

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI BEBAN KERJA DENGAN *WORK-LIFE*
BALANCE PADA PEGAWAI NON ASN DAN KONTRAK UNIVERSITAS
DIPONEGORO SEMARANG**

Rafi Surya Hartono

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

rafi.hartono.14.rh@gmail.com

ABSTRAK

Work-life balance menjadi suatu fenomena yang sering kali ditemui pada pegawai. Seseorang yang tidak memiliki kemampuan *work-life balance* akan mengalami kesulitan dalam menyeimbangkan waktu antara kehidupan di dalam dan di luar pekerjaannya seperti waktu bersama teman, keluarga, maupun diri sendiri. Salah satu faktor penting ada tidaknya kemampuan *work-life balance* pada pegawai adalah persepsinya terhadap beban kerja yang diberikan. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara persepsi terhadap beban kerja dengan *work-life balance* pada pegawai non ASN dan kontrak fakultas Universitas Diponegoro Semarang. Subjek dari penelitian ini adalah pegawai akademik fakultas berstatus non-ASN dan kontrak yang ada di lingkungan Universitas Diponegoro dengan total sampel sebanyak 100 pegawai yang terdiri dari Fakultas Hukum, Fakultas Ilmu Budaya, Fakultas Teknik, Fakultas Psikologi, Fakultas Ekonomika dan Bisnis, Fakultas Sains dan Matematika, Fakultas Kesehatan Masyarakat, dan Fakultas Peternakan dan Pertanian dengan metode *cluster random sampling*. Pengumpulan data penelitian menggunakan skala persepsi terhadap beban kerja (25 butir, $\alpha=0.910$) dan skala *work-life balance* (27 butir, $\alpha=0.916$). Analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan teknik non parametrik *Spearman's Rho* dengan hasil menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara persepsi terhadap beban kerja dengan *work-life balance* ($r_s = 0.354, p < 0.001$). Berdasarkan pada penelitian ini didapatkan bahwa persepsi terhadap beban kerja memiliki hubungan dengan *work-life balance* pada pegawai non ASN dan kontrak Universitas Diponegoro Semarang. Hal ini dibuktikan dengan tingginya tingkat persepsi terhadap beban kerja membuat tingkat *work-life balance* yang tinggi pula.

Kata Kunci: Persepsi terhadap beban kerja, *work-life balance*, pegawai non ASN, pegawai kontrak, Universitas Diponegoro

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEPTIONS OF WORKLOAD AND
WORK-LIFE BALANCE IN NON ASN AND CONTRACT EMPLOYEES
DIPONEGORO UNIVERSITY SEMARANG**

Rafi Surya Hartono

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

rafi.hartono.14.rh@gmail.com

ABSTRACT

Work-life balance is a phenomenon that is often encountered among employees. Someone who does not have the ability to work-life balance will have difficulty balancing time between life inside and outside work, such as time with friends, family, or themselves. One important factor is whether an employee's ability to work-life balance is his or her perception of the workload given. The main aim of this research is to examine the relationship between perceptions of workload and work-life balance in non-ASN employees and faculty contracts at Diponegoro University Semarang. The subjects of this research were faculty academic employees with non-ASN status and contracts within Diponegoro University with a total sample of 100 employees consisting of the Faculty of Law, Faculty of Cultural Sciences, Faculty of Engineering, Faculty of Psychology, Faculty of Economics and Business, Faculty of Science and Mathematics, Faculty of Public Health, and Faculty of Animal Husbandry and Agriculture using the cluster random sampling method. Research data collection used a perception of workload scale (25 items, $\alpha=0.910$) and a work-life balance scale (27 items, $\alpha=0.916$). Data analysis used in this study used the non-parametric Spearman's Rho technique with the results showing that there was a significant positive relationship between perceptions of workload and work-life balance ($r_s = 0.354, p < 0.001$). Based on this research, it was found that perceptions of workload have a relationship with work-life balance in non-ASN and contract employees at Diponegoro University Semarang. This is proven by the high level of perception of workload resulting in a high level of work-life balance.

Key word: perceptions of workload, *work-life balance*, non ASN employees, contrac employees, Diponegoro University