

**PENGARUH MANAJEMEN WAKTU DALAM MENINGKATKAN
KESEIMBANGAN KERJA DAN PERKULIAHAN PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS KALTARA YANG BEKERJA**

Dosen Pengampu : Dedik Wiryaman, S.E, M.M

PROPOSAL SKRIPSI



OLEH:

RENY RESPITA

NPM: 202241017

PROGRAM STUDI MANAJEMEN

FAKULTAS EKONOMI

UNIVERSITAS KALTARA

2026

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi (work-life balance) telah menjadi isu penting dalam kajian manajemen sumber daya manusia kontemporer. Konsep ini merujuk pada kemampuan individu untuk menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dengan aspek kehidupan lainnya, termasuk pendidikan, keluarga, dan kehidupan sosial. Guest (2002) mendefinisikan work-life balance sebagai kondisi dimana individu mampu memprioritaskan antara pekerjaan dan gaya hidup dengan baik, sehingga mencapai kepuasan di berbagai domain kehidupan. Dalam konteks global, pencapaian work-life balance yang baik terbukti berkorelasi positif dengan produktivitas, kesehatan mental, dan kualitas hidup secara keseluruhan.

Salah satu faktor kunci yang mempengaruhi work-life balance adalah kemampuan manajemen waktu. Manajemen waktu didefinisikan sebagai proses perencanaan dan pelaksanaan kontrol sadar atas waktu yang dihabiskan untuk aktivitas tertentu guna meningkatkan efektivitas, efisiensi, dan produktivitas (Claessens et al., 2007). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa individu dengan manajemen waktu yang baik cenderung memiliki tingkat stres lebih rendah, prestasi yang lebih tinggi, dan keseimbangan hidup yang lebih baik. Stephen Covey dalam “The 7 Habits of Highly Effective People” menekankan bahwa manajemen waktu yang efektif dimulai dari kemampuan memprioritaskan hal-hal yang penting dan mendesak (first things first), sementara Lakein (1973) mengidentifikasi tiga komponen utama manajemen waktu: perencanaan (*planning*), penjadwalan (*scheduling*), dan kontrol diri (*self-control*).

Salah satu faktor kunci yang memengaruhi tercapainya work-study balance adalah kemampuan manajemen waktu. Aeon dan Aguinis (2017) mendefinisikan manajemen waktu sebagai serangkaian perilaku terencana yang bertujuan untuk mengalokasikan waktu secara efektif guna mencapai tujuan individu. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa manajemen waktu yang baik berkontribusi terhadap peningkatan kinerja akademik, penurunan tingkat stres, serta terciptanya keseimbangan antara berbagai peran yang dijalani individu (Häfner & Stock, 2019). Aeon et al. (2021) mengemukakan bahwa manajemen waktu mencakup tiga dimensi utama, yaitu perencanaan tujuan (*goal planning*), pengorganisasian aktivitas (*organization of tasks*), dan pengendalian penggunaan waktu (*time control*).

Fenomena mahasiswa yang bekerja sambil kuliah terus mengalami peningkatan seiring dengan meningkatnya biaya pendidikan dan kebutuhan hidup. Mahasiswa pekerja menghadapi tantangan berupa peran ganda yang berpotensi menimbulkan konflik peran. Carlson et al. (2015) menjelaskan bahwa konflik peran terjadi ketika tuntutan dari satu peran menghambat pemenuhan tuntutan peran lainnya. Dalam konteks mahasiswa, konflik kerja–

studi dapat berdampak pada kelelahan emosional, penurunan prestasi akademik, dan terganggunya keseimbangan kehidupan individu (Michel et al., 2017).

Keterbatasan waktu yang dialami mahasiswa pekerja sering kali memunculkan kondisi *time poverty*, yaitu persepsi individu bahwa waktu yang dimiliki tidak cukup untuk memenuhi seluruh tanggung jawabnya. Garhammer (2018) menyatakan bahwa *time poverty* berkorelasi dengan meningkatnya tingkat stres dan menurunnya kesejahteraan subjektif, khususnya pada individu dengan tanggung jawab ganda. Oleh karena itu, manajemen waktu berperan sebagai faktor protektif yang dapat membantu mahasiswa pekerja mengelola tuntutan akademik dan pekerjaan secara lebih seimbang.

Di Indonesia, fenomena mahasiswa yang bekerja sambil kuliah juga menunjukkan tren peningkatan. Data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2020 mencatat bahwa 6,98% pelajar usia 10–24 tahun bekerja sambil bersekolah atau kuliah. Sementara itu, survei UPN Veteran Yogyakarta bekerja sama dengan Bank Indonesia tahun 2024 menunjukkan bahwa lebih dari 25% mahasiswa di wilayah Yogyakarta menjalani perkuliahan sambil bekerja. Data ini mengindikasikan bahwa tekanan ekonomi dan kebutuhan pengembangan karier mendorong mahasiswa untuk menjalani peran ganda.

Tabel 1.1

Sumber Data	Persentase	Keterangan
BPS Indonesia (2020)	6,98%	Pelajar usia 10-24 tahun yang bekerja sambil sekolah/kuliah
Survei UPN Veteran Yogyakarta & BI (2024)	>25%	Mahasiswa di Yogyakarta yang kuliah sambil bekerja

Sumber: BPS (2020) dan UPN Veteran Yogyakarta & Bank Indonesia (2024)

Provinsi Kalimantan Utara sebagai provinsi termuda di Indonesia memiliki karakteristik sosial dan ekonomi yang berbeda dibandingkan wilayah lain. Universitas Kaltara sebagai salah satu perguruan tinggi negeri utama di provinsi ini menampung mahasiswa dari berbagai latar belakang sosial ekonomi. Observasi awal menunjukkan bahwa sejumlah mahasiswa Universitas Kaltara aktif bekerja di sektor formal maupun informal, seperti administrasi, pelayanan ritel, wirausaha, hingga pekerjaan berbasis digital.

Tabel 1.2 Jenis Pekerjaan yang Digeluti Mahasiswa

Jenis Pekerjaan	Persentase
Wirausahawan	43,41%
Asisten Praktikum/Dosen	18,43%
Freelancer	11,46%

Pekerja Kafe	9,65%
Pengajar Kursus	9,30%
Lainnya	7,75%

Sumber: Survei UPN Veteran Yogyakarta & Bank Indonesia (2024)

Motivasi mahasiswa Indonesia untuk bekerja sambil kuliah dapat dikategorikan menjadi dua faktor utama. Pertama, faktor ekonomi, dimana peningkatan biaya pendidikan dan biaya hidup mendorong mahasiswa untuk mandiri secara finansial dan mengurangi beban ekonomi keluarga. BPS (2020) mengidentifikasi bahwa kebutuhan ekonomi untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari menjadi alasan dominan. Kedua, faktor pengembangan karir, dimana mahasiswa bekerja untuk memperoleh pengalaman kerja, mengembangkan keterampilan profesional, membangun networking, dan meningkatkan daya saing di pasar tenaga kerja. Pengalaman kerja selama masa kuliah dipandang sebagai investasi jangka panjang yang dapat meningkatkan employability setelah lulus.

Namun, mahasiswa pekerja di Indonesia menghadapi tantangan signifikan dalam mencapai work-study balance. Penelitian di Kota Malang terhadap 146 mahasiswa yang bekerja menunjukkan bahwa 37% memiliki work-life balance rendah, sementara 63% memiliki work-life balance tinggi. Data ini mengindikasikan adanya variasi yang cukup besar dalam kemampuan mahasiswa mengelola dual role. BPS (2020) bahkan mencatat bahwa pekerjaan yang intensif meningkatkan risiko putus sekolah, khususnya pada mahasiswa dari keluarga berpenghasilan rendah. Fenomena ini menegaskan pentingnya kemampuan manajemen waktu sebagai faktor protektif terhadap dampak negatif dari dual role.

Dalam konteks yang lebih spesifik, Provinsi Kalimantan Utara sebagai provinsi termuda di Indonesia memiliki karakteristik unik yang membedakannya dari wilayah lain. Sebagai wilayah yang masih dalam tahap pengembangan infrastruktur dan ekonomi, Kalimantan Utara menghadapi tantangan tersendiri dalam sektor pendidikan tinggi. Universitas Kaltara, sebagai salah satu perguruan tinggi negeri utama di provinsi ini, menampung mahasiswa dari berbagai latar belakang sosial ekonomi yang beragam. Kondisi geografis yang terisolasi di beberapa wilayah, keterbatasan aksesibilitas, dan dinamika ekonomi lokal yang masih berkembang menciptakan konteks yang berbeda dibandingkan dengan kota-kota besar di Jawa atau Sumatera.

Observasi awal mengindikasikan bahwa sejumlah mahasiswa Universitas Kaltara, aktif bekerja baik di sektor formal maupun informal. Pekerjaan yang digeluti meliputi, pelayanan retail, wirausaha, hingga freelancer di bidang digital. Namun, mahasiswa pekerja di Universitas Kaltara menghadapi tantangan tambahan berupa keterbatasan fasilitas pendukung akademik seperti perpustakaan dengan jam operasional terbatas, informasi Jam Pembelajaran yang berubah-ubah, serta minimnya program dukungan khusus untuk

mahasiswa yang menjalani dual role. Kondisi ini berpotensi mempersulit upaya mahasiswa dalam mencapai work-study balance yang optimal.

Meskipun penelitian tentang work-study balance dan manajemen waktu pada mahasiswa pekerja telah banyak dilakukan, terdapat beberapa kesenjangan penelitian (research gap) yang perlu diisi. Pertama, mayoritas penelitian di Indonesia terkonsentrasi pada mahasiswa di kota-kota besar seperti Jakarta, Yogyakarta, Surabaya, dan Malang, sementara kondisi di wilayah dengan karakteristik geografis, ekonomi, dan sosial yang berbeda seperti Kalimantan Utara belum banyak dieksplorasi. Kedua, data statistik yang tersedia, seperti data BPS (2020), mencakup rentang usia yang luas (10-24 tahun) dan tidak spesifik untuk mahasiswa perguruan tinggi, sehingga kurang representatif untuk menggambarkan kondisi aktual mahasiswa pekerja. Ketiga, belum terdapat penelitian yang secara spesifik mengkaji pengaruh manajemen waktu terhadap work-study balance pada mahasiswa Universitas Kaltara yang bekerja.

Research gap ini menjadi penting untuk diisi karena konteks lokal yang berbeda memerlukan pemahaman yang spesifik. Strategi manajemen waktu yang efektif di satu wilayah belum tentu dapat diterapkan secara langsung di wilayah lain dengan karakteristik yang berbeda. Universitas Kaltara, dengan segala keunikan dan tantangannya, memerlukan kajian empiris yang dapat memberikan gambaran akurat tentang kondisi mahasiswa pekerja di wilayah tersebut. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat mengisi kekosongan literatur dan memberikan kontribusi praktis bagi pengembangan kebijakan dan program dukungan akademik yang lebih responsif terhadap kebutuhan mahasiswa pekerja di Kalimantan Utara.

Penelitian ini memiliki urgensi dan signifikansi yang tinggi dari berbagai perspektif. Dari perspektif teoretis, penelitian ini akan memperkaya literatur tentang work-life balance dalam konteks work-study balance, khususnya dengan memasukkan variabel manajemen waktu sebagai prediktor utama. Penelitian ini juga akan menguji teori-teori yang telah ada, seperti role conflict theory dan time management theory, dalam konteks lokal yang spesifik. Dari perspektif praktis, temuan penelitian ini dapat menjadi dasar bagi Universitas Kaltara dalam merancang intervensi yang tepat, seperti program pelatihan manajemen waktu, penjadwalan kuliah yang lebih fleksibel, atau layanan konseling akademik khusus untuk mahasiswa pekerja.

Dari perspektif kebijakan, penelitian ini dapat memberikan rekomendasi kepada pemangku kepentingan di tingkat universitas dan pemerintah daerah untuk mengembangkan kebijakan yang mendukung kesuksesan akademik mahasiswa pekerja, seperti program beasiswa berbasis kinerja, bantuan finansial, atau regulasi yang mengatur jam kerja maksimal bagi mahasiswa. Dari perspektif mahasiswa, penelitian ini akan memberikan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya manajemen waktu dan strategi-strategi konkret yang dapat diterapkan untuk mencapai keseimbangan optimal antara pekerjaan dan perkuliahan. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berkontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan, tetapi juga memberikan manfaat praktis yang nyata bagi peningkatan kualitas pendidikan tinggi di Kalimantan Utara.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian tentang “Pengaruh Manajemen Waktu dalam Meningkatkan Keseimbangan antara Dunia Kerja dan Perkuliahan di Universitas Kaltara (Studi Kasus pada Mahasiswa Universitas Kaltara yang Bekerja)” menjadi sangat relevan dan penting untuk dilakukan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran manajemen waktu mahasiswa yang bekerja di Universitas Kaltara?
2. Bagaimana tingkat keseimbangan antara dunia kerja dan perkuliahan yang dirasakan mahasiswa yang bekerja di Universitas Kaltara?
3. Apakah manajemen waktu berpengaruh signifikan terhadap keseimbangan antara dunia kerja dan perkuliahan mahasiswa yang bekerja di Universitas Kaltara?
4. Dimensi manajemen waktu mana yang paling dominan memengaruhi keseimbangan tersebut?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mendeskripsikan gambaran manajemen waktu mahasiswa yang bekerja di Universitas Kaltara.
2. Mendeskripsikan tingkat keseimbangan antara dunia kerja dan perkuliahan yang dirasakan mahasiswa yang bekerja di Universitas Kaltara.
3. Menganalisis pengaruh manajemen waktu terhadap keseimbangan antara dunia kerja dan perkuliahan mahasiswa yang bekerja di Universitas Kaltara.
4. Mengidentifikasi dimensi manajemen waktu yang paling berpengaruh terhadap keseimbangan kerja-kuliah mahasiswa yang bekerja di Universitas Kaltara.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi berbagai pihak, baik secara teoretis maupun praktis.

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur di bidang manajemen pendidikan dan psikologi organisasi, khususnya terkait manajemen waktu dan work-life balance dalam konteks mahasiswa bekerja di daerah berkembang. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi awal bagi peneliti lain yang ingin mengkaji topik serupa di wilayah Kalimantan Utara maupun daerah perbatasan lainnya di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Memberikan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya manajemen waktu agar mahasiswa yang bekerja dapat menjalani kuliah dan pekerjaan secara lebih seimbang dan tidak saling mengorbankan.

b. Bagi Universitas Kaltara

Menjadi bahan pertimbangan dalam merancang kebijakan akademik yang lebih akomodatif bagi mahasiswa bekerja, seperti fleksibilitas jadwal, program pelatihan manajemen waktu, atau sistem pendampingan akademik yang lebih responsif.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi referensi dan landasan empiris bagi penelitian-penelitian berikutnya yang ingin mengembangkan topik ini dengan variabel atau populasi yang lebih luas.