

BAB IV

HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN

4.1 Hasil Analisis Data

4.1.1 Gambaran Umum Responden

Peneliti menguraikan secara singkat profil dari para responden pada penelitian ini yaitu para guru atau pengajar tingkat sekolah menengah atas. Data yang diperoleh diambil berdasarkan hasil pengisian kuesioner yang telah dibagikan dan telah diisi oleh para pengajar tingkat Sekolah Menengah Atas di kawasan DKI Jakarta yang tersebar di kawasan Jakarta Timur, Jakarta Barat, Jakarta Utara, Jakarta Selatan dan Jakarta Pusat. Berikut ini merupakan gambaran umum dari total 138 responden yang telah mengisi kuesioner penelitian:

A. Identitas Responden

1. Jenis Kelamin

Responden diberikan pertanyaan berupa pilihan ganda yang hanya terdapat pilihan pria atau wanita.

Tabel 4.1 Jenis kelamin responden

| No. | Jenis Kelamin | Jumlah | Presentase (%) |
|---------------|---------------|--------|----------------|
| 1 | Laki-laki | 63 | 46,4% |
| 2 | Perempuan | 75 | 53,6% |
| Jumlah | | 138 | 100% |

Berdasarkan tabel di atas presentase responden berjenis kelamin laki-laki sebesar 46,4% dengan jumlah 63 orang. Sedangkan presentase responden berjenis kelamin perempuan sebesar 53,6% dengan jumlah 75 orang.

2. Status Perkawinan

Status perkawinan merupakan pertanyaan dengan metode pilihan ganda yang memberikan pilihan jawaban menikah, belum menikah, dan lainnya.

Tabel 4.2 Status perkawinan responden

| No | Status Perkawinan | Jumlah | Presentase (%) |
|---------------|---------------------|--------|----------------|
| 1 | Menikah | 80 | 58% |
| 2 | Belum Menikah | 57 | 41,3% |
| 3 | Lainnya (Biarawati) | 1 | 0,7% |
| Jumlah | | 138 | 100% |

3. Lama Bekerja

Responden diberikan 4 pilihan jawaban terkait lamanya waktu yang sudah dilalui sebagai seorang yang berprofesi sebagai guru Sekolah Menengah Atas.

Tabel 4.3 Lama waktu bekerja responden

| No | Lama Bekerja | Jumlah | Presentase (%) |
|---------------|---------------------|--------|----------------|
| 1 | Kurang dari 2 tahun | 29 | 21% |
| 2 | 2-5 tahun | 30 | 21,7% |
| 3 | 5-10 tahun | 40 | 29% |
| 4 | Lebih dari 10 tahun | 39 | 28,3% |
| Jumlah | | 138 | 100% |

4.1.2 Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dalam penelitian ini meliputi nilai min atau terkecil, max atau terbesar dan mean atau rata-rata dari setiap item dalam kuesioner. Skala data yang digunakan adalah 1-5. 1 menunjukkan tidak setuju terhadap pernyataan, sedangkan

5 menunjukkan sangat setuju terhadap pernyataan. Rangkuman deskripsi data pada masing-masing variabel dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.4 Rangkuman perolehan data responden pada Variabel WLB, Beban Kerja, dan Kepuasan kerja

| Item | N | Min | Max | Mean |
|-------|-----|-----|-----|--------|
| WLB1 | 138 | 1 | 5 | 3.1232 |
| WLB2 | 138 | 2 | 5 | 3.4928 |
| WLB3 | 138 | 1 | 5 | 3.7319 |
| WLB4 | 138 | 2 | 5 | 3.5797 |
| WLB5 | 138 | 2 | 5 | 3.6884 |
| WLB6 | 138 | 1 | 5 | 3.4275 |
| WLB7 | 138 | 1 | 5 | 3.2029 |
| WLB8 | 138 | 2 | 5 | 3.2899 |
| WLB9 | 138 | 1 | 5 | 3.0362 |
| WLB10 | 138 | 2 | 5 | 4.2971 |
| WLB11 | 138 | 2 | 5 | 4.4058 |
| WLB12 | 138 | 1 | 5 | 4.3116 |
| WLB13 | 138 | 2 | 5 | 4.4928 |
| BK1 | 138 | 1 | 5 | 3.2101 |
| BK2 | 138 | 1 | 5 | 2.9420 |
| BK3 | 138 | 1 | 5 | 3.4855 |
| BK4 | 138 | 1 | 5 | 2.6232 |
| BK5 | 138 | 1 | 4 | 2.2029 |
| BK6 | 138 | 1 | 5 | 2.6014 |
| KK1 | 138 | 1 | 5 | 3.6304 |
| KK2 | 138 | 2 | 5 | 4.2536 |
| KK3 | 138 | 3 | 5 | 4.3406 |
| KK4 | 138 | 3 | 5 | 4.5507 |
| KK5 | 138 | 3 | 5 | 4.2391 |
| KK6 | 138 | 1 | 5 | 3.5942 |
| KK7 | 138 | 2 | 5 | 4.0217 |
| KK8 | 138 | 3 | 5 | 4.4420 |
| KK9 | 138 | 2 | 5 | 4.5290 |
| KK10 | 138 | 2 | 5 | 4.3043 |

| | | | | |
|------|-----|---|---|--------|
| KK11 | 138 | 3 | 5 | 4.7609 |
| KK12 | 138 | 3 | 5 | 4.6957 |
| KK13 | 138 | 3 | 5 | 4.7536 |

Keterangan:

WLB = *Work Life Balance*

BK = Beban Kerja

KK = Kepuasan Kerja

4.1.3 Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS 25 dan tolak ukur nilai r hitung (*Pearson Correlation*) untuk mengukur validitas pernyataan atau pertanyaan kuesioner penelitian ini. Nilai r tabel bisa didapatkan dengan menggunakan rumus:

$$df = N - 2$$

$$df = 138 - 2$$

$$df = 136$$

Dengan signifikansi sebesar 5% (0,05), maka nilai r tabel adalah 0,1672.

Uji reliabilitas dilakukan pada kelompok pernyataan variabel dengan menggunakan rumus *Cronbach Alpha*. Alat ukur dalam hal ini adalah kuesioner dapat dinyatakan reliabel ketika hasil uji reliabilitasnya menunjukkan hasil *Cronbach Alpha* > 0,70.

A. Hasil Uji Validitas

Dalam penelitian ini terdapat total 32 pernyataan pada variabel WLB, Beban Kerja, dan Kepuasan Kerja yang diuji validitasnya. Disebutkan terdapat 32 pernyataan yang terdiri dari 13 pernyataan *Work Life Balance*, 6 pernyataan Beban Kerja, dan 13 pernyataan Kepuasan Kerja.

Tabel 4.5 Hasil Uji Validitas

| Variabel | Item | R hitung | R tabel | Keterangan |
|------------------------------|-------------|-----------------|----------------|-------------------|
| Work Life Balance | X1.1 | 0,641 | 0,1672 | Valid |
| | X1.2 | 0,736 | 0,1672 | Valid |
| | X1.3 | 0,718 | 0,1672 | Valid |
| | X1.4 | 0,753 | 0,1672 | Valid |
| | X1.5 | 0,768 | 0,1672 | Valid |
| | X1.6 | 0,804 | 0,1672 | Valid |
| | X1.7 | 0,720 | 0,1672 | Valid |
| | X1.8 | 0,619 | 0,1672 | Valid |
| | X1.9 | 0,740 | 0,1672 | Valid |
| | X1.10 | 0,541 | 0,1672 | Valid |
| | X1.11 | 0,609 | 0,1672 | Valid |
| | X1.12 | 0,409 | 0,1672 | Valid |
| | X1.13 | 0,468 | 0,1672 | Valid |
| Beban Kerja | Z.1 | 0,780 | 0,1672 | Valid |
| | Z.2 | 0,766 | 0,1672 | Valid |
| | Z.3 | 0,755 | 0,1672 | Valid |
| | Z.4 | 0,725 | 0,1672 | Valid |
| | Z.5 | 0,686 | 0,1672 | Valid |
| | Z.6 | 0,798 | 0,1672 | Valid |
| Kepuasan Kerja | Y.1 | 0,416 | 0,1672 | Valid |
| | Y.2 | 0,529 | 0,1672 | Valid |
| | Y.3 | 0,557 | 0,1672 | Valid |
| | Y.4 | 0,585 | 0,1672 | Valid |
| | Y.5 | 0,564 | 0,1672 | Valid |
| | Y.6 | 0,323 | 0,1672 | Valid |
| | Y.7 | 0,477 | 0,1672 | Valid |

| | | | |
|------|-------|--------|-------|
| Y.8 | 0,591 | 0,1672 | Valid |
| Y.9 | 0,723 | 0,1672 | Valid |
| Y.10 | 0,550 | 0,1672 | Valid |
| Y.11 | 0,693 | 0,1672 | Valid |
| Y.12 | 0,637 | 0,1672 | Valid |
| Y.13 | 0,623 | 0,1672 | Valid |

Berdasarkan hasil uji validitas, seluruh pernyataan dalam alat ukur berupa kuesioner ini dinyatakan valid. Hal tersebut ditunjukkan dari setiap pernyataan yang menghasilkan koefisien korelasi atau r hitung $\geq 0,70$. Selain itu validitas juga ditunjukkan melalui jumlah r hitung dari setiap pernyataan yang lebih besar dari r tabel.

B. Hasil Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan uji yang mendeteksi atau melihat konsistensi dari alat ukur yang digunakan dalam penelitian, yaitu kuesioner. Uji ini dilakukan untuk mendapatkan hasil pengukuran yang konsisten atau reliabel. Alat ukur dapat dinyatakan reliabel ketika hasil uji reliabilitasnya menunjukkan hasil *Cronbach Alpha* $> 0,60$ (Sugiyono, 2014).

Tabel 4.6 Hasil Uji Reliabilitas Variabel *Work Life Balance*, Beban Kerja dan Kepuasan Kerja

| Variabel | <i>N of Items</i> | <i>Cronbach Alpha</i> | Standar | Keterangan |
|--------------------------|-------------------|-----------------------|---------|------------|
| <i>Work Life Balance</i> | 13 | 0,893 | 0,6 | Reliabel |
| Beban Kerja | 6 | 0,837 | 0,6 | Reliabel |
| Kepuasan Kerja | 13 | 0,780 | 0,6 | Reliabel |

Berdasarkan Tabel 4.6 uji reliabilitas dilakukan kepada seluruh responden dengan melakukan perbandingan antara nilai *Cronbach's Alpha* dengan nilai standar uji yaitu 0.6. Apabila *Cronbach's Alpha* > 0.6 maka instrumen tersebut dapat dikatakan reliabel. Dalam penelitian ini dapat diketahui bahwa masing-masing variabel memiliki *Cronbach Alpha* > 0,60. Dengan demikian variabel *Work Life Balance*, Beban kerja, dan Kepuasan Kerja dapat dikatakan reliabel.

4.1.4 Uji Normalitas

Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas didasarkan pada ketentuan sebagai berikut:

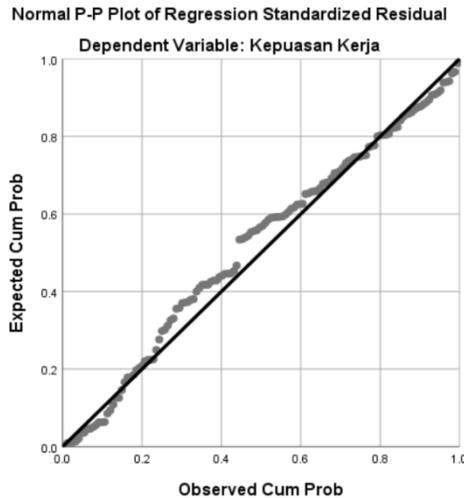
- a. Jika probabilitasnya > 0,05 maka dapat dikatakan bahwa distribusi model regresinya normal.
- b. Jika probabilitasnya < 0,05 maka dapat dikatakan bahwa distribusi model regresinya tidak normal.

Uji normalitas juga dapat ditentukan melalui pola yang ditampilkan dalam grafik P-Plot yang dihasilkan dari uji normalitas. Jika pola pada grafik P-Plot menunjukkan data tersebar membentuk garis lurus diagonal, maka dapat diasumsikan bahwa data tersebut bersifat normal karena data yang menyebar itu mengikuti garis normalitas.

Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov

| Uji K-S | <i>Unstandardized Residual</i> |
|------------------------|--------------------------------|
| Kolmogorov-Smirnov Z | 0,075 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | 0,058 |

Pada tabel Kolmogorov-Smirnov di atas, distribusi pada model dapat dinyatakan memiliki distribusi yang normal karena nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* menunjukkan angka 0.058 atau lebih besar daripada 0.05.

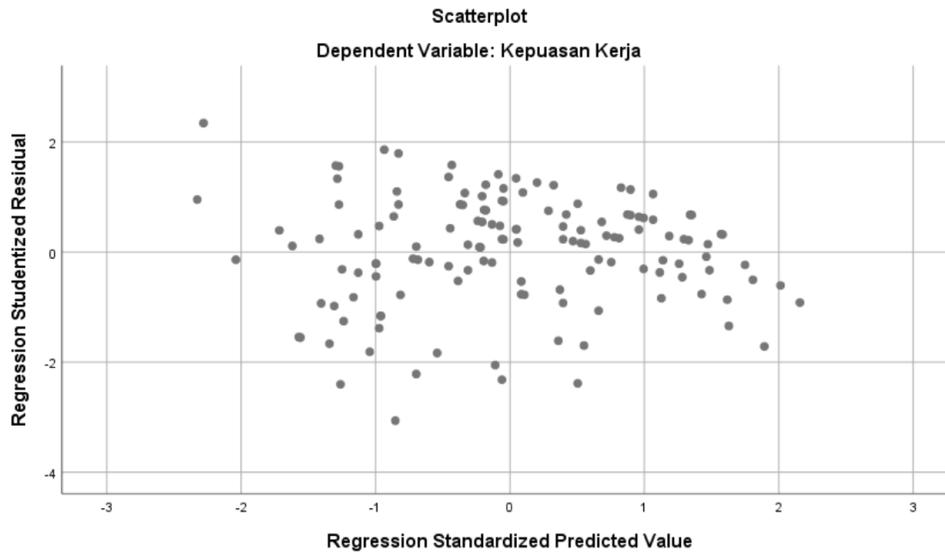


Gambar 4.1 Hasil Uji Normalitas P-Plot

Grafik P-Plot di atas menunjukkan bahwa model regresi linear memiliki distribusi normal. Hal tersebut nampak pada penyebaran data yang lurus diagonal mengikuti garis normalitas.

4.1.5 Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas adalah uji yang bertujuan untuk menilai ada atau tidaknya varians yang berbeda pada residual antar obeservasi dalam model regresi. jika tidak terjadi heteroskedastisitas atau terjadi ketidaksamaan pada varians, maka model regresi dinyatakan layak untuk diuji.



Gambar 4.2 *Scatter Plot* Uji Heteroskedastisitas

Dari hasil yang diperoleh dan ditunjukkan pada gambar di atas, titik-titik yang ada menyebar dan tidak membentuk pola tertentu. Dapat dinyatakan bahwa model ini tidak terjadi heteroskedastisitas sehingga layak untuk diujikan.

4.1.6 Uji Koefisien Determinasi

Uji koefisien determinasi atau *r square* dilakukan untuk mencari tahu seberapa besar pengaruh dari variabel WLB dan beban kerja secara bersamaan terhadap variabel kepuasan kerja.

Tabel 4.8 Hasil Uji Koefisien Determinasi

| Model | R | R Square |
|-------|-------|----------|
| 1 | 0,457 | 0,209 |

Nilai *R Square* dalam tabel 4.8 adalah sebesar 0,209 atau 20,9%. Dapat dikatakan bahwa hanya sebesar 20,9% pengaruh variabel WLB dan Beban Kerja secara

bersamaan terhadap Kepuasan Kerja. Sisanya sebesar 79,1% menunjukkan Kepuasan Kerja dipengaruhi oleh variabel selain WLB dan Beban Kerja.

4.2 Hasil Pengujian Hipotesis

4.2.1 Regresi Linier Sederhana

Analisis regresi linier sederhana merupakan alat ukur statistik yang digunakan untuk mendapatkan hubungan matematis dalam bentuk suatu persamaan antara variabel bebas dengan variabel terikat tunggal. Tujuan dari analisis regresi sederhana ini ialah untuk menggunakan nilai variabel bebas yang diketahui untuk memprediksi nilai dari variabel terikat.

1. Hasil *Output* SPSS dan Interpretasi Koefisien Jalur Model 1

Hipotesis 1 (H1): *Work life balance* berpengaruh terhadap beban kerja

Pengujian hipotesis ini dilakukan dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana. Hasil perhitungan dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 4.9 Uji Hipotesis 1 (H1)

| Variabel | Standardized Coefficients | R ² | Adj R Square | t-statistic | Sig | Hasil |
|----------|---------------------------|----------------|--------------|-------------|-------|------------|
| WLB | 0,524 | 0,274 | 0,269 | 7,171 | 0,000 | Signifikan |

Dependent variable: beban kerja

Diketahui nilai signifikansi sebesar 0,00 yang lebih kecil dari 0,05 yang menandakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat secara individual. Berdasarkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa hipotesis 1 (H1) diterima, yaitu WLB berpengaruh terhadap beban kerja para guru

Diketahui Nilai R square pada penelitian ini sebesar 0,274 menunjukkan bahwa beban kerja dijelaskan oleh WLB sebesar 27,4% sedangkan sisanya 72,6%

dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar dari penelitian ini. Sedangkan nilai e_1 dapat dicari dengan menggunakan rumus:

$$e_1 = \sqrt{(1 - 0,274)}$$

$$e_1 = 0,852$$

2. Hasil *Output* SPSS dan Interpretasi Koefisien Jalur Model 2

H₂ = Beban kerja berpengaruh terhadap kepuasan kerja

Pengujian hipotesis ini dilakukan dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana. Hasil perhitungan dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 4.10 Uji Hipotesis 2 (H₂)

| Variabel | Standardized Coefficients | R ² | Adj R Square | Sig | Hasil |
|-------------|---------------------------|----------------|--------------|-------|------------|
| WLB | 0,537 | 0,209 | 0,197 | 0,000 | Signifikan |
| Beban Kerja | -0,277 | | | 0,002 | Signifikan |

Dependent variable: Kepuasan kerja

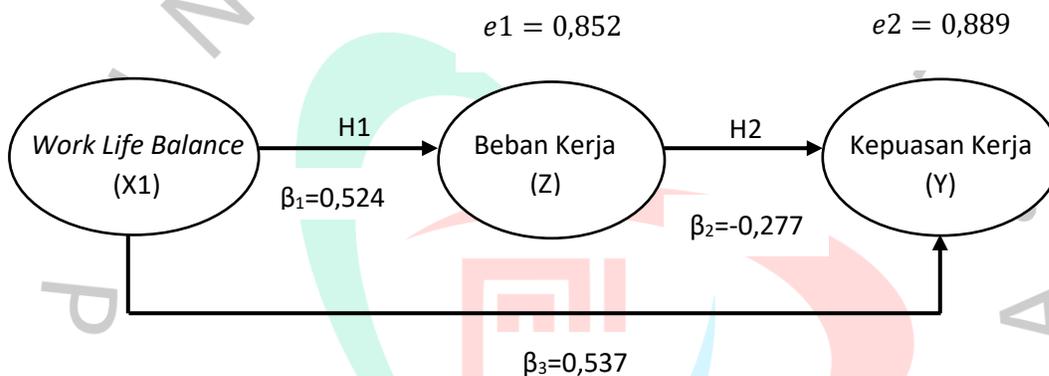
Diketahui nilai signifikansi variabel WLB adalah sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Maka, dapat disimpulkan bahwa *Work Life Balance* berpengaruh signifikan terhadap variabel kepuasan kerja.

Diketahui nilai signifikansi variabel beban kerja adalah sebesar 0,002 yang lebih kecil dari 0,05. Maka, dapat disimpulkan bahwa beban kerja berpengaruh signifikan terhadap variabel kepuasan kerja. Nilai koefisien pada variabel beban kerja menunjukkan angka negatif (-0,277). Hal ini menunjukkan hubungan yang ditimbulkan bersifat negatif. Semakin tinggi beban kerja yang diberikan, maka semakin rendah kepuasan kerja yang dirasakan. Sebaliknya, semakin rendah beban kerja yang diberikan, maka semakin tinggi kepuasan kerja yang dirasakan.

Diketahui Nilai R square pada penelitian ini sebesar 0,209 menunjukkan bahwa kepuasan kerja dijelaskan oleh WLB dan beban kerja secara bersama-sama sebesar 20,9%, sedangkan sisanya sebesar 79,1% dijelaskan oleh faktor-faktor lain di luar dari penelitian ini. Nilai e2 dapat dicari dengan menggunakan rumus:

$$e2 = \sqrt{(1 - 0,209)}$$

$$e2 = 0,889$$



Gambar 4.3 Struktur Hubungan Kausal

3. Hasil Interpretasi Analisis Jalur (*Path Analysis*)

H3: *Work Life Balance* berpengaruh terhadap kepuasan kerja yang dimediasi oleh beban kerja

Dapat diketahui bahwa **pengaruh secara langsung** antara variabel WLB terhadap kepuasan kerja adalah sebesar 0,537. **Sedangkan pengaruh secara tidak langsung** antara variabel WLB terhadap kepuasan kerja melalui variabel beban kerja adalah hasil perkalian antara nilai β_1 (WLB terhadap beban kerja) dengan nilai β_2 (beban kerja terhadap kepuasan kerja) sebagai berikut:

$$0,524 \times -0,277 = -0,145148$$

Berdasarkan perhitungan di atas dapat diketahui **pengaruh langsung sebesar 0,537** dan **pengaruh tidak langsung sebesar -0,145148**. Dapat diartikan bahwa pengaruh langsung lebih besar dari pada pengaruh secara tidak langsung. Maka dapat disimpulkan bahwa secara tidak langsung WLB melalui beban kerja **tidak berpengaruh** secara signifikan terhadap kepuasan kerja atau **H3 ditolak**.

4.3 Pembahasan

Sesuai dengan tujuan penelitian yang telah disebutkan dalam bagian sebelumnya, dalam pembahasan ini peneliti bermaksud membuktikan hipotesis penelitian berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan.

4.3.1 *Work Life Balance* Berpengaruh Terhadap Beban Kerja

Berdasarkan Tabel 4.9 yang menunjukkan nilai signifikansi antara *Work Life Balance* dengan Beban Kerja adalah sebesar 0,00 yang memenuhi syarat $P < 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa *Work Life Balance* mempengaruhi Beban Kerja secara positif signifikan atau H1 dapat diterima. Penelitian ini juga telah menunjukkan bahwa ketika para guru mengalami kesulitan dalam memenuhi *work life balance*, maka beban kerja yang harus ditanggung akan semakin sulit untuk dikerjakan atau diselesaikan dengan baik, terlebih ketika beban kerja yang diberikan semakin meningkat. Hal itu tergambar dalam tabel 4.4, item pernyataan WLB5 dengan rata-rata terbesar, yaitu 3,6884 yang menyatakan bahwa Para guru merasa terpaksa mengorbankan kegiatan atau kepentingan pribadi demi menyelesaikan pekerjaannya. Terlebih di masa pandemi ini, ketika para guru bekerja dari rumah, tentunya beban pekerjaan mau tidak mau menjadi semakin tidak terbatas dengan kegiatan pribadi. Sementara responden dalam penelitian ini sebagian besar (58%) sudah berstatus menikah, yang artinya sudah tidak menanggung beban seorang diri saja. Dengan kondisi seperti itu membuat keseimbangan antara kepentingan kerja dengan kepentingan pribadi menjadi sulit tercapai dan berdampak pada tanggung jawab pada keduanya menjadi tidak optimal.

Dampak kurangnya *work life balance* membuat beban kerja semakin tidak terkendali dengan baik. Maka, penurunan keseimbangan itu akan menimbulkan dampak meluas seperti terjadinya gangguan kesehatan fisik maupun psikis dari seorang pekerja (Denizia Rizky, 2018)

4.3.2 Beban Kerja Berpengaruh Terhadap Kepuasan Kerja

Berdasarkan Tabel 4.9 yang menunjukkan nilai signifikansi antara Beban Kerja dengan Kepuasan Kerja adalah sebesar 0,0025 yang memenuhi syarat $P < 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa Beban Kerja mempengaruhi Kepuasan Kerja secara positif signifikan atau H_2 dapat diterima. Namun hubungan yang terjadi bernilai negatif ($t = -3,0867$), dapat diartikan bahwa apabila beban kerja meningkat, maka terjadi penurunan kepuasan kerja. Sebaliknya, ketika beban kerja rendah, maka kepuasan kerja yang terjadi tinggi. Hal tersebut tergambar dalam item pernyataan BK6 (2,6014) mengenai ketidak sesuaian tugas yang diberikan dengan kemampuan dan kompetensi yang dimiliki. Item tersebut memiliki rata-rata beban kerja terendah di antara item pernyataan yang lain. Sedangkan pada item KK4 mengenai pemberian kesempatan untuk menyelesaikan pekerjaan, memiliki nilai rata-rata yang cukup tinggi yaitu sebesar 4,5507. Dapat diartikan bahwa meskipun ada tuntutan terhadap beban kerja yang tidak sesuai kemampuan dirasa cukup rendah, para guru merasa puas dengan kesempatan yang diberikan untuk menyelesaikan tugas pekerjaan yang diberikan.

4.3.3 *Work Life Balance* Berpengaruh Terhadap Kepuasan Kerja dimediasi oleh Beban Kerja

Berdasarkan Analisa jalur yang telah dilakukan, didapatkan bahwa pengaruh secara langsung WLB terhadap kepuasan kerja lebih besar dari pada pengaruh tidak langsung WLB terhadap kepuasan kerja melalui beban kerja. Dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terjadi efek mediasi yang signifikan antara WLB terhadap Kepuasan Kerja melalui Beban Kerja. Kegagalan peran mediasi dalam penelitian ini disebabkan karena adanya peran dari variabel lain di luar penelitian ini yang mampu menggantikan peran

beban kerja sebagai variabel mediator. Penelitian ini membuktikan bahwa peningkatan keseimbangan kehidupan kerja (WLB) membuat beban kerja seorang guru juga meningkat. Serupa dengan teori yang dinyatakan oleh Goyal dan Arora (2012) bahwa kegagalan *work life balance* secara signifikan berkorelasi dengan kurangnya kontrol atas beban kerja. Sejalan dengan penelitian oleh Mustapha (2013) yang menyatakan bahwa beban kerja sehari-hari mempengaruhi kepuasan kerja. Sejalan dengan pernyataan yang disampaikan oleh Mansoor (2011) dalam Surya (2015) bahwa kepuasan kerja yang dirasakan akan semakin rendah pada pekerjaan dengan beban yang lebih tinggi. Sebaliknya, kepuasan kerja akan semakin tinggi pada pekerjaan dengan beban yang lebih rendah. Selain itu, penelitian ini membuktikan bahwa keseimbangan kehidupan kerja atau WLB memiliki pengaruh langsung yang lebih besar terhadap kepuasan kerja yang dirasakan oleh para Guru. Hal ini sejalan dengan temuan Sorensen & McKim (2014) dalam penelitiannya yang menguji pengaruh WLB terhadap kepuasan kerja di antara guru pertanian. Penelitian tersebut menyatakan bahwa guru akan lebih puas pada pekerjaannya jika terdapat peningkatan akan kemampuan pengelolaan keseimbangan kehidupan kerja atau WLB.