

HUBUNGAN *WORK-LIFE BALANCE* TERHADAP KINERJA KARYAWAN DI PERUSAHAAN MANUFAKTUR PT X BOGOR, JAWA BARAT TAHUN 2025

Zaskia Reihan Amanda Niarto

Abstrak

Kinerja karyawan merupakan gambaran perilaku individu dalam menyelesaikan pekerjaannya. Seseorang yang tidak mampu menjalankan pekerjaan dan tanggung jawab terhadap keluarga serta komitmen di kehidupan pribadinya dapat mengakibatkan terganggunya kinerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis dampak keseimbangan kehidupan kerja, usia, jenis kelamin, lama masa kerja, dan motivasi kerja terhadap kinerja karyawan di PT X pada tahun 2025. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *purposive sampling* dengan jumlah sampling sebanyak 112 karyawan PT X menggunakan kuesioner yang disebarakan kepada karyawan di bagian *office* dan *workshop*. Data yang dianalisis secara bivariat menunjukkan terdapat hubungan antara *work-life balance* dengan kinerja karyawan ($p=0,019$), sedangkan usia ($p=0,713$), jenis kelamin ($p=0,343$), masa kerja ($p=0,844$), dan motivasi kerja ($p=0,437$) tidak berhubungan dengan kinerja karyawan. Hasil ini mengindikasikan urgensi bagi PT X untuk memperhatikan unsur-unsur *work-life balance* ke dalam peraturan, seperti membatasi jam kerja, mengelola beban kerja, dan memberikan waktu istirahat untuk menghindari kelelahan.

Kata Kunci: Faktor Individu, Kinerja, Motivasi, *Work-life Balance*

THE RELATIONSHIP BETWEEN WORK-LIFE BALANCE AND EMPLOYEE PERFORMANCE AT PT X MANUFACTURING COMPANY, BOGOR, WEST JAVA, IN 2025

Zaskia Reihan Amanda Niarto

Abstract

Employee performance reflects individual behavior in accomplishing work tasks. An individual's inability to manage work responsibilities alongside family obligations and personal life commitments may lead to impaired job performance. This study aims to examine the effects of work-life balance, age, gender, length of service, and work motivation on employee performance at PT X in 2025. This research employed a quantitative method with a cross-sectional design. The sampling technique used was purposive sampling, involving 112 employees of PT X. Data were collected using questionnaires distributed to employees in the office and workshop divisions. Bivariate analysis showed a significant relationship between work-life balance and employee performance ($p = 0.019$), while age ($p = 0.713$), sex ($p = 0.343$), length of service ($p = 0.844$), and work motivation ($p = 0.437$) were not significantly associated with employee performance. These findings indicate the urgency for PT X to incorporate work-life balance elements into company regulations, such as limiting working hours, managing workload, and providing adequate rest periods to prevent work-related fatigue.

Keyword: Individual Factors, Employee Performance, Motivation, Work-life Balance