

# **PENGARUH BEBAN KERJA MENTAL, KEPUASAN KERJA, DAN KUALITAS KEHIDUPAN KERJA TERHADAP KEBAHAGIAAN DI TEMPAT KERJA PADA LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIB PARIAMAN**

**Putra<sup>1)</sup>, Purbo Jadmiko<sup>2)</sup>**

Prodi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Bung Hatta

Email : [putrasullivan1997@gmail.com](mailto:putrasullivan1997@gmail.com), [purbojadmiko@bunghatta.ac.id](mailto:purbojadmiko@bunghatta.ac.id)

## **PENDAHULUAN**

Kebahagiaan di tempat kerja merupakan faktor penting yang memengaruhi kinerja dan kesejahteraan karyawan, khususnya dalam lingkungan yang menuntut seperti lembaga pemasyarakatan. Beban kerja mental, kepuasan kerja, dan kualitas kehidupan kerja adalah variabel-variabel yang dapat memengaruhi kebahagiaan karyawan. Kebahagiaan dalam bekerja adalah pola pikir karyawan untuk dapat memaksimalkan performa atau kinerjanya dan meraih potensi diri dengan menyadari tinggi rendahnya perasaan bahagiannya ketika bekerja secara mandiri maupun bersama-sama. Individu yang bekerja dengan perasaan bahagia dalam dirinya merupakan individu yang mempunyai perasaan positif disetiap waktu karena dia mengetahui bagaimana cara mengelola dan mempengaruhi dunia kerjanya. Individu yang mempunyai perasaan positif dapat memaksimalkan kinerja dan memberikan kepuasan tersendiri dalam [1]. Beban Kerja mental adalah kondisi kerja dimana informasi yang masih harus diproses di dalam otak. Kerja mental meliputi kerja otak dalam pengertian sempit dan pemrosesan informasi. Kerja otak dalam pengertian sempit adalah proses berfikir yang memerlukan kreatifitas, misalnya membuat mesin, membuat rencana produksi, mempelajari file dan menulis laporan. Beban kerja mental yaitu selisih antara tuntutan beban kerja dari suatu tugas dengan kapasitas maksimum beban mental seseorang dalam kondisi termotivasi [2].

Kepuasan kerja merupakan suatu efektivitas atau respons emosional terhadap berbagai faktor pekerjaan, dan perasaan karyawan tentang menyenangkan atau tidaknya suatu pekerjaan. Umumnya terhadap pekerjaan seseorang yang menunjukkan perbedaan antara jumlah penghargaan yang diterima pekerja dan jumlah yang mereka yakini seharusnya mereka terima [3]. Kualitas kehidupan kerja merupakan masalah utama yang patut mendapat perhatian organisasi. Hal ini merujuk pada pemikiran bahwa kualitas kehidupan kerja dipandang mampu untuk meningkatkan peran serta dan sumbangan para anggota atau karyawan terhadap organisasi [4].

## **METODE**

Penelitian ini tergolong dalam penelitian kuantitatif, teknik yang digunakan dalam menentukan jumlah sampel ini adalah metode sensus. Metode sensus digunakan karena semua anggota populasi dijadikan sampel. Jumlah ukuran sampel yang digunakan dalam penelitian adalah 47 orang, Pada penelitian data primer di peroleh melalui penyebaran kuesioner kepada target sampel yang telah ditentukan oleh peneliti. SPSS digunakan sebagai alat pengolahan data dan pengujian hipotesis penelitian, maka diperlukan prosedur pengujian dengan uji validitas. Validitas memperlihatkan derajat ketepatan dari data sesungguhnya yang ada dalam objek terhadap data yang dikumpulkan oleh peneliti. Validitas dapat juga diartikan sebagai ketepatan alat ukur dalam melakukan pengukuran terhadap apa yang harus diukur, yang diukur adalah

variabel penelitian. Pada penelitian ini pengujian validitas menggunakan model *Confirmatory Factor Analysis (CFA)*. Menentukan validnya masing-masing item pertanyaan melalui nilai rotasi matrix yang setiap variabel diwakili oleh satu nilai koefisien memiliki (*factor loading*)  $\geq 0,50$ . [5].

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sesuai dengan hasil pengujian hipotesis yang telah dilakukan, di temukan uraian hasil yang terlihat pada tabel 1 berikut.

Keterangan	Koefisien Regresi	Sig	Alpha	Kesimpulan
(Constanta)	-1,021		-	-
Beban Kerja Mental	-0,062	0.309	0.05	Ditolak
Kepuasan Kerja	0,245	0,028	0.05	Diterima
Kualitas Kehidupan Kerja	0,456	0,002	0.05	Diterima

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa beban kerja mental memiliki nilai signifikan sebesar 0,309 dimana lebih besar dari alpha 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama ditolak yang artinya tidak terdapat pengaruh beban kerja mental terhadap kebahagiaan di tempat kerja pada lembaga pemasyarakatan kelas IIB Pariaman. Variabel kepuasan kerja memiliki nilai signifikan sebesar 0,028 dimana nilai signifikan lebih kecil dari alpha 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua diterima yang artinya terdapat pengaruh positif kepuasan kerja terhadap kebahagiaan di tempat kerja pada lembaga pemasyarakatan kelas IIB Pariaman, dan variabel kualitas kehidupan kerja memiliki nilai signifikan sebesar 0,002 lebih kecil dari alpha 0,05, maka disimpulkan kualitas kehidupan kerja berpengaruh positif terhadap kebahagiaan di tempat kerja pada lembaga pemasyarakatan kelas IIB Pariaman.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan telah melalui tahap pengolahan data maka ditemukanlah bahwa beban kerja mental tidak berpengaruh terhadap kebahagiaan di tempat kerja pada Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Pariaman, kepuasan kerja berpengaruh positif terhadap kebahagiaan di tempat kerja pada Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Pariaman, Kualitas kehidupan kerja berpengaruh positif terhadap kebahagiaan di tempat kerja pada Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Pariaman. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki beberapa kekurangan yang disebabkan oleh adanya sejumlah keterbatasan yang peneliti miliki, maka untuk penelitian selanjutnya disarankan dapat menggunakan sampel/populasi penelitian yang lebih banyak untuk mengetahui pengaruh dari variabel beban kerja mental, disarankan juga untuk memilih metode yang tepat untuk menguji variabel tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] N. Salsyabila, W. Winbaktianur, and R. Ruaidah, "Hubungan Quality Of Work Life Dengan Kebahagiaan Di Tempat Kerja Pada Pegawai Kantor Wilayah Kementerian Agama Provinsi Sumatera Barat," *J. Ekon. Dan Bisnis*, vol. 3, no. 1, pp. 47–57, 2023, doi: 10.47233/jebns.v3i1.513.
- [2] D. Diniaty, "Analisis Beban Kerja Mental Operator Lantai Produksi Pabrik Kelapa Sawit Dengan Metode NASA-TLX di PT. Bina Pratama Sakato Jaya, Dharmasraya," *J. Tek. Ind. J. Has. Penelit. dan Karya Ilm. dalam Bid. Tek. Ind.*, vol. 4, no. 1, p. 1, 2018, doi: 10.24014/jti.v4i1.5880.
- [3] A. Budi Santoso and R. Yuliantika, "Metode Penelitian Bisnis Kuantitatif Dan Kualitatif Edisi Ke-1," *JIMEA | J. Ilm. MEA (Manajemen, Ekon. dan Akuntansi)*, vol. 6, no. 3, pp. 1407–1422, 2022.
- [4] Noor Arifin, "Analisis Kualitas Kehidupan Kerja, Kinerja, Dan Kepuasan Kerja Pada Cv. Duta Senenan Jepara," *J. Econ.*, vol. 8, no. 1, pp. 11–21, 2012.
- [5] P. Agung and Anik, *Metode Penelitian Bisnis Kuantitatif Dan Kualitatif Edisi Ke-1*, vol. 1. 2013.

