

ABSTRAK
**PENGARUH *WORK LIFE BALANCE* DAN MOTIVASI BELAJAR
TERHADAP PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA YANG BEKERJA**

GETA SISTIAWATI¹
Drs. Khairul Bahrn, M.M

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *Work Life Balance* dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja (Studi Kasus Pada Program Study Magister Manajemen Di Universitas Muhammadiyah Bengkulu). Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan dengan jumlah sampel sebanyak 38 responden yang ditentukan menggunakan teknik sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner, kemudian dianalisis menggunakan uji validitas, uji reliabilitas, analisis regresi linear berganda, uji t, dan uji F.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Work Life Balance* berpengaruh signifikan Prestasi Akademik Mahasiswa karyawan dengan nilai t hitung lebih besar dari t tabel ($5928487.643 > 1.686$) dan signifikansi $0,000 < 0,05$. Motivasi Belajar berpengaruh signifikan Prestasi Akademik Mahasiswa karyawan dengan nilai t hitung $2.501 > 1.686$ serta nilai signifikansi sebesar $.029 < 0,050$. Secara simultan, *Work Life Balance* dan Motivasi Belajar berpengaruh signifikan Prestasi Akademik Mahasiswa karyawan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik pengelolaan *Work Life Balance* dan semakin tinggi Motivasi Belajar, maka Prestasi Akademik karyawan akan semakin meningkat.

Kata Kunci: *Work Life Balance*, Motivasi Belajar dan Prestasi Akademik Mahasiswa

ABSTRACT

THE EFFECT OF WORK-LIFE BALANCE AND LEARNING MOTIVATION ON THE ACADEMIC ACHIEVEMENT OF WORKING STUDENTS

Geta Sistiawati

Advisor: Drs. Khairul Bahrul, M.M

This study aims to analyze the effect of Work-Life Balance and Learning Motivation on the Academic Achievement of Working Students (A Case Study of the Master of Management Program at Muhammadiyah University of Bengkulu). The research employed a quantitative approach with a descriptive research design. The population consisted of working students enrolled in the Master of Management Program, with a sample of 38 respondents selected through a sampling technique. Data were collected using questionnaires and analyzed through validity testing, reliability testing, multiple linear regression analysis, t-test, and F-test.

The results indicate that Work-Life Balance has a positive and significant effect on the academic achievement of working students, as evidenced by a t-value greater than the t-table value ($5,928,487.643 > 1.686$) and a significance level of $0.000 < 0.05$. Learning Motivation also has a positive and significant effect on academic achievement, with a t-value of 2.501 greater than the t-table value of 1.686 and a significance level of $0.029 < 0.05$. Simultaneously, Work-Life Balance and Learning Motivation have a significant effect on the academic achievement of working students. These findings suggest that better management of work-life balance and higher learning motivation contribute to improved academic achievement among working students.

Keywords: Work-Life Balance, Learning Motivation, Academic Achievement, Working Students.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa yang bekerja sambil kuliah merupakan kelompok yang semakin banyak ditemui di berbagai perguruan tinggi, termasuk Universitas Muhammadiyah Bengkulu. Fenomena ini tidak hanya dipengaruhi oleh tuntutan ekonomi, tetapi juga dorongan untuk memperoleh pengalaman kerja lebih awal sebagai bekal memasuki dunia profesional. Dalam konteks manajemen sumber daya manusia (MSDM), kondisi ini menempatkan mahasiswa pekerja pada situasi yang menuntut kemampuan mengatur waktu secara efektif agar dapat menjaga keseimbangan antara tuntutan akademik dan pekerjaan. *Work Life Balance* (WLB) menjadi isu utama karena ketidakmampuan mengelola kedua peran tersebut dapat memengaruhi performa akademik, kesehatan, maupun motivasi belajar.

Konsep *Work Life Balance* secara klasik dijelaskan oleh (Greenhaus & Beutell, 1985) sebagai kondisi ketika individu mengalami konflik peran antara pekerjaan dan kehidupan non-pekerjaan karena tuntutan waktu, tekanan, maupun perilaku yang tidak sesuai. Ketika mahasiswa bekerja menghadapi jam kerja panjang, beban tugas perkuliahan, dan tekanan lingkungan, potensi konflik peran semakin besar. Akibatnya, prestasi akademik dapat menurun apabila keseimbangan ini tidak dikelola dengan baik. Teori ini relevan diterapkan untuk mahasiswa pekerja karena mereka pada dasarnya memainkan dua peran besar secara bersamaan: sebagai karyawan dan sebagai mahasiswa.

Dalam perspektif MSDM, (Robbins, 2018) menjelaskan bahwa individu dengan beban peran ganda cenderung mengalami peningkatan stres kerja yang berdampak pada penurunan performa. Hal ini dapat diterapkan pada mahasiswa yang bekerja karena tingginya tuntutan untuk menuntaskan pekerjaan sekaligus mencapai target akademik, seperti menyelesaikan tugas, mengikuti perkuliahan, dan mengerjakan ujian. Ketidakseimbangan peran dapat menghambat pencapaian prestasi jika tidak didukung oleh lingkungan kerja yang fleksibel maupun strategi manajemen waktu yang baik.

Selain aspek keseimbangan peran, motivasi belajar merupakan faktor penting lain yang menentukan Prestasi Akademik Mahasiswa pekerja. Teori Self-Determination yang dikembangkan oleh (Ryan & Deci, 2000) menjelaskan bahwa motivasi intrinsik muncul ketika individu merasa memiliki otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial. Jika mahasiswa bekerja memiliki motivasi intrinsik yang tinggi—misalnya dorongan untuk meningkatkan kemampuan, mengejar cita-cita akademik, dan mencapai kompetensi profesional—maka mereka lebih mampu mempertahankan prestasi meskipun menghadapi berbagai tuntutan pekerjaan.

Dalam ranah MSDM, (Armstrong, 2014) menekankan bahwa motivasi merupakan elemen kunci dalam menentukan perilaku, upaya, dan Prestasi Akademik individu. Penerapannya pada mahasiswa pekerja menunjukkan bahwa motivasi belajar dapat berfungsi sebagai pendorong utama yang menjaga mahasiswa tetap fokus menyelesaikan tugas kuliah serta mencapai prestasi akademik, walaupun mereka harus membagi energi dan waktu dengan kewajiban pekerjaan.

Sejumlah penelitian terdahulu mendukung pentingnya *Work Life Balance* dalam konteks prestasi belajar. Misalnya, penelitian oleh (Sunaryo et al., 2024) menemukan bahwa keseimbangan peran berpengaruh signifikan Prestasi Akademik Mahasiswa akademik mahasiswa pekerja. Ketika WLB berada pada level yang baik, mahasiswa cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dan dapat mengalokasikan waktu dengan lebih optimal untuk kegiatan akademik. Ini menunjukkan bahwa keseimbangan peran bukan hanya faktor psikologis, tetapi juga penentu langsung terhadap keberhasilan akademis.

Motivasi belajar juga terbukti berkontribusi terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa. Penelitian (Cho & Heron, 2015) menunjukkan bahwa motivasi intrinsik memiliki hubungan positif yang kuat dengan engagement akademik serta capaian akademik. Ketika mahasiswa mampu melihat hubungan antara pekerjaan dan tujuan akademik mereka, tingkat motivasi cenderung meningkat sehingga berdampak pada prestasi kuliah yang lebih baik.

Di Indonesia, penelitian mengenai WLB dan Prestasi Akademik Mahasiswa Telah Dilakukan Oleh Sari & Hidayat (2020) Yang Menemukan Bahwa Wlb Berpengaruh Signifikan Terhadap Stres Akademik Dan Prestasi Akademik Mahasiswa Pekerja. Selain Itu, Penelitian Oleh (Rahmawati, 2016) Menunjukkan Bahwa Motivasi Belajar Memiliki Hubungan erat dengan indeks prestasi semester mahasiswa yang bekerja di sektor retail. Penelitian ini menegaskan relevansi dua variabel tersebut dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia.

Penelitian lain oleh (Putri & Hadi, 2024) menegaskan bahwa mahasiswa yang mampu menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan studi memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk mempertahankan prestasi akademik. Hal ini diperkuat oleh temuan (Darmawan, 2021) yang mengungkapkan bahwa motivasi belajar merupakan prediktor signifikan dalam pencapaian Prestasi Akademik Mahasiswa pekerja di beberapa perguruan tinggi swasta. Kombinasi WLB yang baik dan motivasi belajar yang tinggi dipercaya dapat memperkuat kemampuan mahasiswa untuk menghadapi beban tugas ganda.

Berdasarkan pemaparan teori dan temuan empiris tersebut, penelitian mengenai pengaruh *Work Life Balance* dan motivasi belajar terhadap prestasi akademik mahasiswa pekerja di Universitas Muhammadiyah Bengkulu menjadi penting untuk dilakukan. Kondisi mahasiswa di kampus ini menunjukkan bahwa semakin banyak individu yang harus membagi waktu antara pekerjaan dan perkuliahan, sehingga perlu dipahami faktor-faktor yang mendukung maupun menghambat capaian akademik mereka. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi teoritis dan praktis, baik bagi pengembangan ilmu MSDM, psikologi pendidikan, maupun sebagai dasar pengambilan kebijakan kampus dalam mendukung mahasiswa yang bekerja sambil kuliah.

Observasi awal dilakukan melalui wawancara singkat dengan tiga mahasiswa Program Magister Manajemen Universitas Muhammadiyah Bengkulu pada tanggal 17 Januari 2026 yang sedang menjalani peran ganda sebagai pekerja sekaligus mahasiswa. Ketiganya memberikan gambaran yang konsisten bahwa

tekanan peran ganda memiliki dampak nyata terhadap kemampuan mereka menjaga *Work Life Balance*, motivasi belajar, serta pencapaian akademik.

Mahasiswa pertama dengan inisial YSY menyampaikan bahwa jadwal pekerjaan yang padat menjadi tantangan utama untuk membagi waktu antara tugas kantor dan kewajiban kuliah. Ia sering merasa kesulitan menjaga keseimbangan karena harus menyelesaikan pekerjaan yang tidak jarang melewati jam kerja normal, sehingga waktu belajar berkurang dan fokus kuliah menjadi terganggu. Mahasiswa kedua dengan inisial KYPS menuturkan bahwa motivasi belajarnya berubah-ubah tergantung beban pekerjaan yang sedang dihadapi. Ketika pekerjaan menumpuk, ia merasa cepat lelah dan kurang bersemangat untuk mengikuti perkuliahan ataupun mengerjakan tugas.

Mahasiswa ketiga dengan inisial DSK memberikan pandangan yang berbeda. Ia mengakui bahwa prestasi akademiknya naik turun selama menjalani kuliah sembari bekerja. Pada semester ketika tanggung jawab pekerjaan meningkat, nilai akademiknya cenderung menurun. Namun ketika beban kerja lebih ringan, ia mampu kembali mencapai performa Akademik Yang Baik. Variasi Capaian Tersebut Menimbulkan Pertanyaan Baginya Mengenai Sejauh Mana *Work Life Balance* Dan Motivasi Belajar Benar-Benar Menentukan Prestasi Akademik Mahasiswa Pekerja. Secara Keseluruhan, Hasil Wawancara Ini Menunjukkan Bahwa Mahasiswa Pekerja Mengalami Tantangan Nyata Dalam Menjaga Keseimbangan Peran, Mempertahankan Motivasi Belajar, Dan Mencapai Prestasi Yang Stabil. Temuan Awal Ini Memperkuat Urgensi Penelitian Untuk Menganalisis Pengaruh *Work Life Balance* Dan Motivasi Belajar Terhadap

Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja, Baik Secara Langsung maupun Tidak Langsung.

Berdasarkan Latar Belakang Masalah Diatas Peneliti Mengambil Judul “Pengaruh *Work Life Balance* Dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja (Studi Kasus Pada Program Study Magister Manajemen Di Universitas Muhammadiyah Bengkulu)”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dalam penelitian ini penulis ingin mengidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Mahasiswa yang bekerja sambil kuliah mengalami kesulitan dalam menjaga *Work Life Balance* terutama dalam mengatur waktu antara tuntutan pekerjaan dan kewajiban akademik, sehingga berpotensi menurunkan fokus belajar, kehadiran, serta kualitas penyelesaian tugas.
2. Motivasi belajar mahasiswa pekerja cenderung berfluktuasi akibat tekanan kerja, tingkat kelelahan, serta keterbatasan waktu, yang dapat menghambat proses internalisasi motivasi intrinsik dan berdampak pada komitmen akademik.
3. Prestasi akademik mahasiswa pekerja menunjukkan sebagian mahasiswa pekerja mengalami penurunan IPK, sementara sebagian lain mampu mempertahankan IPK. Kondisi ini menunjukkan adanya dinamika perbedaan kemampuan dalam mengelola peran ganda, sehingga penting untuk dikaji lebih jauh apakah *Work Life Balance* dan motivasi belajar memberikan pengaruh secara langsung maupun tidak langsung terhadap capaian akademik mahasiswa

yang bekerja. sehingga perlu diteliti apakah *Work Life Balance* dan motivasi belajar memiliki pengaruh langsung maupun tidak langsung terhadap capaian akademik mereka

1.3 Batasan Masalah

Agar tidak menyimpang dari penelitian, maka penulis membatasi masalah dalam penelitian ini. Permasalahan yang dibahas hanya Mengenai Pengaruh *Work Life Balance* Dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja (Studi Kasus Pada Program Study Magister Manajemen Di Universitas Muhammadiyah Bengkulu)” dengan responden terbatas pada mahasiswa Magister Manajemen UMB yang berstatus bekerja dan aktif pada Tahun 2026 dan prestasi akademik diukur hanya dari IPK terakhir pada periode pengambilan data Januari 2026.

1.4 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian tersebut, maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Apakah *Work Life Balance* berpengaruh Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja (Studi Kasus Pada Program Study Magister Manajemen Di Universitas Muhammadiyah Bengkulu)”?
2. Apakah *Motivasi Belajar* Berpengaruh Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja (Studi Kasus Pada Program Study Magister Manajemen Di Universitas Muhammadiyah Bengkulu)” ?

3. Apakah *Work Life Balance* Dan *Motivasi Belajar* Berpengaruh Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja (Studi Kasus Pada Program Study Magister Manajemen Di Universitas Muhammadiyah Bengkulu)” ?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian yang hendak dicapai, yaitu :

1. Untuk mengetahui Pengaruh *Work Life Balance* Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja (Studi Kasus Pada Program Study Magister Manajemen Di Universitas Muhammadiyah Bengkulu)” .
2. Untuk Mengetahui Pengaruh *Motivasi Belajar* Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja (Studi Kasus Pada Program Study Magister Manajemen Di Universitas Muhammadiyah Bengkulu)”.
3. Untuk Mengetahui Pengaruh *Work Life Balance* Dan *Motivasi Belajar* Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Yang Bekerja (Studi Kasus Pada Program Study Magister Manajemen Di Universitas Muhammadiyah Bengkulu)” .

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi bagi mahasiswa yang bekerja sambil kuliah untuk memahami pentingnya mengatur keseimbangan antara pekerjaan dan studi serta meningkatkan motivasi belajar. Dengan mengetahui

faktor-faktor yang memengaruhi prestasi, mahasiswa dapat mengembangkan strategi manajemen waktu dan perencanaan belajar yang lebih efektif.

2. Bagi Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi perguruan tinggi dalam merancang kebijakan atau program pendukung bagi mahasiswa pekerja, seperti layanan konseling akademik, fleksibilitas jadwal, atau pelatihan manajemen waktu. Temuan penelitian juga dapat membantu universitas memahami tantangan yang dihadapi mahasiswa pekerja sehingga dapat meningkatkan kualitas pelayanan akademik dan retensi mahasiswa.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi tambahan bagi penelitian selanjutnya yang Membahas Topik Serupa, Serta Menjadi Bahan Perbandingan Dalam Mengembangkan Kajian Mengenai Pengaruh *Work Life Balance* Dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa.