



## PENGARUH *WORK-LIFE BALANCE*, KONFLIK KERJA DAN STRES KERJA TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA PEGAWAI RUTAN KELAS IIB BATURAJA

M. Bayu Zulian,<sup>1</sup> Yuniarti Anwar<sup>2</sup>, Harby R. Wiralaga<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Dwi Sakti Baturaja, Sumatera Selatan, Indonesia

\*Corresponding Author: [mbayuzulian21104@gmail.com](mailto:mbayuzulian21104@gmail.com)

<p><b>Info Article</b></p> <p>Received : 08 Januari 2026</p> <p>Revised : 05 Februari 2026</p> <p>Accepted : 10 Maret 2026</p> <p>Publication : 30 Maret 2026</p> <p><b>Keywords:</b> <i>Work-Life Balance, Work Conflict, Work Stress, Work Productivity, and Human Resource Management.</i></p> <p><b>Kata Kunci:</b> Work-Life Balance, Konflik Kerja, Stress Kerja, Produktivitas Kerja dan Manajemen Sumber Daya Manusia.</p> <p><b>Licensed Under a Creative Commons Attribution 4.0 International License</b></p> 	<p><b>Abstract:</b> <i>This study aims to examine the influence of work-life balance, work conflict, and work stress on the work productivity of employees at the Class IIB Baturaja State Detention Center. The study employed a quantitative approach using multiple linear regression analysis. The analysis produced the regression equation <math>Y = 4.852 + 0.330X_1 + 0.424X_2</math>, with a correlation coefficient of 0.424, indicating a moderate positive relationship. The coefficient of determination (<math>R^2 = 0.275</math>) indicates that the three independent variables explain 27.5% of the variation in employee work productivity, while the remaining 72.5% is influenced by other factors outside the scope of this study. Partial hypothesis testing revealed that work-life balance and work stress have a positive and significant effect on work productivity, whereas work conflict does not have a significant effect. Simultaneous hypothesis testing demonstrated that work-life balance, work conflict, and work stress collectively have a significant effect on the work productivity of employees at the Class IIB Baturaja State Detention Center, indicating that the proposed research model is appropriate for explaining the relationships among the variables examined.</i></p> <p><b>Abstrak:</b> Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh work-life balance, konflik kerja, dan stres kerja terhadap produktivitas kerja pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linier berganda. Hasil analisis menghasilkan persamaan regresi <math>Y = 4.852 + 0.330X_1 + 0.424X_2</math>, dengan koefisien korelasi sebesar 0.424, yang menunjukkan hubungan positif pada tingkat sedang. Nilai koefisien determinasi (<math>R^2 = 0.275</math>) mengindikasikan bahwa ketiga variabel independen menjelaskan 27,5% variasi produktivitas kerja, sedangkan 72,5% dipengaruhi faktor lain di luar penelitian. Uji parsial menunjukkan bahwa work-life balance dan stres kerja berpengaruh positif serta signifikan terhadap produktivitas kerja, sedangkan konflik kerja tidak berpengaruh signifikan. Uji simultan menunjukkan bahwa ketiga variabel secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap produktivitas kerja pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja, sehingga model penelitian dinyatakan layak menjelaskan hubungan antarvariabel yang diteliti.</p>
--	--

## INTRODUCTION

Pegawai Rumah Tahanan (Rutan) sangat berperan untuk menjaga keamanan, pelayanan, serta membangun masyarakat binaan. Pegawai Rutan menggambarkan betapa beratnya mereka menghadapi beban kerja tinggi, tekanan emosional, dan kondisi kerja yang tidak selalu ideal. Kondisi itu mengakibatkan berpengaruh terhadap kehidupan eksklusif mereka dalam pekerjaan (*Work-life Balance*). Keluarnya permasalahan pekerjaan, serta meningkat Tingkat stres kerja, dan keseimbangan hidup yang tidak diinginkan berpengaruh pada kekuatan fisik serta mental yang akhirnya menurunkan tingkat produktivitas kerja. Produktivitas kerja menjadi indikator utama terhadap evaluasi kinerja pegawai.

Pendapat Sedarmayanti (2009:57), Produktivitas Kerja adalah kemampuan pegawai ataupun pekerja pada hasil kerja yang maksimal dalam ketika eksklusif menggunakan waktu yang tersedia secara efisien. Dalam konteks Rutan, produktivitas tidak hanya asal seberapa banyak tugas yang dikerjakan, tetapi dilihat dari kualitas pelayanan, kecepatan pengambilan keputusan, dan stabilitas emosi dalam menghadapi situasi yang tekanan penuh. Pada sisi lain, konflik kerja baik yang bersifat personal maupun structural dapat membentuk lingkungan kerja yang kurang aman. Stres kerja itu harus dikelola dengan benar karena berpotensi menurunkan kinerjanya serta motivasi pegawai jika tidak dikelola dengan baik. Produktivitas kerja adalah indikator krusial dalam menilai efektivitas kinerja pegawai. Sebab itu, penting buat mengidentifikasi faktor-faktor yang tadi khususnya pada konteks kerja dilingkungan Rutan yang memiliki tantangan tersendiri.

Faktor krusial lain yang memengaruhi produktivitas adalah *Work-life balance*. *Work-life balance* merujuk pada kemampuan seorang buat membagi waktunya dan energy secara seimbang antara pekerjaan serta kehidupan pribadinya. Greenhaus serta Allen (2011), menyatakan bahwa *work-life balance* merupakan suatu keadaan keseimbangan pada mana tuntutan berasal pekerjaan dan kehidupan langsung seseorang berada di posisi yang setara. Apabila keseimbangan ini terganggu, maka pegawai cenderung mengalami kelelahan, penurunan motivasi, dan akhirnya berpengaruh pada produktivitasnya. Pada sisi lain, konflik kerja juga sebagai tantangan tersendiri. Konflik kerja ialah syarat pada mana terjadi perbedaan pandangan atau tujuan antara pegawai, baik secara horizontal (antar individu) juga vertikal (antara atasan dan bawahan). Robbins dan Judge (2015:446), menjelaskan bahwa permasalahan kerja adalah sebuah proses yang dimulai ketika satu pihak merasa bahwa pihak lain telah, atau akan

memberikan dampak negatif terhadap sesuatu yang dianggap penting oleh pihak pertama. dalam situasi kerja yang menuntut kerja sama serta koordinasi tinggi seperti pada Rutan, perseteruan yang tidak dikelola dapat menurunkan efektivitas tim serta menurunkan produktivitas kerja secara keseluruhan.

Tak kalah pentingnya adalah faktor Stres Kerja merupakan respon fisik dan emosional dimana muncul ketika apa yang menjadi keinginan pegawai tidak sesuai dengan harapan pegawai. Menurut Ivan Cevich dan Matteson (2011), dalam konteks kerja di lingkungan Rutan yang penuh tekanan dan risiko, stres yang berkelanjutan dapat mengakibatkan gangguan kesehatan, absensi meningkat, dan penurunan performa kerja. Permasalahan *paintings-life balance*, konflik kerja, dan stres kerja ini menjadi semakin penting untuk diteliti mengingat semakin tingginya tuntutan terhadap profesionalisme dan efisiensi pelayanan publik, khususnya di lembaga pemasyarakatan. Untuk itu, perlu mengetahui bagaimana ketiga faktor tersebut memengaruhi produktivitas kerja pegawai Rutan, sehingga dapat ditemukan solusi yang efektif guna meningkatkan kinerja dan kesejahteraan pegawai secara bersamaan. Dengan memahami hubungan *Work-Lifestyles Balance*, konflik kerja, stres kerja terhadap produktivitas kerja, diharapkan dapat memberikan kontribusi positif dalam pengembangan Produktivitas kerja pegawai di lingkungan Rutan, baik dalam bentuk kebijakan, pelatihan, maupun pendekatan kesejahteraan kerja yang lebih holistik dan berkelanjutan.

## **METHOD**

Lokasi penelitian dilaksanakan di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja yang berlokasi di Jalan Imam Bonjol, Sarang Elang, Desa Air Paoh, Kecamatan Baturaja Timur, Kabupaten Ogan Komering Ulu, Provinsi Sumatera Selatan. Metode penelitian yang digunakan adalah metode naratif. Menurut Rukajat (2018), metode naratif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mengkaji secara mendalam individu, kelompok, objek, maupun suatu sistem pemikiran atau peristiwa tertentu sehingga menghasilkan deskripsi yang sistematis mengenai fenomena yang diteliti.

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Menurut Sugiyono (2016), data primer merupakan sumber data yang diperoleh secara langsung dari responden atau objek penelitian oleh peneliti, sedangkan data sekunder merupakan data yang diperoleh secara tidak langsung melalui dokumen, arsip, laporan, maupun sumber lain yang relevan dengan penelitian.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui beberapa metode, yaitu observasi, penyebaran kuesioner, wawancara, studi dokumentasi, dan studi pustaka. Observasi

dilakukan untuk memperoleh gambaran kondisi objek penelitian secara langsung. Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data dari responden sesuai dengan variabel penelitian. Wawancara dilakukan guna memperoleh informasi yang lebih mendalam, sedangkan studi dokumentasi dan studi pustaka digunakan untuk melengkapi data penelitian melalui berbagai dokumen dan referensi ilmiah yang relevan. Rancangan penelitian menggunakan analisis kualitatif dan kuantitatif. Analisis kualitatif digunakan untuk mendeskripsikan hasil observasi, wawancara, serta dokumentasi yang diperoleh selama penelitian. Sementara itu, analisis kuantitatif digunakan untuk mengolah data hasil kuesioner dengan menggunakan model analisis statistik sesuai dengan tujuan penelitian.

### **Analisis Regresi Linier Berganda**

Analisis regresi linier berganda adalah suatu version regresi yang melibatkan beberapa variable independen. Dalam analisis regresi berganda akan diketahui arah variable independen terhadap variable dependen (Ghozali, 2018:116). Untuk mengetahui serta menentukan arah besarnya koefisien antara variable independen yaitu *Work-life balance* (X1), Konflik kerja (X2), dan Stres kerja (X3) terhadap variable dependen yaitu Produktivitas kerja (Y) pada pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja, maka digunakan application SPSS.

Adapun rumusnya:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$$

Untuk mencari rumus a dan b1, b2 dapat digunakan rumus:

$$a = \frac{\sum Y - b_1 \sum X_1 - b_2 \sum X_2 - \dots - b_k X_k}{n}$$

$$b_1 = \frac{(\sum X_2^2)(\sum X_1 Y) - (\sum X_1 X_2)(\sum X_2 Y)}{(\sum X_1^2)(\sum X_2^2) - (\sum X_1 X_2)^2}$$

$$b_2 = \frac{(\sum X_1^2)(\sum X_2 Y) - (\sum X_1 X_2)(\sum X_1 Y)}{(\sum X_1^2)(\sum X_2^2) - (\sum X_1 X_2)^2}$$

### Analisis Koefisien Korelasi

Analisa koefisien korelasi ialah analisa dipakai untuk mengetahui arah kuatnya korelasi antar variable independent yaitu *Work-life balance* (X1) Konflik kerja (X2) serta Stres kerja (X3) terhadap variable based Produktivitas Kerja (Y) pada Rumah Tahanan Kelas IIB Baturaja. Menurut Sugiyono (2014:256) rumusnya adalah:

$$R_{X_1X_2Y} = \sqrt{\frac{r^2_{X_1Y} + r^2_{X_2Y} + (2r_{X_1Y})(r^2_{X_2Y})(r_{X_1X_2})}{1 - r^2_{X_1X_2}}}$$

Adapun acuan table pedoman interpretasi koefisien hubungan berdasarkan Sugiyono, (2010:250) yaitu:

**Tabel 1. Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi**

Koefisien Korelasi	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,00	Sangat Kuat

### Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi dipakai buat mengukur besarnya kontribusi variable independen dengan variable dependent (Priyatno, 2010:66). analisis ini dipergunakan dalam mengetahui besarnya efek variable independent. yaitu pengaruh *work-life balance* (X1), konflik kerja (X2), stres kerja (X3) terhadap variable dependent yaitu Produktivitas Kerja (Y) di Rumah Tahanan Kelas IIB Baturaja. Rumusnya yaitu:

$$Kd = r^2 \times 100\%$$

### Pengujian Hipotesis

Pendapat Sugiyono (2010:377) Hipotesis artinya jawaban sementara yang harus diuji kebenarannya, hipotesisnya yaitu diduga adanya pengaruh efek *Work life balance* (X1), Konflik kerja (X2), dan Stres Kerja (X3) dengan variable dependen yaitu Produktivitas kerja (Y) Pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja. Buat menguji hipotesis di atas memakai Uji t dan Uji F yaitu :

### Uji t (Parsial)

Uji statistik-t secara umum menunjukkan sejauh mana dan seberapa besar pengaruh suatu variabel independen secara individual dalam menjelaskan variasi pada variabel dependen (Sunyoto, 2011:17). Berikut adalah langkah-langkah untuk melakukan uji t.

### Memilih Hipotesis

Apakah terdapat pengaruh *Work-life balance*, Konflik kerja serta Stress kerja terhadap Produktivitas kerja pegawai Rumah Tahanan Kelas IIB Baturaja.

Ho:  $b_1 = 0$ , ialah tidak ada pengaruh *Work-life balance* terhadap Produktivitas kerja pegawai Rumah Tahanan Kelas IIB Baturaja.

Ha :  $b_1 \neq 0$ , ialah ada pengaruh *Work- life balance* terhadap Produktivitas kerja pegawai Rumah Tahanan Kelas IIB Baturaja.

Ho :  $b_2 = 0$ , ialah tidak ada pengaruh Konflik kerja terhadap Produktivitas kerja pegawai Rumah Tahanan Kelas IIB Baturaja.

Ha :  $b_2 \neq 0$ , ialah ada pengaruh Konflik kerja terhadap Produktivitas kerja pegawai Rumah Tahanan Kelas IIB Baturaja.

Ho :  $b_3 = 0$ , ialah tidak ada pengaruh Stres kerja terhadap Produktivitas kerja pegawai Rumah Tahanan Kelas IIB Baturaja.

Ha :  $b_3 \neq 0$ , ialah ada pengaruh Stres kerja terhadap Produktivitas kerja pegawai Rumah Tahanan Kelas IIB Baturaja.

- 1) Menentukan tingkat sinifikansi dengan taraf % dan  $dk = n-k-1$  setelah itu menentukan t hitung dengan rumus berikut:

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

- 2) Menentukan criteria keputusan uji  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ialah Ho ditolak dan Ha diterima dinyatakan ada pengaruh *Work-life balance*, Konflik kerja, dan Stres kerja terhadap Produktivitas kerja pegawai Rumah Tahanan Kelas IIB Baturaja.  $t_{hitung} < t_{tabel}$  ialah Ho diterima dan Ha ditolak dinyatakan tidak ada pengaruh *Work-life balance*, Konflik kerja, dan Stres kerja terhadap Produktivitas kerja pegawai Rumah Tahanan Kelas IIB

### Uji F (Simultan)

Menurut Priyatno (2010:67), uji F digunakan oleh seorang peneliti untuk mengevaluasi apakah pengaruh variabel independen, yaitu *Work-life balance* (X1), Konflik kerja (X2), dan Stres kerja (X3) berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen, yaitu Produktivitas Kerja (Y) pada pegawai di Rumah Tahanan Kelas IIB Baturaja. Berikut adalah langkah-langkah untuk melakukan uji F.

Menentukan hipotesis

Ho :  $b_1, b_2 = 0$  ialah tidak ada pengaruh *Work-life balance*, Konflik kerja dan Stres kerja terhadap Produktivitas Kerja pada pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja.

Ha :  $b_1, b_2 \neq 0$  ialah ada pengaruh *Work-life balance*, Konflik kerja dan Stres Kerja terhadap Produktivitas Kerja pada pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja.

- 1) Menentukan signifikansi dengan k-1 untuk mengetahui daerah  $F_{\text{tabel}}$  penolakan dan selanjutnya menghitung nilai  $F_{\text{hitung}}$ . Dengan rumus  $F_{\text{hitung}}$  sebagai berikut:

$$F_{\text{hitung}} = \frac{R^2 / K}{(1-R^2)/(n-k-1)}$$

- 2) Menentukan criteria keputusan uji F

$F_{\text{hitung}} > F_{\text{tabel}}$  ialah  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima dinyatakan ada pengaruh *Work-life balance*, Konflik kerja dan Stres Kerja terhadap Produktivitas Kerja pada pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja.

$F_{\text{hitung}} < F_{\text{tabel}}$  ialah  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak dinyatakan tidak ada pengaruh *Work-life balance*, Konflik kerja dan Stres Kerja terhadap Produktivitas Kerja pada pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja.

## RESULTS AND DISCUSSION

### Result

Berdasarkan perumusan persoalan di atas bahwa imbas *Work-life balance*, Konflik kerja dan Stres kerja terhadap Produktivitas Kerja Pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja, maka buat menjawabnya disebarakan kuesioner di 52 responden yaitu pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja.

### Analisis Regresi Linier Berganda

Analisis regresi linier berganda dalam studi ini dilaksanakan dengan menggunakan SPSS versi 25. Metode ini digunakan untuk mengidentifikasi hubungan antara *Work-life balance*, Konflik kerja, dan Stres kerja terhadap Produktivitas kerja. Hasil dari analisis yang dilakukan dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini:

Tabel 2. Hasil Analisis Regresi Linier Berganda

<i>Coefficients<sup>a</sup></i>						
Model		<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>	t	Sig.
		B	<i>Std. Error</i>	Beta		
1	(Constant)	4.852	4.514		1.075	.288
	Work=life balance	.330	.131	.317	2.520	.015
	Konflik Kerja	.025	.112	.028	.228	.821
	Stress Kerja	.424	.148	.361	2.871	.006

a. Dependent Variable: Produktivitas Kerja

Dari table coefficients diperoleh Persamaan Regresi Linier Berganda:

$$Y = 4,852 + 0,330X_1 + 0,025X_2 + 0,424X_3$$

Dari yang terjadi Persamaan regresi linier berganda di atas dapat dijelaskan menjadi yaitu :

- a. Nilai konstanta sebanyak 4,852. Maka bisa diartikan bila variabel independent yaitu *Work-life balance* ( $X_1$ ), Konflik kerja ( $X_2$ ) dan Stress kerja ( $X_3$ ) bernilai 0 maka variabel dependen Produktivitas kerja ( $Y$ ) bernilai 4,852.
- b. Koefisien regresi buat *Work-life balance* ( $X_1$ ) bernilai positif (+) sebesar 0,330. Maka mampu diartikan bahwa bila variabel *Work-life balance* ( $X_1$ ) semakin tinggi sebesar 1% maka Produktivitas kerja ( $Y$ ) akan meningkat 0,330, begitu jua kebalikannya.
- c. Koefisien regresi buat variabel Konflik kerja ( $X_2$ ) bernilai positif (+) sebesar 0,025. Maka bisa diartikan bahwa jika variabel Konflik kerja ( $X_2$ ) semakin tinggi sebanyak 1% maka variabel Produktivitas kerja ( $Y$ ) akan semakin tinggi 0,025 (0,25%), begitu pula sebaliknya.
- d. Koefisien regresi buat variabel Stress kerja ( $X_3$ ) bernilai positif (+) sebesar 0,424. Maka mampu diartikan bahwa bila variabel Stress kerja ( $X_3$ ) meningkat sebanyak 1% maka Produktivitas kerja ( $Y$ ) akan meningkat 0,424 (4,24%), begitu jua sebaliknya.

### Analisis Koefisien Korelasi Linier Berganda

Dalam penelitian ini buat menghitung hubungan linier berganda dipergunakan menggunakan SPSS versi 25 yang akan terjadi menjadi berikut:

Tabel 3. Hasil Analisis Korelasi Linier Berganda

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.525 <sup>a</sup>	.275	.230	1.402
a. Predictors: (Constant), Stress Kerja, Konflik Kerja, Work=life balance				

Asal tabel 3 diatas diperoleh bahwa nilai hubungan (R) 0,525. hasil menunjukkan bahwa hubungan seluruh variabel independen yaitu *Work-life balance* ( $X_1$ ), Konflik kerja ( $X_2$ ) dan Stress kerja ( $X_3$ ) terhadap variabel dependen yaitu produktivitas kerja ( $Y$ ) mempunyai tingkat korelasi antara 0,40-0,599 menunjukkan taraf hubungan variabel independent terhadap dependen berada pada tingkat sedang.

### Analisis Koefisien Determinasi

Dalam studi ini, analisis koefisien determinasi dihitung menggunakan SPSS versi 25, hasil yaitu :

Tabel 4. Hasil Analisis Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.525 <sup>a</sup>	.275	.230	1.402
a. Predictors: (Constant), Stress Kerja, Konflik Kerja, Work=life balance				

Dilihat dari tabel 4 diatas bisa diperoleh informasi bahwa Koefisien determinasi (*R Square*) ialah sebanyak 0,275 atau 27,5% hal ini menunjukkan bahwa kontribusi *Work-life balance* (X1), Konflik kerja (X2) dan Stress kerja (X3) dengan produktivitas kerja (Y) hanya 0,275 atau 27,5% dan ada 72,5% sisanya adalah donasi dari Faktor-Faktor lain yang tidak diteliti.

### Uji Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini diduga terdapat dampak *Work-life balance* (X1), Konflik kerja (X2) dan Stress kerja (X3) dengan Produktivitas kerja (Y) di tempat tinggal Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja.

### Uji t

Pada uji t dilakukan buat mengetahui ada atau tidaknya kontribusi variabel independen yaitu *Work-life balance* (X1), Konflik kerja (X2) serta Stress kerja (X3) secara parsial dengan variabel dependent produktivitas kerja (Y) menggunakan membandingkan ttabel menggunakan derajat kebebasan  $Df = n-k-1$ ,  $Df = 52-4-1 = 47$  menggunakan signifikan 0,05.

**Tabel 5. Hasil Uji t**

Variabel	$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	Kesimpulan
<i>Work-life balance</i> (X <sub>1</sub> )	2,520	2,0106	Ho ditolak Ha diterima
Konflik Kerja (X <sub>2</sub> )	0,228	2,0106	Ho diterima Ha ditolak
Stres Kerja (X <sub>3</sub> )	2,871	2,0106	Ho ditolak Ha diterima

Dari tabel 5 diatas dijekaskan akibat thitung asal setiap variabel yaitu menjadi berikut:

- Diketahui thitung Variabel *Work-life balance* (X1) thitung ialah sebesar 2,520 yg mana thitung > ttabel (2,520 > dua,0210) maka ini menunjukkan Ho di tolak Ha di terima dinyatakan adanya pengaruh *Work-life balance* (X1) terhadap Produktivitas kerja (Y) di pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja.
- Diketahui thitung variabel Konflik kerja (X2) merupakan sebanyak 0,228 yang mana thitung < ttabel (0,228 < 2,0210) maka menunjukkan bahwa Ho di terima Ha di tolak dinyatakan tidak adanya pengaruh Konflik kerja (X2) terhadap Produktivitas kerja (Y) pada pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja.
- Diketahui thitung variabel Stress kerja (X3) thitung ialah sebesar 2,871 yang mana thitung > ttabel (2,871 > 2,0210) maka menunjukkan bahwa Ho di tolak Ha di terima dinyatakan adanya pengaruh Stress kerja (X3) terhadap Produktivitas kerja (Y) di pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja.

## Uji F

Uji F dipakai buat mengetahui variabel independent yaitu *Work-life balance* (X1), Konflik kerja (X2) serta Stres kerja (X3) secara beserta-sama berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen produktivitas kerja (Y) di tempat tinggal Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja. Uji F dilakukan menggunakan cara membandingkan Fhitung dan Ftabel dengan derajat  $Df1 = N1 = k - 1 = 4-1 = 3$  serta  $Df2 = N2 = n-k = 52-4 = 48$  menggunakan tingkat signifikan 0,05. Maka Ftabel adalah 2,80.

**Tabel 6. Hasil Pengujian Hipotesis (Uji F)**

ANOVA <sup>a</sup>						
	Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	35.866	3	11.955	6.081	.001 <sup>b</sup>
	Residual	94.365	48	1.966		
	Total	130.231	51			
a. Dependent Variable: Produktivitas Kerja						
b. Predictors: (Constant), Stress Kerja, Konflk Kerja, Work-Life Balance						

Sesuai tabel 6 di atas diperoleh Fhitung sebesar 6,081. Nilai Ftabel dihitung menggunakan taraf signifikansi 0,05 maka dihasilkan Ftabel sebanyak 2,80. Maka dengan Fhitung lebih berasal Ftabel ( $6,081 > 2,80$ ), menunjukkan  $H_0$  di tolak  $H_a$  di terima adalah adanya pengaruh *Work-life balance* (X1), Konflik kerja (X2) serta Stres kerja terhadap Produktivitas kerja (Y) di pegawai Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja.

## Discussion

Perbandingan yang akan dilakukan dalam riset ini sejalan dengan studi yang telah dilakukan oleh Sri Eka Lestari (2020) berjudul “pengaruh Work Life Balance, konflik Kerja dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Dinas Pendidikan dan Olahraga Kabupaten Rokan Hulu”. Tesis sarjana, Universitas Pasir Pengaraian. Riset ini menggunakan analisis regresi linier berganda, yang menghasilkan persamaan regresi  $Y = 47.573 + 0.913X1 + 0.549X2 + 0.046X3$ . Secara individu, didapatkan nilai t-hitung untuk work life balance sebesar 2.253, untuk konflik kerja sebesar 1.862, dan untuk beban kerja sebesar 0.172. Secara keseluruhan, diperoleh nilai F-hitung sebesar 3.838 yang menunjukkan bahwa work life balance, konflik kerja, dan beban kerja secara bersamaan memengaruhi kinerja.

Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa 5,8% kinerja dipengaruhi oleh work life balance, konflik kerja, dan beban kerja, sedangkan sisanya sebesar 94,2% ditentukan oleh faktor lain yang tidak dianalisis dalam studi ini. Kesimpulan dari studi ini menunjukkan bahwa dalam pengujian secara individual, hanya variabel keseimbangan kerja dan kehidupan yang berpengaruh signifikan terhadap kinerja.

Sementara itu, dalam pengujian secara bersama-sama, keseimbangan kerja dan kehidupan, konflik pekerjaan, serta beban kerja memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kinerja secara kolektif.

## CONCLUSION

Berdasarkan hasil yang akan diperoleh dari analisis regresi linier berganda dalam penelitian ini, didapatkan  $Y = 4,852 + 0,330X_1 + 0,424X_2$ . Nilai korelasinya adalah 0,424, yang menunjukkan adanya hubungan positif yang sedang antara semua variabel independen yaitu keseimbangan kerja-hidup ( $X_1$ ), konflik pekerjaan ( $X_2$ ), dan stres kerja ( $X_3$ ) dengan variabel dependen produktivitas kerja ( $Y$ ). Selain itu, nilai koefisien determinasi (R Square) tercatat sebesar 0,275 atau 27,5%. Hal ini menunjukkan bahwa kontribusi keseimbangan kerja-hidup ( $X_1$ ), konflik pekerjaan ( $X_2$ ), dan stres kerja ( $X_3$ ) terhadap produktivitas kerja ( $Y$ ) hanya mencapai 0,275 atau 27,5%, sedangkan sisanya sebesar 72,5% mencerminkan kontribusi dari faktor-faktor lain yang tidak diteliti.

Selanjutnya, hasil dari pengujian hipotesis (uji t) menunjukkan bahwa nilai thitung untuk Variabel *Work-Life Balance* ( $X_1$ ) adalah 2,520, yang mana nilai ini lebih besar dari ttabel ( $2,520 > 2,021$ ). Ini berarti bahwa hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima, yang menunjukkan adanya pengaruh *Work-Life Balance* ( $X_1$ ) terhadap produktivitas kerja ( $Y$ ) pada pegawai di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja. Pada variabel thitung untuk konflik kerja ( $X_2$ ), nilainya adalah 0,228, yang menunjukkan bahwa thitung lebih kecil dibandingkan ttabel ( $0,228 < 2,021$ ). Hal ini mengindikasikan bahwa hipotesis nol diterima dan hipotesis alternatif ditolak, yang berarti tidak ada pengaruh konflik kerja ( $X_2$ ) terhadap produktivitas kerja ( $Y$ ) pegawai di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja.

Sedangkan untuk variabel stress kerja ( $X_3$ ), nilai thitung tercatat sebesar 2,871, yang mana lebih besar dibandingkan ttabel ( $2,871 > 2,021$ ). Ini menunjukkan bahwa hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima, menyatakan adanya pengaruh stress kerja ( $X_3$ ) terhadap produktivitas kerja ( $Y$ ) pada pegawai di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Baturaja. Selanjutnya, hasil dari pengujian simultan (uji F) menunjukkan Fhitung mencapai 6,081. Untuk mendapatkan nilai Ftabel, digunakan taraf signifikansi sebesar 0,05, sehingga diperoleh Ftabel sejumlah 2,80. Dengan membandingkan Fhitung yang lebih besar dari Ftabel ( $6,081 > 2,80$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  tidak diterima dan  $H_a$  diterima, yang berarti terdapat pengaruh dari *Work-life balance* ( $X_1$ ), konflik kerja ( $X_2$ ), dan stres kerja ( $X_3$ ) terhadap produktivitas kerja ( $Y$ ) di antara pegawai Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Baturaja.

## REFERENCES

- Aditya, Dodiet. 2021. BUKU AJAR STATISTIK. Jawa Barat. CV. Adanu Abitama.
- Afandi, Pandi. 2016. CONCEPT & INDICATOR HUMAN RESOURCES MANAGEMENT FOR MANAGEMENT RESEARCH. Yogyakarta. Deepublish.
- As'ad, M. 2015. PSIKOLOGI INDUSTRI. Yogyakarta. Liberty.
- Basuki, Agus Tri. 2016. ANALISIS REGRESI DALAM PENELITIAN EKONOMI & BISNIS: DILENGKAPI APLIKASI SPSS & EVIEWS. Jakarta. Rajawali Pers.
- Busro, Muhammad. 2018. TEORI-TEORI MANAJEMEN SUMBER DAYA MANUSIA. Jakarta. Prenadamedia Group.
- Bangun, J. 2020. PENGARUH STRES KERJA DAN KONFLIK TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA PADA BPJS. Skripsi.
- Darmadi. 2018. MANAJEMEN SUMBER DAYA MANUSIA KEKEPALASEKOLAHAN: MELEJITKAN PRODUKTIVITAS KERJA KEPALA SEKOLAH DAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI. Yogyakarta. Deepublish.
- Ghozali, Imam. 2016. APLIKASI ANALISIS MULTIVARIATE DENGAN PROGRAM IBM SPSS 23. Edisi 8. Cetakan VIII. Semarang. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Greenhaus, J. H., dan Allen, T. D. 2011. WORK–FAMILY BALANCE: A REVIEW AND EXTENSION OF THE LITERATURE. Dalam Handbook of Occupational Health Psychology. American Psychological Association.
- Greenhaus, J. H., dan Beutell, N. J. 1985. SOURCES OF CONFLICT BETWEEN WORK AND FAMILY ROLES. Academy of Management Review.
- Greenhaus, J. H., Collins, K. M., dan Shaw, J. D. 2003. THE RELATION BETWEEN WORK–FAMILY BALANCE AND QUALITY OF LIFE. Journal of Vocational Behavior.
- Gibran, M. F. 2024. PENGARUH WORK LIFE BALANCE DAN STRES KERJA TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA. Jurnal Soratekno.
- Handoko, T. Hani. 2014. MANAJEMEN PERSONALIA DAN SUMBER DAYA MANUSIA. Yogyakarta. BPFE.
- Hasibuan, M. S. P. 2018. MANAJEMEN SUMBER DAYA MANUSIA. Jakarta. Bumi Aksara.

- Ita, O. (Oktarina). 2023. KONSELING INDIVIDU TERHADAP PENGENDALIAN DIRI WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN DI RUTAN KELAS IIB BATURAJA.
- Ilmiyah, Z. F. 2025. ANALISIS HUBUNGAN STRES KERJA TERHADAP PRODUKTIVITAS KINERJA. Jurnal PARADOKS.
- Lestari, N. 2025. PENGARUH WORK-LIFE BALANCE TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA. Jurnal STIE AMKOP.
- Lestari Eka, Sri. 2020. EFEK WORK-LIFE BALANCE, KONFLIK KERJA SERTA BEBAN KERJA TERHADAP KINERJA PEGAWAI DINAS PENDIDIKAN DAN OLAHRAGA. Tesis. Universitas Pasir Pengaraian. Rokan Hulu. Riau.
- Mutiarni, R., dan Hidayati, N. 2018. PENGARUH KEPUASAN KERJA DAN KOMITMEN ORGANISASI TERHADAP ORGANIZATIONAL CITIZENSHIP BEHAVIOR (OCB) DI KANTOR KECAMATAN WILAYAH UTARA BRANTAS KABUPATEN JOMBANG. Jurnal Riset Manajemen dan Bisnis Dewantara.
- Narimawati. 2019. PENGARUH KEMAMPUAN KERJA, SIKAP KERJA, DAN KETERAMPILAN KERJA PEGAWAI PADA PUSAT PENGEMBANGAN SUMBER DAYA MANUSIA APARATUR KOTA BANDUNG. Tesis. Bandung. Universitas Komputer Indonesia.
- Nugraha, Billy. 2022. PENGEMBANGAN UJI STATISTIK: IMPLEMENTASI METODE REGRESI LINIER BERGANDA DENGAN PERTIMBANGAN UJI ASUMSI KLASIK. Sukoharjo. Penerbit Pradina Pustaka.
- Rahmawati, A. 2022. ADAPTATION AND VALIDATION OF THE WORK-FAMILY BALANCE SCALE.
- Riadi, Edi. 2016. STATISTIKA PENELITIAN (ANALISIS MANUAL DAN IBM SPSS). Edisi 1. Yogyakarta. ANDI.
- Sedarmayanti. 2017. MANAJEMEN SUMBER DAYA MANUSIA: REFORMASI BIROKRASI DAN MANAJEMEN PEGAWAI NEGERI SIPIL. Bandung. Refika Aditama.
- Siagian, S. P. 2009. KIAT MENINGKATKAN PRODUKTIVITAS KERJA. Jakarta. Rineka Cipta.