

HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN *WORK LIFE BALANCE* PADA ANGGOTA POLISI DI POLRES PADANG PARIAMAN

Muthia Asyraf Thaib, Program Psikologi, Fakultas

Psikologi Universitas Putra Indonesia YPTK

Padang

Email : muthiathaib743@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan *work life balance* pada anggota polisi di Polres Padang Pariaman. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah beban kerja, sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah *work life balance*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala beban kerja dan skala *work life balance*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *simple random sampling* yaitu dikatakan *simple* (sederhana) karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu, cara demikian dilakukan apabila anggota populasi dianggap homogen. Maka jumlah sampel yang menjadi subjek dalam penelitian ini berjumlah 125 anggota polisi Polres Padang Pariaman. Uji validitas menggunakan *Corrected Item-Total Correlation* dan uji reliabilitas menggunakan teknik *Alpha Cronbach*. Hasil uji coba menunjukkan koefisien validitas pada beban kerja bergerak dari 0,324 sampai dengan 0,728, sedangkan koefisien reliabilitas diperoleh sebesar 0,928. Koefisien validitas pada *work life balance* bergerak dari 0,381 sampai dengan 0,730, sedangkan koefisien reliabilitas diperoleh sebesar 0,933. Berdasarkan analisis data, diperoleh korelasi sebesar -0,653 dengan taraf signifikansi 0,000 yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dan sangat signifikan antara beban kerja dengan *work life balance* pada anggota polisi di Polres Padang Pariaman dengan arah hubungan negatif, artinya semakin tinggi beban kerja maka semakin rendah *work life balance*. Adapun besar sumbangan efektif dari variabel beban kerja terhadap *work life balance* pada anggota polisi Polres Padang Pariaman sebesar 42,7% dan 57,3% lagi dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci : Beban Kerja, *Work Life Balance*, Anggota Polisi, Polres, Padang Pariaman.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN WORKLOAD AND WORK-LIFE
BALANCE AMONG POLICE OFFICERS AT THE
PADANG PARIAMAN POLICE DEPARTMENT**

Muthia Asyraf Thaib, Program Psikologi, Fakultas

Psikologi Universitas Putra Indonesia YPTK

Padang

Email : muthiathaib743@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between workload and work-life balance among police officers at the Padang Pariaman Police Department. The independent variable in this study is workload, while the dependent variable is work-life balance. The measuring instruments used in this study are the workload scale and the work-life balance scale. The sampling technique in this study was simple random sampling, which is considered simple because sample members are drawn from the population randomly without considering strata within the population. This method is used when the population is considered homogeneous. Therefore, the number of sample subjects in this study was 125 police officers at the Padang Pariaman Police Department. The validity test used Corrected Item-Total Correlation, and the reliability test used Cronbach's Alpha. The trial results showed that the validity coefficient for workload ranged from 0.324 to 0.728, while the reliability coefficient was 0.928. The validity coefficient for work-life balance ranged from 0.381 to 0.730, while the reliability coefficient was 0.933. Data analysis revealed a correlation of -0.653 with a significance level of 0.000, indicating that the hypothesis is accepted. This indicates a strong and highly significant relationship between workload and work-life balance among police officers at the Padang Pariaman Police Department, with a negative correlation, meaning that the higher the workload, the lower the work-life balance. The effective contribution of workload to work-life balance among police officers at the Padang Pariaman Police Department is 42.6%, with the remaining 57.4% influenced by other factors.

Keywords: *Workload, Work-Life Balance, Police Officers, Police Department Padang Pariaman.*