

Pengaruh Beban Kerja Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa yang Bekerja

Alisha Ardiningrum^{a*}, Istianah^a, Syarifudin Yunus^a

^a Universitas Indraprasta PGRI, Indonesia

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Received : 18-01-2025

Revised : 28-01-2025

Accepted : 03-02-2025

Keywords: *Academic Achievement, Balance of Study and Work, Student Worker, Time Management, Workload*

Kata Kunci: *Beban Kerja, Keseimbangan Studi dan Kerja, Mahasiswa Pekerja, Manajemen Waktu, Prestasi Akademik*

Corresponding Author:
alishaardiningrum@gmail.com*

DOI: <https://doi.org/10.62335>

ABSTRACT

This study aims to explore the relationship between workload and academic performance among students who work while studying. The research employs a descriptive quantitative method, with data collected through an online questionnaire using Google Forms. The study sample consists of 21 active working students, selected using a purposive sampling method. The findings reveal that most respondents are able to balance their work and studies, although they face challenges in time management, stress, and health impacts. The majority of students feel that their jobs do not significantly reduce their study time, although some experience difficulties in completing academic assignments on time and participating in academic activities. In terms of academic performance, most respondents are satisfied with their GPA, although work affects certain aspects such as engagement in class discussions and comprehension of course materials. Overall, this study suggests that while working while studying presents challenges, many students are able to maintain good academic performance by applying effective time management strategies.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara beban kerja dan prestasi akademik pada mahasiswa yang bekerja sambil kuliah. Metode yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui kuesioner daring menggunakan Google Form. Sampel penelitian terdiri dari 21 mahasiswa aktif yang bekerja, yang dipilih menggunakan metode purposive sampling. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa sebagian besar responden mampu menyeimbangkan pekerjaan dan studi mereka, meskipun menghadapi tantangan dalam mengelola waktu, stres, serta dampak terhadap kesehatan. Sebagian besar mahasiswa merasa bahwa pekerjaan tidak secara signifikan mengurangi waktu belajar mereka, meskipun ada

beberapa yang mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas akademik tepat waktu dan berpartisipasi dalam kegiatan akademik. Dalam hal prestasi akademik, mayoritas responden merasa puas dengan IPK yang mereka peroleh, meskipun pekerjaan memengaruhi beberapa aspek, seperti keterlibatan dalam diskusi kelas dan pemahaman materi kuliah. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun bekerja sambil kuliah dapat menimbulkan tantangan, banyak mahasiswa yang tetap mampu mempertahankan prestasi akademik yang baik dengan menerapkan strategi manajemen waktu yang efektif.

PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi merupakan salah satu fase penting dalam kehidupan akademik seseorang yang bertujuan untuk meningkatkan kapasitas intelektual dan profesional. Namun, tidak semua mahasiswa dapat fokus sepenuhnya pada studi mereka, terutama bagi mereka yang harus bekerja untuk mencukupi kebutuhan finansial. Fenomena mahasiswa yang bekerja semakin umum terjadi, baik karena kebutuhan ekonomi maupun untuk memperoleh pengalaman kerja yang relevan dengan bidang studinya.

Di era modern ini, banyak mahasiswa yang memilih untuk bekerja sambil kuliah demi memenuhi kebutuhan finansial, memperoleh pengalaman kerja, serta meningkatkan daya saing di dunia kerja. Namun, keputusan untuk bekerja di tengah tuntutan akademik dapat menimbulkan berbagai tantangan, terutama dalam menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan studi. Beban kerja yang tinggi sering kali dikaitkan dengan peningkatan stres akademik, kelelahan fisik, serta penurunan kinerja akademik mahasiswa (Adung et al., 2023).

Mahasiswa yang bekerja harus mampu membagi waktu antara perkuliahan, pekerjaan, serta kehidupan sosial. Keterbatasan waktu sering kali menyebabkan mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas akademik, menghadiri perkuliahan, serta memahami materi secara optimal. Penelitian menunjukkan bahwa tingginya beban kerja dapat berdampak negatif terhadap prestasi akademik, terutama ketika mahasiswa mengalami tekanan mental yang tinggi akibat tuntutan kerja yang berat (Juanita et al., 2024). Dalam beberapa kasus, mahasiswa yang mengalami tekanan kerja yang terlalu tinggi bahkan memiliki kemungkinan lebih besar untuk mengalami kegagalan akademik atau putus kuliah (Adung et al., 2023).

Namun, dampak beban kerja terhadap prestasi akademik tidak selalu bersifat negatif. Mahasiswa yang memiliki keterampilan manajemen waktu yang baik cenderung lebih mampu menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan studi. Regulasi diri serta efikasi diri yang tinggi membantu mahasiswa untuk tetap produktif dalam akademik

meskipun memiliki beban kerja yang besar (Nabila & Nastiti, 2023). Selain itu, dukungan sosial dari keluarga, teman, serta lingkungan kerja juga berperan dalam membantu mahasiswa menghadapi tantangan akademik dan pekerjaan secara lebih efektif.

Lebih lanjut, fleksibilitas pekerjaan juga menjadi faktor penting dalam menentukan dampak beban kerja terhadap prestasi akademik. Mahasiswa yang bekerja dengan jadwal yang fleksibel atau pekerjaan yang berhubungan dengan bidang studinya cenderung mengalami dampak negatif yang lebih rendah terhadap prestasi akademik dibandingkan dengan mereka yang memiliki pekerjaan dengan jadwal yang ketat dan tidak relevan dengan bidang (Haque, 2019).

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat stres akademik dengan kebiasaan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa yang bekerja. Mahasiswa yang mengalami stres akademik yang tinggi cenderung menunda pengerjaan tugas akademik, yang pada akhirnya berdampak negatif terhadap prestasi akademik mereka (Wardani et al., 2024). Hal ini menunjukkan bahwa beban kerja yang berat tidak hanya memengaruhi aspek fisik dan mental mahasiswa tetapi juga berkontribusi pada perilaku akademik yang kurang produktif.

Selain itu, faktor kepribadian juga memainkan peran penting dalam bagaimana mahasiswa menghadapi beban kerja dan tekanan akademik. Sebuah penelitian menemukan bahwa mahasiswa dengan tingkat ketahanan akademik (*academic resilience*) yang tinggi lebih mampu mengatasi tekanan kerja dan tetap mencapai prestasi akademik yang baik meskipun menghadapi berbagai hambatan (Psikologi et al., 2020). Ini menunjukkan bahwa strategi pembelajaran yang baik serta kemampuan adaptasi dalam menghadapi tantangan dapat menjadi faktor pelindung terhadap dampak negatif beban kerja.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam pengaruh beban kerja terhadap prestasi akademik mahasiswa yang bekerja, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat membantu mahasiswa dalam mengelola tekanan akademik dan pekerjaan secara lebih efektif. Dengan memahami hubungan ini, diharapkan penelitian ini dapat memberikan rekomendasi yang berguna bagi mahasiswa, institusi pendidikan, serta perusahaan tempat mahasiswa bekerja dalam menciptakan kebijakan yang mendukung keseimbangan antara studi dan pekerjaan.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan selama satu bulan, Januari 2025. Data primer dikumpulkan melalui kuesioner daring berbasis Google Form yang didistribusikan kepada mahasiswa yang bekerja. Penggunaan Google Form dipilih karena fleksibilitasnya dalam menjangkau responden secara luas dan efisiensinya dalam mengumpulkan data secara daring (Judijanto et al., 2024). Penelitian ini menggunakan

desain deskriptif kuantitatif untuk menggambarkan hubungan antara beban kerja dan prestasi akademik mahasiswa yang bekerja secara sistematis, faktual, dan akurat.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang bekerja di berbagai sektor pekerjaan. Sampel dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yang sering digunakan untuk penelitian dengan kriteria spesifik agar data yang diperoleh relevan dengan tujuan penelitian (Purwohedi, 2022). Adapun kriteria pemilihan sampel adalah: (a) mahasiswa aktif, (b) memiliki pekerjaan paruh waktu atau penuh waktu, (c) bekerja minimal satu bulan, dan (d) bersedia mengisi kuesioner daring. Sebanyak 21 responden dipilih untuk memastikan data yang diperoleh relevan dan representatif.

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner daring berbasis skala Likert 5 poin, yang mencakup 36 pernyataan terkait variabel beban kerja dan prestasi akademik mahasiswa. Skala ini dipilih karena dapat mengukur tingkat persetujuan atau ketidaksetujuan responden terhadap pernyataan yang diberikan (Purwohedi, 2022). Penyebaran kuesioner dilakukan melalui platform digital, seperti WhatsApp dan Twitter, untuk menjangkau responden yang sesuai dengan kriteria penelitian. Proses ini mencakup tahap penyusunan kuesioner, pendistribusian, pemantauan tanggapan, hingga verifikasi validitas data yang diperoleh.

Tabel 1. Pilihan Jawaban Penelitian

No.	Keterangan	Bobot Pertanyaan Positif
1.	Sangat Setuju (SS)	5
2.	Setuju (S)	4
3.	Netral/Ragu-ragu (N)	3
4.	Tidak Setuju (TS)	2
5.	Sangat Tidak Setuju (STS)	1

Sumber: Pengukuran Skala Likert menurut [Purwohedi \(2022\)](#)

Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk memberikan pemahaman yang lebih jelas tentang beban kerja dan prestasi akademik mahasiswa. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel agar data lebih mudah diinterpretasikan.

ANALISIS DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Responden

Bagian ini memberikan gambaran tentang karakteristik responden yang terdiri dari mahasiswa pekerja. Data diperoleh melalui kuesioner yang mencakup aspek demografis seperti jenis kelamin, usia, dan lama bekerja. Deskripsi data ini penting untuk memahami latar belakang responden, yang selanjutnya digunakan untuk menganalisis hubungan

antara beban kerja dan prestasi akademik mahasiswa. Profil responden ini menjadi dasar untuk menggali tantangan dan peluang yang dihadapi oleh mahasiswa dalam mengelola waktu antara pekerjaan dan studi, serta dampaknya terhadap kinerja akademik mereka.

Tabel 2. Karakteristik Responden

No.	Karakteristik Responden	Jumlah Responden	Persentase
1.	Jenis Kelamin Responden		
	Perempuan	16	76.19%
	Laki-laki	5	23.81%
	Total	21	100%
2.	Usia Responden		
	18 – 28 tahun	18	85.71%
	29 – 39 tahun	2	9.52%
	Lebih dari 39 tahun	1	4.76%
	Total	21	100%
3.	Lama Bekerja		
	Kurang dari 1 tahun	5	23.81%
	1 - 5 tahun	12	57.14%
	6 - 10 tahun	3	14.29%
	Lebih dari 10 tahun	1	4.76%
	Total	21	100%

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2025)

Data di atas menunjukkan karakteristik responden yang terdiri dari 21 mahasiswa pekerja. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 76,19%, sementara 23,81% lainnya adalah laki-laki. Dalam hal usia, sebagian besar responden berusia antara 18 hingga 28 tahun (85,71%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah mahasiswa muda yang masih dalam tahap awal karir akademik dan pekerjaan. Untuk lama bekerja, mayoritas responden memiliki pengalaman kerja antara 1 hingga 5 tahun, dengan persentase sebesar 57,14%, diikuti oleh 23,81% responden yang bekerja kurang dari 1 tahun. Sedangkan hanya sedikit responden yang memiliki pengalaman kerja lebih dari 6 tahun, dengan persentase yang semakin kecil, yaitu 14,29% untuk lama bekerja 6-10 tahun, dan 4,76% untuk yang bekerja lebih dari 10 tahun. Data ini memberikan gambaran bahwa sebagian besar mahasiswa pekerja dalam penelitian ini

adalah individu muda dengan pengalaman kerja menengah, yang berpotensi menghadapi tantangan dalam mengelola waktu antara pekerjaan dan studi.

Beban Kerja Mahasiswa

Berdasarkan hasil tabel kuesioner variabel Beban Kerja, survei ini mengevaluasi tingkat beban kerja responden dengan mengacu pada beberapa indikator, yaitu jumlah jam kerja, frekuensi shift kerja, durasi waktu kerja per shift, tingkat kesulitan pekerjaan, beban tanggung jawab pekerjaan, tekanan kerja, dampak beban kerja terhadap kesehatan, serta gangguan terhadap waktu belajar.

Tabel 3. Hasil Kuisisioner Variabel Beban Kerja

No	Pernyataan	Jawaban					Rata-rata
		STS	TS	N	S	SS	
A. Beban Kerja							
Jumlah Jam Kerja							
1	Saya memiliki waktu kerja per minggu yang sesuai dengan kemampuan saya	0	0	3	15	3	76.67%
2	Jumlah jam kerja saya setiap minggu memungkinkan saya tetap fokus pada kuliah.	0	0	8	12	1	
Frekuensi Shift Kerja							
3	Frekuensi shift kerja saya dalam seminggu dapat saya atur dengan baik.	0	1	5	12	3	73.33%
4	Jumlah shift kerja saya tidak mengganggu waktu yang saya butuhkan untuk belajar.	0	2	8	9	2	
Durasi Waktu Kerja per Shift							
5	Durasi waktu kerja saya per shift memungkinkan saya memiliki cukup waktu istirahat.	0	1	6	14	0	72.86%
6	Waktu kerja saya per shift tidak mengurangi waktu saya untuk menyelesaikan tugas akademik.	0	0	9	10	2	
Tingkat Kesulitan Pekerjaan							

No	Pernyataan	Jawaban					Rata-rata
		STS	TS	N	S	SS	
7	Tugas di tempat kerja memiliki tingkat kesulitan yang sesuai dengan kemampuan saya.	0	1	10	8	2	70.00%
8	Saya dapat menyelesaikan tugas-tugas di tempat kerja tanpa mengorbankan aktivitas perkuliahan.	0	2	9	8	2	
Beban Tanggung Jawab Pekerjaan							
9	Beban tanggung jawab pekerjaan saya tidak terlalu berat sehingga saya tetap bisa mengelola waktu belajar.	0	3	9	7	2	69.05%
10	Saya merasa tanggung jawab kerja saya seimbang dengan tanggung jawab akademik saya.	0	2	8	9	2	
Tekanan Kerja							
11	Pekerjaan saya jarang memberikan tekanan berlebihan yang mengganggu konsentrasi saya.	0	6	7	5	3	60.95%
12	Deadlines atau tuntutan pekerjaan tidak membuat saya merasa kewalahan.	1	8	6	5	1	
Dampak Beban Kerja Terhadap Kesehatan							
13	Saya tidak merasa terlalu lelah secara fisik setelah bekerja sehingga masih dapat mengikuti perkuliahan.	0	4	10	7	0	66.67%
14	Saya memiliki cukup waktu istirahat meskipun harus bekerja dan kuliah.	1	1	8	10	1	
15	Pekerjaan saya tidak menyebabkan stres berlebihan yang mengganggu aktivitas akademik saya.	1	3	6	9	2	
16	Saya masih dapat berkonsentrasi meskipun harus membagi waktu antara bekerja dan kuliah.	0	3	7	11	0	

No	Pernyataan	Jawaban					Rata-rata
		STS	TS	N	S	SS	
Gangguan Terhadap Waktu Belajar							
17	Pekerjaan saya tidak mengurangi waktu yang saya alokasikan untuk belajar.	0	0	13	6	2	72.86%
18	Saya tetap dapat menyelesaikan tugas akademik tepat waktu meskipun harus bekerja.	0	2	4	11	4	

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2025)

Berdasarkan hasil olah data, mayoritas responden merasa bahwa jumlah jam kerja yang mereka jalani masih sesuai dengan kemampuan mereka dan memungkinkan mereka tetap fokus pada kuliah, dengan rata-rata persentase sebesar 76.67%. Frekuensi shift kerja juga dinilai cukup dapat diatur dengan baik tanpa terlalu mengganggu waktu belajar, meskipun ada sebagian kecil yang masih merasakan dampaknya, dengan persentase sebesar 73.33%. Durasi waktu kerja per shift juga masih dianggap cukup memberikan waktu istirahat yang memadai serta tidak terlalu menghambat penyelesaian tugas akademik, dengan rata-rata 72.86%.

Tingkat kesulitan pekerjaan yang dihadapi oleh responden umumnya masih sesuai dengan kemampuan mereka, dengan rata-rata 70.00%. Namun, ada beberapa responden yang merasa harus mengorbankan aktivitas perkuliahan untuk menyelesaikan tugas di tempat kerja. Beban tanggung jawab pekerjaan juga dinilai tidak terlalu berat oleh sebagian besar responden, dengan rata-rata 69.05%, sehingga mereka masih bisa mengelola waktu belajar. Meski demikian, ada beberapa responden yang merasa bahwa tanggung jawab pekerjaan mereka belum seimbang dengan tanggung jawab akademik.

Terkait tekanan kerja, sebagian besar responden merasa bahwa pekerjaan mereka jarang memberikan tekanan berlebihan yang mengganggu konsentrasi, meskipun deadline dan tuntutan pekerjaan masih membuat beberapa di antaranya merasa kewalahan. Hal ini terlihat dari persentase rata-rata sebesar 60.95%. Dampak beban kerja terhadap kesehatan juga menjadi perhatian, di mana rata-rata 66.67% responden merasa masih dapat menjaga kesehatan meskipun harus bekerja dan kuliah. Namun, beberapa responden mengaku mengalami kelelahan fisik dan stres akibat pembagian waktu yang harus mereka jalani.

Dalam aspek gangguan terhadap waktu belajar, sebanyak 72.86% responden menyatakan bahwa pekerjaan mereka tidak terlalu mengurangi alokasi waktu untuk belajar. Namun, masih ada sebagian responden yang merasa kesulitan menyelesaikan

tugas akademik tepat waktu akibat harus bekerja. Secara keseluruhan, mayoritas responden dapat menyeimbangkan antara pekerjaan dan studi dengan cukup baik. Namun, tantangan seperti tekanan kerja, dampak terhadap kesehatan, serta efektivitas manajemen waktu masih perlu menjadi perhatian agar tidak mengganggu kinerja akademik dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Prestasi Akademik Mahasiswa

Berdasarkan hasil tabel kuesioner variabel prestasi akademik mahasiswa, survei ini mengevaluasi tingkat prestasi akademik responden dengan mengacu pada beberapa indikator, yaitu jumlah jam kerja, frekuensi shift kerja, durasi waktu kerja per shift, tingkat kesulitan pekerjaan, beban tanggung jawab pekerjaan, tekanan kerja, dampak beban kerja terhadap kesehatan, serta gangguan terhadap waktu belajar.

Tabel 4. Hasil Kuisisioner Variabel Prestasi Akademik Mahasiswa

No	Pernyataan	Jawaban					Rata-rata
		SS	S	N	TS	STS	
B. Prestasi Akademik							
Indeks Prestasi Kumulatif							
1	Saya puas dengan IPK yang saya peroleh selama menjalani kuliah sambil bekerja.	0	3	9	8	1	64.76%
2	IPK saya mencerminkan kemampuan akademik saya meskipun saya memiliki pekerjaan.	0	4	11	5	1	
Nilai Tugas atau Ujian							
3	Nilai tugas atau ujian saya tetap konsisten meskipun saya bekerja.	0	2	7	11	1	70.00%
4	Saya dapat menyelesaikan tugas dengan hasil yang memuaskan meskipun memiliki pekerjaan.	0	2	8	10	1	
Kehadiran di Kelas							
5	Saya jarang absen dari perkuliahan meskipun harus bekerja.	2	1	5	9	4	73.81%
6	Saya dapat menghadiri semua kelas yang diwajibkan tanpa terpengaruh jadwal kerja.	0	2	6	7	6	
Keterlibatan dalam Kegiatan Akademik							

No	Pernyataan	Jawaban					Rata-rata
		SS	S	N	TS	STS	
7	Saya aktif berpartisipasi dalam diskusi kelas meskipun memiliki pekerjaan.	1	1	9	6	4	64.76%
8	Pekerjaan saya tidak mengurangi keterlibatan saya dalam kegiatan akademik seperti diskusi kelompok.	0	5	12	4	0	
Kemampuan Menyelesaikan Tugas Tepat Waktu							
9	Saya selalu menyelesaikan tugas akademik sesuai tenggat waktu yang diberikan.	0	0	6	11	4	77.62%
10	Saya dapat mengatur waktu dengan baik untuk menyelesaikan tugas tepat waktu.	0	1	4	13	3	
Pemahaman Materi Kuliah							
11	Saya memahami materi kuliah dengan baik meskipun saya bekerja.	0	2	9	9	1	69.05%
12	Saya mampu mengikuti perkembangan pembelajaran di kelas tanpa mengalami kesulitan yang berarti.	1	0	9	10	1	
Konsentrasi saat Belajar							
13	Pekerjaan saya tidak mengganggu konsentrasi saya saat belajar.	0	2	10	8	1	67.14%
14	Saya dapat tetap fokus pada materi kuliah meskipun memiliki pekerjaan.	0	1	13	6	1	
Ketepatan Pengumpulan Tugas							
15	Saya jarang terlambat dalam mengumpulkan tugas akademik meskipun saya bekerja.	1	1	3	11	5	76.19%
16	Tugas akademik saya selalu selesai tepat waktu meskipun memiliki jadwal kerja yang padat.	0	2	7	6	6	
Kesesuaian Hasil Akademik dengan Harapan							
17	Hasil akademik saya sesuai dengan harapan saya meskipun saya bekerja.	0	1	9	10	1	67.14%

No	Pernyataan	Jawaban					Rata-rata
		SS	S	N	TS	STS	
18	Saya merasa pekerjaan tidak memengaruhi kualitas hasil akademik yang saya capai.	1	3	10	5	2	

Sumber: Data diolah oleh peneliti (2025)

Berdasarkan hasil olah data terkait Prestasi Akademik, mayoritas responden masih mampu menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan studi mereka. Dari aspek Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), sebanyak 64.76% responden merasa puas dengan IPK yang mereka peroleh, meskipun ada beberapa yang merasa bahwa pekerjaan sedikit memengaruhi pencapaian akademik mereka. Nilai tugas dan ujian juga relatif stabil, dengan 70% responden menyatakan bahwa mereka tetap mendapatkan hasil yang memuaskan meskipun harus bekerja. Kehadiran di kelas menunjukkan angka yang cukup baik, dengan rata-rata 73.81%, yang berarti sebagian besar responden tetap dapat mengikuti perkuliahan sesuai jadwal tanpa terganggu oleh pekerjaan.

Namun, tantangan mulai terlihat dalam keterlibatan dalam kegiatan akademik, di mana hanya 64.76% responden yang aktif berpartisipasi dalam diskusi kelas, sementara sisanya merasa bahwa pekerjaan membatasi keterlibatan mereka dalam kegiatan akademik. Meskipun begitu, kemampuan menyelesaikan tugas tepat waktu masih cukup tinggi, dengan 77.62% responden dapat mengerjakan tugas sesuai tenggat waktu yang diberikan. Dari segi pemahaman materi kuliah, sekitar 69.05% responden menyatakan bahwa mereka masih mampu memahami materi dengan baik meskipun bekerja, tetapi ada yang mengalami kesulitan dalam mengikuti pembelajaran karena keterbatasan waktu untuk belajar.

Dalam hal konsentrasi saat belajar, sebanyak 67.14% responden merasa pekerjaan tidak mengganggu fokus mereka saat mempelajari materi kuliah. Selain itu, ketepatan pengumpulan tugas juga menunjukkan angka yang cukup tinggi, yaitu 76.19%, yang menandakan bahwa sebagian besar mahasiswa pekerja tetap mampu menyelesaikan tugas akademik sesuai jadwal meskipun memiliki kesibukan kerja. Terakhir, dalam aspek kesesuaian hasil akademik dengan harapan, sebanyak 67.14% responden merasa bahwa hasil akademik mereka masih sesuai dengan yang diharapkan, meskipun ada beberapa yang merasa pekerjaan sedikit memengaruhi kualitas akademik yang mereka capai.

Hubungan Beban Kerja dengan Prestasi Akademik Mahasiswa

Berdasarkan hasil kuisioner yang telah diolah, terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dan prestasi akademik mahasiswa. Sebagian besar mahasiswa pekerja masih mampu menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan studi mereka. Mayoritas responden merasa bahwa jumlah jam kerja, frekuensi shift, dan durasi waktu per shift

masih dapat diatur dengan baik sehingga tidak terlalu mengganggu waktu belajar. Hal ini tercermin dalam pencapaian prestasi akademik mereka, dengan 64.76% responden merasa puas dengan IPK yang diperoleh, dan 70% merasa nilai tugas serta ujian mereka tetap memuaskan meskipun bekerja.

Namun, meskipun beban kerja tidak terlalu mengganggu waktu belajar bagi sebagian besar responden, tantangan tetap ada, seperti tekanan kerja, dampak terhadap kesehatan, dan keterbatasan waktu untuk belajar. Sebagai contoh, meskipun mayoritas merasa masih dapat memahami materi kuliah dengan baik, 69.05% dari mereka mengaku mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas tepat waktu dan mengikuti pembelajaran dengan optimal. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun prestasi akademik secara umum tidak terlalu terpengaruh, ada beberapa area yang mengalami dampak dari pembagian waktu antara pekerjaan dan studi. Secara keseluruhan, meskipun beban kerja dapat diatur dan tidak terlalu membebani sebagian besar mahasiswa pekerja, strategi manajemen waktu yang lebih baik masih diperlukan untuk mengurangi dampak negatif terhadap keterlibatan dalam kegiatan akademik dan pemahaman materi kuliah.

SIMPULAN, KETERBATASAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kuisioner yang telah diolah, mayoritas mahasiswa pekerja mampu menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan prestasi akademik mereka. Sebagian besar responden merasa bahwa beban kerja yang mereka hadapi, termasuk jumlah jam kerja, frekuensi shift, dan durasi waktu per shift, masih dapat dikelola dengan baik tanpa mengganggu waktu belajar. Meskipun demikian, beberapa tantangan tetap ada, seperti tekanan kerja, dampak terhadap kesehatan, dan kesulitan dalam menyelesaikan tugas akademik tepat waktu akibat pekerjaan.

Prestasi akademik juga tetap terjaga, dengan sebagian besar responden merasa puas dengan IPK yang diperoleh, meskipun ada beberapa yang merasa pekerjaan sedikit memengaruhi pencapaian akademik mereka. Nilai tugas dan ujian tetap stabil, dan sebagian besar responden dapat hadir di kelas sesuai jadwal. Namun, keterlibatan dalam kegiatan akademik dan pemahaman materi kuliah sedikit terpengaruh oleh pembagian waktu yang terbatas antara pekerjaan dan studi. Oleh karena itu, meskipun prestasi akademik secara umum tidak terpengaruh signifikan, beberapa aspek seperti partisipasi dalam diskusi kelas dan konsentrasi saat belajar memerlukan perhatian lebih.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar dilakukan studi lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar dan beragam untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif tentang hubungan antara beban kerja dan prestasi akademik mahasiswa pekerja. Penelitian juga dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mempengaruhi keseimbangan antara pekerjaan dan studi, seperti jenis pekerjaan, dukungan sosial, atau faktor personal seperti motivasi dan keterampilan manajemen waktu. Selain itu,

disarankan untuk menggunakan metode kualitatif, seperti wawancara mendalam, untuk menggali lebih dalam pengalaman mahasiswa dalam menghadapi tantangan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Adung, S. U. G., Wulandari, W., & Mulyono, M. (2023). PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP BURNOUT YANG DIMEDIASI STRES PEKERJAAN: (Studi pada PT. BestProfit Futures di Kota Malang). *Jurnal Ekonomi Kreatif Indonesia*, 1(4)
- Haque, I. P. A. (2019). *Pengaruh prestasi belajar kejuruan dan praktik industri terhadap kesiapan kerja siswa kelas XII Kompetensi Keahlian Bisnia Konstruksi dan Properti SMK Negeri 1 Kediri / Ika Putri Arrinil Haque*. Universitas Negeri Malang.
- Juanita, R. T., Sentosa, E., & Marnis, M. (2024). Pengaruh Kompensasi Dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Puskesmas Kecamatan Gambir Dengan Stres Kerja Sebagai Mediasi. *IKRAITH-EKONOMIKA*, 7(2).
- Judijanto, L., Wibowo, G. A., Karimuddin, K., Samsuddin, H., Patahuddin, A., Anggraeni, A. F., Raharjo, R., & Simorangkir, F. M. A. (2024). *Research Design: Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Nabila, I. S., & Nastiti, D. (2023). Pengaruh Regulasi Diri dan Efikasi Diri terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa yang Bekerja. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 9(2), 260–272.
- Psikologi, P., Chasanah, D. U., Rejeki, A., & Amelasasih, P. (2020). PERANAN SELF REGULATED LEARNINGDALAM MEMPENGARUHI RESILIENSI AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI TEKNIK INFORMATIKA DAN TEKNIK ELEKTRO UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK YANG BEKERJA.
- Purwohedi, U. (2022). *Metode Penelitian: Prinsip dan Praktek. Raih Asa Sukses*.
- Wardani, A. F., Pratikto, H., & Suhadianto, S. (2024). Stres akademik dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa bekerja. *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(1), 156–164.