Sekertaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana.
7. Ibu Dr. Amy Mardhatillah, Ph.D., Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
8. Ibu Dr. Irma Himmatuh Alliyah, M. Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
9. Ibu Dr. Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Ketua Penguji Tugas Akhir atas koreksi dan arahan serta masukannya.
10. Kedua orang tua saya, Ibu Titis Ari Nur Tanti dan Bapak Sapudin, serta Kedua mertua saya, Ibu Paiyem dan Bapak Tukiyo terima kasih atas doa, kasih sayang, serta dukungan baik materi maupun non-materi.
11. Suami saya, Tomy Saputro dan anak saya, Ravendra Abhivandya, yang menjadi sumber motivasi sekaligus penguat dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
12. Sahabat-sahabat terkasih, khususnya Firda Fabia, yang selalu memberikan semangat dan dukungan tanpa henti.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Laporan Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Jakarta, 01 Oktober 2025

Penulis



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ayska Salsabila Puspa
NIM : 46119120031
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh *Change Management dan Work Life Balance*
Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan PT X.

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 05 Oktober 2025



Ayska Salsabila Puspa

UNIVERSI
MERCU BUANA

**PENGARUH *CHANGE MANAGEMENT* DAN *WORK LIFE BALANCE* TERHADAP
KEPUASAN KERJA KARYAWAN PT X.
AYSKA SALSABILA PUSPA**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *Change Management* dan *Work Life Balance* terhadap Kepuasan Kerja Karyawan PT X. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik total sampling yakni seluruh karyawan PT X yang berjumlah 100 orang terdiri dari 59 orang laki-laki dan 41 orang perempuan. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran kuisioner skala Likert dengan alat ukur *Job Satisfaction Survey* (JSS), *Readiness for change & Work Life Balance Scale* (WLBS) sebanyak 73 item, dan analisis data menggunakan uji regresi linier berganda dengan program SPSS 21. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Change Management* dan *Work Life Balance* berpengaruh positif dan signifikan terhadap Kepuasan Kerja dengan nilai R^2 sebesar 71,8% dan korelasi tinggi sebesar 0,814. Dimensi *Management Support* merupakan aspek paling dominan dalam *Change Management*, yang menunjukkan peran penting dukungan pimpinan dalam meningkatkan kepercayaan dan rasa aman psikologis karyawan. Kesimpulan penelitian ini menegaskan bahwa karyawan yang menghadapi tekanan peran akibat beban kerja yang tinggi, ketidakjelasan tanggung jawab, dan perubahan struktur organisasi, dukungan yang diberikan oleh manajemen mampu mengurangi dampak negatif stress peran tersebut. Dukungan dalam bentuk komunikasi yang terbuka, kejelasan komunikasi hingga instruksi serta apresiasi terhadap kinerja baik karyawan menjadi factor yang menjaga keseimbangan emosional karyawan, sehingga tetap merasakan puas dalam bekerja meskipun dinamika perubahan organisasi.

Kata Kunci: *Change Management*, *Work Life Balance*, Kepuasan Kerja di PT X.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

**THE INFLUENCE OF MANAGEMENT AND WORK LIFE BALANCE ON
EMPLOYEE JOB SATISFACTION AT PT X.
AYSKA SALSABILA PUSPA**

ABSTRACT

This study aims to determine whether Change Management and Work Life Balance have an influence on Job Satisfaction among employees of PT X. The research employed a quantitative method with a total sampling technique involving all 100 employees of PT X, consisting of 59 males and 41 females. Data were collected using a Likert-scale questionnaire with measurement instruments including the Job Satisfaction Survey (JSS), Readiness for Change Scale, and Work Life Balance Scale (WLBS), comprising a total of 73 items. Data analysis was conducted using multiple linear regression with the SPSS version 21 program. The results indicate that Change Management and Work Life Balance have a positive and significant effect on Job Satisfaction, with an R^2 value of 71.8% and a strong correlation of 0.814. The Management Support dimension was identified as the most dominant aspect of Change Management, highlighting the essential role of leadership support in enhancing employee trust and psychological safety. The findings conclude that when employees experience role stress due to high workloads, unclear responsibilities, or organizational restructuring, management support can reduce the negative impact of such stress. Support in the form of open communication, clear instructions, and appreciation for employee performance helps maintain emotional balance, allowing employees to remain satisfied with their work despite organizational change dynamics.

Keywords: *Change Management, Work Life Balance, Job Satisfaction at PT X.*

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN SURAT KETERANGAN HASIL UJI TURNITIN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH DI REPOSITORI UMB.....	vii
ABSTRAK.....	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1. Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2. Manfaat Praktis	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Kepuasan Kerja	8
2.1.1. Definisi Kepuasan Kerja	8
2.1.2. Dimensi Kepuasan Kerja.....	8
2.1.3. Faktor - faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Kerja	9
2.2 <i>Change management</i>	9
2.2.1. Definisi <i>Change management</i>	9
2.2.2. Dimensi <i>Change management</i>	10
2.2.3. Faktor - faktor yang Mempengaruhi <i>Change management</i>	11
2.3 <i>Work Life Balance</i>	11
2.3.1. Definisi <i>Work Life Balance</i>	11
2.3.2. Dimensi <i>Work Life Balance</i>	12

2.3.3. Faktor - Faktor yang Mempengaruhi <i>Work Life Balance</i>	12
2.4 Penelitian Terdahulu.....	13
2.5 Dinamika Penelitian	18
2.6 Kerangka Berpikir	20
2.7 Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
3.1 Desain Penelitian.....	21
3.2 Populasi dan Sampel.....	21
3.2.1 Populasi	21
3.2.2 Sampel.....	21
3.3 Definisi Operasional	21
3.3.1 Definisi Operasional Kepuasan Kerja.....	21
3.3.2. Definisi Operasional <i>Change management</i>	21
3.3.3. Definisi Operasional <i>Work Life Balance</i>	22
3.4 Instrumen Penelitian	22
3.4.1. Instrumen Kepuasan Kerja	22
3.4.2. Instrumen <i>Change management</i>	24
3.4.3. Instrumen <i>Work Life Balance</i>	25
3.5 Validitas & Reliabilitas.....	26
3.5.1 Validitas	26
3.5.2 Uji Reliabilitas & Analisis Item	28
3.5.3. Kesimpulan Hasil Pengujian Alat Ukur.....	29
3.6. Analisis Data	30
3.6.1. Analisis Deskriptif.....	30
3.6.2. Uji Inferensial.....	30
Uji Asumsi Klasik	30
1. Uji Normalitas	30
2. Uji Linearitas	30
3. Uji Multikolinearitas.....	30
4. Uji Heterokedatisitas.....	31
3.6.3. Uji Hipotesis.....	31
1. Uji Regresi Linear Sederhana	31
2. Uji Regresi Linear Berganda.....	31

BAB IV PEMBAHASAN.....	33
4.1 Gambaran Umum Subjek.....	33
4.2 Hasil.....	34
4.2.1 Hasil Kategorisasi & Analisis Deskriptif.....	34
4.2.2 Hasil Kategorisasi <i>Change Management</i>	34
4.2.3 Hasil Kategorisasi <i>Work Life Balance</i>	35
4.2.4 Hasil Kategorisasi Kepuasan Kerja.....	35
4.2.5 Hasil Analisis Deskriptif.....	35
4.3 Uji Asumsi Klasik.....	36
4.3.1 Hasil Uji Normalitas.....	36
4.3.2 Uji Linearitas.....	37
4.3.2 Hasil Uji Linearitas <i>Change management</i> dan Kepuasan Kerja.....	37
4.3.2 Hasil Uji Linearitas <i>Work Life Balance</i> dan Kepuasan Kerja.....	38
4.3.3 Hasil Uji Multikolinearitas.....	38
4.3.4 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	39
4.4 Hasil Uji Korelasi Antar Variabel.....	39
4.5 Hasil Uji Hipotesis.....	43
4.5.1 Uji Regresi Linear Sederhana.....	43
4.5.2 Hasil Uji Regresi Linear Berganda.....	45
4.5.3 Hasil Uji Koefisiensi Determinasi.....	45
4.6 Diskusi.....	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
5.1 Kesimpulan.....	49
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	50
5.3 Saran.....	50
5.3.1. Saran Teoritis.....	50
5.4.2. Saran Praktis.....	50
DAFTAR PUSTAKA.....	52

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Absensi Karyawan 6 Bulan Terakhir.....	3
Tabel 3.4 1 Blue Print Kepuasan Kerja.....	23
Tabel 3.4 2 Blue Print Change Management (Readiness For Change).....	24
Tabel 3.4 3 Blue Print Work Life Balance.	26
Tabel 3.5 1 Tabel Kategori Penilaian Nilai Aiken's V	27
Tabel 3.5 1 Nilai V Aiken <i>Change Management</i>	27
Tabel 3.5 1 Nilai V Aiken <i>Work life balance</i>	28
Tabel 4. 1 Hasil Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	33
Tabel 4. 2 Hasil Kategorisasi Change Management	34
Tabel 4. 2 Hasil Kategorisasi <i>Work life balance</i>	35
Tabel 4. 2 Hasil Kategorisasi Kepuasan kerja	35
Tabel 4. 2 Hasil Analisis Statistik Deskriptif	35
Tabel 4.3.6 1 Hasil Uji Multikolinearitas.....	38
Tabel 4.4. 1 Hasil Uji Korelasi <i>Change Management, Work Life Balance</i> dan Kepuasan Kerja	39
Tabel 4.4. 2 Hasil Uji Korelasi antar Dimensi Change Management dan Kepuasan Kerja....	40
Tabel 4.4. 3 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi Change management dan Kepuasan Kerja ...	41
Tabel 4.4. 4 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi Work Life Balance dan Kepuasan Kerja	41
Tabel 4.4. 5 Hasil Uji Korelasi Antar Dimensi Work Life Balance dan Kepuasan Kerja	42
Tabel 4.5. 1 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana	43
Tabel 4.5. 2 Hasil Uji Regresi Linear Berganda.....	45
Tabel 4.5. 1 Hasil Uji Koefisiensi Determinasi	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual Penelitian.....	20
Gambar 4.3.7 1 Hasil Uji Heterokedastisitas	39



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 – Item Kuisisioner dan Hasil SPSS	55
LAMPIRAN 2 - Bukti Bimbingan Tugas Akhir	79
LAMPIRAN 3 – Curriculum Vitae	80



UNIVERSITAS
MERCU BUANA