

ABSTRAK

NUR ANISA. 2026. Pengaruh *Work Life Balance* Dan Dukungan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Karyawan Perempuan di SPBU Makassar. Skripsi. Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Makassar. Dibimbing Oleh : Andi Risfan Rizaldi dan M.Yusuf K.

Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh *work life balance* dan dukungan sosial terhadap kesehatan mental karyawan perempuan di SPBU Makassar. Penelitian menggunakan metode kuantitatif melalui penyebaran kuesioner 96 responden. Data dianalisis menggunakan regresi linear berganda dan uji t. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *work life balance* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kesehatan mental dengan nilai t- hitung sebesar - 4,921 dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Sementara itu, dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesehatan mental dengan nilai t-hitung sebesar 3,805 dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Dengan demikian, dukungan sosial memiliki peran penting dalam meningkatkan kesehatan mental karyawan perempuan di SPBU Makassar.

Kata Kunci: *Work Life Balance*, Dukungan Sosial, Kesehatan Mental