

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada era globalisasi ini, banyak mahasiswa yang memilih untuk bekerja sambil melanjutkan studi mereka. Pilihan ini tidak hanya dipengaruhi oleh kebutuhan finansial, tetapi juga oleh dorongan untuk memperoleh pengalaman kerja dan memperluas jaringan profesional. Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja akan merasakan dampak positif dan negatifnya. Hal yang dirasakan pada dampak positif yaitu akan mendapat keterampilan, ilmu mengenai berbagai macam pekerjaan dan membentuk rasa tanggung jawab atas pekerjaan sehingga memberikan pengalaman yang berkesan.

Dalam beberapa tahun terakhir, fenomena mahasiswa yang bekerja sambil kuliah semakin meningkat di Indonesia. Menurut Survei Angkatan Kerja Nasional (Sakernas) 2023 oleh Badan Pusat Statistik (BPS), sekitar 29% mahasiswa politeknik telah bekerja sebelum lulus. Sementara itu, di Yogyakarta dan Bank Indonesia pada tahun 2024 menunjukkan lebih dari 25% mahasiswa kuliah sambil bekerja, dengan 43,41% di antaranya menjadi wirausahawan.

Dalam beberapa tahun terakhir, jumlah mahasiswa yang menjalani peran ganda sebagai pelajar dan pekerja terus meningkat menghadapi tantangan di dalam mengelola waktu dan beban kerja. Fenomena ini semakin menonjol setelah pandemi COVID-19, ketika banyak perguruan tinggi mulai mengadopsi sistem perkuliahan daring atau *hybrid*. Fleksibilitas waktu kuliah membuat mahasiswa merasa lebih memungkinkan untuk mengambil pekerjaan paruh

waktu bahkan penuh waktu. Namun dibalik akan hal itu, muncul berbagai permasalahan terkait dengan beban kerja yang berdampak pada fenomena performa akademik, kesehatan mental dan kualitas hidup mahasiswa.

Beban kerja adalah salah satu elemen penting yang memengaruhi kinerja individu maupun organisasi. Dalam konteks pekerjaan, beban kerja merujuk pada jumlah dan kompleksitas tugas yang harus diselesaikan oleh seorang pekerja dalam periode waktu tertentu. Beban kerja tidak hanya terkait dengan jumlah tugas yang diberikan, tetapi juga kualitas dan tingkat kesulitan dari tugas tersebut. Beban kerja yang tinggi juga merupakan faktor penting yang mempengaruhi *work life balance* mahasiswa yang bekerja (Yuliastri & Qurochman, 2024). Tuntutan pekerjaan yang insentif dan bertambahnya tanggung jawab dapat mengakibatkan mahasiswa yang bekerja menghabiskan lebih banyak waktu dan energi untuk pekerjaan, serta meninggalkan sedikit waktu untuk kehidupan diluar pekerjaan.

Fenomena kuliah sambil bekerja di kalangan mahasiswa sendiri bukanlah suatu hal yang baru, khususnya di Universitas Merdeka Kota Pasuruan yang telah diketahui banyak orang menyediakan kelas bagi mahasiswa yang bekerja. Oleh karena itu, dapat kita jumpai banyak mahasiswa yang masuk perkuliahan pada sore sampai malam hari. Beragam alasan yang telah melatar belakangi mahasiswa untuk bekerja yaitu kebutuhan yang lumayan penting untuk mempersiapkan sumber daya manusia yang sangat berkualitas demi kemajuan bangsa. Terlebih lagi kebutuhan mahasiswa bermacam-macam dan harus memenuhi guna kelancaran dalam melaksanakan pendidikan supaya tidak

terganggu, seperti untuk membayar biaya kuliah per semester, membeli buku, membeli alat tulis, biaya internet, biaya fotokopi bahan perkuliahan, biaya penelitian, biaya praktik selama kuliah, dan biaya tambahan lainnya (Megayani et al., 2021).

Selain beban kerja, manajemen waktu menjadi hal yang krusial untuk melengkapi dan menyelesaikan tantangan yang dihadapi oleh sarjana pekerja paruh waktu. Ekspolarasi oleh Ahyak et al. (2022) mengungkapkan bahwa sarjana pekerja paruh waktu umumnya mengelola waktu mereka dengan baik, terutama dengan memanfaatkan senja atau akhir pekan untuk bekerja. Namun, tantangan seperti jadwal kelas yang tidak teratur sering kali menimbulkan kendala yang signifikan. Dengan demikian, strategi seperti menetapkan prioritas dan merencanakan pengkondisian dianggap penting untuk menjaga keseimbangan antara kewajiban akademis dan pekerjaan.

Kuliah sambil bekerja juga memiliki dampak bagi seseorang baik segi positif maupun segi negatif. Dampak positif dari kuliah sambil bekerja diantaranya adalah mahasiswa dapat membantu orang tua dalam membiayai kuliah, memperoleh pengalaman kerja, serta kemandirian ekonomis sedangkan dampak negatif yang dialami oleh mahasiswa yakni kesulitan membagi waktu dan konsentrasi saat kuliah dan bekerja, kelelahan, penurunan prestasi akademik, mengalami keterlambatan kelulusan dan dampak terburuk adalah dikeluarkan atau di *drop out* oleh universitas dan memilih bekerja (Ayu et al., 2019).

Time management adalah suatu keterampilan yang membutuhkan penilaian diri, perencanaan serta disiplin dan perbaikan terus menerus (Hasan

dan Sari, 2021). Manajemen waktu merupakan perilaku untuk mengatur waktu seefektif mungkin dengan cara menentukan kebutuhan dan keinginan mereka kemudian menjadikannya kebutuhan tersebut untuk memprioritaskan, suatu hal yang penting. Perasaan yang lebih baik dari waktu ke waktu, mempunyai banyak tenaga, tidur yang berkualitas dan semakin banyak yang bisa dilakukan. Agar dapat mengelola waktu dan sumber daya yang terbatas untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Mahasiswa yang mampu menjalankan *time management* dan *work life balance* dengan bersamaan maka tingkat produktivitasnya akan semakin tinggi. Selain itu, *time management* yang baik yaitu sebagai motor penggerak dan pendorong bagi mahasiswa dalam melanjutkan studi perkuliahan.

Work life balance adalah kemampuan seseorang dalam menyeimbangkan waktunya untuk pekerjaan, pendidikan, keluarga dan pribadi. *Work life balance* menjadi sangat penting karena karyawan mampu mencapai harmoni antara keluarga, kesehatan individu, karir dan kehidupan sosial meskipun adanya tekanan pekerjaan yang meningkat. *Work life balance* yang tercapai dapat berkontribusi pada kesehatan mental, menurunkan stres dan juga meningkatkan kepuasan kerja. Sehingga penerapan *work life balance* diharapkan dapat meningkatkan kinerja karyawan meminimalisir konflik antara kehidupan pribadi dan pekerja. Mahasiswa perlu menyeimbangkan kehidupannya agar kegiatan kuliah dan bekerja dapat dijalankan.

Hasil wawancara peneliti dengan beberapa mahasiswa Universitas Merdeka Pasuruan yang telah bekerja lebih dari 1 tahun mengatakan bahwa

“ Mengenai fleksibilitas waktu kuliah ini mahasiswa merasa sangat terbantu dengan adanya jadwal kuliah yang fleksibel, seperti kelas sore yang dimulai pukul 16:00 hingga 20:00. Ini memungkinkan mereka untuk bekerja terlebih dahulu sebelum kuliah, sehingga dapat mengatur waktu dengan lebih baik antara pekerjaan dan studi. Kemudian Beberapa mahasiswa memilih bekerja karena merasa bahwa bekerja sambil kuliah juga membantu meringankan beban orang tua dalam membayar biaya kuliah”.

Gaji dari pekerja menjadi sumber pendapat yang signifikan bagi mereka dan yang terakhir tantangan dan tekanan mahasiswa juga merasakan tantangan besar dalam membagi waktu antara pekerjaan, kuliah dan tugas – tugas. Kendala yang dialami yaitu merasa kelelahan yang berakibat sering terlambat berangkat kuliah bahkan tidak mengikuti kelas dengan memanfaatkan tiga kali alfa. Mahasiswa juga biasanya mengerjakan tugas disaat libur kerja, disaat pulang kerja jika tidak kelelahan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Hapsari&Indriyaningrum, 2024) bahwa uji hipotesis yang dilakukan beban kerja (X1) menunjukan pengaruh positif dan signifikan terhadap *work life balance*. Sehingga semakin tinggi beban kerja maka semakin baik *work life balance*. Kemudian *time management* (X2) berpengaruh positif dan signifikan terhadap *work life balance*. Sehingga kesimpulannya bahwa beban kerja (X1) berpengaruh positif signifikan terhadap *work life balance*, *Time management* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *work life balance*. Namun hal ini, berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yuliastri & Qurochman, 2024) bahwa

semua variabel bebas tersebut baik tekanan waktu, beban kerja dan stres kerja tidak berpengaruh terhadap *work life balance* yang hanya sebesar 21.3%. Sedangkan, menurut hasil uji t diperoleh hasil bahwa tekanan waktu tidak memberikan pengaruh pada *work life balance*.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “ **Pengaruh Beban Kerja dan *Time Management* Terhadap *Work Life Balance* Pada Mahasiswa Universitas Merdeka Kota Pasuruan yang Bekerja** “.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut terdapat beberapa rumusan masalah sebagai berikut :

1. Apakah pengaruh Beban Kerja dan *Time Management* secara simultan terhadap *Work Life Balance* Pada Mahasiswa Universitas Merdeka yang Bekerja ?
2. Apakah Beban Kerja berpengaruh secara parsial terhadap *Work Life Balance* Pada Mahasiswa Universitas Merdeka Pasuruan yang Bekerja?
3. Apakah *Time Management* berpengaruh secara parsial terhadap *Work Life Balance* Pada Mahasiswa Universitas Merdeka Pasuruan yang Bekerja ?

C. Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah diatas yang telah dikembangkan dalam penelitian ini, maka tujuan dari penelitian tersebut adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh Beban Kerja dan *Time Management* secara simultan terhadap *Work Life Balance* Pada Mahasiswa Universitas Merdeka Pasuruan yang Bekerja.
2. Untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh Beban Kerja secara parsial terhadap *Work Life Balance* Pada Mahasiswa Universitas Merdeka Pasuruan yang Bekerja.
3. Untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh *Time Management* secara parsial terhadap *Work Life Balance* pada Mahasiswa Universitas Merdeka Pasuruan yang Bekerja.

D. Manfaat Penelitian

Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat yang baik untuk kalangan pendidikan dan lembaga, kalangan mahasiswa maupun kalangan masyarakat pada umumnya, antara lain:

1. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, yaitu memberikan pemahaman tentang bagaimana Beban Kerja dan *Time Management* dapat mempengaruhi *Work Life Balance* atau keseimbangan kehidupan pribadi dan akademik.
- b. Membantu Mahasiswa dalam mengelola waktu lebih baik untuk mencapai *Work Life Balance* yang optimal.
- c. Bagi Instansi, penelitian ini diharapkan menjadi masukan dalam upaya meningkatkan partisipasi.
- d. Bagi Fakultas, penelitian ini diharapkan mampu membantu Dosen, Mahasiswa atau kalangan akademis yang lain dalam penelitian

selanjutnya yang berhubungan dengan Pengaruh Beban Kerja dan *Time Management* Terhadap *Work Life Balance*.

- e. Bagi pihak lain, penelitian ini diharapkan mampu dijadikan referensi sebagai dasar dalam penelitian lanjutan dan sebagai pengembangan pembelajaran sebagai pembaca.

2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memiliki kontribusi dalam menambah ilmu pengetahuan dalam dunia pendidikan terlebih dikalangan mahasiswa serta pengaruh beban kerja dan *time management* terhadap *work life balance* atau keseimbangan kehidupan kerja.

