

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan *work life balance* pada dosen wanita Universitas Malikussaleh. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional dengan teknik *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 96 dosen wanita Universitas Malikussaleh dengan karakteristik sudah menikah. Teknik pengumpulan data menggunakan skala beban kerja yang terdiri dari 10 aitem dan skala *work life balance* yang terdiri dari 20 aitem. Hasil penelitian ini menggunakan analisis *spearman's rho* dengan nilai (r) sebesar -0,482 dan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$) menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara beban kerja dengan *work life balance* pada dosen wanita Universitas Malikussaleh, yang artinya semakin tinggi beban kerja yang ditanggung oleh dosen wanita maka semakin rendah tingkat keseimbangan kehidupan-kerja (*work life balance*) yang dirasakan. Begitupula sebaliknya semakin rendah beban kerja yang ditanggung oleh dosen wanita maka semakin tinggi tingkat keseimbangan kehidupan-kerja (*work life balance*) yang dirasakan. Artinya ketika tuntutan pekerjaan melebihi adaptasi individu maka individu cenderung akan mengalami tekanan dan kelelahan mental, hal tersebut dapat mengurangi waktu, energi, dan perhatian yang seharusnya dapat digunakan untuk beristirahat maupun menjalankan peran dalam kehidupan pribadi, sehingga hal ini dapat menyebabkan terjadinya ketidakseimbangan antara peran pekerjaan dan kehidupan pribadi.

Kata kunci: beban kerja, dosen wanita, *work life balance*