

ABSTRAK

Dari semua tuntutan pekerjaan menyebabkan beban kerja yang dimiliki karyawan jadi bertambah, akhirnya menyebabkan terganggunya keseimbangan kehidupan pekerjaan dan kehidupan pribadi karyawan. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan Workload dengan Work Life Balance pada karyawan PT. Hariff Daya Tunggal *Engineering*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode korelasional yaitu untuk melihat hubungan antara variable *Workload* dengan *Worklife Balance*. Teknik pengambilan data menggunakan kuesioner yang dibuat dalam bentuk *angket paper*. Alat ukur *Workload* menggunakan NASA-TLX berdasarkan teori Hart and Staveland dan untuk variable *Worklife Balance* menggunakan alat ukur Worklife Balance Scale dari Gunawan Gianti berdasarkan teori Fisher. Jumlah responden dalam penelitian ini yaitu 32 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *Workload* dengan *Worklife Balance* pada karyawan PT. Hariff Daya Tunggal *Engineering*, dengan nilai $r = -0.649$ semakin tinggi *Workload* maka akan semakin rendah *Worklife Balance* pada karyawan PT. Hariff Daya Tunggal *Engineering*. Begitupun sebaliknya, semakin tinggi *Worklife Balance* maka akan semakin rendah *Workload* pada karyawan PT. Hariff Daya Tunggal *Engineering*.

Kata Kunci: *Workload*, *Worklife Balance*, Karyawan

ABSTRACT

From all the demands of the job, the workload that employees have increases, eventually causing disruption to the balance of work life and personal life of employees. The purpose of the study was to determine the relationship between Workload and Work Life Balance in employees of PT Hariff Daya Tunggal Engineering. The research method used is the correlational method, which is to see the relationship between the Workload variable and Worklife Balance. The data collection technique uses a questionnaire made in the form of a paper questionnaire. Workload measuring instrument using NASA-TLX based on Hart and Staveland theory and for Worklife Balance variable using Worklife Balance Scale measuring instrument from Gunawan Gianti based on Fisher theory. The number of respondents in this study was 32 people. The results showed that there is a negative and significant relationship between Workload and Worklife Balance in employees of PT Hariff Daya Tunggal Engineering, with a value of $r = -0.649$ the higher the Workload, the lower the Worklife Balance in employees of PT Hariff Daya Tunggal Engineering. Vice versa, the higher the Worklife Balance, the lower the Workload for employees of PT Hariff Daya Tunggal Engineering.

Keywords: Workload, Worklife Balance, Employee