

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan sosial, ekonomi, dan teknologi yang berlangsung pesat di era digital telah memberikan pengaruh yang signifikan terhadap dinamika kehidupan mahasiswa. Mahasiswa saat ini tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga terdorong untuk membangun karier, mencapai kemandirian finansial, serta memperoleh pengalaman profesional sejak dini. Kondisi tersebut memunculkan fenomena mahasiswa yang menjalani peran ganda, yaitu menempuh pendidikan sekaligus bekerja, khususnya di lingkungan perguruan tinggi wilayah perkotaan seperti Jakarta. Fenomena ini menunjukkan bahwa semakin banyak mahasiswa yang memilih untuk bekerja sambil kuliah, sehingga diperlukan kemampuan dalam menjaga keseimbangan antara tanggung jawab akademik dan pekerjaan agar tidak berdampak negatif terhadap kinerja maupun kesejahteraan mahasiswa.

Menurut laporan detikEdu (2024), hasil survei menunjukkan bahwa lebih dari 25% mahasiswa menjalani kuliah sambil bekerja, dengan 43,41% di antaranya bekerja sebagai wirausahawan, 18,43% sebagai asisten dosen, dan 11,46% sebagai *freelancer*. Fenomena tersebut menunjukkan adanya perubahan orientasi mahasiswa terhadap dunia pendidikan dari sekadar menuntut ilmu menjadi upaya membangun daya saing profesional. Namun demikian, dalam praktiknya, tidak semua mahasiswa pekerja mampu menyeimbangkan dua

peran tersebut secara ideal.

Untuk menetapkan fokus variabel dependen dalam penelitian ini, peneliti terlebih dahulu melakukan wawancara pendahuluan kepada beberapa mahasiswa yang menjalani kuliah sambil bekerja. Wawancara dilakukan untuk mengetahui permasalahan yang sering muncul dalam menjaga keseimbangan antara tanggung jawab akademik dan pekerjaan. Hasil wawancara menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami kesulitan dalam menjaga *Work-Life Balance* (WLB), terutama karena tuntutan pekerjaan dan perkuliahan yang sering bertabrakan dan menimbulkan kelelahan.

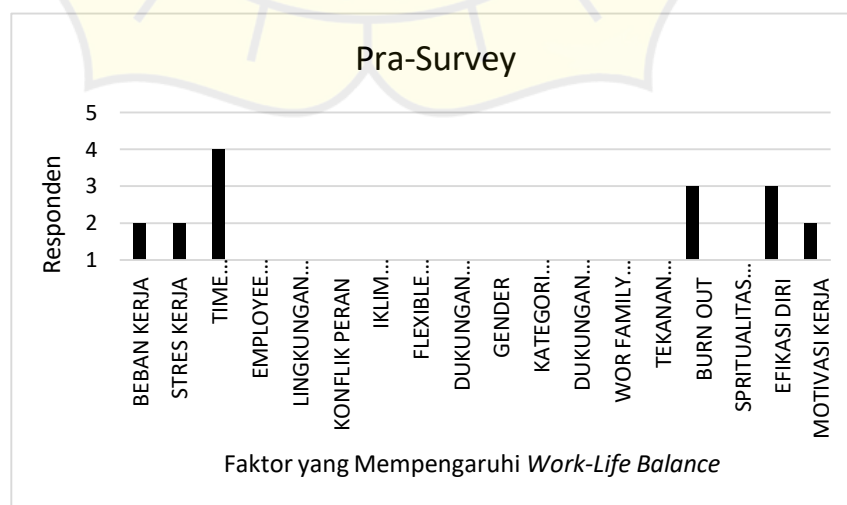
Argumentasi pemilihan topik ini didasarkan pada hasil penelitian terdahulu antara lain menurut Widya Dwi Hapsari & Kis Indriyaningrum (2024 : 804- 811), *Work-Life Balance* dipengaruhi oleh beban kerja dan manajemen waktu. *Work-Life Balance* dipengaruhi pula oleh beban kerja dan *employee engagement* (Nurlela & Meita Pragiwani, 2025 : 282-291). *Work-Life Balance* dipengaruhi pula oleh faktor-faktor personal di luar pekerjaan lebih menentukan keseimbangan hidup bagi pegawai dengan peran ganda (Nunun Safitri, Khairawati, Aiyub & Likdanawati, 2023 : 25). Menurut Siti Fadillah & Laila Rahmawati (2023 : 21), *Work-Life Balance* juga dipengaruhi oleh fleksibilitas kerja, dukungan sosial dan gender. Menurut Wahyu Widiatmoko Sedjati, Hardani Widhiastuti, & Arumwardhani Nusandari (2023 : 6-17), stres kerja juga berpengaruh signifikan terhadap *Work-Life Balance*. Stres kerja juga berpengaruh signifikan terhadap *Work-Life Balance* Rika Maulidya Yuliasri & Arief Nurdiannova Qurochman (2024 : 619). *Work-Life Balance*

dipengaruhi pula oleh dukungan sosial dan spiritualitas kerja (Desi Harnum, 2023 : 63-76).

P. Fatimah, S. Effendy, & R. Lubis (2022 :1347), menyatakan bahwa dukungan keluarga berpengaruh terhadap *work life balance*. *Work life balance* dipengaruhi pula oleh dukungan sosial keluarga dan efikasi Triwijayanti dan Astiti (2019:63-72). Menurut Megayani, J. B. Santoso, & H. Sholikha (2023 : 2), *Work-Life Balance* dipengaruhi oleh motivasi kerja.

Dari variabel-variabel tersebut kemudian digunakan untuk mendapatkan informasi dari 20% responden untuk menentukan variabel independen yaitu beban kerja, stres kerja, *Time Management*, *employee engagement*, lingkungan kerja, konflik peran, iklim organisasi, *flexibel work arrangement*, dukungan sosial, gender, kategori pekerjaan, dukungan keluarga, *work family conflict*, tekanan waktu, *burnout* (kelelahan kerja), spiritualitas kerja, efikasi diri dan motivasi kerja. Setelah dilakukan penyebaran kuesioner dengan melakukan pra-survey maka hasilnya dijelaskan melalui gambar sebagai berikut :

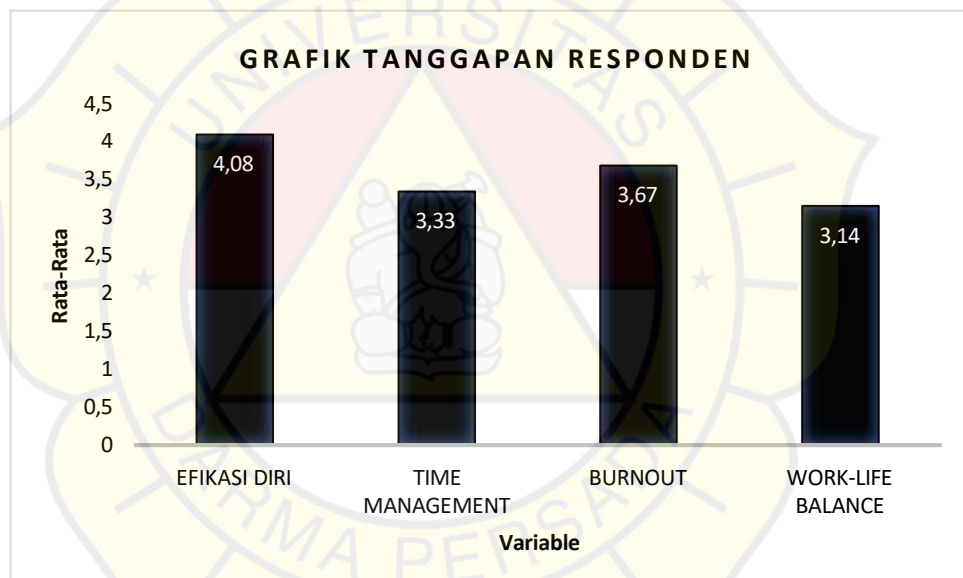
Gambar 1. 1 Data Pra-Survei



Sumber: Data Pra-Survei Peneliti, 2025

Hasil pra-survei menunjukkan bahwa faktor yang paling banyak memengaruhi *work-life balance* adalah *Time Management*, efikasi diri, dan *burnout*. Selanjutnya untuk mengetahui gap antara variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian ini maka perlu dilakukan pra survey mengenai efikasi diri, *Time Management* dan *burnout* terhadap 20 % responden dengan hasil sebagai berikut:

Gambar 1. 2 Grafik GAP Penelitian



Sumber: Data Pra-Survei Peneliti, 2025

Berdasarkan hasil pra-survei yang diberikan kepada dua puluh satu responden Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2022 yang berstatus sebagai mahasiswa pekerja, diperoleh gambaran awal bahwa kondisi efikasi diri berada pada kategori tinggi dengan nilai rata-rata sebesar 4,08, yang menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki keyakinan diri yang baik dalam menghadapi tuntutan pekerjaan dan perkuliahan. Sementara itu, variabel *Time Management*

berada pada kategori cukup baik dengan nilai rata-rata sebesar 3,33, yang mengindikasikan bahwa pengelolaan waktu telah dilakukan namun belum optimal.

Selain itu, variabel *burnout* berada pada kategori tinggi dengan nilai rata-rata sebesar 3,67, yang mencerminkan adanya kelelahan emosional dan penurunan energi akibat peran ganda sebagai pekerja dan mahasiswa. Di sisi lain, variabel *work-life balance* berada pada kategori cukup baik dengan nilai rata-rata sebesar 3,14, yang menunjukkan bahwa keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2022 cukup baik.

Dengan demikian, temuan pra-survei mengindikasikan adanya perbedaan antara kondisi kemampuan personal mahasiswa, khususnya efikasi diri, *Time Management* serta tekanan psikologis berupa *burnout*, dengan tingkat pencapaian *Work-Life Balance*. Kondisi tersebut menjadi landasan penting bagi dilakukannya penelitian lanjutan untuk mengkaji pengaruh efikasi diri, *Time Management*, dan *burnout* terhadap *Work-Life Balance* pada mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2022 yang berstatus sebagai mahasiswa pekerja

Oleh karena itu, penelitian ini mengangkat judul: **“Pengaruh Efikasi Diri, *Time Management*, dan *Burnout* Terhadap *Work-Life Balance* Mahasiswa Universitas Darma Persada yang Berstatus Pekerja. Studi Kasus: Mahasiswa Fakultas Ekonomi Angkatan 2022”**.

1.2 Identifikasi, Pembatasan, Perumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang penelitian, fenomena mahasiswa yang kuliah sambil bekerja menimbulkan tantangan tersendiri dalam menjaga keseimbangan antara kehidupan akademik dan pekerjaan. Kondisi ini menciptakan berbagai persoalan yang perlu diidentifikasi untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai penyebab utama ketidakseimbangan tersebut.

Beberapa permasalahan yang berhasil diidentifikasi antara lain:

- a. Efikasi diri mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2022 tinggi sedangkan *Work-Life Balance* cukup baik.
- b. *Time management* dan *Work-Life Balance* mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2022 cukup baik.
- c. *Burnout* mahasiswa fakultas ekonomi angkatan 2022 tinggi sedangkan *Work-Life Balance* cukup baik.

2. Batasan Masalah

Agar penelitian lebih terarah dan fokus, maka perlu dilakukan pembatasan masalah yaitu hanya difokuskan pada mahasiswa berstatus pekerja yang terdaftar sebagai Mahasiswa Fakultas Ekonomi Angkatan 2022 Universitas Darma Persada dengan variabel independen terdiri dari: Efikasi Diri, *Time Management Burnout* dan variabel dependen *Work-Life Balance*.

3. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini dirumuskan dalam bentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Apakah efikasi diri, *Time Management*, dan *burnout* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap *work-life balance* mahasiswa Universitas Darma Persada yang berstatus pekerja?
2. Apakah efikasi diri berpengaruh secara signifikan terhadap *work-life balance* mahasiswa Universitas Darma Persada yang berstatus pekerja?
3. Apakah *Time Management* berpengaruh secara signifikan terhadap *work-life balance* mahasiswa Universitas Darma Persada yang berstatus pekerja?
4. Apakah *burnout* berpengaruh secara signifikan terhadap *work-life balance* mahasiswa Universitas Darma Persada yang berstatus pekerja?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini disusun berdasarkan rumusan masalah yang telah dijabarkan sebelumnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh beberapa faktor personal terhadap *work-life balance* mahasiswa yang kuliah sambil bekerja di Universitas Darma Persada. Secara spesifik, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh efikasi diri, *Time Management*, dan *burnout* secara simultan terhadap *work-life balance* mahasiswa Universitas Darma

Persada yang berstatus pekerja?

2. Untuk mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap *work-life balance* mahasiswa Universitas Darma Persada yang berstatus pekerja?
3. Untuk mengetahui pengaruh *Time Management* terhadap *work-life balance* mahasiswa Universitas Darma Persada yang berstatus pekerja?
4. Untuk mengetahui pengaruh *burnout* terhadap mahasiswa Universitas Darma Persada yang berstatus pekerja?

Tujuan penelitian ini bersifat spesifik, realistis, dapat diukur, dan dapat dicapai dalam kurun waktu penelitian yang direncanakan, sehingga hasilnya diharapkan mampu memberikan kontribusi baik secara teoritis maupun praktis terhadap pengembangan ilmu manajemen sumber daya manusia, khususnya terkait keseimbangan kehidupan mahasiswa pekerja.

1.4 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat dari dua aspek utama, yaitu aspek teoritis dan aspek praktis.

1. Aspek Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang manajemen sumber daya manusia dan psikologi organisasi. Penelitian ini dapat memperkaya literatur empiris mengenai faktor-faktor personal yang memengaruhi *work-life balance*, terutama pada konteks mahasiswa pekerja yang masih jarang diteliti. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan

dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji topik terkait Efikasi Diri, *Time Management*, dan *burnout* dalam konteks pendidikan tinggi.

2. Aspek Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

- a. Bagi mahasiswa pekerja, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi dan panduan dalam mengelola efikasi diri, mengatur waktu, serta mencegah *burnout* agar tercapai keseimbangan antara dunia kerja dan perkuliahan.
- b. Bagi pihak universitas, hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dalam merancang kebijakan akademik yang lebih fleksibel dan mendukung mahasiswa pekerja, seperti pengelolaan jadwal kuliah, bimbingan akademik, dan dukungan psikologis.
- c. Bagi dunia kerja atau perusahaan, penelitian ini dapat memberikan pemahaman mengenai pentingnya mendukung keseimbangan kehidupan bagi mahasiswa yang bekerja, sehingga produktivitas dan loyalitas mereka terhadap pekerjaan tetap terjaga.