

## **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan *work life balance* pada pegawai di kantor X. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara beban kerja dengan *work life balance* pada pegawai di kantor X. Subjek penelitian ini berjumlah 61 orang pegawai. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan Skala Beban Kerja dan Skala *Work Life Balance*. Metode analisis data yang digunakan adalah *product moment*. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh  $r_{xy} = -0.830$  dengan taraf signifikansi  $p < 0,00$  berarti bahwa hipotesis diterima. Besar sumbangan beban kerja dapat mempengaruhi *work life balance* pada pegawai sebesar 68,9% terhadap variabel *work life balance* dan sisanya 31,1% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Kata Kunci** : Beban Kerja, *Work Life Balance* , Pegawai

## **ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between workload and work life balance for employees at X office. The hypothesis proposed is a negative relationship between workload and work life balance for employees at X office. The subjects of this study amounted to 61 employees. Collecting data in this study using the Workload Scale and Work Life Balance Scale. The data analysis method used is the product moment. Based on the research results obtained  $r_{xy} = -0.830$  with a significance level of  $p < 0.00$  means that the hypothesis is accepted. The amount of workload contribution can affect work life balance in employees by 68.9% of the work life balance variable and the remaining 31.1% is influenced by other factors not examined in this study.*

**Keywords:** *Workload, Work Life Balance, Employee*