

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *work-life balance* pada dosen laki-laki di Universitas Malikussaleh. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif deskriptif dengan analisis univariat yang bertujuan mendeskripsikan kondisi *work-life balance* tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain. Data dalam penelitian ini diperoleh melalui skala *work-life balance* yang dimodifikasi dari Monalisa (2022) berdasarkan dimensi yang dikemukakan oleh Fisher dkk. (2009) yaitu *Work Interference With Personal Life (WIPL)*, *Personal Life Interference With Work (PLIW)*, *Personal Life Enhancement of Work (PLEW)*, dan *Work Enhancement of Personal Life (WEPL)*. Subjek dalam penelitian ini adalah 192 dosen laki-laki yang ada di Universitas Malikussaleh yang ditentukan dengan metode *purposive sampling* dari total populasi 385 dosen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *work-life balance* pada dosen laki-laki di Universitas Malikussaleh berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 68,8%. Hal ini menunjukkan bahwa dosen laki-laki cukup mampu menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, meskipun belum sepenuhnya optimal. Kondisi ini disebabkan oleh masih adanya beban kerja yang tinggi, tuntutan profesional, serta konflik peran antara tanggung jawab akademik dan kehidupan pribadi yang terkadang menyebabkan kelelahan dan berkurangnya waktu untuk aktivitas non-pekerjaan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa dosen laki-laki di Universitas Malikussaleh telah mampu menyeimbangkan peran profesional dan pribadi, namun masih memerlukan strategi manajemen waktu dan dukungan institusional untuk mencapai keseimbangan yang lebih optimal.

Kata Kunci: *Work-life balance*, dosen laki-laki

ABSTRACT

This study aims to examine the work-life balance of male lecturers at Universitas Malikussaleh. The research employed a descriptive quantitative method with univariate analysis, which aims to describe the condition of work-life balance without making comparisons or linking it to other variables. Data for this study were collected using a work-life balance scale modified from Monalisa (2022) based on the dimensions proposed by Fisher et al. (2009), namely Work Interference With Personal Life (WIPL), Personal Life Interference With Work (PLIW), Personal Life Enhancement of Work (PLEW), and Work Enhancement of Personal Life (WEPL). The subjects of this study were 192 male lecturers at Universitas Malikussaleh, selected using purposive sampling from a total population of 385 lecturers. The results indicate that the work-life balance of male lecturers at Universitas Malikussaleh falls into the moderate category, with a percentage of 68.8%. This suggests that male lecturers are fairly able to maintain a balance between work and personal life, although it is not yet fully optimal. This condition is caused by high workloads, professional demands, and role conflicts between academic responsibilities and personal life, which sometimes lead to fatigue and reduced time for non-work activities. The conclusion of this study is that male lecturers at Universitas Malikussaleh have been able to balance their professional and personal roles, yet they still require time management strategies and institutional support to achieve a more optimal balance

Keywords: Work-life balance, male lecturer