

**PENGARUH TEKANAN WAKTU KERJA TERHADAP KESEIMBANGAN KERJA-KULIAH
(WORK-STUDY BALANCE) PADA MAHASISWA YANG BEKERJA DI SURABAYA**

Angel Natasha Andayani¹, Izzati Aidy Noor Hikmah², Amaliyah³, Erindah Dimisyqiyani⁴,
Rizky Amalia Sinulingga⁵

Departemen Bisnis, Fakultas Vokasi, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

Corresponding Author: angel.natasya.andayani-2024@vokasi.unair.ac.id,
izzati.aidy.noor-2024@vokasi.unair.ac.id, amaliyah@vokasi.unair.ac.id,
erindahdimisyqiyani@vokasi.unair.ac.id, rizkyamalia@vokasi.unair.ac.id

ABSTRACT

Working students are required to allocate their time and involvement between job demands and academic responsibilities. Pressure to complete work within limited time may affect the resources available for fulfilling academic obligations. This study examines the effect of Work Time pressure on Work-Study Balance among working university students in Surabaya. A quantitative associative design was employed. The sample consisted of 60 active university students who were working in Surabaya and were selected through purposive sampling. Data were collected using a five-point Likert-scale questionnaire comprising five Work Time pressure items and seven Work-Study Balance items. Simple linear regression was used for data analysis. The regression coefficient was 0.146, with a t-value of 0.827 and a significance level of 0.412. The Pearson correlation coefficient was 0.108 with a two-tailed significance value of 0.412, indicating a very weak and statistically insignificant positive relationship. The R Square value of 0.012 indicates that Work Time pressure explains 1.2% of the variance in Work-Study Balance. Therefore, Work Time pressure was not found to be a significant predictor of Work-Study Balance among the respondents. These findings suggest that other factors related to working students' ability to balance work and study, including time management, job characteristics, social support, and individual resources, warrant further examination.

Keywords: Working Students, Work Time Pressure, Work-Study Balance, University Students.

ABSTRAK

Mahasiswa yang bekerja perlu membagi waktu dan keterlibatan antara tuntutan pekerjaan dengan kewajiban akademik. Tekanan untuk menyelesaikan pekerjaan dalam waktu terbatas dapat memengaruhi ruang yang tersedia bagi mahasiswa untuk menjalankan kegiatan perkuliahan. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh Tekanan Waktu Kerja terhadap Keseimbangan Kerja-Kuliah (Work-Study Balance) pada mahasiswa yang bekerja di Surabaya. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain asosiatif. Sampel terdiri atas 60 mahasiswa aktif yang bekerja di Surabaya dan dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dengan skala Likert 1-5. Instrumen terdiri atas 5 item Tekanan Waktu Kerja dan

Article history

Received: Oktober 2026

Reviewed: Oktober 2026

Published: Oktober 2026

Plagiarism checker no 80

Copyright : author

Publish by : musytari



This work is licensed under
a [creative commons
attribution-noncommercial
4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

7 item Work-Study Balance. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian memperoleh koefisien regresi sebesar 0,146 dengan nilai t sebesar 0,827 dan signifikansi 0,412. Koefisien korelasi Pearson sebesar 0,108 dengan signifikansi two-tailed 0,412 menunjukkan hubungan positif yang sangat lemah dan tidak signifikan. Nilai R Square sebesar 0,012 menunjukkan bahwa Tekanan Waktu Kerja menjelaskan 1,2% variasi Work-Study Balance. Dengan demikian, Tekanan Waktu Kerja belum terbukti menjadi prediktor yang signifikan terhadap Work-Study Balance pada responden penelitian. Temuan ini menunjukkan perlunya mempertimbangkan faktor lain yang berkaitan dengan keseimbangan kerja-kuliah, seperti pengelolaan waktu, karakteristik pekerjaan, dukungan sosial, dan sumber daya individu.

Kata kunci: Mahasiswa Yang Bekerja, Tekanan Waktu Kerja, Keseimbangan Kerja-Kuliah, Work-Study Balance.

PENDAHULUAN

Mahasiswa pada masa perkuliahan tidak hanya menghadapi tuntutan akademik, tetapi sebagian juga menjalankan aktivitas pekerjaan secara bersamaan. Kondisi tersebut membuat mahasiswa yang bekerja perlu menjalankan dua peran utama, yaitu sebagai mahasiswa yang memiliki kewajiban mengikuti perkuliahan dan menyelesaikan tugas akademik, serta sebagai pekerja yang memiliki tanggung jawab untuk memenuhi tuntutan pekerjaan. Menjalankan kedua peran tersebut secara bersamaan memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk memperoleh pengalaman kerja sekaligus tetap melanjutkan pendidikan, tetapi pada saat yang sama dapat menimbulkan tuntutan dalam pengelolaan waktu, perhatian, dan tanggung jawab. Grozev dan Easterbrook (2022) menemukan bahwa mahasiswa yang bekerja menghadapi keterbatasan waktu belajar, tekanan yang lebih tinggi, dan ruang yang lebih sempit untuk mengikuti aktivitas di luar perkuliahan. Pengalaman tersebut juga tampak dalam penelitian Hamra dan Wideasih (2024), ketika mahasiswa yang bekerja mengalami kesulitan menentukan prioritas, mengatur waktu istirahat, menyelesaikan tugas, dan menyesuaikan jadwal kerja dengan kegiatan perkuliahan. Rahmatika dan Pranitasari (2023) menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja menghadapi tekanan waktu yang tinggi karena harus memenuhi kewajiban pekerjaan sekaligus mempertahankan pencapaian akademiknya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keterbatasan waktu menjadi salah satu persoalan yang penting dalam menjalankan peran pekerjaan dan perkuliahan secara bersamaan.

Permasalahan tersebut menjadi semakin relevan ketika tuntutan pekerjaan harus diselesaikan dalam waktu yang terbatas. Mahasiswa yang bekerja tidak hanya dituntut untuk menyelesaikan pekerjaan sesuai dengan batas waktu yang ditentukan, tetapi juga perlu menyediakan waktu yang cukup untuk menghadiri perkuliahan, mengerjakan tugas, mempersiapkan kegiatan akademik, dan memenuhi tanggung jawab sebagai mahasiswa. Ketika jumlah pekerjaan dan batas waktu penyelesaiannya tidak sebanding dengan waktu yang tersedia, individu dapat merasakan tekanan karena harus mempercepat penyelesaian pekerjaan. Dalam penelitian ini, kondisi tersebut dipahami sebagai tekanan waktu kerja, yaitu situasi ketika individu merasakan tekanan karena waktu yang telah ditentukan untuk menyelesaikan pekerjaan

tidak mencukupi atau terbatas. Tekanan tersebut berkaitan dengan tuntutan waktu, keterbatasan waktu untuk menyelesaikan pekerjaan, ketidaksesuaian antara volume pekerjaan dengan waktu yang tersedia, serta tekanan untuk menyelesaikan pekerjaan sesuai batas waktu. Rahmatika dan Pranitasari (2023) menjelaskan *time pressure* sebagai persepsi atas keterbatasan waktu yang menyebabkan seseorang harus bekerja dengan kecepatan tertentu dan menentukan prioritas dalam menyelesaikan tugas. Dalam penelitian tersebut, tekanan waktu dipahami melalui aspek *limits and choices* serta *pace*.

Tekanan waktu kerja menjadi penting untuk diperhatikan karena keterbatasan waktu dalam menyelesaikan pekerjaan berpotensi memengaruhi kemampuan mahasiswa dalam menjalankan peran lainnya, termasuk peran sebagai mahasiswa. Ketika sebagian besar waktu dan perhatian digunakan untuk memenuhi tuntutan pekerjaan, waktu yang tersedia untuk kegiatan perkuliahan dapat menjadi lebih terbatas. Sebaliknya, mahasiswa juga harus tetap memenuhi tuntutan akademik sehingga diperlukan kemampuan untuk membagi waktu dan keterlibatan antara pekerjaan dan perkuliahan. Dengan demikian, persoalan tekanan waktu kerja tidak hanya berkaitan dengan penyelesaian pekerjaan, tetapi juga dapat berkaitan dengan kemampuan mahasiswa mempertahankan keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan tuntutan perkuliahan.

Keseimbangan antara pekerjaan dan perkuliahan dalam penelitian ini disebut sebagai *Work-Study Balance*. Konsep tersebut diadaptasi dari *Work-Life Balance* dalam Rahmatika dan Pranitasari (2023). *Work-Life Balance* dalam penelitian tersebut mencakup *time balance*, *involvement balance*, dan *satisfaction balance*. Ketiga aspek tersebut masing-masing menggambarkan pembagian waktu, keterlibatan psikologis, dan kepuasan terhadap peran yang dijalankan. Dalam penelitian ini, konsep tersebut disesuaikan dengan konteks mahasiswa yang bekerja sehingga *Work-Study Balance* dipahami sebagai kondisi ketika mahasiswa yang bekerja mampu menyeimbangkan tanggung jawab pekerjaan dan perkuliahan. Keseimbangan tersebut tercermin dari kemampuan membagi waktu antara pekerjaan dan perkuliahan, memenuhi tanggung jawab pada kedua peran, mempertahankan konsentrasi dalam menjalankan pekerjaan maupun perkuliahan, serta merasa puas terhadap pembagian dan pelaksanaan kedua peran tersebut.

Hubungan antara tekanan waktu dan keseimbangan peran telah ditunjukkan dalam penelitian sebelumnya. Rahmatika dan Pranitasari (2023) meneliti peran *time pressure* dan *emotional exhaustion* terhadap *Work-Life Balance* pada mahasiswa perempuan yang bekerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *time pressure* berpengaruh signifikan terhadap *Work-Life Balance*. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa *time pressure* memberikan pengaruh negatif terhadap *Work-Life Balance* sebesar 43,4%, yang menunjukkan bahwa peningkatan tekanan waktu berkaitan dengan menurunnya keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan. Temuan tersebut menjadi dasar penting bagi penelitian ini karena menunjukkan bahwa tekanan waktu merupakan faktor yang relevan untuk dikaji dalam konteks keseimbangan peran pada mahasiswa yang bekerja.

Meskipun demikian, penelitian mengenai keseimbangan pada mahasiswa yang bekerja masih menunjukkan fokus dan hasil yang beragam. Hapsari dan Indriyaningrum (2024), misalnya, meneliti pengaruh beban kerja, stres kerja, dan *time management* terhadap *Work-Life Balance* mahasiswa yang bekerja di Universitas Stikubank Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa

beban kerja dan *time management* berpengaruh signifikan terhadap *Work-Life Balance*, sedangkan stres kerja tidak berpengaruh signifikan. Namun, penelitian tersebut belum secara khusus menguji tekanan waktu kerja sebagai bentuk tuntutan pekerjaan yang lebih spesifik dan masih menggunakan *Work-Life Balance* yang mencakup kehidupan pribadi secara umum.

Hasil penelitian Kamarullah dan Fitriana (2025) juga menunjukkan bahwa faktor pekerjaan dan psikologis memiliki hasil yang berbeda terhadap *Work-Life Balance* mahasiswa yang bekerja. Penelitian tersebut menemukan bahwa beban kerja tidak berpengaruh signifikan terhadap *Work-Life Balance*, sedangkan stres kerja berpengaruh negatif dan signifikan. Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa faktor yang berkaitan dengan tuntutan pekerjaan tidak selalu menghasilkan pengaruh yang sama terhadap keseimbangan peran. Namun, penelitian tersebut masih menggunakan beban kerja dan stres kerja sebagai variabel independen dan belum secara khusus mengisolasi tekanan waktu kerja sebagai bentuk tuntutan pekerjaan. Selain itu, keseimbangan yang diteliti masih berupa *Work-Life Balance* secara umum, bukan keseimbangan khusus antara pekerjaan dan perkuliahan.

Penelitian Chan dan Rostiana (2024) memberikan perspektif lain dengan menguji hubungan antara manajemen waktu dan *Work-Life Balance* pada 235 mahasiswa yang bekerja. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara manajemen waktu dan *Work-Life Balance* dengan nilai korelasi sebesar 0,483. Meskipun penelitian tersebut memperlihatkan pentingnya aspek waktu dalam keseimbangan peran mahasiswa yang bekerja, desain penelitian yang digunakan berfokus pada hubungan antara manajemen waktu dan *Work-Life Balance*, bukan pengaruh tekanan waktu kerja terhadap keseimbangan kerja-kuliah. Selain itu, konsep *Work-Life Balance* yang digunakan masih mencakup kehidupan pribadi secara umum.

Temuan penelitian terdahulu tersebut menunjukkan adanya beberapa kesenjangan yang masih dapat dikaji. Pertama, dari sisi variabel independen, penelitian mengenai mahasiswa yang bekerja lebih banyak menguji beban kerja, stres kerja, atau manajemen waktu, sedangkan tekanan waktu kerja secara khusus belum banyak ditempatkan sebagai variabel yang berdiri sendiri. Padahal, tekanan waktu memiliki karakteristik yang lebih spesifik karena berkaitan dengan keterbatasan waktu, jumlah pekerjaan yang harus diselesaikan dalam waktu tertentu, serta tuntutan penyelesaian pekerjaan sesuai batas waktu. Kedua, dari sisi variabel dependen, sebagian penelitian masih menggunakan *Work-Life Balance* yang mencakup keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi secara luas. Penelitian ini mempersempit fokus tersebut menjadi *Work-Study Balance*, yaitu keseimbangan antara tanggung jawab pekerjaan dan perkuliahan yang secara langsung berkaitan dengan kondisi mahasiswa yang bekerja. Ketiga, dari sisi konteks penelitian, penelitian terdahulu dilakukan pada mahasiswa yang bekerja di berbagai wilayah dan institusi, seperti Jakarta dan Semarang, sehingga diperlukan pengujian pada konteks mahasiswa yang bekerja di Surabaya.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini berfokus pada mahasiswa yang bekerja di Surabaya untuk menguji apakah tekanan waktu pekerjaan berpengaruh terhadap keseimbangan kerja-kuliah (*Work-Study Balance*). Fokus tersebut penting karena mahasiswa yang bekerja harus menjalankan dua tuntutan secara bersamaan, sementara keterbatasan waktu dalam pekerjaan dapat berkaitan dengan kemampuan mereka menyediakan waktu, perhatian, dan keterlibatan yang memadai dalam kegiatan perkuliahan. Berbeda dengan penelitian yang hanya melihat keseimbangan pekerjaan dengan kehidupan secara umum, penelitian ini secara

khusus menempatkan perkuliahan sebagai bagian utama dari peran yang perlu diseimbangkan dengan pekerjaan.

Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menguji pengaruh Tekanan Waktu Kerja (X) terhadap *Work-Study Balance* (Y) pada mahasiswa yang bekerja di Surabaya. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai keterkaitan tekanan waktu pekerjaan dengan kemampuan mahasiswa dalam mempertahankan keseimbangan antara tanggung jawab pekerjaan dan perkuliahan. Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah tekanan waktu pekerjaan berpengaruh terhadap keseimbangan kerja-kuliah (*Work-Study Balance*) pada mahasiswa yang bekerja di Surabaya?

TINJAUAN PUSTAKA

Tekanan Waktu Kerja

Tekanan waktu kerja merupakan persepsi individu mengenai keterbatasan waktu yang tersedia untuk menyelesaikan tuntutan pekerjaan. Rahmatika dan Pranitasari (2023) menjelaskan bahwa kondisi tersebut dapat muncul ketika jumlah pekerjaan, kecepatan penyelesaian, dan waktu yang tersedia tidak berada pada tingkat yang seimbang. Tekanan waktu kemudian dirasakan sebagai kebutuhan untuk bekerja lebih cepat dan menentukan prioritas secara terus-menerus.

Pengukuran tekanan waktu dalam penelitian tersebut mencakup *limits and choices* serta *pace*. *Limits and choices* berkaitan dengan kesempatan individu dalam menentukan pekerjaan yang perlu diprioritaskan dan pilihan tindakan yang dapat diambil. *Pace* berhubungan dengan kecepatan dan batas waktu dalam menyelesaikan tugas. Dua aspek tersebut relevan bagi mahasiswa bekerja karena jadwal pekerjaan dapat beririsan dengan kegiatan perkuliahan.

Moreira et al. (2023) menempatkan tekanan waktu dalam kelompok *challenge job demands*. Tuntutan semacam ini membutuhkan penggunaan energi dan kapasitas individu untuk mencapai target pekerjaan. Sumber daya kerja maupun personal dapat menentukan bagaimana tuntutan tersebut dialami oleh seseorang.

Chen et al. (2022) menemukan bahwa tuntutan pekerjaan yang berhubungan dengan waktu meningkatkan persepsi tekanan waktu dan berkaitan dengan penurunan kesejahteraan. Wan et al. (2022) memperluas pembahasan tersebut pada mahasiswa pekerja dengan menunjukkan hubungan tekanan waktu terhadap *work-school conflict*. Tekanan waktu menjadi relevan ketika waktu yang tersedia untuk satu peran mengurangi kesempatan untuk memenuhi tanggung jawab pada peran lainnya.

Work-Study Balance

Work-Study Balance dalam penelitian ini merupakan adaptasi konseptual dari *Work-Life Balance*. Rahmatika dan Pranitasari (2023) menjelaskan keseimbangan tersebut melalui tiga dimensi, yaitu *time balance*, *involvement balance*, dan *satisfaction balance*. *Time balance* menunjukkan keseimbangan pembagian waktu, *involvement balance* menggambarkan keterlibatan individu pada setiap peran, dan *satisfaction balance* berkaitan dengan tingkat kepuasan ketika menjalankan berbagai peran tersebut.

Adaptasi dilakukan dengan mengarahkan kehidupan di luar pekerjaan kepada konteks perkuliahan. *Work-Study Balance* dalam penelitian ini dipahami sebagai kemampuan mahasiswa untuk membagi waktu antara pekerjaan dan studi, mempertahankan keterlibatan pada kedua peran, memenuhi kewajiban yang menyertainya, dan memperoleh kepuasan terhadap pembagian serta pelaksanaan kedua peran tersebut.

Konteks tersebut sesuai dengan penelitian terbaru mengenai mahasiswa pekerja. Headrick dan Park (2024) memperlihatkan bahwa konflik dan fasilitasi antara pekerjaan dan pendidikan dapat terjadi dalam pola yang berbeda. Hidayatullah dan Prihastuty (2023) menemukan bahwa faktor individual dan kondisi pekerjaan berhubungan dengan *Work-Life Balance* mahasiswa pekerja paruh waktu. Hamra dan Widiasih (2024) mendapati bahwa mahasiswa mengembangkan strategi seperti menentukan skala prioritas, mengatur jadwal, dan memanfaatkan waktu yang tersedia untuk mempertahankan keseimbangan kegiatan.

Penggunaan istilah *Work-Study Balance* juga semakin terlihat pada penelitian terbaru. Prokes dan Klusacek (2025) menggunakan keseimbangan kerja-studi untuk menjelaskan pengalaman mahasiswa yang menggabungkan pekerjaan dan kegiatan akademik. Koech et al. (2025) mengaitkan *work-study-life balance* dengan kesejahteraan mahasiswa. Temuan ini mendukung penggunaan keseimbangan kerja-studi sebagai kerangka yang relevan ketika objek penelitian secara khusus menjalankan peran sebagai pekerja dan mahasiswa.

Pengaruh Tekanan Waktu Kerja terhadap *Work-Study Balance*

Tekanan waktu dapat mengurangi fleksibilitas mahasiswa dalam mendistribusikan sumber daya waktu pada pekerjaan dan perkuliahan. Ketika pekerjaan harus diselesaikan dalam durasi yang sempit, mahasiswa memiliki ruang yang lebih kecil untuk menyesuaikan jadwal, menyelesaikan tugas akademik, atau memulihkan energi.

Wan et al. (2022) menemukan bahwa tekanan waktu pekerjaan meningkatkan *work-to-school conflict* melalui meningkatnya permeabilitas batas pekerjaan dan pendidikan. Zhou et al. (2024) juga menemukan bahwa masuknya urusan pekerjaan ke waktu sekolah melalui penggunaan teknologi dapat meningkatkan konflik antara kedua ranah dan menurunkan kepuasan terhadap keseimbangan.

Secara empiris, Rahmatika dan Pranitasari (2023) menemukan pengaruh negatif tekanan waktu terhadap *Work-Life Balance* pada mahasiswi yang bekerja. Hasil yang berbeda ditemukan Yuliastri dan Qurochman (2024), yaitu tekanan waktu tidak berpengaruh signifikan terhadap *Work-Life Balance*. Perbedaan hasil tersebut membuka ruang pengujian pada konstruk yang lebih spesifik, yaitu *Work-Study Balance*.

Dengan demikian, hipotesis penelitian dirumuskan sebagai berikut:

H1: Tekanan Waktu Kerja berpengaruh terhadap *Work-Study Balance* pada mahasiswa yang bekerja di Surabaya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain asosiatif dan pengambilan data secara *cross-sectional*. Variabel independen adalah Tekanan Waktu Kerja (X), sedangkan variabel dependen adalah *Work-Study Balance* (Y). Analisis dilakukan untuk mengetahui apakah variasi Tekanan Waktu Kerja berkaitan dengan perubahan *Work-Study*

Balance pada responden penelitian. Populasi penelitian adalah mahasiswa yang menjalankan perkuliahan sekaligus bekerja di Surabaya. Sampel penelitian berjumlah 60 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Responden harus berstatus sebagai mahasiswa aktif dan sedang bekerja di Surabaya.

Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner daring menggunakan *Google Forms*. Skala pengukuran menggunakan *Likert* lima tingkat, mulai dari 1 = Sangat Tidak Setuju hingga 5 = Sangat Setuju. Instrumen penelitian terdiri atas 12 pernyataan, yaitu 5 item untuk Tekanan Waktu Kerja dan 7 item untuk *Work-Study Balance*. Jumlah tersebut sesuai dengan instrumen yang digunakan dalam pengujian validitas dan reliabilitas penelitian.

Variabel	Dimensi	Indikator	Butir Pernyataan
Tekanan Waktu Kerja (X)	<i>Time Demands</i> / Tuntutan Waktu	Keterbatasan waktu menyelesaikan pekerjaan	Saya tidak memiliki cukup waktu untuk menyelesaikan pekerjaan saya
		Ketidakesuaian volume pekerjaan dengan waktu yang tersedia	Saya harus menyelesaikan banyak pekerjaan dalam waktu yang terbatas
			Jumlah pekerjaan saya sering tidak sebanding dengan waktu yang tersedia
		Tekanan penyelesaian pekerjaan dalam batas waktu	Saya merasa tertekan untuk menyelesaikan pekerjaan sesuai batas waktu yang ditentukan
			Saya harus mempercepat penyelesaian pekerjaan agar sesuai dengan batas waktu
<i>Work-Study Balance</i> (Y)	<i>Time Balance</i> / Keseimbangan Waktu	Pembagian waktu kerja dan kuliah	Saya dapat membagi waktu antara pekerjaan dan perkuliahan dengan baik
		Ketersediaan waktu untuk perkuliahan	Saya memiliki waktu yang cukup untuk menjalankan kegiatan perkuliahan
	<i>Involvement Balance</i> / Keseimbangan Keterlibatan	Keterlibatan dalam pekerjaan dan perkuliahan	Saya dapat memenuhi tanggung jawab pekerjaan dan perkuliahan dengan baik
			Saya dapat berkonsentrasi pada perkuliahan tanpa mengabaikan pekerjaan
		Konsentrasi pada pekerjaan dan perkuliahan	Saya dapat berkonsentrasi pada pekerjaan tanpa mengabaikan perkuliahan
			Saya merasa puas dengan pembagian waktu antara pekerjaan dan perkuliahan
	<i>Satisfaction Balance</i> / Keseimbangan Kepuasan	Kepuasan terhadap pembagian peran	Saya merasa puas dengan pembagian waktu antara pekerjaan dan perkuliahan

		Kepuasan terhadap pelaksanaan kedua peran	Saya merasa puas karena dapat menjalankan pekerjaan dan perkuliahan dengan baik
--	--	---	---

Definisi operasional variabel disusun berdasarkan konstruk yang digunakan dalam penelitian. Variabel Tekanan Waktu Kerja mengacu pada konsep *time pressure*, sedangkan *Work-Study Balance* diadaptasi dari konsep *Work-Life Balance* dengan penyesuaian konteks pada aktivitas pekerjaan dan perkuliahan.

Instrumen *Work-Study Balance* diadaptasi dari pengukuran *Work-Life Balance* yang digunakan Rahmatika dan Pranitasari (2023). Penyesuaian dilakukan pada konteks nonkerja dengan mengarahkannya pada aktivitas perkuliahan. Dimensi yang mendasari adaptasi tersebut meliputi *time balance*, *involvement balance*, dan *satisfaction balance*. Instrumen Tekanan Waktu Kerja juga mengacu pada konsep tekanan waktu yang digunakan dalam penelitian tersebut.

Analisis dilakukan menggunakan SPSS. Tahap pengujian meliputi validitas item, reliabilitas, normalitas residual, linearitas, korelasi Pearson, regresi linear sederhana, uji t, uji F, dan koefisien determinasi. Korelasi Pearson menggunakan pengujian dua arah atau *two-tailed* karena hipotesis penelitian menyatakan adanya pengaruh tanpa menentukan arah hubungan sejak awal.

Rumus regresi yang digunakan yaitu:

$$Y = a + bX + e$$

Keterangan:

Y = *Work-Study Balance*

a = Konstanta ($\alpha = 0,05$)

b = Koefisien regresi

X = Tekanan Waktu Kerja

e = Tingkat kesalahan (*error*)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Instrumen Penelitian

Pengujian instrumen dilakukan untuk memastikan bahwa butir pernyataan yang digunakan mampu mengukur variabel penelitian secara memadai. Instrumen penelitian terdiri atas 12 butir pernyataan, yaitu 5 butir untuk variabel Tekanan Waktu Kerja dan 7 butir untuk variabel *Work-Study Balance*. Pengujian instrumen mencakup uji validitas dan reliabilitas sebelum data digunakan pada tahap analisis berikutnya.

Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk melihat kemampuan setiap butir pernyataan dalam mengukur variabel yang diteliti. Pengujian dilakukan dengan membandingkan nilai r hitung setiap item dengan r tabel sebesar 0,254. Item dinyatakan valid apabila nilai r hitung lebih besar dari r tabel.

Tabel 1. Hasil Uji Validitas Instrumen pada Variabel Tekanan Waktu Kerja (X)

No	R Hitung	R Tabel	Keterangan
1	0,401	0,254	VALID
2	0,485	0,254	VALID
3	0,433	0,254	VALID
4	0,387	0,254	VALID
5	0,608	0,254	VALID

Berdasarkan hasil pengujian pada variabel Tekanan Waktu Kerja, nilai r hitung kelima item berada pada rentang 0,387 sampai 0,608. Seluruh nilai tersebut lebih besar dari r tabel sebesar 0,254. Dengan hasil tersebut, seluruh item pada variabel Tekanan Waktu Kerja dinyatakan valid dan dapat digunakan dalam analisis penelitian.

Tabel 2. Hasil Uji Validitas Instrumen Variabel *Work-Study Balance* (Y)

No	R Hitung	R Tabel	Keterangan
1	0,731	0,254	VALID
2	0,647	0,254	VALID
3	0,806	0,254	VALID
4	0,711	0,254	VALID
5	0,600	0,254	VALID
6	0,581	0,254	VALID
7	0,608	0,254	VALID

Hasil pengujian terhadap tujuh item *Work-Study Balance* juga menunjukkan nilai r hitung yang lebih besar dari 0,254. Nilai r hitung berada pada rentang 0,581 sampai 0,806. Seluruh item pada variabel *Work-Study Balance* dinyatakan valid. Secara keseluruhan, 12 butir pernyataan yang digunakan dalam penelitian telah memenuhi kriteria validitas.

Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk melihat konsistensi instrumen dalam mengukur variabel penelitian. Instrumen yang reliabel menunjukkan bahwa butir-butir pernyataan di dalamnya memiliki konsistensi yang memadai ketika digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen
Reliability Statistics

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
,810	12

Berdasarkan hasil pengujian, diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,810 untuk 12 item pernyataan. Nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen penelitian memiliki reliabilitas yang baik, sehingga jawaban yang diberikan responden terhadap item-item dalam kuesioner memiliki tingkat konsistensi yang memadai dan layak digunakan dalam analisis penelitian.

Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data memenuhi asumsi distribusi normal yang diperlukan dalam analisis parametrik. Dalam penelitian ini, pengujian dilakukan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* dan *Saphiro-Wilk*.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov* dan *Shapiro-Wilk*
Tests of Normality

<i>Kolmogorov-Smirnov^a</i>				<i>Shapiro-Wilk</i>		
<i>Statistic</i>		<i>df</i>	<i>Sig.</i>	<i>Statistic</i>	<i>df</i>	<i>Sig.</i>
Tekanan Waktu Kerja	,159	60	,001	,941	60	,006
Work Study Balance	,176	60	,000	,940	60	,005

a. *Lilliefors Significance Correction*

Hasil *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,001 pada Tekanan Waktu Kerja dan 0,000 pada *Work-Study Balance*. Pada *Shapiro-Wilk*, nilai signifikansi masing-masing variabel sebesar 0,006 dan 0,005. Seluruh nilai berada di bawah 0,05 sehingga distribusi kedua variabel tidak memenuhi kriteria normalitas.

Dalam analisis regresi linear, pemeriksaan selanjutnya diarahkan pada distribusi residual. Hasil uji terhadap residual ditampilkan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test
Unstandardized Residual

N		60
Normal Parameters^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	5,33463772
Most Extreme Differences	Absolute	,162
	Positive	,081
	Negative	-,162

<i>Test Statistic</i>	,162
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	,000 ^c

- Test distribution is Normal.*
- Calculated from data.*
- Lilliefors Significance Correction.*

Hasil *One-Sample Kolmogorov-Smirnov* terhadap *unstandardized residual* memperoleh nilai statistik sebesar 0,162 dengan *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,000. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa residual belum memenuhi asumsi normalitas. Kondisi tersebut menjadi keterbatasan dalam penggunaan inferensi parametrik sehingga hasil signifikansi regresi perlu diinterpretasikan secara hati-hati.

Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara Tekanan Waktu Kerja dan *Work-Study Balance* dapat digambarkan dalam bentuk hubungan linear. Pengujian dilakukan dengan melihat nilai *Deviation from Linearity*.

Tabel 6. Hasil Uji Linearitas
ANOVA Table

			<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
<i>Work Study Balance</i> * <i>Tekanan Waktu Kerja</i>	<i>Between Groups</i>	<i>(Combined)</i>	579,876	14	41,420	1,666	,098
		<i>Linearity</i>	19,807	1	19,807	,797	,377
Kerja		<i>Deviation from Linearity</i>	560,069	13	43,082	1,733	,087
	<i>Within Groups</i>		1118,974	45	24,866		
	Total		1698,850	59			

Berdasarkan hasil uji linearitas, diperoleh nilai *Deviation from Linearity* sebesar 0,087 > 0,05 menunjukkan tidak terdapat penyimpangan linearitas yang signifikan. Oleh karena itu, bentuk hubungan kedua variabel memenuhi kriteria linearitas untuk dianalisis menggunakan regresi linear sederhana.

Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis bertujuan untuk mengetahui apakah Tekanan Waktu Kerja (X) berpengaruh terhadap *Work-Study Balance* (Y). Pengujian dilakukan dengan regresi linear sederhana, kemudian dilengkapi dengan koefisien korelasi, uji t, dan koefisien determinasi. Tingkat signifikansi penelitian ditetapkan sebesar 5% atau $\alpha = 0,05$.

Uji Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi linear sederhana digunakan untuk melihat kemampuan Tekanan Waktu Kerja dalam memprediksi *Work-Study Balance*.

Tabel 7. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana
ANOVA^a

<i>Model</i>	<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
1 Regression	19,807	1	19,807	,684	,412^b
Residual	1679,043	58	28,949		
Total	1698,850	59			

a. Dependent Variable: Work Study Balance

b. Predictors: (Constant), Tekanan Waktu Kerja

Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana, diperoleh nilai F sebesar 0,684 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,412. Nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 menunjukkan bahwa model regresi dengan Tekanan Waktu Kerja sebagai prediktor belum mampu menjelaskan *Work-Study Balance* secara statistik. Analisis berikutnya dilakukan untuk melihat arah dan kekuatan hubungan kedua variabel.

Uji Koefisien Korelasi

Tabel 8. Hasil Uji Koefisien Korelasi
Correlations

		Tekanan Waktu Kerja	<i>Work Study Balance</i>
Tekanan Kerja	<i>Pearson Correlation</i>	1	,108
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		,412
	N	60	60
<i>Work Study Balance</i>	<i>Pearson Correlation</i>	,108	1
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	,412	
	N	60	60

Hasil uji korelasi *Pearson* menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,108 dengan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,412. Nilai koefisien tersebut menunjukkan hubungan positif dengan tingkat hubungan yang sangat lemah antara Tekanan Waktu Kerja dan *Work-Study Balance*. Karena nilai signifikansi $0,412 > 0,05$, hubungan kedua variabel tidak signifikan secara statistik.

Uji t

Uji t digunakan untuk menguji pengaruh Tekanan Waktu Kerja secara parsial terhadap *Work-Study Balance*.

**Tabel 9. Hasil Uji t
Coefficients^a**

<i>Model</i>	<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>	<i>t</i>	<i>Sig.</i>
	<i>B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Beta</i>		
1 (Constant)	24,034	3,120		7,703	,000
Tekanan Waktu Kerja	,146	,177	,108	,827	,412

a. Dependent Variable: Work Study Balance

Berdasarkan hasil uji t, variabel Tekanan Waktu Kerja memperoleh nilai t sebesar 0,827 dengan nilai signifikansi sebesar 0,412. Karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa Tekanan Waktu Kerja berpengaruh terhadap *Work-Study Balance* tidak memperoleh dukungan dari hasil pengujian.

Koefisien regresi Tekanan Waktu Kerja sebesar 0,146 menunjukkan arah positif. Nilai signifikansi sebesar 0,412 menunjukkan bahwa arah tersebut belum memiliki dukungan statistik yang memadai. Persamaan regresinya adalah:

$$Y = 24,034 + 0,146X$$

Konstanta sebesar 24,034 menunjukkan nilai *Work-Study Balance* yang diprediksi ketika Tekanan Waktu Kerja bernilai nol dalam model. Koefisien regresi sebesar 0,146 berarti setiap kenaikan satu satuan Tekanan Waktu Kerja diikuti kenaikan prediksi *Work-Study Balance* sebesar 0,146 satuan. Hasil prediksi tersebut tidak signifikan secara statistik sehingga tidak dapat digunakan sebagai dasar untuk menyatakan adanya pengaruh positif pada populasi penelitian.

Uji Koefisien Determinasi

**Tabel 10. Hasil Uji Koefisien Determinasi
Model Summary**

<i>Model</i>	<i>R</i>	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
1	,108^a	,012	-,005	5,38043

a. Predictors: (Constant), Tekanan Waktu Kerja

b. Dependent Variable: Work Study Balance

Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi, diperoleh nilai *R Square* sebesar 0,012. Hal ini menunjukkan bahwa variabel Tekanan Waktu Kerja hanya mampu menjelaskan sebesar 1,2% variasi pada *Work-Study Balance*. Sementara itu, sebesar 98,8% variasi *Work-Study Balance*

belum dapat dijelaskan oleh model ini. Nilai *Adjusted R Square* sebesar -0,005 juga menunjukkan bahwa kemampuan prediksi model tergolong sangat rendah.

PEMBAHASAN

Temuan utama penelitian menunjukkan bahwa Tekanan Waktu Kerja tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *Work-Study Balance*. Nilai korelasi 0,108 memperlihatkan kedekatan hubungan yang sangat rendah, sedangkan *R Square* 0,012 menunjukkan kemampuan penjelasan model sebesar 1,2%. Pada sampel penelitian ini, perubahan tekanan waktu kerja tidak berjalan bersama perubahan keseimbangan kerja-kuliah dalam pola yang cukup konsisten untuk menghasilkan hubungan statistik yang signifikan.

Hasil ini sejalan dengan Yuliastri dan Qurochman (2024). Penelitian mereka terhadap wanita karier di Kendalsari Rungkut, Surabaya memperoleh hasil bahwa tekanan waktu tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap *Work-Life Balance*. Stres kerja menjadi variabel yang memberikan pengaruh dalam model tersebut. Kesamaan lokasi penelitian memberi konteks yang menarik karena dua kelompok responden di Surabaya menghasilkan pola bahwa tekanan waktu belum menjadi faktor yang dominan dalam menjelaskan keseimbangan kehidupan. Karakteristik responden pada kedua penelitian tetap berbeda, sehingga kesamaan hasil perlu dibaca pada tingkat temuan empiris dan tidak sebagai bukti bahwa seluruh pekerja di Surabaya memiliki pola yang sama.

Temuan penelitian berbeda dengan Rahmatika dan Pranitasari (2023). Penelitian pada 202 mahasiswi yang bekerja memperoleh pengaruh negatif dan signifikan *time pressure* terhadap *Work-Life Balance* dengan koefisien jalur -0,434. Terdapat beberapa perbedaan yang relevan ketika hasil kedua penelitian dibandingkan. Rahmatika dan Pranitasari menggunakan SEM-PLS, sampel lebih besar, dan konstruk *Work-Life Balance* yang meliputi kehidupan di luar pekerjaan secara lebih luas. Penelitian ini menggunakan regresi linear sederhana pada 60 responden dan memusatkan variabel dependen pada keseimbangan pekerjaan dengan perkuliahan.

Perbedaan dengan Rahmatika dan Pranitasari juga dapat dibaca bersama penelitian Wan et al. (2022). Mereka menemukan bahwa tekanan waktu kerja dapat meningkatkan *work-school conflict* melalui permeabilitas batas antara pekerjaan dan sekolah. Variabel dependen yang digunakan adalah konflik peran, sedangkan penelitian ini mengukur keseimbangan. Konflik dan keseimbangan memiliki kedekatan konsep, tetapi keduanya tidak mengukur keadaan psikologis yang identik. Seseorang dapat menghadapi tekanan atau gangguan pada waktu tertentu dan tetap memiliki penilaian keseimbangan yang relatif stabil terhadap keseluruhan perannya.

Peng et al. (2023) menunjukkan bahwa *work-school conflict* bersifat dinamis dan dapat berubah di dalam individu dari waktu ke waktu. Headrick dan Park (2024) juga menemukan bahwa mahasiswa pekerja berpindah di antara profil konflik dan fasilitasi yang berbeda pada minggu yang berlainan. Temuan tersebut memberi konteks bahwa kondisi kerja-kuliah tidak selalu bersifat statis. Survei *cross-sectional* seperti yang digunakan penelitian ini menangkap pengalaman responden pada satu periode, sehingga fluktuasi keseimbangan dari minggu ke minggu belum terukur.

Rendahnya nilai *R Square* juga memberi petunjuk bahwa *Work-Study Balance* tidak cukup dijelaskan melalui satu jenis tuntutan pekerjaan. Hidayatullah dan Prihastuty (2023) mengidentifikasi faktor internal individu, kondisi internal pekerjaan, dan kondisi eksternal

pekerjaan sebagai bagian dari pengalaman *Work-Life Balance* mahasiswa. Jane dan Pranitasari (2025) menemukan bahwa fleksibilitas pekerjaan serta dukungan emosional berkaitan dengan kondisi keseimbangan mahasiswa yang relatif baik. Kedua penelitian tersebut memberi gambaran bahwa ruang untuk menyeimbangkan peran dapat terbentuk melalui karakteristik lingkungan yang lebih luas.

Azaria et al. (2023) memperoleh bukti bahwa *psychosocial safety climate* dapat memprediksi *work-school conflict*. Dukungan dan komitmen manajemen menjadi aspek penting dalam temuan mereka. Shahzad et al. (2022) juga memperlihatkan peran dukungan supervisor ketika individu harus menjalankan pekerjaan dan studi secara bersamaan. Dengan demikian, sumber daya yang tersedia di lingkungan kerja dapat membentuk pengalaman kerja-kuliah di samping tekanan yang berasal dari tugas pekerjaan itu sendiri.

Aspek waktu sendiri perlu dibedakan antara tekanan waktu dan kemampuan mengelola waktu. Tekanan waktu menggambarkan persepsi bahwa waktu yang tersedia terbatas dibandingkan tuntutan pekerjaan. Manajemen waktu menggambarkan kemampuan individu merencanakan, mengurutkan prioritas, dan menggunakan waktu yang tersedia. Chian dan Rostiana (2024) memperoleh korelasi positif sebesar 0,483 antara manajemen waktu dan *Work-Life Balance* pada mahasiswa bekerja. Hapsari dan Indriyaningrum (2024) juga menemukan pengaruh positif dan signifikan *time management* terhadap *Work-Life Balance*.

Temuan Indriani dan Syarif (2026) menguatkan pentingnya pengelolaan waktu pada kelompok mahasiswa yang menjalani kuliah sambil bekerja. Dalam penelitian tersebut, manajemen waktu berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik, sementara pengaruh beban kerja secara parsial tidak signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa jumlah atau intensitas tuntutan belum tentu langsung menentukan hasil yang dicapai mahasiswa ketika kapasitas pengelolaan waktu berbeda antarindividu.

Hamra dan Widiasih (2024) memberi gambaran yang lebih kontekstual melalui pendekatan kualitatif. Mahasiswa pekerja dalam penelitian mereka menggunakan strategi seperti menyusun prioritas, menyesuaikan jadwal, menyicil tugas, dan memusatkan perhatian pada aktivitas yang sedang dilakukan. Strategi tersebut memungkinkan mahasiswa mempertahankan keseimbangan ketika pekerjaan dan perkuliahan berjalan pada waktu yang berdekatan. Penelitian ini tidak mengukur kemampuan manajemen waktu, sehingga mekanisme tersebut belum dapat diuji pada 60 responden yang diteliti.

Tuntutan pekerjaan juga dapat bergerak melalui stres dan kelelahan. Kamarullah dan Fitriana (2025) menemukan bahwa beban kerja tidak berpengaruh signifikan terhadap *Work-Life Balance* mahasiswa bekerja, sedangkan stres kerja berpengaruh negatif dan signifikan. Rosyidah dan Umam (2025) menemukan bahwa beban kerja meningkatkan stres kerja pada mahasiswa pekerja paruh waktu. Nurasyikin dkk. (2025) juga mendapati bahwa stres dan *job burnout* berpengaruh terhadap *turnover intention* mahasiswa pekerja paruh waktu.

Rangkaian temuan tersebut memberi kemungkinan bahwa tuntutan pekerjaan tidak selalu berhubungan langsung dengan keseimbangan. Tuntutan dapat lebih dahulu berkaitan dengan respons psikologis tertentu sebelum menghasilkan konsekuensi pada peran lainnya. Pernyataan ini merupakan arah interpretasi literatur dan belum menjadi mekanisme yang diuji dalam penelitian ini.

Zhou et al. (2024) memperlihatkan sumber gangguan lain melalui penggunaan teknologi pekerjaan ketika mahasiswa sedang menjalankan kegiatan pendidikan. Penggunaan ICT untuk bekerja selama waktu akademik meningkatkan kesulitan mempertahankan batas kerja-sekolah dan berkaitan dengan kepuasan keseimbangan. Dengan berkembangnya sistem komunikasi daring, tekanan yang dialami mahasiswa dapat berasal dari keterhubungan dengan pekerjaan di luar jam kerja formal, bukan hanya dari tenggat tugas.

Work-Study Balance juga mempunyai konsekuensi yang berarti bagi mahasiswa. Adelia dkk. (2025) menemukan pengaruh *Work-Life Balance* terhadap kinerja akademik mahasiswa paruh waktu. Aini dkk. (2025) memperoleh pengaruh positif *Work-Life Balance* terhadap kepuasan hidup, dengan *Work-Life Balance* menjadi prediktor yang lebih kuat dibandingkan kinerja kerja dalam model mereka. Auliya et al. (2025) menemukan bahwa meningkatnya *work-study conflict* menurunkan *student engagement*.

Prokes dan Klusacek (2025) memperlihatkan hubungan yang lebih kompleks antara kerja, studi, dan kesehatan psikologis. Mahasiswa yang bekerja dengan jam berlebih memiliki gejala depresif yang lebih tinggi dibandingkan sejumlah kelompok lainnya, sedangkan kombinasi beban kerja dan beban studi tidak menghasilkan pola sederhana yang berlaku pada semua mahasiswa. Koech et al. (2025) juga menempatkan *work-study-life balance* sebagai bagian dari pembahasan kesejahteraan mahasiswa.

Hasil penelitian ini akhirnya menempatkan Tekanan Waktu Kerja sebagai variabel dengan kontribusi yang sangat terbatas terhadap *Work-Study Balance* pada sampel yang digunakan. Nilai *R Square* sebesar 1,2% tidak berarti bahwa 98,8% sisanya pasti disebabkan oleh satu atau beberapa variabel tertentu. Bagian tersebut merupakan variasi yang belum dapat diterangkan oleh model penelitian dan dapat mencakup karakteristik pekerjaan, manajemen waktu, dukungan sosial, sumber daya personal, kondisi akademik, maupun variasi lain yang belum diukur.

Koefisien regresi positif sebesar 0,146 juga tidak perlu diberikan makna substantif yang terlalu jauh. Nilai *p* sebesar 0,412 menunjukkan bahwa arah positif tersebut dapat muncul sebagai variasi sampel dan belum memberikan bukti yang memadai untuk menyatakan bahwa tekanan waktu meningkatkan *Work-Study Balance*.

Asumsi normalitas residual menjadi keterbatasan tambahan. Nilai *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,162 dengan *p* = 0,000 menunjukkan residual belum mengikuti distribusi normal. Oleh karena itu, kesimpulan inferensial mengenai signifikansi perlu dibaca secara hati-hati. Pengembangan penelitian selanjutnya dapat menggunakan sampel yang lebih besar dan pendekatan estimasi yang lebih tahan terhadap pelanggaran asumsi, seperti *bootstrapped confidence interval* atau *robust standard errors*.

KESIMPULAN

Penelitian ini dilakukan untuk menguji pengaruh Tekanan Waktu Kerja terhadap *Work-Study Balance* pada 60 mahasiswa yang bekerja di Surabaya. Hasil regresi linear sederhana memperoleh koefisien sebesar 0,146, nilai *t* sebesar 0,827, dan signifikansi 0,412. Nilai tersebut menunjukkan bahwa Tekanan Waktu Kerja tidak berpengaruh signifikan terhadap *Work-Study Balance*. Hipotesis penelitian tidak memperoleh dukungan dari data.

Korelasi Pearson sebesar 0,108 dengan signifikansi *two-tailed* 0,412 menunjukkan hubungan positif yang sangat lemah dan tidak signifikan. Nilai *R Square* sebesar 0,012 menunjukkan bahwa Tekanan Waktu Kerja menjelaskan 1,2% variasi *Work-Study Balance* pada sampel penelitian. Sebagian besar variasi *Work-Study Balance* belum dapat dijelaskan oleh model yang hanya menggunakan Tekanan Waktu Kerja sebagai prediktor.

Temuan tersebut memberi gambaran bahwa keterbatasan waktu dalam pekerjaan belum cukup untuk menjelaskan kemampuan mahasiswa menjaga keseimbangan antara kerja dan perkuliahan. Literatur terbaru memperlihatkan relevansi faktor lain, antara lain manajemen waktu, karakteristik pekerjaan, stres, dukungan atasan, fleksibilitas kerja, iklim psikososial, dan sumber daya personal. Faktor-faktor tersebut perlu diuji secara langsung pada penelitian berikutnya sebelum kontribusinya terhadap *Work-Study Balance* dapat disimpulkan.

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada ukuran sampel, penggunaan satu variabel independen, desain *cross-sectional*, dan residual regresi yang belum berdistribusi normal. Penelitian berikutnya dapat menggunakan jumlah responden yang lebih besar, mengembangkan model multivariat, membedakan mahasiswa berdasarkan karakteristik pekerjaan atau jam kerja, serta menggunakan pendekatan analisis yang lebih robust. Penelitian longitudinal juga dapat digunakan untuk melihat perubahan *Work-Study Balance* selama periode kuliah dan pekerjaan yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelia, Saputra, P. H., & Kusumawati, Y. T. (2025). Pengaruh beban kerja dan work life balance terhadap kinerja akademik mahasiswa paruh waktu di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. *Balance: Jurnal Akuntansi dan Manajemen*, 4(2), 583-593. <https://doi.org/10.59086/jam.v4i2.853>
- Aini, R. N., Kesuma, M. R., Irianto, E. D. O., Ariswati, L. D., & Henrika, M. (2025). Menyeimbangkan kerja dan studi: Kunci kepuasan hidup mahasiswa paruh waktu di Samarinda. *Economic and Education Journal (Ecoducation)*, 7(3), 1213-1227 <https://doi.org/10.33503/ecoducation.v7i3.2056>
- Auliya, H., Yudhaningrum, L., Maulana, H., & Nuradhi, M. A. (2025). The effect of work-study conflict on student engagement in working student. *Merpsy Journal*, 17(1), 36-52. <https://doi.org/10.22441/merpsy.v17i1.33692>
- Azaria, R., Artiawati, Putri, K. S., & Lawrence, C. A. (2023). Psychosocial safety climate and work-school conflict in working university students. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 12(3), 688-703. <https://doi.org/10.12928/jehcp.v12i3.26835>
- Bakker, A. B., Demerouti, E., & Sanz-Vergel, A. I. (2023). Job demands-resources theory: Ten years later. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 10, 25-53. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-120920-053933>
- Chen, Z., Lee, T., Yue, X., & Wang, J. (2022). How time pressure matter university faculties' job stress and well-being? The perspective of the job demand theory. *Frontiers in Psychology*, 13, 902951. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.902951>
- Chian, L. S., & Rostiana. (2024). Hubungan manajemen waktu dengan keseimbangan kehidupan kerja pada mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 8(1), 100-105. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v8i1.27176.2024>
- Grozev, V. H., & Easterbrook, M. J. (2022). Accessing the phenomenon of incompatibility in working students' experience of university life. *Tertiary Education and Management*, 28(3), 241-264. <https://doi.org/10.1007/s11233-022-09096-6>
- Hamra, N. E., & Widiasih, P. A. (2024). Gambaran *Work-Life Balance* mahasiswa yang bekerja di sektor FnB. *Wacana*, 16(2), 110-121. <https://doi.org/10.20961/wacana.v16i2.85362>
- Hapsari, W. D., & Indriyaningrum, K. (2024). Dampak beban kerja, stres kerja dan *time management* terhadap Work Life Balance mahasiswa yang bekerja pada kelas DLC Universitas Stikubank Semarang. *Journal of Management and Bussines (JOMB)*, 6(3), 804-811. <https://doi.org/10.31539/jomb.v6i3.9038>
- Headrick, L., & Park, Y. A. (2024). How do working students fare? A person-centric approach to understanding patterns of work-school conflict and facilitation. *Applied Psychology*, 73(2), 648-674. <https://doi.org/10.1111/apps.12493>
- Hidayatullah, T., & Prihastuty, R. (2023). Overview of factors affecting work life balance in student part-time workers. *Edukasi*, 17(2), 150-158. <https://doi.org/10.15294/edukasi.v17i2.45091>
- Indrayana, D. S., & Putra, F. I. F. S. (2024). Pengaruh beban kerja, stres kerja dan lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan. *Jurnal Ilmu Ekonomi, Manajemen dan Bisnis*, 2(1), 9-18. <https://doi.org/10.30787/jiemb.v2i1.1407>

- Indriani, A., & Syarif, M. (2026). Pengaruh manajemen waktu dan beban kerja terhadap prestasi akademik mahasiswa Generasi Z yang menjalani kuliah sambil bekerja. *Jurnal Manajemen dan Administrasi Antartika*, 3(2), 143-153. <https://doi.org/10.70052/juma.v3i2.1342>
- Jane, I. A., & Pranitasari, D. (2025). Analisa Work Life Balance pada mahasiswa Sekola Tinggi Ilmu Ekonomi Indonesia Jakarta. *Media Manajemen Jasa*, 13(1), 44-67. <https://doi.org/10.52447/mmj.v13i1.8485>
- Kamarullah, H., & Fitriana, D. (2025). Analisis pengaruh beban kerja dan stres kerja terhadap *Work-Life Balance* mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Manajemen Bisnis dan Kesehatan*, 2(2), 1-20. <https://doi.org/10.70817/jmbk.v2i2.48>
- Koech, D. K., Degago, E. D., Okore, L. A., & Molnár, E. (2025). Internationalization in higher education: Motives, challenges, support options, and work study balance on WHO-5 wellbeing among international students in Hungary. *Acta Psychologica*, 258, 105184. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105184>
- Moreira, S., Oliveira, S., Vala, J., Costa-Lopes, R., & Marques-Pinto, A. (2023). Psychometric assessment of the physicians' job demands and resources scale. *Evaluation & the Health Professions*, 46(4), 384-395. <https://doi.org/10.1177/01632787231195077>
- Nurasyikin, Rahmah, A. H., & Anindita, M. (2025). Pengaruh stres kerja, job burnout, dan *Work-Life Balance* terhadap turnover intention pada part-time working student di Kota Samarinda. *Balance: Jurnal Akuntansi dan Manajemen*, 4(2), 506-518. <https://doi.org/10.59086/jam.v4i2.842>
- Peng, Y., Park, Y. A., Su, S., & Ma, J. (2023). Developing and testing a model of dynamic changes in work-school conflict and workplace deviance over time. *Journal of Business and Psychology*, 38(3), 589-605. <https://doi.org/10.1007/s10869-022-09841-z>
- Prokes, M., & Klusacek, J. (2025). Too much of everything is bad: The case of Czech university students' *Work-Study Balance* during the Covid-19 pandemic. *Journal on Efficiency and Responsibility in Education and Science*, 18(2), 112-128. <https://doi.org/10.7160/eriesj.2025.180205>
- Rahmatika, M. D., & Pranitasari, D. (2023). Unveiling the role of *time pressure* and emotional exhaustion in shaping *Work-Life Balance* and loyalty among female working students. *Jurnal Ecoment Global*, 8(3), 162-176. <https://doi.org/10.36982/jeg.v8i3.3704>
- Rosyidah, Y., & Umam, M. R. K. (2025). Pengaruh lingkungan kerja dan beban kerja melalui stres kerja terhadap kinerja mahasiswa pekerja paruh waktu. *Jurnal Ekonomi Efektif*, 7(2), 254-265. <https://doi.org/10.32493/JEE.v7i2.48065>
- Shahzad, K., Iqbal, R., Javed, B., & Hashmi, S. D. (2022). Impact of work-study conflict on workplace outcomes: Supervisor support for juggling many balls. *International Journal of Conflict Management*, 33(3), 475-493. <https://doi.org/10.1108/IJCM-05-2021-0069>
- Sobiri, M., & Nashrullah. (2026). Analisis validitas dan reliabilitas instrumen penelitian dalam pendekatan kuantitatif. *Psikosopen: Jurnal Psikososial dan Pendidikan*, 2(1), 1048-1057.
- Wahyudi, M. D., Noviekayati, I. G. A. A., & Rina, A. P. (2024). Mahasiswa organisasi: Peranan manajemen waktu dan dukungan teman sebaya pada prestasi akademik. *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2), 234-248. <https://doi.org/10.30996/sukma.v2i5.12436>
- Wan, M. M., Feng, L., Meng, X., Zhai, M., & Konopaske, R. (2022). Working college students'

time pressure and work-school conflict: Do boundary permeability and dispositional mindfulness matter? *Psychological Reports*, 125(6), 3100-3125.

<https://doi.org/10.1177/00332941211029621>

Yuliastri, R. M., & Qurochman, A. N. (2024). Tekanan waktu, beban kerja, dan stres kerja pada Work Life Balance wanita karir. *Jurnal E-Bis: Ekonomi-Bisnis*, 8(2), 619-628.

<https://doi.org/10.37339/e-bis.v8i2.1892>

Zhou, Z., Zhang, Z., Lu, Y., Wang, Z., Cui, J., & Ni, G. (2024). ICT as a weight tilting the scales toward “nomadic employees”: Implications for work-school interface experiences of working students. *Education and Information Technologies*, 29(12), 14663-14685.

<https://doi.org/10.1007/s10639-023-12416-x>