

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *work life balance* dengan stres kerja pada wanita karir di Kabupaten Majalengka. Adapun jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 108 wanita karir di Kabupaten Majalengka. Pengambilan data menggunakan skala *work life balance* dengan skala stres kerja. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi product moment. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi *work life balance* dengan stres kerja ( $r_{xy}$ )= -0,712 dengan  $p = <0,001$ . Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *work life balance* dengan stres kerja. Dari hasil perhitungan nilai determinasi ( $R^2$ ) yang diperoleh sebesar 0,506. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel *work life balance* memberikan kontribusi sebesar 50,6% terhadap kecenderungan tingginya stres kerja pada wanita karir.

**Kata Kunci :** *Work life balance*, Stres Kerja, Wanita Karir

## ABSTRACT

*This study aims to determine the relationship between work-life balance and work stress in career women in Majalengka Regency. The number of subjects in this study is 108 career women in Majalengka Regency. Data collection uses a work-life balance scale with a work stress scale. The data analysis technique used is product moment correlation. Based on the results of data analysis, the correlation coefficient of work-life balance with work stress ( $r_y$ ) = -0.712 with  $p = <0.001$  was obtained. The results of the study show that there is a negative relationship between work-life balance and work stress. From the results of the calculation of the determination value ( $R^2$ ) obtained is 0.506. This shows that the work-life balance variable contributes 50.6% to the tendency of high work stress in career women.*

**Keywords:** *Work life balance, Work Stress, Career Women*