

## ABSTRAK

### **HUBUNGAN *WORK LIFE BALANCE* DENGAN STRES KERJA PADA KARYAWAN *EVENT ORGANIZER***

**Intisari.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dari adanya penerapan *work life balance* pada suatu perusahaan untuk dapat meminimalisir terjadinya stres kerja pada seorang karyawan. Secara lebih spesifik penelitian ini mengupas hubungan dari penerapan *work life balance* terhadap stres kerja dari dua arah, baik pengaruh yang bersifat meningkatkan motivasi kerja karyawan atau pengaruh yang dapat memunculkan terjadinya stres kerja pada seorang karyawan. Pola keterkaitan diukur dengan skala likert ( $r = 0.80$ ) dan wawancara secara terstruktur. Sampel penelitian ini adalah 37 karyawan dari CV. Santara Karya Jaya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dari adanya penerapan *work life balance* dalam meminimalisir terjadinya stres kerja pada seorang karyawan. Selain itu hasil penelitian ini juga menjelaskan bahwa penerapan yang optimal dari *work life balance* dapat meminimalisir 30% terjadinya stres kerja pada seorang karyawan.

**Kata Kunci:** *Work life balance*, Stres Kerja, CV. Santara Karya Jaya

### ***THE RELATIONSHIP BETWEEN WORK-LIFE BALANCE AND WORK STRESS IN EVENT ORGANIZER EMPLOYEES***

**Abstract.** *This study aims to determine the relationship between the application of work life balance in a company to minimize the occurrence of work pressure in an employee. More specifically, this study examines the relationship of the application of work life balance to work pressure from two directions, both influences that increase employee work motivation or influences that can lead to work stress in an employee. Linkage patterns were measured by Likert scale ( $r = 0.80$ ) and structured interviews. The sample of this study was 37 employees from CV. Santara Karya Jaya. The results of this study show that there is a positive influence from the application of work life balance in minimizing the occurrence of work pressure in an employee. In addition, the results of this study also explain that the optimal application of work life balance can minimize 30% of the occurrence of work pressure in an employee.*

**Keywords:** *Work life balance, Work Order, CV. Santara Karya Jaya*