

HUBUNGAN RESILIENSI DENGAN *WORK LIFE BALANCE* PADA PEKERJA PEREMPUAN YANG MENIKAH

Fitriana Ramadhani¹ Dian Juliarti Bantam²

RINGKASAN

Latar Belakang: Ketidakseimbangan dalam membagi waktu antara kehidupan pribadi dan kehidupan kerja membuat pekerja perempuan yang menikah kesulitan dalam menjalani peran ganda.

Tujuan Penelitian: Menguji secara empiris hubungan resiliensi dengan *work life balance* pada pekerja perempuan yang menikah

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Data dikumpulkan dengan menggunakan adaptasi skala *work life balance* dari Gunawan (2019) berdasarkan teori *work life balance* Fisher dan skala resiliensi dari Gina dan Fitriani (2022) berdasarkan teori resiliensi Connor Davidson.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan nilai korelasi sebesar -0,226 dengan nilai signifikansi $p=0,004(p<0,05)$.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi dengan *work life balance* pada erja perempuan yang menikah. Resiliensi menyumbang 3% *work life balance* pada pekerja perempuan yang menikah.

Kata kunci: *Work life balance*, resiliensi, pekerja perempuan yang menikah

¹ Mahasiswa Program Studi (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Program Studi (S-1) Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

RELATIONSHIP OF RESILIENCE WITH WORK LIFE BALANCE TO MARRIED WOMEN WORKERS

Fitriana Ramadhani¹ Dian Juliarti Bantam²

ABSTRACT

Background: *The imbalance in dividing time between personal life and work life makes it difficult for married women workers to carry out multiple roles.*

Research Objectives: *To empirically examine the relationship between resilience and work life balance in married female workers*

Research Methods: *This study uses a correlational quantitative approach. Data were collected using an adaptation of the work life balance scale from Gunawan (2019) based on Fisher's work life balance theory and the resilience scale from Gina and Fitriani (2022) based on the resilience theory of Connor Davidson.*

Research Results: *The results showed a correlation value of -0.226 with a significance value of $p=0.004(p<0.05)$.*

Conclusion: *Based on these results, it can be concluded that there is a significant negative relationship between resilience and work life balance in married women. Resilience accounts for 3% of the work life balance of married female workers.*

Keywords: *Resilience, Work Life Balance, Married female Worker*

¹ Student of Psychology Departement Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta

² Lecturer of Psychology Departement Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta