

ABTRACT

***THE EFFECT OF WORKLOAD, JOB STRESS,
AND WORK-LIFE BALANCE ON
TURNOVER INTENTION***

(Generation Z Employees at The Allure Villas Pangandaran)

By:
Sela Rismanaya
NPM. 223402110

Guide I : Ane Kurniawati
Guide II : Juniar Alisa

The objective of this research was to determine the effect of workload, job stress, and work-life balance on turnover intention among Generation Z employees at The Allure Villas Pangandaran. The method used in this research is a quantitative method with a descriptive and verificative approach. The sampling technique used was saturated sampling, with Generation Z employees as respondents. The data collection technique used to obtain primary data was through questionnaires using a Likert scale of 1–5. The collected data were analyzed using Partial Least Square–Structural Equation Modeling (PLS-SEM) with the assistance of SmartPLS 4.1.1 software. The results of hypothesis testing show that: (1) workload has a significant positive effect on turnover intention; (2) job stress has a significant positive effect on turnover intention; and (3) work-life balance has a significant negative effect on turnover intention. These findings indicate that the main factors influencing turnover intention are workload and job stress.

Keywords: Workload, Job Stress, Work-Life Balance, Turnover Intention, Generation Z

ABSTRAK
PENGARUH BEBAN KERJA, STRES KERJA
DAN *WORK LIFE BALANCE* TERHADAP
TURNOVER INTENTION

(Karyawan Generasi Z The Allure Villas Pangandaran)

Oleh

Sela Rismanaya
223402110

Pembimbing I	: Ane Kurniawati
Pembimbing II	: Juniar Alisa

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh beban kerja, stres kerja, dan *work-life balance* terhadap *turnover intention* pada karyawan Generasi Z di The Allure Villas Pangandaran. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif dan verifikatif. Teknik penarikan sampel menggunakan metode sampling jenuh dengan responden karyawan Generasi Z. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner disusun menggunakan skala Likert 1-5. Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan metode *Partial Least Square–Structural Equation Modeling* (PLS-SEM) dengan bantuan perangkat lunak SmartPLS 4.1.1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap *turnover intention*, (2) stres kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap *turnover intention*, dan (3) *work-life balance* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *turnover intention*. Temuan ini menunjukkan bahwa faktor utama yang memengaruhi *turnover intention* adalah beban kerja dan stres kerja.

Kata kunci: Beban Kerja, Stres Kerja, *Work-Life Balance*, *Turnover Intention*, Generasi Z

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan sehat, rahmat, hidayah, dan karunianya sehingga penulisan Skripsi yang berjudul **“Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja dan *Work-Life Balance* terhadap *Turnover Intention* (Karyawan Generasi Z The Allure Villas Pangandaran)”** terselesaikan dengan baik. Shalawat serta salah senantiasanya tercurah limpahkan kepada Nabi Muhamad SAW, sebagai panutan serta suri teladan bagi kita semua sebagai umatnya.

Pada penyusunan Skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, maka pada kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Kedua orang tua tercinta, Ibunda tersayang Marwiasih yang telah mengajarkan penulis tentang kesabaran, cinta tanpa pamrih dan kekuatan doa. Ayahanda tercinta Kusnadi yang telah memberikan dukungan, semangat, motivasi baik secara moril maupun materil. Tiap langkah dan keberhasilan kecil dalam hidup ini adalah buah dari kesabaran dan kasih sayang kalian. Senyum kalian adalah kekuatan terbesar bagi penulis untuk terus berjuang, bahkan ketika dunia terasa berat.
2. Prof. Dr. Eng. Ir. Aripin, IPU., ASEAN Eng, selaku Rektor Universitas Siliwangi Tasikmalaya.
3. Dr. H. Ade Komaludin, S.E., M.Sc, selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Siliwangi Tasikmalaya.

4. R. Lucky Radi Rinandiyana, S.E., Msi., selaku Ketua Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Siliwangi Tasikmalaya.
5. Ane Kurniawati, S.E M.Si. selaku Dosen Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, saran, dan motivasi berharga bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Juniar Alisa, S.Pd., M.M. selaku Dosen Pembimbing II yang selalu meluangkan waktunya untuk memeberikan banyak ilmu pengetahuan serta ruang bagi penulis untuk berdiskusi dalam penyusunan skripsi ini.
7. Prof. Dr. H. Kartawan, S.E., M.P. selaku dosen penguji I yang telah memberikan arahan dan masukan yang membangun untuk penulisan skripsi ini.
8. Gusti Tia Ardiani, S.E., M.M. selaku dosen penguji II sekaligus dosen wali yang telah memberikan nasihat, arahan, masukan yang membangun untuk penulisan skripsi dan motivasi selama perkuliahan.
9. Dede Sri Rahayu, S.E., M.S.M. selaku dosen penguji III yang telah memberikan saran dan masukan dalam proses penulisan dan penyusunan skripsi ini.
10. Seluruh dosen Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Siliwangi Tasikmalaya yang telah memberikan bekal ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
11. Seluruh Staf Administrasi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Siliwangi

12. Seluruh Jajaran Pimpinan dan Karyawan The Allure Villas Pangandaran yang telah memberikan kesempatan untuk bekerja sama dengan penulis sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
13. Kepada Intan Nurizzky Arnas, terima kasih telah menjadi sahabat sekaligus teman curhat, tempat mengeluh dan sumber semangat meski jarak memisahkan. Semoga kita selalu bersahabat dan saling mendukung hingga mencapai cita-cita.
14. Sahabat seperjuangan, Rismi Rahmawati, Syiefa Trianissa, Alien Asrin Nuraeni, Firly Nur Haira, Surya Adam Malik, Ega Suryaman, dan Nofal Candra Febriansa. Kehadiran kalian menjadikan perjalanan akademik ini lebih berwarna dan penuh makna. Terima kasih telah menjadi partner bertumbuh dalam berbagai kondisi, pendengar yang baik, serta bagian keluarga yang selalu memberi semangat dan keyakinan bahwa setiap tantangan selama perkuliahan akan terlewati
15. Teman-teman KKN 46 Luyubakti, Terima kasih sudah hadir memberikan warna, semangat dan menciptakan rasa kekeluargaan yang tulus di akhir masa perkuliahan penulis.
16. Teman-teman seperjuangan di Manajemen 2022 yang telah memberikan dukungan dan pengalaman yang luar biasa selama perkuliahan.
17. Kepada diri sendiri Sela Rismanaya, Terima kasih telah memilih untuk tetap bertahan di setiap proses, melewati rasa lelah, ragu, dan segala keterbatasan. Semoga pencapaian ini menjadi pengingat bahwa setiap usaha tidak pernah

sia-sia, dan bahwa diri ini mampu tumbuh serta terus melangkah menuju impian berikutnya

Semoga segala bantuan dan dukungan yang telah diberikan dapat menjadi pemberat timbangan amal kebaikan kelak di akhirat dan mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna yang diharapkan. Oleh karena itu, penulis dengan tulus memohon kesediaan pembaca untuk memberikan kritik dan saran demi sempurnanya Skripsi ini.

Akhirnya penulis menyampaikan permohonan maaf yang sebesar-besarnya kepada pembaca seandainya terdapat kesalahan-kesalahan di dalam skripsi ini dan penulis berharap semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Tasikmalaya, Juli 2026

Penulis

Sela Rismanaya
NPM 223402210