



**LAMPIRAN**

**Lampiran 1** Daftar Riwayat Hidup**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Nama : Kurnia Dwi Lestari

Tempat, Tanggal Lahir : Jakarta, 22 Agustus 2002

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Jl. Swadaya IV, Kp. Pulojahe Rt 005/014 No. 90,  
Jatinegara, Cakung, Jakarta Timur 13930

Alamat E-mail : [lestaridwikurnia08@gmail.com](mailto:lestaridwikurnia08@gmail.com)

## Riwayat Pendidikan

No.	Pendidikan	Nama Sekolah	Jurusan	Tahun
1.	SD	SDN Jatinegara 06 Pagi	-	2010-2015
2.	SMP	MTsN 31 Jakarta	-	2015-2018
3.	SMK	SMKN 48 Jakarta	Otomatisasi Tata dan Kelola Perkantoran	2018-2021

## Lampiran 2 Surat Izin Riset Penelitian



### UNIVERSITAS DARMA PERSADA

Jl. Taman Malaka Selatan, Pondok Kelapa – Jakarta Timur 13450  
Telp. (021) 8649051, 8649053, 8649053 Fax. (021) 8649052  
Email : [humas@unsada.ac.id](mailto:humas@unsada.ac.id) | Home page: <http://www.unsada.ac.id>

Jakarta, 24 Oktober 2025

Nomor : 055/R1SET/FE-UNSADA/X/2025  
Perihal : Permohonan Riset/Mencari Data

Kepada Yth.  
Ibu Endang Utami Wido Rahayu, S.E.  
Kepala Biro Akademik, Kerjasama dan Kemahasiswaan,  
Universitas Darma Persada  
Jl. Taman Malaka Selatan, Pondok Kelapa Jakarta Timur 13450.

Dengan hormat,

Dengan ini mohon bantuan Bapak/Ibu kiranya dapat diijinkan dan diberi kesempatan kepada Mahasiswa/i kami, untuk melakukan pengambilan data di Unit yang Bapak/Ibu pimpin sebatas keperluan mencari data untuk melengkapi proses penulisan skripsi sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi Mahasiswa/i kami pada Fakultas Ekonomi Universitas Darma Persada. Adapun data Mahasiswa/i yang akan melakukan Riset sebagai berikut :

No.	Nama	NIM	Jurusan	No. HP/E-mail	Judul Riset
1.	Kurnia Dwi Lestari	2022410052	Ekonomi/ Manajemen	085694270859	Pengaruh Efikasi Diri, Time Management dan Burnout terhadap Work-Life Balance Mahasiswa yang Kuliah sambil Bekerja

Kami sangat berterima kasih apabila permohonan ini dapat dipenuhi sehingga Mahasiswa/i kami dapat menambah wawasan serta menerapkan ilmu pengetahuan yang didapat dari materi kuliah di Universitas Darma Persada. Perlu kami informasikan bahwa sebagai lembaga pendidikan akan menjamin kerahasiaan data yang diberikan sesuai Kode Etik Perguruan Tinggi.

Demikian permohonan ini kami buat, atas izin dan kesempatan yang diberikan kami ucapkan terima kasih.

Dekan Fakultas Ekonomi  
Universitas Darma Persada

Dr. Sekardi, SE, MM  
NIDN. 0325016801

## Lampiran 3 Tabel Wawancara

**TABEL WAWANCARA**


Nama : DEA DEVIANTI  
 Status : MAHASISWA PEKERJA


No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Permasalahan utama yang saya hadapi adalah benturan antara jadwal kerja dan jadwal kuliah sehingga aktivitas sehari-hari belum dapat dijalani secara seimbang.

Data dan informasi yang Bapak/Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Jakarta, 26 September 2020  
Narasumber,

Pewawancara,

  
 Kurnia Dwi Lestari

  
 ( DEA DEVIANTI )

## TABEL WAWANCARA

Nama : Elis Sulistyawati  
 Status : Mahasiswa Pekerja

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Kesulitan yg saya alami berkaitan dengan pembagian waktu antara pekerjaan dan tugas kuliah yang sering menumpuk dalam waktu bersamaan.

Data dan informasi yang Bapak/ Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kurnia Dwi Lestari

Jakarta, 20 September 2025  
 Narasumber,



Elis Sulistyawati

## TABEL WAWANCARA

Nama : Maharani AP.

Status : Mahasiswa Pekerja

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Saya sering mengalami kelelahan karena harus menjalankan pekerjaan dan perkuliahan dalam waktu yang bersamaan.

Data dan informasi yang Bapak/ Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kumia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2025  
Narasumber,


( Maharani AP )

## TABEL WAWANCARA

Nama : Furi Khairul Nisa  
 Status : Mahasiswa bekerja

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Waktu kerja yang cukup pada membuat saya kesulitan menyediakan waktu yang cukup untuk mengerjakan tugas perkuliahan.

Data dan informasi yang Bapak/Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kurnia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2022  
 Narasumber,



( Furi Khairul Nisa )

## TABEL WAWANCARA

Nama : Endah Rahmawati  
 Status : Mahasiswa bekerja

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Permasalahan yang saya rasakan adalah sulitnya mengatur jadwal antara pekerjaan dan kuliah, terutama saat beban tugas meningkat

Data dan informasi yang Bapak/Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kurnia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2025  
 Narasumber,



( Endah Rahmawati )

## TABEL WAWANCARA

Nama : SALCABILA MUTHIAH SYAHARI

Status : MAHASISWA PEKERJA

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Saya kesulitan menjaga keseimbangan aktivitas karena pekerjaan sering mengganggu waktu belajar dan istirahat

Data dan informasi yang Bapak/ Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kurnia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2015  
Narasumber,



( SALCABILA .M.S )

## TABEL WAWANCARA

Nama : Lufida  
 Status : Mahasiswa Pkrtja

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Saya sering mengalami benturan peran sebagai Pkrtja dan mahasiswa sehingga harus memilih prioritas diantara keduanya

Data dan informasi yang Bapak/Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,

Jakarta,  
 Narasumber,



Kurnia Dwi Lestari



( Lufida )

## TABEL WAWANCARA

Nama : Wardi A.R

Status : Mahasiswa Pekerjaan

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Saya mengalami kesulitan menjaga keseimbangan antara kebidupan pekerjaan dan perkuliahan.

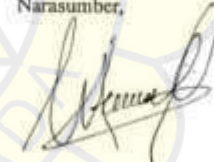
Data dan informasi yang Bapak/ Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kurnia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2020  
Narasumber,



( Wardi A.R )

## TABEL WAWANCARA

Nama : M. HAFIZ ALI AKBAR

Status : MAHASISWA PEKERJA

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Saya mengalami kendala dalam mengatur waktu karena tuntutan pekerjaan. Sering mengurangi waktu untuk mengikuti perkuliahan dan belajar mandiri.

Data dan informasi yang Bapak/Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kurnia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2025  
Narasumber,



( M. HAFIZ A.K )

## TABEL WAWANCARA

Nama : Daniar Arca  
 Status : Mahasiswa Pekerja

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Permasalahan yang saya alami adalah kesulitan membagi waktu antara Pekerjaan dan Perkuliahan. Jadwal kerja dan tugas kuliah sering berjalan bersamaan sehingga waktu istirahat menjadi terbatas.

Data dan informasi yang Bapak/ Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kumia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2025  
 Narasumber,



( Daniar Arca )

## TABEL WAWANCARA

Nama : NURITA SIHOMBING  
 Status : MAHASISWA PEKERJA

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Permasalahan yang saya hadapi adalah keterbatasan energi untuk menjalankan Peran sebagai Pelajar dan Mahasiswa secara bersamaan

Data dan informasi yang Bapak/ Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kurnia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2020  
 Narasumber,



( NURITA SIHOMBING

## TABEL WAWANCARA

Nama : Zainal Abidin  
 Status : Mahasiswa pekerja

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Saya sering merasa waktu yang tersedia tidak cukup untuk menjalankan pekerjaan dan perkuliahan secara optimal dalam satu hari.

Data dan informasi yang Bapak/ Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kurnia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2025  
 Narasumber,



( ZAINAL ABDIN )

## TABEL WAWANCARA

Nama : Samuel  
 Status : Mahasiswa Pkerto

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Saya merasa aktivitas sehari-hari belum berjalan seimbang karena harus memenuhi tanggung jawab pekerjaan dan perkuliahan sekaligus.

Data dan informasi yang Bapak/ Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,

Kurnia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2021  
 Narasumber,

( Samuel )

## TABEL WAWANCARA

Nama : Ludianto  
 Status : Mahasiswa Pekerja

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Permasalahan yang saya alami adalah pembagian waktu yang belum teratur antara pekerjaan, kuliah, dan kebutuhan pribadi

Data dan informasi yang Bapak/Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kurnia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2025  
 Narasumber,



( Ludianto )

## TABEL WAWANCARA

Nama : Yuni Lumbantoruan  
 Status : Mahasiswa Pekerja

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Tuntutan pekerjaan membuat saya harus menyesuaikan kembali jadwal perkuliahan dan aktivitas harian

Data dan informasi yang Bapak/ Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kumia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2020  
 Narasumber,



( Yuni Lumbantoruan

## TABEL WAWANCARA

Nama : Flora Sianipar  
 Status : Mahasiswa Perkerja

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Kesulitan utama yang saya hadapi adalah menjaga konsistensi antara menjalankan tanggung jawab kerja dan mengikuti kegiatan perkuliahan

Data dan informasi yang Bapak/ Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kurnia Dwi Lestari

Jakarta, 16 September 2021  
 Narasumber,



( Flora Sianipar )

## TABEL WAWANCARA

Nama : Siti Firda

Status : Mahasiswa Pererja

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Permasalahan yang saya alami adalah kurangnya waktu luang untuk diri sendiri karena harus membagi waktu antara pekerjaan dan kuliah.

Data dan informasi yang Bapak/Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kurnia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2018  
Narasumber,



( Siti Firda )

## TABEL WAWANCARA

Nama : Esriana

Status : Mahasiswa pekerja

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Saya merasa kesibukan belum berjalan serimbang karena sebagian besar waktu tersita untuk pekerjaan dan perkuliahan

Data dan informasi yang Bapak/ Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kurnia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2015  
Narasumber,



( Esriana )

## TABEL WAWANCARA

Nama : RIMMEL

Status : MAHASISWA PEKERJA

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Pekerjaan meminta cukup banyak energi sehingga ketika mengulit perkuliahan saya tidak selalu berada dalam kondisi yang optimal

Data dan informasi yang Bapak/ Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,



Kumia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2015  
Narasumber,


( RIMMEL )

## TABEL WAWANCARA

Nama : LALA AMI.S

Status : MAHASISWA PEKERJA

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apa permasalahan utama yang Anda alami sebagai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja?	Saya mengalami keterbatasan waktu untuk beristirahat karena harus menyelesaikan tanggung jawab pekerjaan dan perkuliahan secara bersamaan

Data dan informasi yang Bapak/ Ibu berikan hanya akan digunakan untuk keperluan akademis saja. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Pewawancara,

Kurnia Dwi Lestari

Jakarta, 26 September 2025  
Narasumber,

( LALA AMI.S )

#### Lampiran 4 Daftar Pra-Survey

##### Daftar Pra-Survey Variabel yang Mempengaruhi *Work-Life Balance*

No	Pertanyaan	Pilihan
1	Menurut Bapak/ Ibu, faktor apa yang paling mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menjaga <i>Work-Life Balance</i> (keseimbangan antara pekerjaan, kuliah, dan kehidupan pribadi)? Mohon pilih salah satu dari variabel berikut :	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Beban Kerja – jumlah tugas dan tanggung jawab yang harus diselesaikan.</li> <li>b. Stres Kerja – tekanan karena tuntutan dan kondisi pekerjaan.</li> <li>c. <i>Time Management</i> – kemampuan mengatur dan membagi waktu.</li> <li>d. Employee Engagement – keterikatan dan antusiasme terhadap pekerjaan.</li> <li>e. Lingkungan Kerja – kondisi dan suasana tempat kerja.</li> <li>f. Konflik Peran – benturan antara peran kerja, kuliah, dan pribadi.</li> <li>g. Iklim Organisasi – suasana, aturan, dan hubungan di tempat kerja.</li> <li>h. Flexible Work Arrangement – fleksibilitas dalam jam atau tempat kerja.</li> <li>i. Dukungan Sosial – bantuan yang diterima dari orang sekitar.</li> <li>j. Gender – perbedaan pengalaman berdasarkan jenis kelamin.</li> <li>k. Kategori Pekerjaan – jenis pekerjaan yang dijalani (shift, part-time, dll).</li> <li>l. Dukungan Keluarga – bantuan dan pemahaman dari keluarga.</li> <li>m. Work Family Conflict – ketika pekerjaan mengganggu kuliah atau keluarga.</li> <li>n. Tekanan Waktu – perasaan dikejar deadline kerja/kuliah.</li> <li>o. <i>Burnout</i> – kelelahan emosional/mental akibat tekanan terus-menerus.</li> <li>p. Spiritualitas Di Tempat Kerja</li> <li>q. Efikasi Diri – keyakinan menyelesaikan tugas dan menghadapi tantangan</li> <li>r. Motivasi Kerja – dorongan untuk bekerja dengan semangat.</li> </ul>

### Lampiran 5 Prasurvey Variabel yang Dipilih Responden (X)

Nama	Program Studi	Apakah anda Mahasiswa yang	Menurut Bapak/ Ibu, faktor apa yang paling mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menjaga <i>Work-Life Balance</i> (keseimbangan antara pekerjaan, kuliah, dan kehidupan pribadi)?
lufida	Manajemen	Bekerja	Time Management – kemampuan mengatur dan membagi waktu.
nurita	Manajemen	Bekerja	Beban Kerja – jumlah tugas dan tanggung jawab yang harus diselesaikan.
salsabila muthiah	Manajemen	Bekerja	Burnout – kelelahan emosional/mental akibat tekanan terus-menerus.
samuel	Manajemen	Bekerja	Stres Kerja – tekanan karena tuntutan dan kondisi pekerjaan.
zenal abidin	Manajemen	Bekerja	Burnout – kelelahan emosional/mental akibat tekanan terus-menerus.
daniar afra	Manajemen	Bekerja	Time Management – kemampuan mengatur dan membagi waktu.
maharani	Manajemen	Bekerja	Efikasi Diri – keyakinan menyelesaikan tugas dan menghadapi tantangan
yumi lumbantoruan	Manajemen	Bekerja	Beban Kerja – jumlah tugas dan tanggung jawab yang harus diselesaikan.
Esri	Manajemen	Bekerja	Burnout – kelelahan emosional/mental akibat tekanan terus-menerus.
dea deviani	Manajemen	Bekerja	Stres Kerja – tekanan karena tuntutan dan kondisi pekerjaan.
rimmel	Manajemen	Bekerja	Time Management – kemampuan mengatur dan membagi waktu.
Fitri Khairul Nisa	Manajemen	Bekerja	Lingkungan Kerja – kondisi dan suasana tempat kerja.
lala ami septian	Manajemen	Bekerja	Konflik Peran – benturan antara peran kerja, kuliah, dan pribadi.
ludianto	Manajemen	Bekerja	Efikasi Diri – keyakinan menyelesaikan tugas dan menghadapi tantangan
firda	Manajemen	Bekerja	Time Management – kemampuan mengatur dan membagi waktu.
elis sulistiyawati	Manajemen	Bekerja	Tekanan Waktu – perasaan dikejar deadline kerja/kuliah.
WENDI ADHA RAMBE	Manajemen	Bekerja	Dukungan Sosial – bantuan yang diterima dari orang sekitar.
Flora F Sianipar	Manajemen	Bekerja	Efikasi Diri – keyakinan menyelesaikan tugas dan menghadapi tantangan
astrid	Manajemen	Bekerja	Motivasi Kerja – dorongan untuk bekerja dengan semangat.
Bahrul Ulum Al-Masalik	Manajemen	Bekerja	Dukungan Keluarga – bantuan dan pemahaman dari keluarga.
Endah	Manajemen	Bekerja	Motivasi Kerja – dorongan untuk bekerja dengan semangat.



**Lampiran 6** Kuesioner Pra Survey Variabel**Kuesioner Pra Survey Efikasi Diri**

No.	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa mampu menyelesaikan tuntutan kerja dan tugas kuliah meskipun tingkat kesulitannya tinggi.				
2	Saya tetap yakin mampu menyelesaikan pekerjaan dan tugas kuliah meskipun menghadapi hambatan.				
3	Saya percaya diri dapat beradaptasi dengan perubahan jadwal kerja dan kuliah yang tidak terduga.				

**Kuesioner Pra Survey *Time Management***

No.	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
1	Saya mampu menentukan prioritas antara kewajiban pekerjaan dan tugas kuliah ketika waktu saya terbatas.				
2	Saya menggunakan jadwal atau pengingat untuk mengatur waktu antara pekerjaan dan perkuliahan.				
3	Saya merasa lebih nyaman ketika kegiatan pekerjaan dan kuliah saya tersusun secara teratur.				
4	Saya merasa mampu mengendalikan penggunaan waktu saya dalam menjalani pekerjaan dan perkuliahan.				

### **Kuesioner Pra Survey *Burn Out***

No.	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
1	Saya sering merasa kelelahan secara emosional setelah menjalani pekerjaan dan perkuliahan pada hari yang sama.				
2	Saat merasa sangat lelah, saya menjadi kurang bersemangat terhadap pekerjaan atau tugas kuliah.				
3	Saya merasa pencapaian saya dalam kerja dan kuliah tidak selalu sesuai dengan harapan saya.				

### **Kuesioner Pra Survey *Work-Life Balance***

No.	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
1	Saya mampu membagi waktu antara pekerjaan, perkuliahan, dan waktu pribadi secara seimbang.				
2	Saya dapat terlibat secara optimal dalam pekerjaan dan perkuliahan tanpa harus mengorbankan salah satu peran.				
3	Saya merasa puas dengan keseimbangan antara pekerjaan, perkuliahan, dan kehidupan pribadi yang saya jalani saat ini.				

**Lampiran 7** Tabulasi Data Hasil Pra Kuesioner

**Tabulasi Tanggapan Responden Efikasi Diri (X<sub>1</sub>)**

<b>Efikasi Diri</b>			
<b>Responden</b>	<b>P1</b>	<b>P2</b>	<b>P3</b>
1	4	4	3
2	4	4	4
3	4	4	4
4	5	5	4
5	4	4	3
6	4	4	4
7	4	4	4
8	5	4	3
9	5	5	4
10	4	4	4
11	4	4	4
12	4	4	3
13	4	4	3
14	5	4	4
15	4	4	4
16	4	5	4
17	4	4	4
18	4	4	4
19	5	5	4
20	4	5	4
21	5	4	3
<b>Total</b>	<b>90</b>	<b>89</b>	<b>78</b>
<b>Rata-Rata Per Pertanyaan</b>	<b>4,29</b>	<b>4,24</b>	<b>3,71</b>
<b>Rata-Rata Total</b>	<b>4,08</b>		

**Tabulasi Tanggapan Responden *Time Management* (X<sub>2</sub>)**

<i>Time Management</i>				
Responden	P1	P2	P3	P4
1	3	3	4	3
2	3	4	4	3
3	3	4	4	3
4	4	4	4	3
5	3	3	3	3
6	3	3	3	3
7	3	3	4	3
8	3	3	3	2
9	4	3	4	3
10	3	4	4	3
11	4	4	4	4
12	3	3	3	3
13	3	3	3	3
14	4	3	4	3
15	4	4	4	4
16	4	3	4	3
17	3	3	3	3
18	3	3	4	3
19	4	3	4	3
20	4	3	4	3
21	3	3	3	2
Total	71	69	77	63
Rata-Rata Per Pertanyaan	3,38	3,29	3,67	3,00
<b>Rata-Rata Total</b>	<b>3,33</b>			

**Tabulasi Tanggapan Responden *Burn Out* (X<sub>2</sub>)**

<i>Burn Out</i>			
Responden	P1	P2	P3
1	4	4	3
2	4	3	3
3	3	3	3
4	5	4	4
5	4	4	4
6	3	3	3
7	4	4	3
8	5	4	4
9	5	4	4
10	3	3	3
11	3	3	3
12	4	4	3
13	4	3	3
14	5	4	4
15	3	3	3
16	4	4	4
17	4	3	3
18	4	3	3
19	5	4	4
20	4	4	3
21	5	4	4
Total	85	75	71
Rata-Rata Per Pertanyaan	4,05	3,57	3,38
<b>Rata-Rata Total</b>	<b>3,67</b>		

**Tabulasi Tanggapan Responden *Work-Life Balance* (Y)**

<i>Burn Out</i>			
Responden	P1	P2	P3
1	3	3	3
2	4	3	4
3	3	3	2
4	3	4	3
5	4	4	2
6	3	3	3
7	4	3	3
8	3	4	2
9	3	4	3
10	4	3	4
11	4	3	2
12	4	3	3
13	4	2	3
14	3	2	3
15	4	3	2
16	4	3	3
17	3	3	3
18	4	3	4
19	3	2	2
20	3	3	3
21	4	4	2
Total	74	65	59
Rata-Rata Per Pertanyaan	3,52	3,10	2,81
<b>Rata-Rata Total</b>	<b>3,14</b>		

## Lampiran 8 Kuesioner Penelitian

### Kuesioner Penelitian "Pengaruh Efikasi Diri, *Time Management* dan *Burnout* Terhadap *Work-Life Balance* Mahasiswa Berstatus Pekerja Universitas Darma Persada"

Kepada Yth,  
Bapak/Ibu Responden

**Yth. Responden Mahasiswa Fakultas Ekonomi  
Universitas Darma Persada,**

Perkenalkan, saya **Kurnia Dwi Lestari**, mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Darma Persada Angkatan 2022. Saat ini saya sedang menyusun skripsi dengan judul:

**“Pengaruh Efikasi Diri, *Time Management*, dan *Burnout* terhadap *Work–Life Balance* Mahasiswa Berstatus Pekerja Universitas Darma Persada Studi Kasus : Mahasiswa Fakultas Ekonomi Angkatan 2022 .”**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana mahasiswa yang bekerja sambil kuliah mengelola efikasi diri, *Time Management*, serta tingkat *burnout*, dan bagaimana ketiga faktor tersebut berpengaruh terhadap *Work–Life Balance*.

Sehubungan dengan itu, saya memohon kesediaan Anda untuk berpartisipasi sebagai responden dengan mengisi kuesioner ini. Jawaban yang Anda berikan akan **sangat membantu** dalam penyusunan skripsi dan **hanya digunakan untuk kepentingan akademik**. Seluruh data akan dijaga kerahasiaannya dan tidak akan disebarluaskan dalam bentuk apa pun yang mencantumkan identitas pribadi.

Mohon kiranya Anda dapat mengisi kuesioner ini dengan jujur dan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya.

Atas perhatian dan kerja sama Anda, saya ucapkan terima kasih.

**Hormat saya,**  
**Kurnia Dwi Lestari**  
Mahasiswa Fakultas Ekonomi  
Universitas Darma Persada

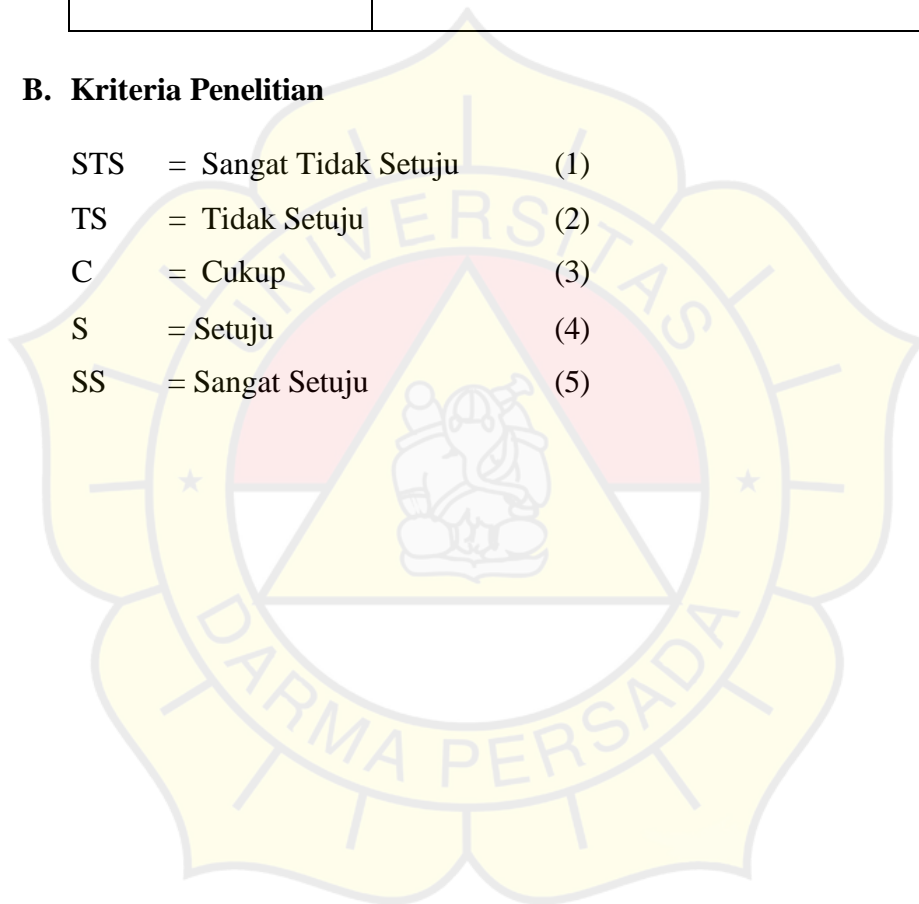
#### A. Data Responden

DATA RESPONDEN	
Nama	

Jenis Kelamin	<input type="checkbox"/> Laki-laki <input type="checkbox"/> Perempuan
NIM	
Jurusan	<input type="checkbox"/> Manajemen <input type="checkbox"/> Akuntansi
Apakah Anda Merupakan Mahasiswa BerstatusPekerja	<input type="checkbox"/> Bekerja <input type="checkbox"/> Tidak Bekerja

### B. Kriteria Penelitian

- STS = Sangat Tidak Setuju (1)  
 TS = Tidak Setuju (2)  
 C = Cukup (3)  
 S = Setuju (4)  
 SS = Sangat Setuju (5)



### Kuesioner Efikasi Diri

No	Pernyataan	STS	TS	C	S	SS
<b>Efikasi Diri</b>						
<b>Magnitude (Tingkat Kesulitan Tugas)</b>						
1	Saya merasa mampu menghadapi berbagai tantangan dalam pekerjaan dan perkuliahan.					
2	Saya berani mengambil keputusan atau tugas yang memiliki risiko atau tingkat kesulitan tertentu.					
3	Saya siap menghadapi situasi sulit yang muncul dari tuntutan pekerjaan dan kuliah.					
<b>Strength (Kekuatan Keyakinan)</b>						
4	Saya tetap berusaha meskipun mengalami kesulitan dalam pekerjaan atau tugas kuliah.					
5	Saya tidak mudah menyerah ketika mengalami kegagalan.					
6	Saya mampu menjaga emosi saya tetap stabil saat menghadapi tekanan dari pekerjaan dan perkuliahan.					
<b>Generality (Cakupan Keyakinan)</b>						
7	Saya mampu beradaptasi dengan berbagai tuntutan di tempat kerja maupun di perkuliahan.					
8	Saya merasa percaya diri menghadapi tugas dalam berbagai situasi yang berbeda.					
9	Saya dapat menerapkan kemampuan dan keyakinan diri saya pada berbagai aktivitas, baik dalam pekerjaan maupun kuliah.					

### Kuesioner *Time Management*

No	Pernyataan	STS	TS	C	S	SS
<b>TIME MANAGEMENT (PENGELOLAAN WAKTU)</b>						
<b>Setting Goals and Priorities (Penetapan Tujuan dan Prioritas)</b>						
1	Saya menetapkan tujuan yang jelas untuk pekerjaan dan perkuliahan saya.					
2	Saya menyusun jadwal harian untuk mengatur kegiatan saya.					
3	Saya mampu menentukan kegiatan mana yang harus diprioritaskan terlebih dahulu.					
<b>Mechanics of Time Management (Mekanisme Time Management)</b>						
4	Saya menggunakan alat bantu seperti pengingat atau aplikasi untuk mengatur waktu saya.					
5	Saya selalu mencatat agenda penting agar tidak terlewat.					
6	Saya berusaha mematuhi jadwal atau waktu yang telah saya tetapkan.					
<b>Preference for Organization (Keteraturan dalam Bekerja)</b>						
7	Saya merencanakan aktivitas pekerjaan dan kuliah secara teratur.					
8	Saya menjaga lingkungan kerja atau belajar saya tetap rapi agar lebih fokus.					
9	Saya menyusun kembali prioritas ketika ada perubahan jadwal atau tuntutan baru.					
<b>Perceived Control of Time (Kendali terhadap Waktu)</b>						
10	Saya merasa mampu bekerja secara efisien dalam waktu yang tersedia.					
11	Saya dapat menyesuaikan waktu saya ketika ada tugas mendadak atau perubahan jadwal.					
12	Saya berusaha menghindari kebiasaan menunda pekerjaan atau tugas kuliah.					

### Kuesioner *Burnout*

No	Pernyataan	STS	TS	C	S	SS
<b>BURNOUT (KELELAHAN KERJA)</b>						

No	Pernyataan	STS	TS	C	S	SS
<b>Emotional Exhaustion (Kelelahan Emosional)</b>						
1	Saya merasa kehilangan energi setelah menjalani pekerjaan dan perkuliahan.					
2	Saya sering merasa lelah secara mental karena tuntutan peran yang saya jalani.					
3	Saya sulit berkonsentrasi ketika mengerjakan tugas kuliah atau pekerjaan karena merasa terlalu lelah.					
<b>Depersonalization (Penarikan Diri / Dehumanisasi)</b>						
4	Saya terkadang merasa tidak tertarik pada tugas atau tanggung jawab yang harus saya lakukan.					
5	Saya merasa lebih sinis atau negatif terhadap pekerjaan maupun perkuliahan ketika sedang lelah.					
6	Saya merasa empati saya terhadap rekan kerja atau teman kuliah berkurang ketika menghadapi banyak tekanan.					
<b>Reduced Personal Accomplishment (Penurunan Prestasi Diri)</b>						
7	Saya merasa motivasi saya menurun dalam menjalankan pekerjaan maupun perkuliahan.					
8	Saya merasa apa yang saya kerjakan tidak memberikan pencapaian yang berarti.					
9	Saya merasa kurang berhasil dalam menyelesaikan tugas pekerjaan atau kuliah.					

### Kuesioner *Work-Life Balance*

No	Pernyataan	STS	TS	C	S	SS
<b>WORK-LIFE BALANCE</b>						
<b>Keseimbangan dalam Pengaturan Waktu</b>						
1	Saya mampu membagi waktu antara pekerjaan dan perkuliahan dengan baik.					
2	Jadwal kerja saya tidak bertabrakan dengan jadwal perkuliahan.					
3	Saya memiliki waktu yang cukup untuk menyelesaikan tugas kuliah meskipun bekerja.					
4	Saya mampu menentukan prioritas antara tugas pekerjaan dan kewajiban akademik.					
<b>Keseimbangan Keterlibatan</b>						
5	Saya tetap dapat fokus mengikuti perkuliahan meskipun memiliki pekerjaan.					
6	Saya mampu melaksanakan pekerjaan dengan baik meskipun sedang menjalani perkuliahan.					
7	Tidak ada salah satu peran (kuliah atau pekerjaan) yang terlalu mendominasi aktivitas saya.					
8	Saya dapat menjaga komitmen baik di tempat kerja maupun dalam kegiatan akademik.					
<b>Keseimbangan Kepuasan</b>						
9	Saya merasa puas dengan hasil akademik saya meskipun bekerja.					
10	Saya merasa puas dengan performa kerja saya meskipun sedang berkuliah.					
11	Saya merasa kedua peran (pekerjaan dan kuliah) dapat dijalankan secara seimbang.					
12	Saya tidak merasa terbebani secara berlebihan dalam menjalankan dua peran sekaligus.					

**Lampiran 9** Tabulasi Data Profil Responden

No.	Jenis Kelamin	NIM	Program Studi	Apakah Anda Meupakan Mahasiswa Bekerja
1	Perempuan	2022410051	Manajemen	Bekerja
2	Laki-Laki	2022410007	Manajemen	Bekerja
3	Perempuan	2022410033	Manajemen	Tidak Bekerja
4	Laki-Laki	2022410027	Manajemen	Tidak Bekerja
5	Perempuan	2022410072	Manajemen	Bekerja
6	Perempuan	2022410050	Manajemen	Tidak Bekerja
7	Perempuan	2022410005	Manajemen	Bekerja
8	Perempuan	2022410025	Manajemen	Bekerja
9	Perempuan	2022410064	Manajemen	Bekerja
10	Perempuan	2022420010	Akuntansi	Bekerja
11	Laki-Laki	2022420034	Akuntansi	Bekerja
12	Laki-Laki	2022420008	Akuntansi	Bekerja
13	Perempuan	2022420014	Akuntansi	Bekerja
14	Laki-Laki	2022420018	Akuntansi	Bekerja
15	Perempuan	2022410032	Manajemen	Tidak Bekerja
16	Laki-Laki	2022410040	Manajemen	Tidak Bekerja
17	Laki-Laki	2022410055	Manajemen	Bekerja
18	Perempuan	2022410012	Manajemen	Bekerja
19	Laki-Laki	2022410078	Manajemen	Bekerja
20	Perempuan	202242026	Akuntansi	Bekerja
21	Perempuan	2022410029	Manajemen	Tidak Bekerja
22	Perempuan	2022410044	Manajemen	Tidak Bekerja
23	Perempuan	2022410002	Manajemen	Bekerja
24	Perempuan	2022410043	Manajemen	Bekerja
25	Perempuan	2022410008	Manajemen	Bekerja
26	Perempuan	2022410024	Manajemen	Tidak Bekerja
27	Laki-Laki	2022410018	Manajemen	Tidak Bekerja
28	Laki-Laki	2022410076	Manajemen	Bekerja
29	Laki-Laki	2022410084	Manajemen	Bekerja
30	Laki-Laki	2022410067	Manajemen	Bekerja
31	Perempuan	2022410016	Manajemen	Bekerja
32	Perempuan	2022410068	Manajemen	Bekerja
33	Perempuan	2022410089	Manajemen	Bekerja
34	Perempuan	2022410087	Manajemen	Bekerja

35	Perempuan	2022410077	Manajemen	Bekerja
36	Laki-Laki	2022410090	Manajemen	Tidak Bekerja
37	Perempuan	2022410021	Manajemen	Bekerja
38	Laki-Laki	2022410004	Manajemen	Bekerja
39	Perempuan	2022410014	Manajemen	Tidak Bekerja
40	Perempuan	2022410065	Manajemen	Tidak Bekerja
41	Perempuan	2022410028	Manajemen	Tidak Bekerja
42	Perempuan	2022420012	Akuntansi	Bekerja
43	Perempuan	2022420024	Akuntansi	Tidak Bekerja
44	Perempuan	2022410034	Manajemen	Bekerja
45	Perempuan	2022410013	Manajemen	Bekerja
46	Laki-Laki	2022420027	Akuntansi	Bekerja
47	Perempuan	2022420029	Akuntansi	Tidak Bekerja
48	Laki-Laki	2022410009	Manajemen	Bekerja
49	Perempuan	2022410066	Manajemen	Bekerja
50	Perempuan	2022410063	Manajemen	Bekerja
51	Perempuan	2022410042	Manajemen	Bekerja
52	Perempuan	2022410022	Manajemen	Bekerja
53	Perempuan	2022410037	Manajemen	Tidak Bekerja
54	Laki-Laki	2022410001	Manajemen	Bekerja
55	Perempuan	2022410003	Manajemen	Tidak Bekerja
56	Perempuan	2022410023	Manajemen	Tidak Bekerja
57	Perempuan	2022410036	Manajemen	Tidak Bekerja
58	Laki-Laki	2022410019	Manajemen	Bekerja
59	Perempuan	2022410015	Manajemen	Tidak Bekerja
60	Perempuan	2022410035	Manajemen	Tidak Bekerja
61	Perempuan	2022410045	Manajemen	Tidak Bekerja
62	Perempuan	2022410048	Manajemen	Tidak Bekerja
63	Laki-Laki	2022410057	Manajemen	Bekerja
64	Perempuan	2022420011	Akuntansi	Tidak Bekerja
65	Laki-Laki	2022420031	Akuntansi	Tidak Bekerja
66	Perempuan	2022410020	Akuntansi	Bekerja
67	Laki-Laki	2022429001	Akuntansi	Tidak Bekerja
68	Perempuan	2022410011	Manajemen	Tidak Bekerja
69	Perempuan	2022410026	Manajemen	Tidak Bekerja
70	Laki-Laki	2022410030	Manajemen	Tidak Bekerja
71	Laki-Laki	2022410046	Manajemen	Tidak Bekerja
72	Perempuan	2022410071	Manajemen	Bekerja
73	Perempuan	2022420013	Akuntansi	Tidak Bekerja

74	Perempuan	2022420043	Akuntansi	Tidak Bekerja
75	Perempuan	2022420032	Akuntansi	Tidak Bekerja
76	Perempuan	2022420015	Akuntansi	Tidak Bekerja
77	Laki-Laki	2022420028	Akuntansi	Tidak Bekerja
78	Perempuan	2022410080	Manajemen	Tidak Bekerja
79	Perempuan	2022420033	Akuntansi	Tidak Bekerja
80	Perempuan	2022420030	Akuntansi	Tidak Bekerja
81	Perempuan	2022410039	Manajemen	Tidak Bekerja
82	Laki-Laki	2022410082	Manajemen	Tidak Bekerja
83	Perempuan	2022420016	Akuntansi	Tidak Bekerja
84	Perempuan	2022420023	Akuntansi	Tidak Bekerja
85	Perempuan	2022410047	Manajemen	Tidak Bekerja
86	Perempuan	2022410069	Manajemen	Tidak Bekerja
87	Perempuan	2022410079	Manajemen	Tidak Bekerja
88	Laki-Laki	2022420017	Akuntansi	Tidak Bekerja
89	Perempuan	2022420036	Akuntansi	Bekerja
90	Laki-Laki	2022410054	Manajemen	Tidak Bekerja
91	Perempuan	2022410059	Manajemen	Tidak Bekerja
92	Perempuan	2022410901	Manajemen	Bekerja
93	Perempuan	2022420006	Akuntansi	Bekerja
94	Perempuan	2022410083	Manajemen	Tidak Bekerja
95	Laki-Laki	2022420019	Akuntansi	Tidak Bekerja
96	Perempuan	2022420025	Akuntansi	Bekerja
97	Perempuan	2022420902	Akuntansi	Bekerja
98	Perempuan	2022410005	Akuntansi	Bekerja
99	Laki-Laki	2022420003	Akuntansi	Bekerja
100	Laki-Laki	2022410081	Manajemen	Tidak Bekerja
101	Laki-Laki	2022420022	Akuntansi	Bekerja
102	Perempuan	2022420007	Akuntansi	Bekerja
103	Perempuan	2022410052	Manajemen	Bekerja

**Lampiran 10** Tabulasi Data Hasil Kuesioner

**TabulasiTanggapan Responden Efikasi Diri (X1)**

Responde n	Efikasi Diri (X1)									Tota l
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	
1	2	2	2	4	3	2	2	2	2	21
2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	37
3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45
4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	39
5	5	4	5	3	4	4	4	4	3	36
6	5	4	5	4	3	4	4	4	4	37
7	4	3	4	5	5	3	2	5	5	36
8	4	5	5	5	5	4	4	5	5	42
9	5	5	5	5	5	5	4	4	5	43
10	5	4	4	5	4	4	5	5	5	41
11	4	3	5	5	4	5	5	4	5	40
12	4	5	5	4	5	4	4	5	4	40
13	5	4	4	4	4	3	3	4	4	35
14	5	5	5	5	5	5	5	4	4	43
15	3	3	3	4	4	4	4	4	4	33
16	4	5	5	4	4	4	4	4	4	38
17	4	3	3	4	5	4	4	4	4	35
18	5	4	4	5	4	3	5	4	4	38
19	3	4	4	5	5	5	4	5	5	40
20	5	3	4	5	5	5	3	5	5	40
21	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45
22	4	4	5	3	5	5	5	5	4	40
23	4	4	4	4	4	4	4	3	4	35

24	4	4	4	5	5	5	4	4	4	39
25	4	4	4	4	4	4	2	4	4	34
26	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45
27	4	4	3	4	3	2	3	4	4	31
28	4	4	4	4	5	4	4	4	4	37
29	3	3	3	4	4	3	3	3	4	30
30	3	4	3	3	3	2	2	4	3	27
31	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45
32	5	3	3	4	5	5	5	5	5	40
33	4	4	4	4	5	5	4	4	4	38
34	4	3	4	4	4	4	4	4	4	35
35	4	4	4	3	1	4	4	4	4	32
36	3	3	3	3	4	4	3	3	3	29
37	4	4	4	5	5	5	5	4	5	41
38	4	4	4	5	5	5	4	4	5	40
39	4	4	4	5	5	4	4	4	5	39
40	4	5	4	4	4	4	5	5	5	40
41	5	5	4	4	4	4	4	5	5	40
42	5	5	4	4	4	5	5	4	4	40
43	4	4	5	5	4	4	4	5	4	39
44	4	4	5	4	4	4	4	4	5	38
45	4	4	4	5	4	3	4	4	5	37
46	5	5	4	5	4	5	5	4	4	41
47	4	4	5	4	5	5	5	4	4	40
48	5	5	4	5	5	4	4	4	4	40
49	5	4	4	4	4	5	5	5	5	41
50	5	5	5	5	5	5	4	4	4	42
51	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45
52	4	4	4	5	5	5	5	4	5	41
Total	221	213	217	228	227	220	213	220	226	

Validitas	0,72 4	0,68 0	0,74 5	0,61 5	0,63 9	0,77 7	0,75 6	0,70 3	0,72 5	
Rata-Rata	4,25	4,10	4,17	4,38	4,37	4,23	4,10	4,23	4,35	



**Tabulasi Tanggapan Responden *Time Management* (X2)**

Responden	<i>Time Management</i> (X2)												Total
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	
1	5	4	5	2	5	5	4	5	5	5	5	5	55
2	5	5	4	3	4	4	3	5	4	3	4	5	49
3	5	1	5	1	1	1	5	1	1	5	5	5	36
4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	51
5	4	3	5	4	5	3	4	4	4	4	5	5	50
6	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	47
7	5	1	5	1	1	5	5	5	5	5	5	5	48
8	5	4	4	3	4	5	4	5	5	5	5	5	54
9	4	4	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5	56
10	5	3	5	4	5	4	4	5	5	5	4	4	53
11	5	4	5	5	4	3	4	5	5	5	2	5	52
12	4	3	4	3	4	4	5	4	5	4	5	4	49
13	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	47
14	5	4	4	3	4	5	4	5	5	5	4	5	53
15	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	46
16	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	59
17	4	3	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	49
18	3	2	3	1	5	3	1	1	1	1	2	1	24
19	5	3	5	3	3	3	3	5	5	3	3	5	46
20	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	58
21	4	3	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	55
22	3	3	3	5	5	4	4	4	4	4	5	4	48
23	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	46
24	5	4	4	4	5	5	4	5	4	4	4	5	53
25	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	45
26	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	58

27	4	3	4	2	4	5	3	3	2	4	2	5	41
28	5	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	47
29	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	43
30	2	2	4	2	2	2	2	3	3	3	4	4	33
31	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60
32	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	58
33	5	4	5	3	4	5	4	4	4	4	4	4	50
34	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	49
35	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	51
36	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
37	5	4	5	5	5	5	4	4	5	4	4	4	54
38	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	43
39	4	3	4	3	4	3	3	4	3	5	2	4	42
40	4	4	4	3	3	4	3	4	4	5	4	5	47
41	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	44
42	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	2	3	40
43	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	42
44	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	38
45	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	40
46	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	42
47	4	4	4	3	3	3	4	5	4	3	3	4	44
48	4	3	4	5	4	4	3	4	3	3	3	4	44
49	4	3	4	3	3	5	4	5	3	3	3	4	44
50	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	49
51	4	5	5	4	4	3	4	4	4	3	3	4	47
52	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	43
Total	220	182	222	180	205	211	203	216	204	209	198	220	
Validitas	0,633	0,638	0,626	0,581	0,547	0,675	0,714	0,796	0,796	0,693	0,624	0,675	
Rata-Rata	4,23	3,50	4,27	3,46	3,94	4,06	3,90	4,15	3,92	4,02	3,81	4,23	

**Tabulasi Tanggapan Responden *Burn Out* (X3)**

Responden	<i>Burn Out</i> (X3)									Total
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	
1	5	5	5	5	5	5	4	2	4	40
2	5	5	4	3	2	5	5	2	2	33
3	5	5	5	5	1	5	5	5	5	41
4	3	2	2	3	2	2	2	1	1	18
5	5	4	3	3	4	5	4	3	3	34
6	5	5	4	1	1	2	2	1	1	22
7	5	5	5	1	5	5	5	1	1	33
8	3	5	4	3	4	3	3	2	1	28
9	4	4	5	2	4	2	4	2	2	29
10	4	2	2	2	2	1	1	1	1	16
11	4	5	2	2	1	5	3	1	1	24
12	4	3	5	4	4	5	5	4	3	37
13	3	3	3	2	3	3	2	2	2	23
14	4	3	4	4	4	4	3	2	3	31
15	5	5	4	4	5	2	4	4	4	37
16	4	3	4	4	4	4	4	3	2	32
17	4	5	4	3	4	4	4	3	3	34
18	5	4	5	5	5	4	4	3	3	38
19	2	3	5	2	3	3	3	3	4	28
20	4	2	3	1	1	1	1	1	1	15
21	4	3	4	4	4	4	5	5	5	38
22	4	4	5	5	5	4	4	4	4	39
23	1	1	1	1	1	1	1	1	3	11
24	5	4	5	3	4	4	4	1	1	31
25	4	4	4	4	5	5	1	1	4	32
26	4	4	1	2	5	5	1	1	2	25

27	4	4	3	4	2	2	3	3	4	29
28	5	5	5	4	5	4	1	1	1	31
29	3	4	4	3	3	2	3	2	3	27
30	5	3	5	5	5	4	1	4	4	36
31	3	2	2	1	3	3	1	1	2	18
32	2	2	2	1	1	3	1	1	1	14
33	2	2	2	1	1	1	1	1	1	12
34	3	2	2	2	2	1	2	1	1	16
35	3	2	3	1	1	1	1	1	1	14
36	4	5	5	4	4	4	4	2	3	35
37	4	4	5	4	5	4	4	4	4	38
38	4	3	3	4	3	4	4	3	3	31
39	4	4	4	3	3	3	4	4	3	32
40	4	4	5	3	3	3	4	3	3	32
41	4	3	4	3	3	3	4	4	4	32
42	4	4	4	3	3	3	3	3	3	30
43	4	4	4	3	2	2	4	3	3	29
44	4	4	5	4	3	3	3	3	3	32
45	4	4	4	4	3	3	3	2	3	30
46	4	4	4	4	3	3	3	3	3	31
47	4	4	4	5	3	3	3	4	4	34
48	5	5	4	3	2	2	3	3	3	30
49	4	4	5	3	3	3	3	4	3	32
50	4	4	4	5	4	4	4	2	2	33
51	4	4	5	3	2	2	3	3	3	29
52	4	4	4	4	2	2	3	3	3	29
Total	204	192	199	162	162	165	157	127	137	
Validitas	0,68 6	0,68 6	0,78 1	0,81 5	0,67 1	0,68 3	0,76 1	0,72 0	0,68 0	
Rata-Rata	3,92	3,69	3,83	3,12	3,12	3,17	3,02	2,44	2,63	



27	3	3	2	3	4	4	4	3	2	3	2	2	35
28	5	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	5	53
29	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	34
30	5	5	2	4	2	3	1	4	4	4	4	4	42
31	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60
32	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60
33	5	4	4	4	4	4	3	4	4	5	4	3	48
34	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	45
35	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	4	4	51
36	4	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	39
37	4	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	4	54
38	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	39
39	3	2	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	37
40	3	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	36
41	3	2	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	39
42	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	2	2	35
43	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	36
44	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	38
45	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	39
46	3	1	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	35
47	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	32
48	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	39
49	4	2	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	37
50	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	44
51	4	2	3	4	3	3	5	4	4	4	3	3	42
52	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	43
Total	203	181	177	203	197	204	189	210	197	193	196	197	
Validitas	0,721	0,732	0,827	0,875	0,806	0,829	0,560	0,710	0,757	0,759	0,846	0,803	
Rata-Rata	3,90	3,48	3,40	3,90	3,79	3,92	3,63	4,04	3,79	3,71	3,77	3,79	

## Lampiran 11 Hasil Output SPSS

### 1. Hasil Output SPSS Uji Validitas

Variabel	Pernyataan	Rhitung	Rtabel	Keterangan
Efikasi Diri (X1)	P1	0,724	0,2306	Valid
	P2	0,680		Valid
	P3	0,745		Valid
	P4	0,615		Valid
	P5	0,639		Valid
	P6	0,777		Valid
	P7	0,756		Valid
	P8	0,703		Valid
	P9	0,725		Valid
Time Management (X2)	P1	0,633	0,2306	Valid
	P2	0,638		Valid
	P3	0,626		Valid
	P4	0,581		Valid
	P5	0,547		Valid
	P6	0,675		Valid
	P7	0,714		Valid
	P8	0,796		Valid
	P9	0,796		Valid
	P10	0,693		Valid
	P11	0,624		Valid
	P12	0,675		Valid
Burn Out (X3)	P1	0,686	0,2306	Valid
	P2	0,686		Valid
	P3	0,781		Valid
	P4	0,815		Valid
	P5	0,671		Valid
	P6	0,683		Valid
	P7	0,761		Valid
	P8	0,720		Valid
	P9	0,680		Valid
Work-Life Balance (Y)	P1	0,721	0,2306	Valid
	P2	0,732		Valid
	P3	0,827		Valid
	P4	0,875		Valid
	P5	0,806		Valid
	P6	0,829		Valid
	P7	0,560		Valid
	P8	0,710		Valid
	P9	0,757		Valid
	P10	0,759		Valid
	P11	0,846		Valid
	P12	0,803		Valid

## 2. Hasil Output SPSS Uji Reliabilitas

### a. Efikasi Diri (X1)

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.874	9

### b. Time Management (X2)

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.882	12

### c. Burn Out (X3)

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.882	9

### d. Work-Life Balance (Y)

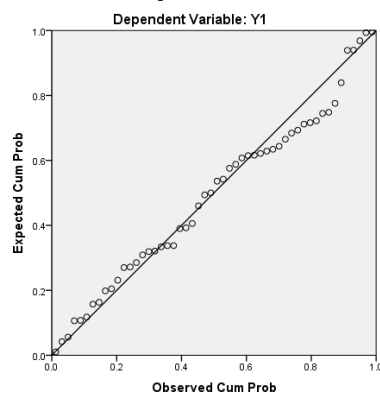
#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.933	12

## 3. Hasil Output SPSS Uji Asumsi Klasik

### a. Uji Normalitas

Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual



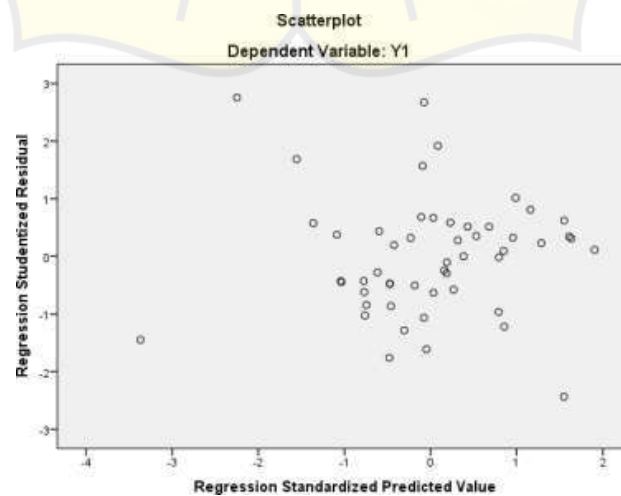
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		52
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.34999355
Most Extreme Differences	Absolute	.111
	Positive	.111
	Negative	-.052
Kolmogorov-Smirnov Z		.798
Asymp. Sig. (2-tailed)		.547

b. Uji Multikolinearitas

Coefficients <sup>a</sup>			
Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	(Constant)		
	Efikasi Diri	.960	1.042
	<i>Time Management</i>	.838	1.193
	<i>Burn Out</i>	.870	1.150

a. Dependent Variable: *Work-Life Balance*

c. Uji Heterokedastisitas



#### 4. Output SPSS Hasil Analisis

##### a. Analisis Regresi Linear Berganda

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-9.652	9.128		-1.057	.296
	Efikasi Diri	.114	.166	.059	.689	.494
	<i>Time Management</i>	1.069	.123	.796	8.703	.000
	<i>Burn Out</i>	-.012	.108	-.010	-.115	.909
a. Dependent Variable: <i>Work-Life Balance</i>						

##### b. Analisis Regresi Linear Sederhana

##### 1) Efikasi Diri (X1) Terhadap *Work-Life Balance* (Y)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	28.864	10.290		2.805	.007
	EFIKASI DIRI	.426	.268	.220	1.593	.117

a. Dependent Variable: *WORK-LIFE BALANCE*

##### 2) *Time Management* (X2) Terhadap *Work-Life Balance* (Y)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-6.645	5.316		-1.250	.217
	<i>TIME MANAGEMENT</i>	1.090	.111	.812	9.840	.000

a. Dependent Variable: *WORK-LIFE BALANCE*

3) *Burn Out (X3) Terhadap Work-Life Balance (Y)*

Coefficients <sup>a</sup>						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	55.634	4.846		11.481	.000
	BURN OUT	-.363	.162	-.302	-2.240	.030

a. Dependent Variable: *WORK-LIFE BALANCE*

## c. Koefisien Determinasi

1) *Efikasi Diri (X1), Time Management (X2) dan Burn Out (X3) Terhadap Work-Life Balance (Y)*

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.814 <sup>a</sup>	.663	.642	5.515

a. Predictors: (Constant), BURN OUT, EFIKASI DIRI, *TIME MANAGEMENT*

2) *Efikasi Diri (X1) Terhadap Work-Life Balance (Y)*

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.220 <sup>a</sup>	.048	.029	9.078

a. Predictors: (Constant), EFIKASI DIRI

3) *Time Management (X2) Terhadap Work-Life Balance (Y)*

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.812 <sup>a</sup>	.659	.653	5.431

a. Predictors: (Constant), *TIME MANAGEMENT*

4) *Burn Out* (X3) Terhadap *Work-Life Balance* (Y)

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.302 <sup>a</sup>	.091	.073	8.871

a. Predictors: (Constant), *BURN OUT*

## 5. Hasil Output SPSS Uji Hipotesis

## a. Uji F (Simultan)

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2870.314	3	956.771	31.461	.000 <sup>b</sup>
	Residual	1459.744	48	30.411		
	Total	4330.058	51			
a. Dependent Variable: <i>Work-Life Balance</i>						
b. Predictors: (Constant), Efikasi Diri, <i>Time Management</i> , <i>Burn Out</i>						

## b. Uji T ( Parsial)

1) Efikasi Diri (X1) Terhadap *Work-Life Balance* (Y)

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	28.864	10.290		2.805	.007
	Efikasi Diri	.426	.268	.220	1.593	.117
a. Dependent Variable: <i>Work-Life Balance</i>						

2) *Time Management (X2) Terhadap Work-Life Balance (Y)*

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-6.645	5.316		-1.250	.217
	<i>Time Management</i>	1.090	.111	.812	9.840	.000
a. Dependent Variable: <i>Work-Life Balance</i>						

3) *Burn Out (X3) Terhadap Work-Life Balance (Y)*

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	55.634	4.846		11.481	.000
	Burn Out	-.363	.162	-.302	-2.240	.030
a. Dependent Variable: <i>Work-Life Balance</i>						

Lampiran 12 Nilai  $F_{\text{tabel}}$ 

$\alpha =$ <b>0,05</b>	$df_1^{-(k-1)}$							
$df_2^{-(n-k-1)}$	1	2	3	4	5	6	7	8
30	4,171	3,316	2,922	2,690	2,534	2,421	2,334	2,266
31	4,160	3,305	2,911	2,679	2,523	2,409	2,323	2,255
32	4,149	3,295	2,901	2,668	2,512	2,399	2,313	2,244
33	4,139	3,285	2,892	2,659	2,503	2,389	2,303	2,235
34	4,130	3,276	2,883	2,650	2,494	2,380	2,294	2,225
35	4,121	3,267	2,874	2,641	2,485	2,372	2,285	2,217
36	4,113	3,259	2,866	2,634	2,477	2,364	2,277	2,209
37	4,105	3,252	2,859	2,626	2,470	2,356	2,270	2,201
38	4,098	3,245	2,852	2,619	2,463	2,349	2,262	2,194
39	4,091	3,238	2,845	2,612	2,456	2,342	2,255	2,187
40	4,085	3,232	2,839	2,606	2,449	2,336	2,249	2,180
41	4,079	3,226	2,833	2,600	2,443	2,330	2,243	2,174
42	4,073	3,220	2,827	2,594	2,438	2,324	2,237	2,168
43	4,067	3,214	2,822	2,589	2,432	2,318	2,232	2,163
44	4,062	3,209	2,816	2,584	2,427	2,313	2,226	2,157
45	4,057	3,204	2,812	2,579	2,422	2,308	2,221	2,152
46	4,052	3,200	2,807	2,574	2,417	2,304	2,216	2,147
47	4,047	3,195	2,802	2,570	2,413	2,299	2,212	2,143
48	4,043	3,191	2,798	2,565	2,409	2,295	2,207	2,138
49	4,038	3,187	2,794	2,561	2,404	2,290	2,203	2,134
50	4,034	3,183	2,790	2,557	2,400	2,286	2,199	2,130

## Lampiran 13 Nilai Ttabel

## Titik Persentase Distribusi t (df = 41-80)

df \ Pr	0.25	0.10	0.05	0.025	0.01	0.005	0.001
	0.50	0.20	0.10	0.050	0.02	0.010	0.002
41	0.68052	1.30254	1.68288	2.01954	2.42080	2.70118	3.30127
42	0.68038	1.30204	1.68195	2.01808	2.41847	2.69807	3.29595
43	0.68024	1.30155	1.68107	2.01669	2.41625	2.69510	3.29089
44	0.68011	1.30109	1.68023	2.01537	2.41413	2.69228	3.28607
45	0.67998	1.30065	1.67943	2.01410	2.41212	2.68959	3.28148
46	0.67986	1.30023	1.67866	2.01290	2.41019	2.68701	3.27710
47	0.67975	1.29982	1.67793	2.01174	2.40835	2.68456	3.27291
48	0.67964	1.29944	1.67722	2.01063	2.40658	2.68220	3.26891
49	0.67953	1.29907	1.67655	2.00958	2.40489	2.67995	3.26508
50	0.67943	1.29871	1.67591	2.00856	2.40327	2.67779	3.26141
51	0.67933	1.29837	1.67528	2.00758	2.40172	2.67572	3.25789
52	0.67924	1.29805	1.67469	2.00665	2.40022	2.67373	3.25451
53	0.67915	1.29773	1.67412	2.00575	2.39879	2.67182	3.25127
54	0.67906	1.29743	1.67356	2.00488	2.39741	2.66998	3.24815
55	0.67898	1.29713	1.67303	2.00404	2.39608	2.66822	3.24515
56	0.67890	1.29685	1.67252	2.00324	2.39480	2.66651	3.24226
57	0.67882	1.29658	1.67203	2.00247	2.39357	2.66487	3.23948
58	0.67874	1.29632	1.67155	2.00172	2.39238	2.66329	3.23680
59	0.67867	1.29607	1.67109	2.00100	2.39123	2.66176	3.23421
60	0.67860	1.29582	1.67065	2.00030	2.39012	2.66028	3.23171
61	0.67853	1.29558	1.67022	1.99962	2.38905	2.65886	3.22930
62	0.67847	1.29535	1.66980	1.99897	2.38801	2.65748	3.22696
63	0.67840	1.29513	1.66940	1.99834	2.38701	2.65615	3.22471
64	0.67834	1.29492	1.66901	1.99773	2.38604	2.65485	3.22253
65	0.67828	1.29471	1.66864	1.99714	2.38510	2.65360	3.22041
66	0.67823	1.29451	1.66827	1.99656	2.38419	2.65239	3.21837
67	0.67817	1.29432	1.66792	1.99601	2.38330	2.65122	3.21639
68	0.67811	1.29413	1.66757	1.99547	2.38245	2.65008	3.21446
69	0.67806	1.29394	1.66724	1.99495	2.38161	2.64898	3.21260
70	0.67801	1.29376	1.66691	1.99444	2.38081	2.64790	3.21079
71	0.67796	1.29359	1.66660	1.99394	2.38002	2.64686	3.20903
72	0.67791	1.29342	1.66629	1.99346	2.37926	2.64585	3.20733
73	0.67787	1.29326	1.66600	1.99300	2.37852	2.64487	3.20567
74	0.67782	1.29310	1.66571	1.99254	2.37780	2.64391	3.20406
75	0.67778	1.29294	1.66543	1.99210	2.37710	2.64298	3.20249
76	0.67773	1.29279	1.66515	1.99167	2.37642	2.64208	3.20096
77	0.67769	1.29264	1.66488	1.99125	2.37576	2.64120	3.19948
78	0.67765	1.29250	1.66462	1.99085	2.37511	2.64034	3.19804
79	0.67761	1.29236	1.66437	1.99045	2.37448	2.63950	3.19663
80	0.67757	1.29222	1.66412	1.99006	2.37387	2.63869	3.19526

Lampiran 14 Nilai Rtabel

df = (N-2)	Tingkat signifikansi untuk uji satu arah				
	0.05	0.025	0.01	0.005	0.0005
	Tingkat signifikansi untuk uji dua arah				
	0.1	0.05	0.02	0.01	0.001
30	0.2960	0.3494	0.4093	0.4487	0.5541
31	0.2913	0.3440	0.4032	0.4421	0.5465
32	0.2869	0.3388	0.3972	0.4357	0.5392
33	0.2826	0.3338	0.3916	0.4296	0.5322
34	0.2785	0.3291	0.3862	0.4238	0.5254
35	0.2746	0.3246	0.3810	0.4182	0.5189
36	0.2709	0.3202	0.3760	0.4128	0.5126
37	0.2673	0.3160	0.3712	0.4076	0.5066
38	0.2638	0.3120	0.3665	0.4026	0.5007
39	0.2605	0.3081	0.3621	0.3978	0.4950
40	0.2573	0.3044	0.3578	0.3932	0.4896
41	0.2542	0.3008	0.3536	0.3887	0.4843
42	0.2512	0.2973	0.3496	0.3843	0.4791
43	0.2483	0.2940	0.3457	0.3801	0.4742
44	0.2455	0.2907	0.3420	0.3761	0.4694
45	0.2429	0.2876	0.3384	0.3721	0.4647
46	0.2403	0.2845	0.3348	0.3683	0.4601
47	0.2377	0.2816	0.3314	0.3646	0.4557
48	0.2353	0.2787	0.3281	0.3610	0.4514
49	0.2329	0.2759	0.3249	0.3575	0.4473
50	0.2306	0.2732	0.3218	0.3542	0.4432

### Lampiran 15 Lembar Bimbingan



## UNIVERSITAS DARMA PERSADA

Jl. Taman Malaka Selatan, Pondok Kelapa, Jakarta Timur, Indonesia 13459

Telp. (021 08649051, 8649053, 8649057) Fax. (021 08649052)

E-mail: [dumas@unsda.ac.id](mailto:dumas@unsda.ac.id) Home page: <http://www.unsda.ac.id>

Nama : Kurnia Dwi Lestari  
 NIM : 2022410052  
 Judul : PENGARUH EFIKASI DIRI, *TIME MANAGEMENT* DAN *BURNOUT* TERHADAP *WORK-LIFE BALANCE* MAHASISWA BERSTATUS PEKERJA UNIVERSITAS DARMA PERSADA Studi Kasus: Mahasiswa Fakultas Ekonomi Angkatan Tahun 2022

Dosen Pembimbing : Dra. Endang Tri Pujiastuti, M.,M

Hari/ Tanggal	Pokok Pembahasan	Paraf Pembimbing
Kamis, 25 September 2025	Teknis Penulisan Proposal	te
Kamis, 2 Oktober 2025	Penentuan Judul Penelitian	te
Rabu, 12 November 2025	Menyusun Landasan Teori	te
Sabtu, 15 November 2025	Menyusun Metodologi Penelitian	te
Senin, 17 November 2025	Acc Ujian Proposal	te
Selasa, 13 Januari 2026	Bimbingan Bab 4 dan Bab 5	te
Rabu, 21 Januari 2026	Revisi Bab 4 dan Bab 5	te
Jumat, 30 Januari 2026	Acc Bab 4 dan Bab 5	te