

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Sumber daya manusia pada era globalisasi menjadi semakin penting karena perusahaan menghadapi persaingan global yang semakin ketat dan dinamis, sumber daya manusia yang berkualitas dan terampil dapat meningkatkan produktivitas, kinerja, dan daya saing perusahaan serta memberikan nilai tambah bagi perusahaan dengan cara menghasilkan ide-ide baru, memperbaiki proses, dan mengembangkan produk dan jasa dari perusahaan ke arah yang lebih baik. Pendidikan tinggi memainkan peranan penting dalam mempersiapkan, mengembangkan dan meningkatkan kualitas sumber daya manusia, mahasiswa merupakan jenis sumber daya manusia yang memiliki potensi besar dalam pengembangan dan kemajuan bangsa, melalui pendidikan tinggi mahasiswa memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk memasuki era globalisasi yang semakin kompetitif.

Universitas Putra Bangsa Kampus 2 berlokasi di Kecamatan Kemranjen Kabupaten Banyumas merupakan cabang dari Universitas Putra Bangsa yang berlokasi di Kebumen, Universitas Putra Bangsa Kampus 2 didirikan oleh Yayasan Pendidikan Putra Bangsa pada Tahun 2017, saat ini membuka dua Program Studi S1 Informatika dan S1 Manajemen yang terbagi menjadi 2 kelas yakni kelas karyawan dan kelas reguler. Banyak aspek yang melatarbelakangi mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2 dalam menempuh pendidikan tinggi diantaranya keinginan meningkatkan kualitas diri hingga untuk

memperoleh status sosial yang lebih tinggi. mahasiswa yang sedang menempuh perkuliahan juga seringkali mengalami kendala ekonomi, sebagian besar mahasiswa akan mencari jalan keluar dengan cara bekerja (Mardelina & Muhson, 2017). tidak terkecuali mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2, sebagian besar mahasiswa mencari jalan keluar dengan cara bekerja paruh waktu, penuh waktu atau yang hanya bekerja pada saat libur perkuliahan, mayoritas adalah para pekerja penuh waktu dengan total 36 mahasiswa dari jumlah keseluruhan mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2.

Menurut definisi dari *International Labor Organization* (ILO), pekerjaan penuh waktu adalah pekerjaan dengan jam kerja reguler yang melebihi 35 jam per minggu. Sedangkan menurut Badan Pusat Statistik (BPS) pekerja paruh waktu adalah pekerja yang bekerja kurang dari 35 jam dalam sepekan atau kurang dari 7 jam per hari. Dapat didefinisikan bahwa pekerjaan penuh waktu merupakan mereka yang memiliki jam kerja minimal 35 jam per minggu.

Pekerjaan paruh waktu biasanya memiliki waktu kerja fleksibel dan pendapatan yang kurang menentu serta terbatas pada fasilitas yang diberikan seperti tunjangan dan asuransi namun di sisi lain dapat menambah pengalaman mahasiswa dan dapat menjembatani mahasiswa untuk terjun ke dunia kerja. Sedangkan pekerjaan penuh waktu umumnya memberikan berbagai jenis fasilitas bagi para pekerja, seperti tunjangan, asuransi, dan peluang karir. hal ini membuat sebagian besar mahasiswa memutuskan untuk bekerja penuh waktu selain untuk mendapatkan penghasilan yang lebih stabil guna memenuhi kebutuhan dasar dan kebutuhan yang tidak terduga, juga membantu mereka

dalam mengembangkan berbagai kemampuan seperti bekerja dalam tim, berkomunikasi, dan mendapatkan pengalaman kerja yang lebih luas. Karim (2021) menyatakan bahwa bekerja sambil kuliah dapat meningkatkan peluang karir karena banyak perusahaan mencari lulusan sarjana yang telah memiliki pengalaman kerja. lulusan sarjana yang telah memiliki pengalaman kerja dianggap lebih mudah diatur, memiliki banyak keterampilan, pengalaman, dan cepat beradaptasi dengan situasi kerja yang baru. disisi lain adanya aktivitas kuliah sambil bekerja akan memberikan tantangan yang cukup besar bagi mahasiswa karena perlu menyeimbangkan antara kehidupan pribadi termasuk perkuliahan dan pekerjaannya.

Octavia dan Nugraha (2013) mengungkapkan jika mahasiswa mampu menjalankan peran sebagai mahasiswa dan pekerja dengan seimbang dapat mengalami transformasi dalam kegiatan perkuliahan dan proses belajar. keseimbangan yang dimaksud adalah keseimbangan antara kehidupan pribadi termasuk perkuliahan dan juga pekerjaan atau karier yang dipilihnya, keseimbangan antara kehidupan pribadi dan pekerjaan ini biasanya dikenal dengan *work-life balance* (Poulose & Sudarsan, 2014).

Menurut Delecta dalam Diah & Al Musadieg (2018) *work life balance* adalah kemampuan seseorang atau individu untuk memenuhi tugas dalam pekerjaannya dan tetap berkomitmen pada keluarga mereka, serta tanggung jawab diluar pekerjaan lainnya. Keseimbangan kehidupan kerja yang dimaksud ini adalah menemukan media yang menyenangkan antara pekerjaan, minat atau keinginan pribadi. Lebih sederhananya keseimbangan kehidupan kerja adalah

pekerja bisa mengatur energi dan mengatur waktu antara bekerja, liburan, kebutuhan pribadi, dan kebutuhan keluarga. *work life balance* dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa untuk menghindari kelelahan, stres, dan penurunan kinerja di tempat kerja maupun dalam studi yang sedang mereka tempuh. *work life balance* juga membantu memberikan waktu yang cukup untuk beristirahat dan merefresh pikiran setelah seharian beraktivitas sehingga dapat meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup mereka. Berikut adalah hasil observasi tingkat *work life balance* pada mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2 :

Tabel I-1
Hasil Observasi *Work Life Balance* Mahasiswa Universitas Putra Bangsa
Kampus 2

No	Keterangan	Responden	Presentase
1.	Waktu berkumpul dengan keluarga dan teman-teman menjadi terbatas karena adanya aktivitas saat ini.	27	75%
2.	Tidak dapat mengikuti kegiatan lain meskipun memiliki tuntutan atas kegiatan yang sekarang sedang dijalani.	9	25%
3.	Merasa perhatian untuk diri sendiri, teman maupun kepada keluarga berkurang karena adanya tuntutan dari aktivitas saat ini.	25	69,44%

Sumber: Data Hasil Observasi 2023

Berdasarkan hasil observasi pada Tabel I-1 dengan data sebanyak 36 responden, diketahui mahasiswa pada Universitas Putra Bangsa Kampus 2 masih kurang mencapai *work life balance* karena berdasarkan pernyataan yang

diajukan untuk mengindikasikan kurang mencapai *work life balance* didapatkan bahwa sebanyak 27 atau 75% dari total responden menyatakan waktu berkumpul dengan keluarga dan teman-teman menjadi terbatas karena adanya aktivitas saat ini, sebanyak 25 atau 69,44% dari total responden merasa perhatian untuk diri sendiri, teman maupun kepada keluarga menjadi berkurang karena adanya tuntutan dari aktivitas saat ini, sedangkan responden yang menyatakan tidak dapat mengikuti kegiatan lain meskipun memiliki tuntutan atas kegiatan yang sekarang sedang dijalani memiliki presentase yang paling rendah sebanyak 25% atau 9 dari total responden. Dari hasil tersebut diketahui dua item pernyataan memiliki presentase lebih dari setengah atau 50% dari jumlah total responden, hal ini dapat menunjukan mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2 masih kurang mencapai *work life balance*.

Salah satu faktor yang mempengaruhi *work life balance* yaitu efikasi diri, efikasi diri merupakan suatu keyakinan yang ada dalam diri seseorang yang mempengaruhi besarnya motivasi (Aini, Purwana & Saptono, 2015), efikasi diri berperan dalam menjelaskan sejauh mana mahasiswa merasa yakin dengan keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi mereka, mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang baik cenderung memiliki *work life balance* yang lebih baik karena mereka merasa lebih mampu mengatasi berbagai tantangan baik dalam kehidupan pribadi termasuk perkuliahan maupun pekerjaan dan memperoleh lebih banyak kontrol atas kehidupan mereka secara keseluruhan. Berdasarkan pada hasil penelitian Sholehah, Nur (2022) diketahui terdapat hubungan korelasi yang positif dan signifikan antara efikasi diri dan *work life*

balance pada mahasiswa, sehingga apabila semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki, maka akan semakin tinggi juga *work life balance* pada mahasiswa. demikian juga sebaliknya, semakin rendah efikasi diri yang dimiliki, maka akan semakin rendah *work life balance* mahasiswa.

Berdasarkan hasil observasi kepada 36 mahasiswa didapatkan bahwa sebanyak 33 atau 91,67% dari total mahasiswa menyatakan dirinya yakin untuk menjalani kuliah sambil kerja, sebanyak 80,56 % atau 29 mahasiswa yakin mampu menyelesaikan tugas-tugas yang sulit. didukung dengan keyakinan mereka memutuskan untuk kuliah sambil bekerja, Hal ini dapat menunjukan mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2 memiliki efikasi diri yang baik.

Selain efikasi diri, salah satu faktor yang mempengaruhi *work life balance* yaitu dukungan sosial. dukungan sosial merupakan umpan balik positif dari orang lain yang menunjukkan perhatian dan penghargaan (Taylor dalam King, 2014). dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber, termasuk pasangan, keluarga, teman, dan lingkungan masyarakat. Penelitian ini lebih berfokus pada dukungan sosial dari keluarga, karena keluarga merupakan elemen penting dalam dukungan sosial dan merupakan tempat pertama dalam pertumbuhan dan perkembangan individu yang dalam hal ini adalah mahasiswa.

Dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga dapat berupa dukungan emosional, instrumental, informasional, penilaian atau penghargaan. misalnya keluarga memberikan dukungan sosial informasional untuk membantu mahasiswa dalam membuat keputusan yang lebih bijak dan memprioritaskan tugas-tugas yang penting atau keluarga memberikan saran dan informasi yang

berguna terkait dengan pekerjaan atau kehidupan pribadi dari mahasiswa, ini membuat mahasiswa merasa lebih terhubung dan dihargai sehingga dapat membantu mahasiswa merencanakan dan mengatur kehidupan kerja dan pribadinya dengan lebih baik dan seimbang. Anand dan Murthy (2018) mengemukakan bahwa individu yang menerima dukungan sosial yang baik dari keluarga mereka cenderung memiliki lebih banyak waktu untuk kegiatan di luar pekerjaan dan merasa lebih bahagia dengan keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi mereka. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Triwijayanti dan Astiti (2019), diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial keluarga dan *work life balance*, sehingga mahasiswa yang memiliki dukungan sosial keluarga yang baik akan mampu mencapai *work life balance*.

Berdasarkan hasil observasi kepada 36 mahasiswa didapatkan bahwa sebanyak 34 atau 94,44% dari total mahasiswa menyatakan keluarganya memberikan motivasi kepada dirinya, sebanyak 33 atau 91,67% dari total mahasiswa menyatakan keluarganya memberikan masukan kepada dirinya, dan sebanyak 69,44% atau 25 mahasiswa dari total mahasiswa menyatakan keluarganya memberikan apresiasi kepada mereka saat mereka memperoleh pencapaian. Hal ini dapat menunjukan mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2 memiliki dukungan sosial keluarga yang baik.

Selain efikasi diri dan dukungan sosial keluarga salah satu faktor yang mempengaruhi *work life balance* yaitu manajemen waktu. Menurut Fajriyani & Dhila (2020) manajemen waktu merupakan kemampuan seseorang untuk

mengalokasikan waktu yang dimiliki dalam membuat suatu perencanaan, penjadwalan, menentukan prioritas menurut kepentingan tanpa menunda-nunda pekerjaan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Manajemen waktu yang baik akan membantu mahasiswa untuk dapat mengatur waktu mereka dalam mengerjakan tugas kuliah, bekerja, berkumpul dengan keluarga, berlibur, dan berpartisipasi di kegiatan lainnya. Ini memungkinkan mereka untuk mencapai keseimbangan antara kehidupan akademik, pekerjaan dan kehidupan pribadi mereka. Pratiwi (2020), menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen waktu dan *work life balance*, manajemen waktu tersebut merupakan kunci utama untuk mencapai sebuah titik keseimbangan, sebagai seorang pekerja, penting untuk menentukan prioritas mengingat bahwa waktu yang tersedia terbatas dan tidak semua pekerjaan memiliki nilai kepentingan yang sama.

Berdasarkan hasil observasi kepada 36 mahasiswa didapatkan bahwa sebanyak 33 atau 91,67% dari total mahasiswa menyatakan memulai setiap kegiatan dengan perencanaan, sebanyak 34 atau 94,44% dari total mahasiswa menyatakan menentukan prioritas tugas-tugas yang penting terlebih dahulu, sebanyak 31 atau 86,11% dari total mahasiswa menyatakan akan tetap fokus dengan apa yang saya sedang kerjakan. Hal ini dapat menunjukan mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2 memiliki manajemen waktu yang baik.

Dengan latar belakang masalah yang telah diutarakan di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“ANALISIS PENGARUH EFIKASI DIRI, DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DAN**

MANAJEMEN WAKTU TERHADAP *WORK LIFE BALANCE*" (Studi Pada Mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2)

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka perumusan masalah yang akan diangkat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a) Apakah efikasi diri berpengaruh terhadap *work life balance* pada mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2.
- b) Apakah dukungan sosial keluarga berpengaruh terhadap *work life balance* pada mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2.
- c) Apakah manajemen waktu berpengaruh terhadap *work life balance* Pada mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2.
- d) Apakah efikasi diri, dukungan sosial keluarga dan manajemen waktu secara bersama-sama berpengaruh terhadap *work life balance* pada mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2.

1.3. Batasan Masalah

Pembatasan ruang lingkup penelitian di terapkan agar dalam penelitian terfokus pada pokok permasalahan dan pembatasan yang ada, dan diharapkan tujuan penelitian nanti tidak menyimpang dari objek yang hendak dijadikan penelitian, maka penulis perlu memandang untuk menetapkan batasan masalah sebagai berikut :

1. Penelitian ini hanya dilakukan terhadap mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2.

2. Penelitian dilakukan untuk menganalisis pengaruh efikasi diri, dukungan sosial keluarga, dan manajemen waktu terhadap *work life balance*. Guna menghindari meluasnya bahasan, maka variabel akan dibatasi sebagai berikut:

a. Dukungan Sosial Keluarga

Menurut Sarafino (Rokhimah, dalam Meilianawati 2015), dukungan sosial adalah derajat dukungan yang diberikan kepada individu khususnya sewaktu dibutuhkan oleh orang – orang yang memiliki hubungan emosional yang dekat dengan orang tersebut, dukungan sosial dapat merujuk pada kenyamanan, kepedulian, harga diri atau segala bentuk bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok. Menurut Wentzel, K. R (2012) sumber-sumber dukungan sosial berasal dari orang yang berarti bagi individu seperti : keluarga, teman dekat, pasangan hidup, rekan sekerja, saudara, tetangga, teman-teman dan guru disekolah. dalam penelitian ini lebih menekankan ke pada dukungan sosial yang bersumber dari keluarga. Rodin dan Sayless (dalam Jovita Anastasi 2010) menjelaskan bahwa dukungan keluarga merupakan elemen penting dalam dukungan sosial karena keluarga merupakan tempat pertama dalam pertumbuhan dan perkembangan seseorang, yang akan memenuhi kebutuhan awal fisik dan psikologis individu.

Indikator yang digunakan untuk mengukur Dukungan Sosial menurut House (Ani & Rudy, 2015) antara lain:

1. Dukungan emosional, bentuk dukungan atau bantuan yang diekspresikan melalui empati, perhatian, kasih sayang dan kepedulian.
2. Dukungan instrumental, berupa dukungan langsung yang diwujudkan dalam bentuk bantuan material atau jasa yang dapat di gunakan untuk memecahkan masalah-masalah secara praktis.
3. Dukungan informasi, berupa pemberian nasehat/saran, penghargaan, bimbingan/ pemberian umpan balik untuk memecahkan masalah yang dihadapi.
4. Dukungan penilaian, melibatkan informasi yang dapat membantu seseorang dalam menilai kemampuan dirinya.

b. Efikasi Diri

Efikasi diri diartikan sebagai keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap keberfungsian orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan (Bandura dalam Jess Feist & Gregory J. Feist, 2010: 212).

Menurut Smith, dkk (dalam Sya'dullah, 2011:17) indikator dari efikasi diri mengacu pada dimensi efikasi diri yaitu *level*, *strength*, dan *generality*, dengan melihat tiga dimensi ini maka terdapat beberpa indikator dari efikasi diri yaitu:

- a. Yakin dapat melakukan tugas tertentu; individu yakin dapat melakukan tugas tertentu yang mana individu sendirilah yang menetapkan tugas (target) apa yang harus diselesaikan.
 - b. Yakin dapat memotivasi diri untuk melakukan tindakan yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas..
 - c. Yakin bahwa individu mampu berusaha dengan keras, gigih dan tekun dalam rangka menyelesaikan tugas dengan menggunakan segala daya yang dimiliki.
 - d. Yakin bahwa dirinya mampu bertahan menghadapi hambatan dan kesulitan yang muncul serta mampu bangkit dari kegagalan.
 - e. Yakin dapat menyelesaikan permasalahan diberbagai situasi atau kondisi.
- c. Manajemen Waktu

Manajemen waktu adalah suatu jenis keterampilan yang berkaitan dengan segala bentuk upaya dan tindakan seseorang yang dilakukan secara terencana agar individu dapat memanfaatkan waktunya dengan sebaik-baiknya (Atkinson dalam Luthfiana, 2010).

Indikator manajemen waktu menurut Mandura (Meilistika, 2011:27) adalah sebagai berikut:

1. Mampu menyusun tujuan.
2. Mampu menyusun prioritas.

3. Mampu membuat jadwal.
4. Mampu meminimalisir gangguan.
5. Mampu mendelegasikan tugas.

d. *Work Life Balance*

Menurut Singh dan Khanna (2011), *work life balance* adalah konsep luas yang melibatkan penetapan prioritas yang tepat antara pekerjaan (karir dan ambisi) pada satu sisi dan kehidupan (kebahagiaan, waktu luang, keluarga dan pengembangan spiritual) di sisi lain.

Indikator dari variabel *work life balance* adalah indikator Greenhaus, J. H., Collins, K. M., & Shaw, J. D, 2003 dalam Nugraha (2019) sebagai berikut:

1. *Time balance* atau keseimbangan waktu merujuk pada ketersediaan waktu individu baik bagi pekerjaannya maupun keluarga.
2. *Involvement balance* atau keseimbangan keterlibatan merujuk pada keterlibatan individu secara psikologis dan komitmen dalam pekerjaannya maupun keluarga.
3. *Satisfaction balance* atau keseimbangan kepuasan merujuk pada kepuasan individu dalam menjalani kegiatan pekerjaannya maupun kegiatan keluarga.

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui pengaruh efikasi diri terhadap *work life balance* pada mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2.
2. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap *work life balance* pada mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2.
3. Untuk mengetahui pengaruh manajemen waktu terhadap *work life balance* pada mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2.
4. Untuk mengetahui pengaruh efikasi diri, dukungan sosial keluarga, manajemen waktu terhadap *work life balance* pada mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2.

1.5. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi pengembangan pengetahuan dan pengalaman dalam menerapkan teori yang telah diperoleh dari bangku perkuliahan, khususnya dalam bidang manajemen sumber daya manusia mengenai pengaruh efikasi diri, dukungan sosial keluarga dan manajemen waktu terhadap *work life balance* ke dalam praktek yang sebenarnya.
- b. Selanjutnya diharapkan dapat menjadi masukan untuk meneliti mengenai pengaruh efikasi diri, dukungan sosial keluarga dan manajemen waktu dan *work life balance*.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan gambaran mengenai *work life balance* pada mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2 sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan agar mahasiswa Universitas Putra Bangsa Kampus 2 dapat mencapai *work life balance*. Dengan menjaga keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan tanggung jawab lainnya, seperti akademik, mahasiswa dapat meningkatkan kemampuan mereka secara optimal. Ini akan membantu mereka meraih kesuksesan baik dalam lingkungan pendidikan maupun di dunia kerja.