

**HUBUNGAN ANTARA *WORK-LIFE BALANCE* DENGAN BURNOUT
PADA WANITA ASN YANG
BERKELUARGA**

SKRIPSI

Paulina Nikita Permatasari Dongoran
21.E1.0022



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2025

**HUBUNGAN ANTARA *WORK-LIFE BALANCE* DENGAN BURNOUT PADA
WANITA ASN YANG
BERKELUARGA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh :
Paulina Nikita Permatasari Dongoran
21.E1.0022



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2025

Hubungan antara *Work-Life Balance* dengan Burnout pada

Wanita ASN yang Berkeluarga

(*Relationship Between Work-Life Balance and Burnout Among Married Female Civil Servants*)

Paulina Nikita Permatasari Dongoran, Eugenius Tintus Reinaldi

Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, Indonesia

Abstrak

Penelitian bertujuan menganalisis hubungan antara *work-life balance* (WLB) dan burnout pada 102 wanita Aparatur Sipil Negara (ASN) yang berkeluarga di Kota Batang. Data dikumpulkan melalui kuesioner daring dan dianalisis menggunakan statistik non-parametrik Spearman Rank Correlation, setelah uji normalitas dan linearitas tidak terpenuhi. Hasil menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara WLB keseluruhan dan burnout ($\rho = -0,176$, Sig. 1-tailed = 0,039, $p < 0,05$), mengindikasikan bahwa WLB yang lebih baik berhubungan dengan tingkat burnout yang lebih rendah. Namun, korelasi antara masing-masing aspek WLB (WIPL, PLIW, WEPL, PLEW) dengan burnout tidak signifikan secara statistik ($p > 0,05$ untuk semua aspek), menunjukkan bahwa efek WLB lebih bersifat holistik. Mayoritas responden berada pada kategori WLB sedang (76,47%) dan burnout sedang (75,49%). Temuan ini menekankan urgensi WLB sebagai mekanisme krusial dalam memitigasi burnout, terutama bagi wanita ASN berkeluarga yang menghadapi peran ganda. Implikasi praktis menyoroti perlunya institusi mengembangkan kebijakan WLB yang suportif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pegawai.

Kata Kunci: Work-Life Balance, Burnout, Aparatur Sipil Negara Wanita Berkeluarga.

Abstract

This study aims to analyze the relationship between *work-life balance* (WLB) and burnout among 102 married female civil servants in Batang City. Data were collected through an online questionnaire and analyzed using the non-parametric Spearman Rank Correlation, as normality and linearity assumptions were not met. The results showed a significant negative relationship between overall WLB and burnout ($\rho = -0.176$, Sig. 1-tailed = 0.039, $p < 0.05$), indicating that better WLB is associated with lower levels of burnout. However, the correlations between each WLB dimension (WIPL, PLIW, WEPL, PLEW) and burnout were not statistically significant ($p > 0.05$ for all dimensions), suggesting that the effect of WLB is more holistic in nature. The majority of respondents were in the moderate category for both WLB (76.47%) and burnout (75.49%). These findings highlight the urgency of WLB as a crucial mechanism in mitigating burnout, especially for married female civil servants facing dual roles. Practical implications point to the need for institutions to develop supportive WLB policies to enhance employees' psychological well-being.

Keywords: Work-Life Balance, Burnout, Married Female Civil Servants