

**STRATEGI DAN GAMBARAN *WORK LIFE BALANCE* MAHASISWA
YANG BEKERJA DAN MENYUSUN SKRIPSI**



Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh

Gelar Sarjana Strata Satu Psikologi

Disusun Oleh:

Ghesta Fatahudin Latief

NIM 20107010145

Dosen Pembimbing Skripsi:

Mayreyna Nurwardani., S.Psi., M.Psi

NIP 1981050 200901 2 011

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
2025**

PENGESAHAN TUGAS AKHIR



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-2607/Un.02/DSH/PP.00.9/06/2025

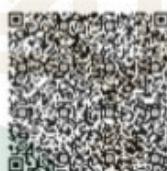
Tugas Akhir dengan judul : Strategi dan Gambaran *Work Life Balance* Mahasiswa Yang Bekerja dan menyusun Skripsi

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : GHESTA FATAHUDIN LATIEF
Nomor Induk Mahasiswa : 20107010145
Telah diujikan pada : Rabu, 28 Mei 2025
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

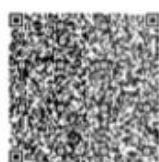
TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Mayreyna Nurwardani, S.Psi., M.Psi
SIGNED

Valid ID: 684ba168dd3b6



Pengaji I

Dr. Retno Pandan Arum Kusumawardhani,
S.Psi.M.Si.Psi
SIGNED

Valid ID: 68493a62cb77f



Pengaji II

Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi.
SIGNED

Valid ID: 6848f7cd05b64a



Yogyakarta, 28 Mei 2025

UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 68522df60afcb

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ghesta Fatahudin Latief

NIM : 20107010145

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul "**Stategi dan Gambaran Work Life Balance Pada Mahasiswa Yang Bekerja dan Menyusun Skripsi**" merupakan karya yang belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di perguruan tinggi manapun. Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain. Apabila di kemudian hari skripsi ini ditemukan plagiasi dari karya orang lain, saya bersedia ditindak sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 28 Mei 2025

Pembuat pernyataan



Ghesta Fatahudin Latief

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Kepada

Yth, Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

Di tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullah Wabarakatuh

Setelah membaca, memeriksa, mengarahkan, serta memenuhi perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing menyatakan skripsi saudara:

Nama : Ghesta Fatahudin Latief

NIM : 20107010145

Prodi : Psikologi

Judul : Strategi dan Gambaran Work Life Balance Mahasiswa yang Bekerja dan
Menyusun Skripsi

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana (S1) Psikologi.

Dengan ini, harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggung jawabkan skripsinya dalam sidang muaqosyah. Atas perhatiannya, saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 17 Maret 2025

Pembimbing

Mayreyna Nurwardani., S.Psi., M.Psi

NIP. 1981050 200901 2 011

“Strategi dan Gambaran *Work Life Balance* Mahasiswa yang Bekerja dan Menyusun Skripsi”

Ghesta Fatahudin Latief

NIM. 20107010145

INTISARI

Beberapa mahasiswa yang memilih untuk bekerja demi memenuhi kebutuhan finansial mereka, termasuk biaya kuliah dan kebutuhan sehari-hari. Menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja memunculkan tantangan tersendiri dalam menjaga keseimbangan antara akademik dan pekerjaan (*work-life balance*). Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan serta mengidentifikasi strategi mahasiswa yang bekerja dalam menyusun skripsi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Partisipan penelitian terdiri dari dua mahasiswa yang bekerja, dipilih melalui teknik *purposive sampling* dengan kriteria: sedang menyusun skripsi, bekerja, serta merupakan perantau yang tinggal di kost. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan teknik pemrosesan satuan, kategorisasi, dan penafsiran data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua informan mampu mencapai *work life balance* dengan baik, menyeimbangkan waktu antara pekerjaan dan penyusunan skripsi. Strategi yang digunakan meliputi menyelesaikan tugas pekerjaan terlebih dahulu sebelum mengerjakan skripsi serta memanfaatkan waktu luang secara optimal untuk menyusun skripsi. Selain itu, bekerja memberikan manfaat ekonomi yang cukup membantu bagi kedua informan, memungkinkan mereka untuk memenuhi kebutuhan hidup dengan lebih baik dibandingkan sebelum bekerja. Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya manajemen waktu dan strategi adaptif bagi mahasiswa yang bekerja agar tetap dapat menyelesaikan studinya dengan baik.

Kata Kunci: *Work life balance, Mahasiswa Bekerja, Menyusun Skripsi*

“Work-Life Balance Strategies and Experiences Students Completing Their Thesis”

Ghesta Fatahudin Latief

NIM. 20107010145

ABSTRACT

Many students choose to work to fulfill their financial needs, including tuition fees and daily necessities. However, living a dual role as a student and worker presents its own challenges in maintaining academic and work-life balance. This study aims to describe and identify the strategies of working students in preparing a thesis. This study uses a qualitative approach with phenomenological methods. The research subjects consisted of two working students, selected through purposive sampling technique with the criteria: currently preparing a thesis, working, and are migrants who live in boarding houses. Data were collected through interviews, observation, and documentation, then analyzed using unit processing, categorization, and data interpretation techniques. The results showed that both informants were able to achieve work-life balance well, balancing the time between work and thesis preparation. The strategies used include completing work tasks first before working on the thesis and optimally utilizing free time to prepare the thesis. In addition, working provides significant economic benefits for both informants, allowing them to make ends meet better than before working. The results of this study emphasize the importance of time management and adaptive strategies for working students in order to continue to complete their studies well.

Keywords: Work Life Balance, Working Students, Thesis Preparation

MOTTO

Tidak perlu terlalu mengkhawatirkan hidup, Allah memang tidak menjanjikan hidupmu selalu mudah. Tetapi, Allah berjanji bahwa:

فَلَمَّا مَعَ الْعَنْتَرَ يُنْهَىٰ مَعَ الْعَنْتَرِ يُنْهَا

< Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan” (QS. Al-Insyirah: 5-6)

لَا يَكْفُلُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا فَيَشَاءُ

< Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. (Surat Al-Baqarah Ayat 286) >



HALAMAN PERSEMPAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Penelitian yang telah disusun oleh penulis, dipersembahkan kepada:

Pertama, kepada Allah SWT yang senantiasa memberikan kekuatan, ridho, yang telah melimpahkan rezeki, rahmat, dan nikmat, sehingga saya mampu berproses dengan baik dan menyelesaikan tugas akhir ini hingga tuntas.

Kedua, kepada keluarga tercinta yaitu kedua orang tua dan anggota keluarga saya yang selalu memberikan dukungan berupa materi dan non materi serta doa yang tiada henti.

Ketiga, kepada almamater tercinta Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Yang terakhir, terima kasih kepada Gheesta Fatahudin Latief yang telah berusaha dan bertahan dalam kehidupan serta tetap bertahan untuk menerjang semua rintangan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Assalamu 'allaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Alhamdulillahirabilalamin. Segala puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya hingga saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul *Strategi dan Gambaran Work Balance Mahasiswa Yang Bekerja dan Menyusun Skripsi* sebagai salah satu syarat menyelesaikan studi untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Penyusunan skripsi hingga dapat terselesaikan dengan baik tentu tidak dapat terlepas dari doa dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat, baik itu secara langsung maupun tidak langsung, rasa terima kasih tersebut diberikan kepada:

1. Bapak Prof. Noorhadi, M.A, M.Phil., Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
3. Ibu Denisa Apriliaawati, S.Psi., M. Res. selaku Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Mayreyna Nurwardani selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan banyak arahan dan bimbingan dalam menyusun skripsi. Serta selalu memberikan semangat untuk tidak menyerah terlebih dahulu.
5. Bapak Syaiful Fakhri, S.Psi., M.Psi. selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan semenjak menjadi mahasiswa baru hingga menyelesaikan studi.
6. Ibu Retno Pandan Arum Kusumawardhani, S.Psi,M.Si,Psi dan Ibu Candra Indraswari, S.Psi., M.Psi., Psi. selaku Dosen Pengaji Skripsi yang telah memberikan masukan, saran, dan ilmu untuk perbaikan penulisan skripsi.
7. Seluruh Dosen Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora yang telah mendidik, memberikan banyak ilmu dan pengalaman berharga kepada penulis.
8. Seluruh jajaran karyawan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora atas bantuannya dalam melayani segala administrasi selama proses penelitian.
9. Orang tua saya, kakak kakak saya, dan keluarga besar, terima kasih atas segala perhatian, doa dan kasih sayang yang selalu terkucur tak ada habisnya. Khususnya kepada ibu saya yang selalu saya repotkan, terima kasih telah menjadi sumber motivasi, memberi dukungan, menjadi tempat pulang dan tentu yang tak pernah lelah untuk mendoakan saya dan segala hal doa menjadi nyata.

10. Terima kasih untuk Micyal Hasya Farhamillati yang selalu bersedia membantu, menemani, mendengarkan berbagai keluh kesah, serta selalu mendukung saya secara emosional dan materi dalam setiap langkah penulisan skripsi ini.
11. Kedua informan yang telah bersedia meluangkan waktu dan berbagi pengalaman yang tak mudah diceritakan kepada orang baru, terutama penulis. Hal tersebut sangat membantu sebagai sumber data dalam penelitian ini.
12. Teman-teman Psikologi kelas D. Terima kasih telah memberikan pembelajaran, pengalaman, dan berjuang selama masa studi yang tak akan pernah terlupakan saat menimba ilmu di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
13. Teman-teman Psikologi angkatan 2020. Terima kasih telah meramaikan kehidupan perkuliahan selama hampir 4 tahun. Semoga kita bisa bertemu lagi pada kehidupan di masa depan yang lebih cerah.

Serta terima kasih kepada semua pihak yang belum dapat saya sebutkan satu persatu yang sudah membantu selama penelitian, memberikan semangat dan

memberikan doa. Semoga segala kebaikan yang diberikan dapat menjadi hal baik pula dalam kehidupan kalian. Peneliti menyadari bahwa skripsi yang dituliskan masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran sangat diharapkan untuk meningkatkan kualitas skripsi ini.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Yogyakarta, 28 Mei 2025 Penulis,



Ghesta Fatahudin Latief

NIM: 20107010145

DAFTAR ISI

PENGESAHAN TUGAS AKHIR	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI	iii
INTISARI.....	iv
ABSTRACT	v
MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan penelitian.....	5
D. Manfaat penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Literature Review.....	7
B. Dasar Teori	16
C. Kerangka Teoritik.....	20
D. Pertanyaan penelitian	23
BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Metode Penelitian.....	24

B. Fokus Penelitian	24
C. Informan Dan Setting Penelitian	25
D. Teknik Pengumpulan Data	25
E. Teknik Analisis dan Interpretasi Data	27
F. Keabsahan Data Penelitian.....	28
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	30
A. Orientasi Kancah dan Persiapan Penelitian.....	30
B. Pelaksanaan penelitian	33
C. Hasil Penelitian	33
D. Pembahasan.....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	57
A. Kesimpulan.....	57
B. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN.....	63
CURRICULUME VITAE.....	128

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Kerangka Teoritik	22
Bagan 2 Dinamika psikologis informan 1 (H).....	41
Bagan 3 Dinamika psikologis informan 2 (J)	50
Bagan 4 Dinamika Psikologis Strategi Work Life Balance pada Mahasiswa yang Bekerja Dalam Menyusun Skripsi	56



DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Data Diri Informan Penelitian.....	31
Tabel 4. 2 Proses Pengambilan Data.....	33



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Guideline Wawancara informan	63
Lampiran 2 Informed Consent Informan H	66
Lampiran 3 Informed Consent Informan 2	67
Lampiran 4 Verbatim Wawancara 1 Informan H	68
Lampiran 5 Verbatim Wawancara 2 Informan H	81
Lampiran 6 Verbatim Wawancara 1 Informan J	86
Lampiran 7 Verbatim Wawancara 2 Informan J	99
Lampiran 8 Observasi informan H	104
Lampiran 9 Observasi informan J	106
Lampiran 10 Kategorisasi informan H	108
Lampiran 11 Kategorisasi informan J	116
Lampiran 12 Dokumentasi informan H	124
Lampiran 13 Dokumentasi informan J	125



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sebagai bagian dari proses pendidikan, mahasiswa dituntut untuk berkembang dari masa remaja ke arah peran yang menunjukkan kedewasaan dan tanggung jawab yang lebih besar. Dengan kata lain mahasiswa dapat diartikan sebagai tahap dimana pola pikir mengalami evolusi menuju kedewasaan serta bertanggung jawab lebih besar pada saat melaksanakan perannya (Nasari dan Darma, 2013). Menurut Ghafur (2015) mahasiswa merupakan kedudukan yang sedang disandang oleh individu pada saat menjalankan pendidikan tinggi, harapannya bahwa mereka akan menjadi intelektual. Pasal 13 ayat 1 dan 2 dari Undang-undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi menyebutkan bahwa mahasiswa merupakan sebagian dari komunitas akademik yang diharapkan aktif dalam pengembangan diri, penelitian ilmiah, dan atau penguasaan bidang teknologi dan ilmu pengetahuan untuk kemudian menjadi ilmuwan, intelektual, praktisi, atau profesional yang berbudaya.

Mahasiswa mempunyai tujuan utama yaitu untuk mendapatkan pengetahuan dan mengembangkan pemikiran. Maka dari itu, dalam menggapai tujuan tersebut, seorang mahasiswa perlu menyelesaikan semua tahapan yang telah ditetapkan oleh universitas sehingga dapat menyelesaikan studinya secara sempurna (Purwanto et al., 2013). Sebagaimana menurut Iskandar (2013) Tujuan utama dari seorang mahasiswa adalah meluaskan cara berpikir dengan cara belajar. Untuk menyelesaikan perkuliahan dengan baik, maka mahasiswa diwajibkan untuk mengikuti semua proses pembelajaran dan kegiatan yang telah ditetapkan oleh pihak kampus. Sehingga mahasiswa dapat menyelesaikan masa studinya sesuai dengan waktu yang diharapkan.

Dalam melaksanakan kuliah, banyak tugas perkuliahan yang harus diselesaikan oleh mahasiswa agar dapat menyelesaikan studi dengan sukses dan sesuai jadwal atau waktu yang telah ditetapkan. Salah satu tugas dan syarat mahasiswa untuk menyelesaikan perkuliahan adalah menyelesaikan skripsi. Skripsi, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), merupakan sebuah karya ilmiah yang diperlukan sebagai salah satu ketentuan dalam proses pendidikan di tingkat akademis. Ini merupakan upaya karya tulis ilmiah yang

disusun oleh mahasiswa tingkat S1 disertai arahan dari dosen pembimbing, yang menjadi persyaratan untuk mencapai kelulusan. Lebih dari itu, skripsi juga mencerminkan pengalaman belajar yang mencakup pengulangan materi yang pernah diajarkan, penelusuran dan pengumpulan informasi terbaru dengan cara sendiri, analisis dan sintesis, serta kemampuan menyampaikan temuan tersebut dengan dibantu dan diarahkan oleh dosen, menciptakan naskah tentang penemuan-penemuan baru yang ditemukan. (Magdalena, 2013). Oleh sebab itu, seorang mahasiswa khususnya mahasiswa semester akhir diwajibkan menyelesaikan tugas skripsinya dengan fokus secara baik dan lulus tepat waktu.

Pada hakikatnya mahasiswa adalah seorang manusia biasa, yang mana pada setiap manusia pasti memiliki kebutuhan dan harus mencukupi kebutuhan tersebut. Mardelina dan Muhsin (2017) menjelaskan bahwa kebutuhan mahasiswa bervariasi dan harus dipenuhi dengan baik agar mereka dapat menjalani kehidupan perkuliahan dengan lancar. Kebutuhan ini meliputi pembayaran uang kuliah, membeli kebutuhan perkuliahan, membeli kuota atau membayar *wifi*, biaya fotokopi materi perkuliahan, biaya penelitian, biaya praktikum, serta biaya tambahan lainnya. Di samping itu, juga ada kebutuhan keseharian seperti membayar kost, membeli makanan, transportasi, dan sebagainya.

Mahasiswa yang bekerja bukanlah hal yang asing, karena sebagian mahasiswa melakukannya agar memiliki pendapatan tambahan yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan sebagai seorang mahasiswa, termasuk biaya kuliah dan kebutuhan sehari-hari. Seperti yang dikemukakan oleh Mardelina dan Muhsin (2017) bahwa terdapat berbagai alasan yang mendorong mahasiswa untuk bekerja, dengan alasan utamanya berkaitan dengan keuangan, seperti memperoleh pendapatan untuk biaya pendidikan dan kebutuhan sehari-hari, serta untuk membantu meringankan beban ekonomi keluarga. Selain itu, beberapa mahasiswa juga memilih bekerja untuk mengisi waktu luang akibat jadwal kuliah yang tidak begitu padat, keinginan untuk hidup mandiri dan tidak tergantung pada orang lain atau orang tua, mencari pengalaman di luar lingkup perkuliahan, mengejar hobi, dan beragam alasan lainnya. Kemudian, Daulay (2009) menjelaskan bahwa mahasiswa yang kerja di latar belakangi oleh masalah keuangan, memanfaatkan waktu yang kosong, ingin hidup mandiri dan mencari pengalaman baru.

Ketika mahasiswa mengambil keputusan berkuliah sambil bekerja, maka ia diharuskan untuk berkomitmen untuk menjalankan keduanya secara bersamaan tanpa

mengganggu salah satu aktivitas dari keduanya. Sesuai dengan penjelasan Mardelina dan Muhsin (2017) Mahasiswa yang bekerja sembari kuliah diharapkan dapat melaksanakan tugas dan kewajibannya dengan efisien. Yang melibatkan manajemen waktu yang baik untuk mengatur jadwal antara kuliah dan pekerjaan, menjaga disiplin dalam keduanya, Dan juga menjaga kondisi fisiknya karena perlu seimbang dalam menjalankan peran sebagai mahasiswa dan pekerja.

Lubis et al (2015) bekerja sambil kuliah mempunyai beberapa tantangan bagi mahasiswa, termasuk kemampuan untuk menyelesaikan tugas kuliah dan pekerjaan, membagi waktu, energi, dan perhatian di antara keduanya, serta keterampilan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang beragam. penelitian yang dilakukan oleh Hamadi (2018) menyatakan bahwa mahasiswa kerja sambil berkuliahan lebih mempunyai tingkat keseriusan dan kesungguhan rendah dalam menjalankan kedua kegiatan tersebut, sehingga kinerja dalam tugas kuliah maupun pekerjaan tidak optimal. Penelitian oleh Felix et al. (2019) juga menyatakan bahwa mahasiswa yang bekerja sambil kuliah menghadapi tantangan dalam mengelola waktu dan menyelesaikan tugas kuliah serta pekerjaan secara simultan, serta kesulitan dalam mempertahankan konsentrasi. Yulianto (2018) menyebutkan mahasiswa yang bekerja sambil kuliah rentan mengalami kesulitan dalam menyeimbangkan tuntutan dari kedua sisi, baik dari segi akademik maupun pekerjaan, yang seringkali sulit untuk diatasi. Menurut Arlinkasari dan Akmal (2017), kelemahan mahasiswa mengatasi tantangan ini dapat berdampak negatif pada kegiatan di dalam kampus dan pekerjaan mereka.

Mempertimbangkan hal tersebut, mahasiswa yang bekerja perlu memiliki kemampuan untuk dapat menyeimbangkan antara fokus, bertanggung jawab, membagi waktu, dan berkomitmen pada pekerjaan dan perkuliahan. Keseimbangan hidup lebih dari sekadar membagi waktu antara berbagai aspek kehidupan. Keberhasilan atau kegagalan dalam satu area kehidupan dapat secara alamiah mempengaruhi kualitas aspek lainnya. Sebagai contoh, stres yang muncul dari tuntutan akademis dapat mempengaruhi kinerja di tempat kerja, begitu pula sebaliknya, stres dari pekerjaan dapat berdampak pada kemampuan belajar. (Andrea Molloy, 2010).

Keadaan menyeimbangkan antara kehidupan dan pekerjaan atau perkuliahan dikenal sebagai *Work Life Balance*. Rifadha et al. (2017) *Work Life Balance* merupakan keahlian

individu untuk menjalankan tugas dari pekerjaan mereka serta kebutuhan di luar pekerjaan, yang pada akhirnya berkontribusi pada kebahagiaan individu. Fisher, Bulger, & Smith (2009) mengartikan *Work Life Balance* sebagai usaha seseorang dalam mencapai keseimbangan antara dua peran atau lebih yang mereka jalani. Ketika seseorang berhasil menyeimbangkan tugas pekerjaan dengan kehidupan pribadinya, maka mereka dianggap telah mencapai keseimbangan tersebut, yakni mampu menjalankan pekerjaan dengan baik sambil tetap menjaga keseimbangan kehidupan pribadi di luar lingkup pekerjaan.

Mahasiswa harus dapat menyeimbangkan antara kuliah dan menyusun skripsi dengan pekerjaan agar dapat meraih keduanya secara bersama tanpa mengganggu salah satu dari kedua peran tersebut. karena keduanya adalah kewajiban yang harus dipenuhi secara bersamaan dan mencapai hasil yang optimal antara keduanya. Sebagaimana dalam penelitian Tansim (2017) mengemukakan bahwa Dengan mencapai keseimbangan antara kehidupan pribadi dan pekerjaan, mahasiswa akan mampu mencapai tujuan dari kedua peran yang mereka emban. Karena ketidakseimbangan dalam satu peran dapat mengganggu aktivitas dalam peran lainnya.

Berdasarkan hasil penelitian Ali Muhson dan Elma Mardelina (2017) menyebutkan mahasiswa yang memiliki pekerjaan mempunyai dampak yang signifikan pada aktivitas belajar mereka. Aktivitas belajar mahasiswa yang bekerja cenderung lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki pekerjaan. Selain itu, mahasiswa yang bekerja juga cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih rendah daripada mereka yang tidak bekerja. Takarini (2023) menjelaskan bahwa *Work Life Balance* berpengaruh positif terhadap kinerja mahasiswa. Berpengaruh positif berarti semakin seimbang kehidupan pekerjaan dan kehidupan pribadi mahasiswa maka semakin baik *Work Life Balance* yang dimiliki. Hal ini dapat terjadi karena kondisi fisik dan psikologis yang baik dari kehidupan mahasiswa yang seimbang sehingga mahasiswa dapat mempertahankan kinerja saat bekerja.

Penelitian Winda Sari (2021) yang berjudul Implementasi *Work Life Balance* Antara Pekerjaan Guru Privat Dan Studi Terhadap Keberhasilan Mahasiswa. Hasil penelitian tersebut menyebutkan bahwa mahasiswa yang kuliah sambil bekerja sebagai guru privat mengalami gejala stres karena pembagian waktu yang banyak, mengakibatkan kelalaian dalam mengerjakan tugas kuliah dan penyelesaian pendidikan yang tertunda. Oleh karena itu, perlu adanya upaya penerapan *Work Life Balance* agar keberhasilan pendidikan

mahasiswa dapat tercapai, seperti manajemen waktu yang tepat, pemilihan prioritas kegiatan, dan penyelesaian tugas secara efisien. Penerapan *Work Life Balance* diharapkan dapat meningkatkan kedisiplinan, produktivitas, dan komitmen mahasiswa terhadap pencapaian tujuan pendidikan mereka. Dari penelitian tersebut terdapat beberapa kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu berfokus kepada *Work Life Balance* pada mahasiswa dengan menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Namun, terdapat perbedaan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, yaitu peneliti akan berfokus pada bagaimana strategi *Work Life Balance* yang dilakukan oleh mahasiswa yang bekerja di Yogyakarta dan sedang menyusun skripsi.

Selain itu juga terdapat penelitian yang dilakukan oleh Edward Nartey Tetteh dan Esther Julia Korkor (2018) yang berjudul *Work Life Balance Among Working University*. Hasil dari penelitian ini mengungkapkan bahwa sebesar 90 persen dari 360 mahasiswa yang bekerja pada 4 universitas di Accra Ghana memiliki kesulitan dalam menggabungkan antara tanggung jawab kuliah dan tanggung jawab bekerja. Dan tantangan terbesar bagi mahasiswa yang bekerja adalah mereka memiliki lebih sedikit waktu untuk belajar yang dikarenakan tekanan atau tuntutan pada saat bekerja.

Berdasarkan permasalahan dari penelitian diatas dan dikarenakan meningkatnya mahasiswa yang bekerja yang sedang mengerjakan skripsi, potensi terganggunya manajemen waktu dan peran dalam bekerja dan kuliah serta masih kurangnya penelitian yang membahas tentang *Work Life Balance* mahasiswa yang sedang menyusun skripsi maka peneliti tertarik untuk meneliti dan mendalami “Strategi dan gambaran *Work Life Balance* pada Mahasiswa yang Bekerja Dalam Menyusun Skripsi”

B. Rumusan Masalah

Dengan mempertimbangkan latar belakang yang sudah dijelaskan sebelumnya, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah: bagaimana strategi dan gambaran *Work Life Balance* mahasiswa yang bekerja dalam menyusun skripsi?

C. Tujuan penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana strategi dan gambaran *Work Life Balance* pada mahasiswa yang bekerja dalam menyusun skripsi.

D. Manfaat penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan nilai tambah bagi peneliti sendiri dan pihak-pihak yang terlibat.

1. Manfaat teoritis

Diharapkan dalam penelitian ini dapat meningkatkan pola pikir, wawasan, informasi, dan Tingkat pengetahuan bagi setiap pembacanya. Selain itu, diharapkan penelitian ini juga dapat menjadi sumber referensi yang berharga bagi mahasiswa yang melakukan penelitian, khususnya yang berfokus pada topik *Work Life Balance* dalam bidang Psikologi Industri dan Organisasi.

2. Manfaat praktis

- a. Diharapkan dalam penelitian ini dapat memberikan pengetahuan kepada mahasiswa yang ingin mengetahui bagaimana strategi dan gambaran *work life balance* pada mahasiswa yang bekerja dengan cara mengambil pengalaman dari subjek pada penelitian ini.
- b. Penelitian ini juga diharapkan bermanfaat dan menjadi bahan evaluasi terhadap lembaga pemerintahan serta masyarakat yang berupa pengetahuan terkait strategi dan gambaran *work life balance* mahasiswa yang bekerja khususnya pada saat menyusun skripsi.
- c. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk peneliti selanjutnya terutama pada penelitian yang berhubungan dengan strategi dan gambaran *work life balance* mahasiswa yang bekerja dalam menyusun skripsi.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini menggunakan 2 informan yaitu mahasiswa yang bekerja dan menyusun skripsi. Informan pertama merupakan seorang perempuan berinisial H (22 tahun) berasal dari Magelang dan informan kedua adalah seorang laki-laki berinisial J (25 tahun) asal Cilacap. Keduanya merupakan mahasiswa yang bekerja di bidang yang sama yaitu kedai kopi namun memiliki posisi jabatan yang berbeda. Kedua informan memiliki alasan yang berbeda untuk bekerja, namun alasan keduanya tetap berkaitan dengan faktor ekonomi dan latar belakang keluarga. Strategi dan gambaran *work life balance* kedua informan juga memiliki perbedaan masing-masing.

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa kedua informan memiliki *work life balance* yang baik sehingga antara pekerjaan dan kuliah dapat berjalan dengan baik dan seimbang. seperti keseimbangan pembagian waktu, kedua informan dapat membagi serta menyeimbangkan antara waktu bekerja dan waktu kuliah khususnya waktu mengerjakan skripsi. Kedua informan juga memiliki beberapa kesamaan pada strategi untuk mencapai *work life balance*, persamaan yang dimiliki diantaranya adalah mendahulukan dan segera menyelesaikan pekerjaan yang dimiliki dan menggunakan waktu luang yang dimiliki untuk mengerjakan skripsi. Selain itu, kedua informan juga merasakan hal yang sama, yaitu pada perbedaan ekonomi yang dimiliki pada saat sebelum bekerja dan setelah kedua informan bekerja. Kedua informan merasakan adanya peningkatan ekonomi dan merasa ekonomi yang dimilikinya lebih baik dibandingkan sebelum bekerja, sehingga kedua informan dapat memenuhi kebutuhan hidupnya masing-masing dengan pendapatan yang dimilikinya dari hasil mereka bekerja.

Adapun perbedaan dari kedua informan adalah pada aspek strategi *work life balance*. pada informan H ia merasa seimbang dalam membagi waktu dan seimbang dalam pembagian peran. Namun, informan H kurang merasa seimbang dalam kepuasan menjalankan kedua peran, ia merasa kurang puas dalam mengerjakan skripsi dan merasa bisa untuk memaksimalkan pengerajaannya. Sedangkan pada informan J merasa kurang

puas dalam keseimbangan keterlibatan. Ia masih merasa banyak terlibat dalam pekerjaannya dibandingkan dengan perkuliahan atau menyusun skripsi.

Dalam upayanya menjaga *work life balance*, H menunjukkan hasil yang positif. Ia mampu membagi waktu dengan baik, memanfaatkan waktu luangnya di luar jam kerja untuk mengerjakan skripsi setiap hari. Meskipun sering merasa lelah setelah bekerja, H tetap berkomitmen untuk tidak menunda pengerjaan skripsinya. Hal ini mencerminkan kemampuannya dalam mengelola tanggung jawab secara seimbang. H merasa puas dengan kinerjanya dalam pekerjaan karena semua tugas yang diberikan diselesaikan dengan baik sesuai dengan *jobdesk*. Namun, ia merasa belum sepenuhnya puas terhadap pengerjaan skripsinya. Kendala seperti rasa malas terkadang menghambat kemajuan, sehingga ia merasa belum maksimal dalam menjalankan tugas akademiknya. Kemampuan Informan H dalam menyeimbangkan tanggung jawab sebagai pekerja dan mahasiswa menunjukkan tingkat adaptasi yang baik. Dedikasinya untuk berkontribusi di dunia kerja sekaligus menyelesaikan skripsi mencerminkan komitmen dan ketekunan. Rasa kurang puas terhadap progres skripsi mengindikasikan motivasi untuk terus meningkatkan produktivitas dan kualitas akademik.

Sedangkan pada informan J, Dalam aspek keseimbangan kepuasan, informan J menunjukkan sikap yang positif. Ia merasa bersyukur atas apa yang telah dicapainya, baik dalam pekerjaan maupun perkuliahan. Sikap ini memberikan rasa puas terhadap perannya di kedua bidang tersebut, meskipun ada tantangan dalam pembagian waktu dan keterlibatan. Pada aspek keseimbangan keterlibatan, mahasiswa ini cenderung lebih fokus pada pekerjaannya. Hal ini menyebabkan tingkat keterlibatan dalam mengerjakan skripsi setiap hari menjadi kurang optimal. Namun demikian, ia tetap berusaha menjalankan perannya sebagai mahasiswa dengan tetap meluangkan waktu untuk menyelesaikan tugas akademiknya, meskipun intensitasnya tidak konsisten. Secara keseluruhan, mahasiswa ini mampu menunjukkan gambaran *work life balance* yang cukup baik meskipun ada tantangan. Kemampuan untuk memprioritaskan pekerjaan dan tetap melanjutkan studi menunjukkan komitmen yang kuat terhadap kedua perannya. Rasa syukur dan kepuasan yang ia rasakan menjadi faktor penting yang mendukung keberlanjutan perjuangannya dalam menyeimbangkan kehidupan kerja dan studi. Meskipun keseimbangan keterlibatan masih perlu ditingkatkan, strategi yang telah ia terapkan mencerminkan kematangan dan tekad yang luar biasa dalam mengelola tantangan hidupnya.

B. Saran

Peneliti menyadari bahwa setelah melalui proses dan penulisan pada penelitian ini, bahwa hasil yang diperoleh belum cukup dan masih jauh dari kata sempurna serta masih ditemukan banyak kekurangan. Oleh sebab itu, peneliti memberikan saran-saran bagi pembaca maupun bagi penelitian selanjutnya. saran yang diberikan diantaranya adalah:

1. Bagi mahasiswa yang bekerja khususnya yang sedang menjalankan tugas akhir skripsi, sebaiknya memperhatikan dan selalu menjaga keseimbangan waktu, keseimbangan keterlibatan, dan keseimbangan kepuasan. Hal tersebut diharapkan mampu meningkatkan kualitas *work life balance* agar berjalan dengan baik.
2. Bagi penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan lebih dari tiga partisipan agar dapat terlihat perbedaan strategi yang diterapkan serta menggali lebih lanjut terkait gambaran *work life balance* mahasiswa yang bekerja dan juga menggali lebih dalam apa saja dan bagaimana menerapkan strategi agar terciptanya *work life balance* pada mahasiswa yang bekerja khususnya yang sedang menyusun skripsi.
3. Bagi pembaca atau masyarakat umum yang tertarik dengan tema yang sama dengan penelitian ini, diharapkan semoga penelitian ini dapat menjadi gambaran strategi apa saja yang harus dilakukan ketika ingin menjalankan kuliah sambil bekerja dan juga memberitahukan bagaimana gambaran *work life balance* mahasiswa yang bekerja khususnya dalam menyusun skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ario, T. S., Psikologi, P. S., & Psikologi, F. (2019). Problematika Pada Mahasiswa Pekerja Paruh Waktu “Part Time”. *Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan antara school engagement, academic self-efficacy dan academic burnout pada mahasiswa. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(2), 81-102.
- Auliya, M. (2020). Pengaruh Aktivitas Kerja Sambil Kuliah Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Makassar. *Social Landscape Journal*, 1(2), 49-55.
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia (2016). Diakses pada tanggal; 13 Desember 2023 dari <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/Skripsi>
- Banu, A. R., & Duraipandian, K. (2014). Development of an instrument to measure work life balance of it professionals in Chennai. *International Journal of management*, 5(11), 21- 33.
- Balroo, S. A., & Al-Duwail, A. A. (2020). Work life & learning balance in working MBA students in Saudi Arabian context. *Multi-Knowledge Electronic Comprehensive Journal for Education and Science Publications (MECSJ)*, 37, 1-30.
- Bharata, A. (2023). Pengaruh Pemanfaatan Teknologi Informasi, Loyalitas, dan Work Life Balance Terhadap Kinerja Pegawai Aparatur Sipil Negara (ASN) Pada Masa Bekerja Dari Rumah Saat Pandemi Covid-19 Di Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. *Jurnal Simki Economic*, 6(1), 71-79.
- Cintantya, D., & Nurtjahjanti, H. (2020). Hubungan antara Work-life balance dengan Subjective well-being pada sopir taksi PT. express transindo utama tbk di Jakarta. *Jurnal Empati*, 7(1), 339-344.
- Damar Adi Hartaji, R. (2012). Motivasi berprestasi pada mahasiswa yang berkuliah dengan jurusan pilihan orang tua.
- Daulay, S. F., & Rola, F. (2009). Perbedaan self regulated learning antara mahasiswa yang bekerja dan yang tidak bekerja. *Fakultas Psikologi. Universitas Sumatera Utara*.
- Dudija, N. (2011). Perbedaan motivasi menyelesaikan skripsi antara mahasiswa yang bekerja dengan mahasiswa yang tidak bekerja. *Humanitas*, 8(2), 195.
- Elhinnawy, H., Kennedy, M., & Gomes, S. (2023). From public to private: the gendered impact of COVID-19 pandemic on work-life balance and work-family balance. *Community, Work & Family*, 1-20.
- Felix, T., Marpaung, W., & El Akmal, M. (2019). Peranan kecerdasan emosional pada pemilihan strategi coping pada mahasiswa yang bekerja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(1), 39-56.

- Fisher, G. G., Bulger, C. A., & Smith, C. S. (2009). Beyond work and family: a measure of work/nonwork interference and enhancement. *Journal of occupational health psychology*, 14(4), 441.
- Fitri, V. Y., Hartati, R., & Fadhlil, M. (2023). Bagaimana Efikasi Diri bisa meningkatkan Work-Life Balance Pada Mahasiswa Yang Bekerja?. *Psychopolitan: Jurnal Psikologi*, 6(2), 52-59.
- Gafur, H. (2015). *Mahasiswa & Dinamika Dunia Kampus*. buku rasi.
- Greenhaus, J. H., Collins, K. M., & Shaw, J. D. (2003). The relation between work-family balance and quality of life. *Journal of vocational behavior*, 63(3), 510-531.
- Hamadi, H., Wiyono, J., & Rahayu, W. (2018). Perbedaan tingkat stress pada mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja di Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang fakultas ekonomi jurusan manajemen angkatan 2013. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(1).
- Hudson. 2005. The Case for Work/Life Balance: Closing the Gap Between Poliy and Pratice. New York: Hudson Highland Group, Inc.
- Indonesia, P. R. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi.
- Kuh, G. D., Kinzie, J., Schuh, J. H., & Whitt, E. J. (2005). Student success in college: Creating conditions that matter. San Francisco: Jossey-Bass.
- Lazard, Ioan,. Osoian, Codruta,. & Ratiu, Patricia. The Role of Work-Life Balance Practices in Order to Improve Organizational Performances, European Research Studies, Vol. XII. Issue (1) 2010
- Lubis, R., Irma, N. H., Wulandari, R., Siregar, K., Tanjung, N. A., Wati, T. A., & Syahfitri, D. (2015). Coping Stress pada mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Diversita*, 1(2).
- Magdalena, H. (2017). Strategi Meningkatkan Kualitas Bimbingan Skripsi Mahasiswa Strata Satu STMIK Atma Luhur. *Jurnal Sisfokom (Sistem Informasi dan Komputer)*, 2, 1- 9.
- Mardelina, E., & Muhsin, A. (2017). Mahasiswa bekerja dan dampaknya pada aktivitas belajar dan prestasi akademik. *Jurnal Economia*, 13(2), 201-209.
- Martinez, E., Ordu, C., Della Sala, M. R., & McFarlane, A. (2013). Striving to obtain a school-work-life balance: The full-time doctoral student. *International Journal of Doctoral Studies*, 8, 39.
- Megayani, M., Santoso, J. B., & Sholikha, H. (2023). Pengaruh Stres Kerja dan Motivasi Kerja Terhadap Work Life Balance. *Innovative: Journal Of Social Science*
- Moleong, L. (2010). Metode peneltian. Jakarta: Rineka Cipta. Molloy, A. (2010). *Success sukses bukan mimpi*. PT Niaga Swadaya.
- Nasari, F., & Darma, S. (2013). Penerapan k-means clustering pada data penerimaan mahasiswa baru (studi kasus: universitas potensi utama). *Semnasteknomedia Online*, 3(1), 2-1.

- Olawale, A. V. R., Fapohunda, T. M., & Ilesnmi, J. V. F. (2017). Work-life balance and organisational commitment: Perceptions of working postgraduate students. *BVIMSR's Journal of Management Research*, 9(2), 178-188.
- Powell, G. N., & Greenhaus, J. H. (2006). Is the opposite of positive negative? Untangling the complex relationship between work-family enrichment and conflict. *Career development international*, 11(7), 650-659.
- Purwanto, H., Syah, N., & Rani, I. G. (2013). Perbedaan Hasil Belajar Mahasiswa Yang Bekerja Dengan Tidak Bekerja Program Studi Pendidikan Teknik Bangunan Jurusan Teknik Sipil Ft-Unp. CIVED, 1(1), 34-42
- Rifadha, M. U. F., & Sangarandeniya, Y. M. S. W. V. (2015). The impact of work life balance on job satisfaction of managerial level employees of people's bank,(head office), Sri Lanka. *Research*, 3(6), 3337-3352.
- Robotham, D. (2012). Student part-time employment: characteristics and consequences. *Education+ Training*, 54(1), 65-75.
- Sari, W. (2021). Implementasi Work Life Balance Antara Pekerjaan Guru Privat Dan Studi Terhadap Keberhasilan Pendidikan Mahasiswa Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN
- Sandholtz, K., Derr, B., Buckner, K., & Carlson, D. (2002). Beyond juggling: Rebalancing your busy life. National Geographic Books. Sumatera Utara Medan (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara).
- Siswoyo, D., Sulistyono, T., & Dardiri, A. (2007). Ilmu pendidikan.
- Sugiyono. (2014). Memahami Penelitian Kualitatif, Bandung. CV.
- Takarini, H. (2023). *Pengaruh Work Life Balance dan Time Management terhadap Kinerja Mahasiswa Part Time di Jawa Tengah dengan Komitmen Organisasi sebagai Variabel Mediasi* (Doctoral dissertation).
- Tasnim, M., Hossain, M. Z., & Enam, F. (2017). Work-life balance: Reality check for the working women of Bangladesh. *Journal of Human Resource and Sustainability Studies*, 5(1), 75-86.
- Tetteh, E. N., & Attiogbe, E. J. K. (2019). Work-life balance among working university students in Ghana. *Higher Education, Skills and Work-Based Learning*, 9(4), 525-537.
- Yulianto, H., & Yahya, S. D. (2018). Studi Determinasi Role Conflict Pada Mahasiswa Yang Bekerja. 2018.