

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh keseimbangan kehidupan-kerja terhadap kinerja karyawan dengan kesehatan mental sebagai variabel intervening pada LPP RRI Jambi. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan survei melalui penyebaran kuesioner kepada 62 karyawan. Analisis data dilakukan menggunakan Structural Equation Modeling (SEM) berbasis Partial Least Squares (PLS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa keseimbangan kehidupan-kerja berpengaruh positif signifikan terhadap kesehatan mental dan kinerja karyawan. Selain itu, kesehatan mental terbukti memediasi secara signifikan hubungan antara keseimbangan kehidupan-kerja dan kinerja karyawan. Temuan ini menegaskan pentingnya perusahaan dalam menciptakan lingkungan kerja yang mendukung keseimbangan kehidupan pribadi dan pekerjaan guna meningkatkan kesehatan mental dan produktivitas karyawan.

Kata kunci: Keseimbangan kehidupan-kerja, Kesehatan mental, Kinerja karyawan, Mediasi, LPP RRI Jambi

ABSTRAK

This study aims to examine the effect of work-life balance on employee performance with mental health as an intervening variable at LPP RRI Jambi. A quantitative method was applied using a survey approach by distributing questionnaires to 62 employees. Data were analyzed using Structural Equation Modeling (SEM) with Partial Least Squares (PLS). The results indicate that work-life balance has a significant positive effect on both mental health and employee performance. Moreover, mental health significantly mediates the relationship between work-life balance and employee performance. These findings highlight the importance of creating a supportive work environment that fosters work-life balance to enhance employees' mental health and overall productivity.

Keywords: *Work-life balance, Mental health, Employee performance, Mediation, LPP RRI Jambi.*