

ABSTRAK

Syifarani Putri. 210103040177. *Pengaruh Work-Life Balance Terhadap Beban Kerja Pegawai di Dinas Perdagangan dan Perindustrian (DISPERDAGIN) Kota Banjarmasin.* Pembimbing: (1) Musfichin, M.A., dan (2) Dra. Mulyani, M.Ag, pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. 2025

Kata kunci: *Work-Life Balance*, Beban Kerja, Pegawai

Beban kerja merupakan faktor penting yang memengaruhi kinerja dan kesejahteraan pegawai. Salah satu aspek yang memengaruhi persepsi terhadap beban kerja adalah *work-life balance*, yaitu kemampuan individu dalam menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dan kehidupan pribadi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *work-life balance* terhadap beban kerja pegawai.

Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif korelasional. Sampel penelitian berjumlah 67 pegawai Dinas Perdagangan dan Perindustrian Kota Banjarmasin. Teknik pengumpulan data menggunakan Skala *Work-Life Balance* dan Skala Beban Kerja, serta dianalisis dengan uji regresi linear sederhana menggunakan bantuan SPSS.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *work-life balance* berpengaruh signifikan terhadap beban kerja, dengan nilai t hitung sebesar 2,148 dan signifikansi 0,035 ($p < 0,05$). Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,066 mengindikasikan bahwa *work-life balance* memberikan kontribusi sebesar 6,6% terhadap beban kerja.