

Strategi Work-Life-Study Balance Mahasiswa yang Bekerja *Part-time* dalam Menyeimbangkan Tanggung Jawab Akademik di UIN Walisongo Semarang

Safira Azzahra Putri, Wahyudi Wahyudi

UIN Walisongo Semarang

Jl. Prof. Dr Hamka, Semarang

Correspondence: 2203036130@student.walisongo.ac.id

Abstract: The phenomenon of students working while studying has become an undeniable reality in Indonesian higher education, including at UIN Walisongo Semarang. This situation is driven not only by economic necessity but also by more complex social dynamics. Working during one's studies is increasingly regarded as part of a process of personal maturation, the cultivation of independence, and preparation for the professional world. Yet behind these motivations, working students face a convergence of pressures: persistently high academic demands, time-consuming work schedules, and the need to maintain the quality of their personal lives. This raises the question of how students genuinely experience and manage all three dimensions simultaneously. This study aims to explore the lived experiences of part-time working students at UIN Walisongo Semarang as they navigate and make sense of Work-Life-Study Balance. The method employed is a qualitative approach with an Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) design, which enables the researcher to delve deeply into the subjective experiences of participants. Ten active UIN Walisongo Semarang students who had been working part-time for a minimum of three months were purposively selected as participants. Data were gathered through semi-structured interviews conducted in person from March to May 2026, and subsequently analyzed inductively following the standard IPA analytical procedure. The study identified six interrelated superordinate themes: (1) financial independence and the formation of maturity; (2) academics as the primary priority in decision-making; (3) adaptive strategies in Work-Life-Study Balance; (4) physical and emotional fatigue as a consequence of dual roles; (5) religiosity as a source of personal resilience; and (6) work as a space for learning and self-transformation. These findings indicate that Work-Life-Study Balance among part-time working students is not merely a matter of time management or technical role conflict. It is a far more complex psychological and social process, encompassing identity formation, the strengthening of resilience, and self-transformation within the context of real life. This study also broadens the understanding of the experiences of working students in an Islamic higher education environment and makes a significant contribution to the development of Work-Life-Study Balance scholarship.

Keywords: Work-Life-Study Balance, working students, part-time workers, phenomenology, Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)

Abstrak: Fenomena mahasiswa yang bekerja sambil kuliah kini menjadi kenyataan yang tidak bisa diabaikan di perguruan tinggi Indonesia, termasuk di UIN Walisongo Semarang. Situasi ini tidak hanya disebabkan oleh kebutuhan ekonomi, tetapi juga oleh dinamika sosial yang lebih rumit. Bekerja selama studi dianggap sebagai bagian dari proses pematangan diri, pembentukan kemandirian, dan persiapan untuk dunia profesional. Namun, di balik motivasi ini, mahasiswa pekerja menghadapi berbagai tekanan: tuntutan akademik yang tetap tinggi, jam kerja yang menghabiskan waktu, dan kebutuhan untuk menjaga kualitas kehidupan pribadi. Hal ini menimbulkan pertanyaan mengenai bagaimana mahasiswa benar-benar merasakan dan mengelola ketiga aspek tersebut sekaligus. Penelitian ini bertujuan untuk mendalami pengalaman hidup mahasiswa pekerja paruh waktu di UIN Walisongo Semarang dalam menjalani dan memahami Work-Life-Study Balance. Metode yang digunakan adalah pendekatan

kualitatif dengan desain fenomenologi interpretatif atau Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menyelami pengalaman subjektif partisipan secara mendalam. Sepuluh mahasiswa aktif UIN Walisongo Semarang yang telah bekerja *part-time* minimal tiga bulan dipilih secara purposive sebagai partisipan. Data diperoleh melalui wawancara semi-terstruktur yang dilakukan secara langsung dari Maret hingga Mei 2026. Data tersebut kemudian dianalisis secara induktif mengikuti prosedur standar analisis IPA. Hasil penelitian menemukan enam tema utama yang saling terkait, yaitu: (1) kemandirian finansial dan pembentukan kedewasaan; (2) akademik sebagai prioritas utama dalam pengambilan keputusan; (3) strategi adaptif dalam Work-Life-Study Balance; (4) kelelahan fisik dan emosional sebagai akibat dari peran ganda; (5) religiusitas sebagai sumber ketahanan diri; (6) pekerjaan sebagai ruang belajar dan transformasi diri. Temuan ini menunjukkan bahwa Work-Life-Study Balance di kalangan mahasiswa pekerja *part-time* bukan hanya masalah manajemen waktu atau konflik peran secara teknis. Ini merupakan proses psikologis dan sosial yang lebih kompleks, mencakup pembentukan identitas, penguatan ketahanan, serta transformasi diri dalam konteks kehidupan nyata. Penelitian ini juga memperluas pemahaman tentang pengalaman mahasiswa pekerja di lingkungan perguruan tinggi Islam dan memberikan kontribusi penting bagi pengembangan kajian Work-Life-Study Balance.

Kata Kunci: Work-Life-Study Balance, mahasiswa pekerja, pekerja *part-time*, fenomenologi interpretatif, Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)

Perkembangan pendidikan tinggi dalam beberapa tahun terakhir menunjukkan bahwa peran mahasiswa tidak lagi terbatas pada aktivitas akademik semata. Di tengah meningkatnya kebutuhan ekonomi, tuntutan kemandirian, serta keinginan untuk memperoleh pengalaman kerja sejak dini, semakin banyak mahasiswa yang memilih menjalani peran ganda sebagai mahasiswa sekaligus pekerja *part-time*. Melihat fenomena kuliah sambil bekerja merupakan hal yang umum terjadi, baik di luar negeri maupun di Indonesia (Fitri, 2023). Bekerja selama masa perkuliahan dipandang sebagai salah satu cara untuk memperoleh tambahan pendapatan, mengembangkan keterampilan kerja, memperluas relasi sosial, serta mempersiapkan diri menghadapi dunia profesional setelah lulus. Namun, di sisi lain, keterlibatan mahasiswa dalam dunia kerja juga berpotensi menghadirkan berbagai tantangan yang berkaitan dengan pengelolaan waktu, keseimbangan peran, kesehatan fisik dan mental, serta keberlangsungan studi (Perna, 2010).

Fenomena mahasiswa bekerja sambil kuliah juga semakin terlihat pada perguruan tinggi keagamaan Islam, termasuk di UIN Walisongo Semarang. Berdasarkan observasi awal peneliti, cukup banyak mahasiswa yang menjalani pekerjaan *part-time* di berbagai sektor, seperti administrasi percetakan, pelayanan makanan dan minuman, kasir toko, guru les, penjaga stan usaha mikro, jasa antar barang, hingga pekerjaan berbasis proyek. Kehadiran berbagai jenis pekerjaan yang relatif fleksibel memungkinkan mahasiswa tetap menjalankan aktivitas akademik (Nuraini, 2025), sembari memperoleh tambahan penghasilan. Selain faktor ekonomi, mahasiswa juga terdorong oleh keinginan untuk lebih mandiri, mengurangi ketergantungan terhadap orang tua, memperoleh pengalaman kerja, serta memanfaatkan waktu luang secara produktif. Fenomena ini menunjukkan bahwa bekerja selama masa studi telah menjadi bagian dari dinamika kehidupan mahasiswa yang menarik untuk dikaji secara lebih mendalam (Batubara, 2025).

Mahasiswa pekerja menghadapi berbagai tuntutan dari berbagai aspek kehidupan. Sebagai mahasiswa, mereka harus bisa membagi waktu dan fokus pada tanggung jawab baik di pekerjaan maupun di perkuliahan (Fitri, 2023). Sebagai pekerja, mereka wajib memenuhi tanggung jawab sesuai dengan aturan

dan target yang ditetapkan oleh tempat kerja. Selain itu, mereka juga memiliki kebutuhan pribadi, kehidupan sosial, dan tanggung jawab terhadap diri sendiri serta lingkungan sekitar. Situasi ini menunjukkan bahwa mahasiswa pekerja perlu mengelola berbagai peran yang saling berhubungan dalam kehidupan sehari-hari. Untuk memahami hal ini, konsep *Work-Life-Study Balance* (WLSB) menjadi relevan karena memandang pekerjaan, kehidupan pribadi, dan studi sebagai tiga aspek utama yang harus dikelola bersamaan oleh individu (Vokić, 2021).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa menjalani peran sebagai mahasiswa sekaligus pekerja bisa menimbulkan berbagai konsekuensi. Penelitian mengenai konflik antara pekerjaan dan studi menemukan bahwa semakin banyak konflik antara tuntutan pekerjaan dan akademik, semakin rendah keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas pembelajaran. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa banyak mahasiswa yang bekerja sambil kuliah menghadapi kesulitan seperti membagi waktu, menyelesaikan tugas kuliah dan pekerjaan secara bersamaan, serta konsentrasi saat kuliah dan bekerja (Dianty Nur Inayah, 2023). Selain itu, beberapa penelitian juga menemukan bahwa bekerja saat studi bisa berdampak negatif pada prestasi akademik jika tidak diimbangi dengan strategi pengelolaan waktu yang baik (Ajijah, 2025).

Namun, sebagian besar penelitian sebelumnya masih berfokus pada pendekatan kuantitatif yang melihat hubungan antarvariabel (Firdaus, 2025), seperti pengaruh kerja paruh waktu terhadap prestasi akademik, manajemen waktu, tingkat stres, atau konflik peran. Pendekatan ini memberikan gambaran umum tentang pengalaman mahasiswa pekerja (Batubara, 2025). Tetapi tidak sepenuhnya menjelaskan bagaimana mahasiswa menafsirkan pengalaman menjalani berbagai peran tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Padahal, pengalaman setiap mahasiswa bisa berbeda-beda tergantung pada latar belakang, jenis pekerjaan, strategi adaptasi, nilai yang mereka pegang, dan konteks sosial yang ada (Syaputra, 2025). Oleh karena itu, pendekatan yang bisa menggali pengalaman subjektif mahasiswa lebih dalam diperlukan untuk memahami bagaimana mereka menjalani, menafsirkan, dan mempertahankan keseimbangan antara kehidupan pribadi, pekerjaan, dan studi (Ningsih, 2026).

Beberapa penelitian fenomenologi tentang mahasiswa pekerja menunjukkan bahwa pengalaman bekerja selama studi tidak hanya berkaitan dengan tantangan mengelola waktu, tetapi juga dengan pembentukan identitas, pengembangan ketahanan diri, strategi adaptasi, dan pencarian makna dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian fenomenologi yang dilakukan di perguruan tinggi lain menemukan bahwa pengalaman menjalani peran ganda sering kali membentuk cara individu memandang tanggung jawab, kedewasaan, dan masa depan mereka (Hamra, 2024). Namun, kajian fenomenologis mengenai pengalaman *Work-Life-Study Balance* mahasiswa pekerja paruh waktu, khususnya di perguruan tinggi keagamaan Islam di Indonesia, masih terbatas dan belum banyak dieksplorasi secara mendalam (Sebullen, 2025).

UIN Walisongo Semarang menarik untuk diteliti karena mahasiswa tidak hanya menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan, tetapi juga berada dalam lingkungan pendidikan yang menekankan nilai-nilai keislaman dalam hidup sehari-hari. Kondisi ini berpotensi membentuk pengalaman yang unik dalam mencapai keseimbangan antara studi, pekerjaan, dan kehidupan pribadi. Oleh karena itu, penelitian ini

bertujuan mengeksplorasi lebih dalam pengalaman *Work-Life-Study Balance* mahasiswa pekerja *part-time* waktu di UIN Walisongo Semarang melalui pendekatan fenomenologi interpretatif. Fokus penelitian ini tidak hanya pada tantangan yang dihadapi mahasiswa pekerja, tetapi juga pada makna yang mereka ciptakan, strategi yang mereka gunakan untuk mempertahankan keseimbangan, serta berbagai perubahan yang mereka alami selama menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis dengan kerangka *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA), dan dilaksanakan di UIN Walisongo Semarang selama periode Maret hingga Mei 2026. Pemilihan informan dilakukan dengan cara *purposive sampling* dengan sejumlah kriteria yang ditetapkan: informan harus berstatus mahasiswa aktif, sedang menjalani pekerjaan *part-time* minimal tiga bulan, dan keduanya berlangsung secara bersamaan pada saat penelitian dilaksanakan. Melalui prosedur tersebut, terpilih sepuluh informan dari berbagai program studi seperti Manajemen Pendidikan Islam, Komunikasi dan Penyiaran Islam, Pendidikan Bahasa Arab, Ekonomi Islam, Ilmu Seni dan Arsitektur Islam, Ilmu Al-qur'an dan Tafsir, hingga Program Magister Fisika, dengan latar pekerjaan yang bervariasi mulai dari guru les privat, kasir, kurir, customer service perbankan, pelayan warung makan, hingga mandor proyek, dan rata-rata menanggung beban kerja sekitar 35 jam perminggu. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur tatap muka berdurasi 20-40 menit yang direkam dengan seizin informan, kemudian dilengkapi dengan sesi wawancara lanjutan secara daring untuk mengklarifikasi atau memperdalam keterangan tertentu, serta diperkuat dengan catatan sebagai sumber data pendukung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Kemandirian Finansial dan Pembentukan Identitas Kedewasaan

Salah satu pengalaman yang paling dominan yang dialami oleh mahasiswa yang bekerja *part-time* adalah keinginan untuk menjadi seorang mahasiswa yang dapat membiayai diri mereka sendiri selama studi mereka. Meskipun sebagian besar informan tidak berfungsi sebagai tulang punggung keluarga dan memperoleh dukungan keuangan dari orang tua mereka, mereka menunjukkan keinginan yang kuat untuk mengurangi ketergantungan keuangan pada keluarga. Bekerja bukan hanya cara untuk mendapatkan uang ekstra, tetapi juga tanggung jawab sebagai orang yang semakin dewasa.

Kecenderungan tersebut tampak dari pengalaman sejumlah informan yang menjadikan pekerjaan sebagai sarana untuk memenuhi kebutuhan pribadi selama masa perkuliahan. Penghasilan yang diperoleh digunakan untuk membiayai berbagai kebutuhan sehari-hari, mulai dari konsumsi, transportasi, hingga keperluan akademik, sehingga ketergantungan terhadap dukungan finansial orang tua dapat dikurangi. Bagi mereka, bekerja memberikan rasa aman secara ekonomi sekaligus menumbuhkan keyakinan bahwa mereka mampu bertanggung jawab atas sebagian kebutuhan hidup mereka sendiri

Namun demikian, motivasi bekerja tidak selalu berangkat dari pertimbangan ekonomi semata. Sebagian informan menunjukkan bahwa keterlibatan dalam dunia kerja bermula dari situasi tertentu yang kemudian berkembang menjadi pengalaman bermakna. Dalam kasus tersebut, pekerjaan yang awalnya dilakukan untuk mengisi masa transisi sebelum memasuki perguruan tinggi berlanjut hingga masa perkuliahan dan akhirnya menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Pengalaman ini mengindikasikan bahwa pekerjaan tidak hanya dipandang sebagai sumber penghasilan, tetapi juga sebagai sarana memperoleh pengalaman kerja, mengembangkan keterampilan, serta mempersiapkan diri menghadapi dunia profesional.

Makna kemandirian tersebut semakin terlihat jelas ketika informan menyampaikan berbagai pencapaian yang berhasil diraih dari hasil bekerja. Informan 1 mengungkapkan bahwa bekerja membuatnya merasa lebih mandiri karena mampu memenuhi kebutuhan pribadi secara lebih bebas. Senada dengan itu, Informan 4 menyatakan bahwa hasil bekerja memungkinkan dirinya menabung untuk mewujudkan keinginan yang sebelumnya sulit dicapai. Sementara itu, Informan 8 menceritakan pengalaman yang lebih emosional ketika dapat membeli telepon genggam menggunakan hasil kerjanya sendiri, membantu kebutuhan adiknya, serta memberikan hadiah kepada orang tua dari gaji pertamanya.

Akademik sebagai Prioritas Utama dalam Pengambilan Keputusan

Salah satu pengalaman yang secara konsisten muncul dalam narasi para informan adalah penempatan akademik sebagai prioritas utama dalam menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja *part-time*. Meskipun semua informan memiliki tugas pekerjaan yang harus dipenuhi, mereka selalu mengatakan bahwa pendidikan adalah hal yang paling penting ketika mereka bekerja sebagai mahasiswa dan pekerja *part-time*. Dalam kehidupan sehari-hari, orientasi tersebut tercermin dalam berbagai keputusan yang dibuat ketika tuntutan akademik dan pekerjaan bertentangan.

Informan 1 menjelaskan bahwa pekerjaan dipandang sebagai aktivitas sampingan yang tidak boleh mengganggu tujuan utama menempuh pendidikan tinggi. Pernyataan serupa disampaikan oleh Informan 9 yang menegaskan bahwa alasan utama dirinya merantau ke Semarang adalah untuk menempuh pendidikan. Ketika terjadi benturan antara kuliah dan pekerjaan, yang harus dikorbankan adalah pekerjaan, baik dengan izin maupun dengan mengambil cuti, karena tujuan utama adalah kuliah. Pada kasus lain, Informan 7 dan Informan 10 memilih datang terlambat ke tempat kerja ketika jadwal kuliah tidak memungkinkan untuk datang tepat waktu. Sementara itu, Informan 10 mengungkapkan bahwa dirinya memilih pekerjaan yang memberikan fleksibilitas agar kegiatan akademik tetap dapat dijalankan secara optimal.

Secara umum, para informan menunjukkan adanya hierarki prioritas yang dibangun secara sadar dalam menjalankan berbagai peran yang dimiliki. Pekerjaan tidak dianggap sebagai kompetitor akademik, melainkan sebagai aktivitas pendukung yang harus disesuaikan dengan kebutuhan akademik. Ketika menghadapi konflik jadwal dan peningkatan beban akademik, para informan cenderung mengambil keputusan yang memungkinkan aktivitas perkuliahan tetap berjalan. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa penetapan prioritas menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa pekerja.

Menariknya, orientasi terhadap akademik juga tercermin dalam capaian akademik para informan. Sebagian besar informan, di antaranya Informan 2, 5, dan 7, menyatakan bahwa mereka berusaha keras menjaga nilai akademik meskipun bekerja rata-rata sekitar 35 jam per minggu. Secara keseluruhan, indeks prestasi kumulatif para informan berada pada rentang 3,40 hingga 3,80. Meski ada beberapa informan yang mengakui pernah mengalami penurunan IPK pada semester tertentu akibat tekanan peran ganda, kondisi tersebut tidak membuat mereka meninggalkan tanggung jawab akademiknya. Selain itu, sebagian besar informan mengaku tidak pernah sengaja meninggalkan perkuliahan karena pekerjaan, serta tetap berupaya memenuhi berbagai tuntutan akademik yang diberikan dosen.

Menurut penelitian Tumin (2020), siswa yang mampu mempertahankan prestasi akademik biasanya memiliki tujuan pendidikan yang jelas. Temuan ini juga didukung oleh penelitian mengenai mahasiswa pekerja paruh waktu yang menunjukkan bahwa keberhasilan menjalankan peran ganda sangat dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam menentukan prioritas dan menetapkan batas antara tuntutan studi dan pekerjaan. Sebaliknya, penelitian Karnia (2025) mengenai *work-study conflict* menunjukkan bahwa ketika pekerjaan mulai mengambil porsi yang lebih dominan dibandingkan dengan akademik, tingkat keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas pembelajaran cenderung mengalami penurunan.

Dalam kerangka Rahma (2026). *Work-Life-Study Balance*: Hasil temuan memperlihatkan bahwa keseimbangan tidak selalu berarti memberikan porsi yang sama pada setiap domain kehidupan. Bagi mahasiswa pekerja *part-time* di UIN Walisongo Semarang, keseimbangan justru dibangun melalui penetapan prioritas yang jelas. Akademik ditempatkan sebagai pusat orientasi, sementara pekerjaan dan aspek kehidupan lainnya disesuaikan agar tetap mendukung tujuan pendidikan yang sedang dijalani. Dengan demikian, pengalaman *Work-Life-Study Balance* para informan bukan ditandai oleh hilangnya konflik antara berbagai peran, melainkan oleh kemampuan untuk menentukan domain mana yang harus diutamakan ketika konflik tersebut muncul.

Strategi Adaptif dalam Work-Life-Study Balance

Menjalani peran sebagai mahasiswa sekaligus pekerja *part-time* menuntut kemampuan untuk beradaptasi terhadap berbagai tuntutan yang muncul secara bersamaan. Berdasarkan pengalaman para informan, keseimbangan antara studi, pekerjaan, dan kehidupan pribadi tidak tercapai secara otomatis, melainkan dibangun melalui berbagai strategi adaptif yang berkembang dari pengalaman sehari-hari. Strategi tersebut tidak selalu berbentuk perencanaan yang formal dan sistematis, tetapi sering kali muncul sebagai respons praktis terhadap keterbatasan waktu, energi, dan sumber daya yang dimiliki.

Salah satu strategi yang paling sering dilakukan oleh informan adalah melakukan perencanaan aktivitas harian dan pengelolaan tugas akademik secara bertahap. Informan 9 menjelaskan bahwa terdapat *to-do list* atau jadwal harian yang memudahkan untuk membagi waktu serta memperkirakan hal atau aktivitas apa saja yang akan dilakukan dalam satu hari.

Secara umum, para informan berusaha membangun struktur dalam aktivitas sehari-hari mereka untuk mengurangi kemungkinan penumpukan tugas. Namun, tidak semua informan menggunakan teknik

perencanaan yang formal. Sebagian informan mengatakan bahwa mereka lebih mengandalkan pengalaman dan penyesuaian situasional daripada aplikasi manajemen waktu atau jadwal digital. Dengan kata lain, strategi yang digunakan cenderung lebih fleksibel dan dapat disesuaikan dengan proses yang terjadi setiap hari.

Selain melakukan perencanaan aktivitas, para informan juga mengembangkan strategi antisipatif terhadap tuntutan akademik. Salah satu bentuknya adalah mencicil pengerjaan tugas jauh sebelum batas waktu pengumpulan. Strategi ini muncul sebagai upaya untuk mengurangi risiko benturan antara tenggat akademik dan jadwal kerja yang sewaktu-waktu dapat berubah (Safithri, 2025). Bagi para informan, menyelesaikan tugas secara bertahap memberikan rasa aman karena memungkinkan mereka tetap memenuhi kewajiban akademik meskipun menghadapi peningkatan beban kerja di tempat kerja.

Strategi adaptif lainnya terlihat sejak proses pengambilan mata kuliah. Beberapa informan mengaku telah mempertimbangkan jadwal kerja ketika menyusun rencana studi setiap semester. Mereka cenderung memilih kelas pagi atau kelas yang berakhir sebelum jam kerja dimulai agar potensi konflik jadwal dapat diminimalkan. Temuan ini menunjukkan bahwa upaya menjaga keseimbangan tidak hanya dilakukan ketika konflik muncul, tetapi juga melalui proses perencanaan yang dilakukan jauh sebelumnya. Dengan demikian, para informan tidak sekadar bereaksi terhadap masalah, melainkan secara aktif mengantisipasi kemungkinan munculnya konflik antara perkuliahan dan pekerjaan.

Selain strategi yang berorientasi pada waktu, para informan melakukan berbagai penyesuaian terhadap kehidupan sosial mereka. Sebagian besar orang mengatakan mereka akan menurunkan jumlah waktu yang mereka habiskan untuk nongkrong, kegiatan organisasi, dan aktivitas sosial yang dianggap tidak terlalu mendesak. Sering kali, waktu luang dihabiskan untuk beristirahat, menyelesaikan tugas sekolah, atau memenuhi kebutuhan pribadi. Kondisi ini menunjukkan bahwa keterbatasan waktu mendorong mahasiswa pekerja untuk memilih hal-hal yang dianggap paling penting dalam hidup mereka.

Meski demikian, pengurangan aktivitas sosial tidak selalu dimaknai sebagai kehilangan hubungan sosial. Beberapa informan menjelaskan bahwa interaksi dengan teman tetap berlangsung meskipun dalam bentuk yang berbeda. Informan 9, misalnya, mengungkapkan bahwa tak jarang beberapa teman membeli makanan di stan tempat dia bekerja. Informan 8 juga mengungkapkan bahwa ia turut senang bisa membantu teman jika ada yang mencari tempat cetak MMT yang bisa ekspres. Terkadang, informan membantu beberapa temannya agar mereka bisa mendapatkan apa yang mereka butuhkan.

Selain itu, beberapa informan juga mengembangkan strategi pemulihan energi (*energy recovery*) dalam menghadapi tuntutan peran ganda. Salah satu bentuk yang ditemukan dalam penelitian ini adalah memanfaatkan waktu istirahat di tempat kerja untuk tidur sejenak ketika kondisi memungkinkan. Strategi tersebut dilakukan sebagai upaya menjaga keberlangsungan aktivitas sehari-hari di tengah keterbatasan sumber daya fisik dan meningkatnya tuntutan akademik maupun pekerjaan.

Kelelahan Fisik dan Emosional sebagai Konsekuensi Peran Ganda

Menjalani peran sebagai mahasiswa sekaligus pekerja *part-time* memberikan berbagai manfaat bagi para informan, namun pengalaman tersebut juga menghadirkan konsekuensi berupa kelelahan fisik dan emosional. Kelelahan yang dialami tidak hanya berasal dari panjangnya durasi aktivitas sehari-hari, tetapi juga muncul akibat akumulasi tuntutan akademik, pekerjaan, serta berbagai persoalan pribadi yang harus dihadapi secara bersamaan. Dalam pengalaman para informan, kelelahan menjadi bagian yang hampir tidak terpisahkan dari kehidupan sebagai mahasiswa pekerja.

Sebagian besar informan mengakui bahwa rasa lelah merupakan konsekuensi yang harus diterima ketika memilih menjalani dua peran sekaligus. Informan 3 dan 4 mengungkapkan bahwa mereka mengalami kelelahan saat bekerja sudah menjadi hal yang wajar, terlebih saat kuliah sambil bekerja. Keadaan tersebut menjadi tantangan tersendiri bagi informan agar terus bersemangat dan konsisten dengan keputusan yang diambil, pun sebagai konsekuensi atas peran ganda yang dijalani saat ini.

Kelelahan fisik yang dialami informan muncul dalam berbagai bentuk. Salah satu pengalaman yang paling menggambarkan kondisi tersebut disampaikan oleh Informan 1. Kelelahan fisik akibat dikejar deadline tugas serta dampak cuaca yang tidak tentu membuat informan 1 mengalami drop sehingga harus istirahat dan menjalani rawat inap selama beberapa hari. Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa tuntutan akademik dan pekerjaan tidak hanya berdampak pada penggunaan waktu, tetapi juga berpengaruh terhadap kondisi kesehatan fisik mahasiswa.

Selain kelelahan fisik, para informan juga menunjukkan adanya tekanan emosional yang muncul akibat akumulasi tuntutan akademik dan pekerjaan yang harus dijalankan secara bersamaan. Pada kondisi tertentu, kepadatan aktivitas dan tingginya ekspektasi dari berbagai peran yang dijalani menyebabkan munculnya kelelahan psikologis yang tidak selalu dapat diantisipasi. Salah satu informan menggambarkan pengalaman ketika harus menghadapi tekanan akademik yang intens melalui proses bimbingan dan revisi, kemudian pada hari yang sama tetap menjalankan tanggung jawab pekerjaan yang menuntut keterlibatan emosional dan konsentrasi tinggi. Situasi tersebut menciptakan kondisi kelelahan yang bersifat akumulatif hingga akhirnya memunculkan luapan emosi sebagai bentuk pelepasan dari tekanan yang telah tertahan.

Bentuk tekanan emosional lainnya muncul ketika informan harus menghadapi tuntutan pekerjaan yang tinggi di tengah kesibukan akademik. Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa sumber kelelahan tidak hanya berasal dari akademik, tetapi juga dari dinamika pekerjaan yang menuntut kemampuan menghadapi tekanan pelanggan, target pelayanan, dan kondisi kerja yang tidak selalu ideal.

Salah satu konsekuensi yang paling sering muncul dalam narasi informan adalah berkurangnya waktu tidur. Sebagian besar informan mengakui bahwa kurang tidur menjadi pengalaman yang hampir tidak dapat dihindari, terutama ketika menghadapi tenggat tugas akademik. Meskipun demikian, pengalaman tersebut tidak dialami secara seragam oleh seluruh informan. Informan 6, misalnya, mengungkapkan bahwa dirinya masih berupaya menjaga pola istirahat secara teratur. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman kelelahan dipengaruhi oleh kondisi kerja, strategi adaptasi, serta kemampuan individu dalam mengelola aktivitas sehari-hari.

Menariknya, meskipun para informan mengalami berbagai bentuk kelelahan fisik dan emosional, sebagian besar tetap mampu mempertahankan tanggung jawab akademiknya. Tidak ada informan yang mengaku meninggalkan perkuliahan secara sengaja demi pekerjaan, dan mayoritas tetap berusaha menyelesaikan tugas sesuai tenggat waktu yang diberikan.

Religiusitas sebagai Sumber Keseimbangan dan Ketahanan Diri

Selain strategi manajemen waktu dan penyesuaian terhadap berbagai tuntutan kehidupan, pengalaman *Work-Life-Study Balance* mahasiswa pekerja *part-time* dalam penelitian ini juga dipengaruhi oleh aspek religiusitas. Menariknya, para informan tidak memandang aktivitas bekerja dan kuliah sebagai sesuatu yang mengganggu kehidupan keagamaan mereka. Sebaliknya, religiusitas justru menjadi salah satu sumber kekuatan yang membantu mereka bertahan dalam menghadapi berbagai tekanan akademik maupun pekerjaan.

Sebagian besar informan menggambarkan bahwa aktivitas bekerja dan perkuliahan yang padat tidak secara signifikan menghambat pelaksanaan ibadah sehari-hari. Mereka menunjukkan adanya upaya untuk tetap mempertahankan rutinitas keagamaan melalui penyesuaian terhadap situasi dan lingkungan yang dihadapi. Ketersediaan waktu istirahat serta dukungan fasilitas di tempat kerja menjadi faktor yang membantu informan untuk tetap menjalankan ibadah di tengah aktivitas yang berlangsung.

Meskipun dalam kondisi tertentu terdapat kendala situasional, seperti keterbatasan akses menuju tempat ibadah atau kondisi cuaca yang kurang mendukung, para informan tetap berusaha menjaga konsistensi pelaksanaan ibadah dengan melakukan penyesuaian seperlunya. Pengalaman tersebut memperlihatkan bahwa praktik keagamaan tidak diposisikan sebagai aktivitas tambahan di luar rutinitas utama, melainkan tetap dipertahankan sebagai bagian yang menyatu dengan kehidupan sehari-hari meskipun berada dalam situasi yang menuntut secara akademik maupun pekerjaan.

Secara umum, pengalaman para informan menunjukkan bahwa religiusitas tidak dijalankan secara terpisah dari aktivitas akademik dan pekerjaan. Aktivitas ibadah tetap dipertahankan sebagai bagian dari rutinitas harian yang membantu mereka menjalani berbagai tuntutan peran yang dimiliki.

Pekerjaan sebagai Ruang Pembelajaran dan Transformasi Diri

Di balik berbagai tantangan yang dihadapi, para informan tidak memaknai pekerjaan semata-mata sebagai sarana memperoleh penghasilan tambahan. Pengalaman bekerja justru dipandang sebagai ruang pembelajaran yang memberikan berbagai pengalaman baru serta mendorong perubahan cara pandang terhadap diri sendiri dan kehidupan. Dalam narasi para informan, pekerjaan menjadi arena yang mempertemukan mereka dengan berbagai situasi nyata yang tidak selalu diperoleh melalui proses pembelajaran formal di ruang kuliah.

Salah satu bentuk pembelajaran yang paling sering muncul adalah peningkatan kemampuan interpersonal dan komunikasi. Pengalaman berinteraksi dengan pelanggan, rekan kerja, maupun lingkungan kerja yang beragam mendorong para informan untuk mengembangkan kemampuan komunikasi, kesabaran,

serta pengendalian diri. Kemampuan tersebut tidak hanya bermanfaat dalam pekerjaan, tetapi juga terbawa ke kehidupan akademik dan sosial mereka.

Transformasi diri juga terlihat dari perubahan cara pandang para informan terhadap kehidupan. Informan 8 mengungkapkan bahwa pengalaman kuliah sambil bekerja membuat dirinya memperoleh banyak pelajaran baru, lebih mampu mensyukuri hal-hal yang dimiliki, serta mulai menghargai berbagai hal kecil dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, pengalaman pembelajaran juga muncul melalui interaksi sosial di lingkungan kerja. Salah satu informan yang bekerja sebagai mandor proyek menggambarkan bahwa pengalaman yang paling berkesan berasal dari pertemuannya dengan rekan kerja yang berusia lebih tua namun tetap bekerja dengan penuh semangat untuk memenuhi kebutuhan keluarga. Pengalaman tersebut meninggalkan kesan yang kuat dan memengaruhi cara informan memandang tanggung jawab serta perjuangan dalam kehidupan.

Selain perubahan cara pandang, pekerjaan juga memberikan pengalaman keberhasilan yang memperkuat rasa percaya diri dan persepsi diri sebagai individu yang lebih mandiri. Salah satu informan menggambarkan bahwa hasil kerja yang diperoleh memungkinkan dirinya memenuhi keinginan pribadi, membantu kebutuhan anggota keluarga, serta memberikan sesuatu kepada orang tua dari penghasilan pertamanya. Pengalaman tersebut dimaknai sebagai bentuk keberhasilan personal yang tidak hanya berkaitan dengan aspek ekonomi, tetapi juga menghadirkan perasaan mampu, berguna, dan memiliki kontribusi terhadap lingkungan terdekat.

Secara umum, pengalaman para informan menunjukkan bahwa pekerjaan tidak hanya dipahami sebagai aktivitas ekonomi, tetapi juga sebagai ruang yang menghadirkan pengalaman belajar, pengalaman berhasil, serta perubahan cara memandang diri dan kehidupan sehari-hari.

PEMBAHASAN

Kemandirian Finansial dan Pembentukan Identitas Kedewasaan

Penelitian ini selaras dengan beberapa penelitian terdahulu mengenai mahasiswa pekerja yang menunjukkan bahwa motivasi bekerja tidak hanya didorong oleh kebutuhan ekonomi, tetapi juga oleh keinginan memperoleh pengalaman profesional, meningkatkan kemandirian, dan mengembangkan kapasitas diri. Penelitian yang berjudul "Kuliah Sambil Kerja: Eksplorasi Atas Motif Bekerja dan Strategi Belajar Mahasiswa Pekerja Paruh Waktu" juga menemukan bahwa mahasiswa memaknai pekerjaan sebagai sarana untuk membangun kemandirian sekaligus mempersiapkan diri menghadapi dunia kerja setelah lulus. Demikian pula, Perna (2010) menjelaskan bahwa pengalaman bekerja selama masa kuliah dapat berkontribusi secara signifikan terhadap perkembangan identitas, tanggung jawab, dan kesiapan mahasiswa menghadapi kehidupan dewasa.

Jika dikaitkan dengan konsep *Emerging Adulthood* yang dikemukakan oleh Jeffrey Jensen Arnett, pengalaman para informan dapat dipahami sebagai bagian dari proses transisi menuju kedewasaan. Pada fase ini, individu mulai berusaha mencapai kemandirian ekonomi, mengambil keputusan secara lebih mandiri, serta membangun identitas personal yang berbeda dari masa remaja. Bekerja selama masa kuliah

menjadi salah satu medium yang memungkinkan mahasiswa mengembangkan kapasitas tersebut melalui pengalaman langsung dalam menghadapi tuntutan, tanggung jawab, dan konsekuensi dari dunia kerja.

Akademik sebagai Prioritas Utama dalam Pengambilan Keputusan

Fenomena ini menunjukkan bahwa informan tidak berusaha menghilangkan perbedaan antara peran sebagai mahasiswa dan pekerja, tetapi lebih memilih melakukan negosiasi untuk mempertahankan keduanya secara bersamaan. Menurut fenomenologi, pengalaman ini menunjukkan bagaimana siswa secara aktif memahami peran mereka sebagai siswa dan karyawan. Ketika kedua tanggung jawab tersebut bercampur, para informan cenderung kembali ke identitas utama mereka sebagai mahasiswa, sehingga keputusan yang diambil lebih diarahkan untuk mempertahankan pendidikan.

Hasil ini menunjukkan bahwa keberhasilan mempertahankan prestasi akademik tidak hanya bergantung pada kemampuan manajemen waktu, tetapi juga pada komitmen yang kuat terhadap tujuan pendidikan. Para informan melihat pekerjaan sebagai sarana untuk mendukung kehidupan perkuliahan mereka daripada sebagai tujuan yang menggantikan pendidikan. Oleh karena itu, akademik hampir selalu diprioritaskan ketika mereka harus memilih satu pekerjaan.

Hasil dari studi ini sejalan dengan penelitian Faizuddin (2020) yang menunjukkan mahasiswa yang bisa menjaga performa akademik sambil bekerja biasanya punya orientasi pendidikan yang jelas dan kemampuan untuk menetapkan prioritas dengan konsisten. Temuan serupa tampak dalam penelitian tentang mahasiswa pekerja paruh waktu yang menyebutkan bahwa keberhasilan mengelola dua peran bergantung pada kemampuan individu untuk menetapkan batasan antara tuntutan studi dan pekerjaan. Sementara itu, penelitian Karnia (2025) menunjukkan bahwa saat pekerjaan mulai lebih dominan daripada akademik, keterlibatan mahasiswa dalam proses pembelajaran cenderung menurun.

Dalam kaitannya dengan konsep *Work-Life-Study Balance*, penelitian ini menunjukkan bahwa keseimbangan bukan tentang memberi porsi yang sama untuk setiap aspek kehidupan. Mahasiswa yang bekerja *part-time* di UIN Walisongo Semarang menciptakan keseimbangan lewat penentuan prioritas yang jelas. Fokus utama tetap pada akademik, sedangkan pekerjaan dan aspek lain diatur untuk mendukung tujuan pendidikan. Jadi, pengalaman *Work-Life-Study Balance* mereka ditandai bukan oleh hilangnya konflik antarperan, tetapi oleh kemampuan untuk memutuskan mana yang harus lebih diutamakan ketika konflik muncul.

Strategi Adaptif dalam *Work-Life-Study Balance*

Temuan penelitian menunjukkan bahwa strategi yang dikembangkan mahasiswa pekerja *part-time* tidak selalu berbentuk sistem pengelolaan waktu yang formal. Tetapi lebih banyak muncul sebagai proses adaptasi terhadap perubahan situasi yang terjadi secara terus-menerus. Para informan menunjukkan bahwa keseimbangan antara studi, pekerjaan, dan kehidupan pribadi dibangun melalui keputusan-keputusan kecil yang dilakukan setiap hari, mulai dari menyusun prioritas, menyesuaikan jadwal, hingga mengelola energi agar tetap mampu menjalankan berbagai peran secara bersamaan.

Dari perspektif fenomenologi, berbagai strategi yang dilakukan informan menunjukkan bahwa *Work-Life-Study Balance* bukanlah kondisi ideal yang bebas dari konflik atau tekanan. Sebaliknya, keseimbangan dipahami sebagai proses adaptasi yang terus berlangsung dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan. Para informan tidak selalu mampu mengendalikan seluruh situasi yang mereka hadapi, tetapi mereka berupaya mempertahankan keberfungsian berbagai peran melalui serangkaian keputusan, penyesuaian, dan kompromi yang dilakukan secara berkelanjutan. Pemaknaan terhadap pengalaman sehari-hari semacam ini sejalan dengan pendekatan fenomenologi interpretatif yang menempatkan pengalaman hidup individu sebagai proses yang terus dibentuk melalui interpretasi terhadap realitas yang dijalani (Cecille B. Walog, 2024a).

Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian fenomenologis terhadap mahasiswa pekerja yang menemukan bahwa manajemen waktu merupakan strategi utama dalam mempertahankan keberlangsungan peran ganda. Penelitian Sebullen (2025) menunjukkan bahwa mahasiswa pekerja mengembangkan berbagai bentuk rutinitas, pengaturan jadwal, dan strategi pengelolaan energi sebagai mekanisme bertahan menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan. Temuan serupa juga dilaporkan dalam penelitian Cecille B. Walog, (2024). Yang mengidentifikasi manajemen waktu, penyesuaian aktivitas sosial, serta kemampuan beradaptasi sebagai faktor penting dalam menjaga keberlangsungan studi dan pekerjaan secara bersamaan.

Lebih lanjut, hasil penelitian ini memperluas pemahaman mengenai *Work-Life-Study Balance* dengan menunjukkan bahwa keseimbangan tidak selalu dicapai melalui pengaturan waktu yang sempurna. Dalam pengalaman para informan, keseimbangan justru dibangun melalui kemampuan untuk terus beradaptasi terhadap perubahan situasi, menentukan prioritas, serta menerima bahwa tidak semua aspek kehidupan dapat memperoleh porsi yang sama pada waktu yang bersamaan. Dengan demikian, strategi adaptif menjadi fondasi penting yang memungkinkan mahasiswa pekerja tetap menjalankan peran ganda antara akademik dan pekerjaan.

Kelelahan Fisik dan Emosional sebagai Konsekuensi Peran Ganda

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kelelahan yang dialami mahasiswa pekerja tidak dapat dipahami hanya sebagai konsekuensi dari padatnya aktivitas sehari-hari. Kelelahan muncul sebagai pengalaman yang terbentuk melalui pertemuan berbagai tuntutan yang saling berinteraksi, mulai dari tuntutan akademik, pekerjaan, hingga kebutuhan pribadi. Dalam kondisi tersebut, mahasiswa tidak hanya mengelola waktu, tetapi juga mengelola kapasitas fisik dan emosional agar tetap mampu menjalankan berbagai tanggung jawab secara bersamaan.

Dalam perspektif fenomenologi, kelelahan yang dialami para informan tidak hanya dapat dipahami sebagai kondisi fisik atau psikologis semata. Kelelahan merupakan pengalaman eksistensial yang memperlihatkan bagaimana individu menghadapi keterbatasan dirinya ketika berusaha memenuhi berbagai tuntutan kehidupan secara bersamaan. Pengalaman sakit, menangis, kurang tidur, maupun merasa hampir menyerah menunjukkan bahwa proses mencapai *Work-Life-Study Balance* tidak selalu berlangsung secara

nyaman. Namun, justru melalui pengalaman-pengalaman tersebut para informan belajar memahami batas kemampuan diri mereka, mengembangkan ketahanan personal, dan menemukan cara untuk tetap melanjutkan tanggung jawab yang mereka jalani. Pemaknaan terhadap pengalaman hidup semacam ini sejalan dengan pandangan fenomenologi yang menempatkan pengalaman sehari-hari sebagai sumber utama pembentukan makna dan pemahaman diri (Hadiyati, 2023)

Hasil temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Sebulen (2025) yang menemukan bahwa mahasiswa pekerja sering mengalami kelelahan fisik, gangguan istirahat, serta tekanan emosional akibat tuntutan peran ganda. Penelitian (Naufal, 2025) Juga mengidentifikasi kurang tidur dan kelelahan sebagai hambatan utama yang dihadapi mahasiswa pekerja dalam menjalankan aktivitas akademik dan pekerjaan secara bersamaan. Selain itu, penelitian Karnia et al., (2025) mengenai *work-study conflict* menunjukkan bahwa konflik antara tuntutan studi dan pekerjaan berpotensi meningkatkan stres psikologis serta menurunkan kesejahteraan mahasiswa apabila tidak diimbangi dengan strategi koping yang memadai.

Dengan demikian, kelelahan fisik dan emosional dalam penelitian ini tidak hanya muncul sebagai dampak negatif dari peran ganda, tetapi juga menjadi bagian dari proses pembentukan ketahanan diri. Ketahanan tersebut tidak terbentuk karena hilangnya tekanan, melainkan melalui kemampuan individu untuk terus menyesuaikan diri, memahami batasannya, dan tetap mempertahankan tanggung jawab yang dianggap penting dalam kehidupannya.

Religiusitas sebagai Sumber Keseimbangan dan Ketahanan Diri

Temuan tersebut menunjukkan bahwa religiusitas dalam pengalaman para informan tidak hadir sebagai praktik yang terpisah dari kehidupan sehari-hari, melainkan terintegrasi dalam aktivitas akademik dan pekerjaan yang dijalani. Dalam konteks ini, ibadah tidak hanya dipahami sebagai kewajiban keagamaan, tetapi juga menjadi bagian dari rutinitas yang membantu mahasiswa mempertahankan keseimbangan psikologis di tengah berbagai tuntutan yang dihadapi.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa religiusitas berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis dan kemampuan individu dalam mempertahankan kondisi mental yang adaptif ketika menghadapi tekanan akademik maupun kehidupan sehari-hari. Graça (2024) Menjelaskan bahwa religiusitas dapat membantu individu membangun makna hidup, meningkatkan regulasi emosi, serta memperkuat kemampuan menghadapi kondisi yang menekan. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Pauline Hapsari (2025). Hal ini menunjukkan bahwa religiusitas dapat berfungsi sebagai strategi koping yang membantu mahasiswa mempertahankan stabilitas emosi dan meningkatkan kemampuan bertahan terhadap tekanan akademik.

Dari perspektif fenomenologi, pengalaman religius para informan memperlihatkan bagaimana nilai-nilai keagamaan menjadi kerangka makna dalam menghadapi berbagai kesulitan yang muncul selama menjalani peran ganda. Ketika menghadapi kelelahan, tekanan pekerjaan, atau tuntutan akademik yang tinggi, para informan tidak hanya mengandalkan strategi praktis seperti pengaturan waktu, tetapi juga memanfaatkan keyakinan religius sebagai sumber ketenangan dan kekuatan internal. Dengan kata lain,

religiusitas berfungsi sebagai mekanisme coping yang membantu individu menafsirkan pengalaman sulit secara lebih positif dan bermakna.

Temuan ini menjadi semakin menarik jika dikaitkan dengan konteks institusional UIN Walisongo Semarang sebagai perguruan tinggi keagamaan Islam. Lingkungan akademik yang sarat dengan nilai-nilai keislaman tampaknya turut memperkuat keberadaan religiusitas dalam kehidupan mahasiswa. Meskipun penelitian ini tidak secara khusus mengkaji budaya kampus, narasi para informan menunjukkan bahwa identitas sebagai mahasiswa perguruan tinggi Islam berkontribusi terhadap upaya mereka untuk mempertahankan praktik keagamaan di tengah kesibukan kuliah dan bekerja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Salamah, (2022) yang menunjukkan bahwa religiusitas memiliki hubungan positif dengan resiliensi dan kesehatan mental mahasiswa di perguruan tinggi Islam di Indonesia. Salamah (2022) juga menemukan bahwa individu dengan tingkat religiusitas yang lebih baik cenderung memiliki kemampuan yang lebih tinggi dalam menghadapi tekanan psikologis dan mempertahankan kesejahteraan mental. Dalam konteks mahasiswa Indonesia, Novita (2026) melaporkan bahwa praktik keagamaan dapat membantu regulasi emosi, meningkatkan ketenangan psikologis, serta memperkuat kemampuan individu dalam menghadapi berbagai tekanan kehidupan.

Dalam kerangka *Work-Life-Study Balance*, temuan ini menunjukkan bahwa keseimbangan tidak hanya dibangun melalui pengelolaan waktu dan pengaturan aktivitas, tetapi juga melalui sumber daya internal yang dimiliki individu. Bagi para informan, religiusitas menjadi salah satu sumber daya psikologis yang membantu mereka mempertahankan keseimbangan ketika menghadapi berbagai tuntutan yang saling bertabrakan. Oleh karena itu, religiusitas dalam penelitian ini tidak hanya berfungsi sebagai praktik spiritual, tetapi juga sebagai fondasi ketahanan diri (*personal resilience*) yang memungkinkan mahasiswa tetap bertahan dalam menjalani kehidupan sebagai mahasiswa pekerja part-time.

Pekerjaan sebagai Ruang Pembelajaran dan Transformasi Diri

Temuan penelitian menunjukkan bahwa pengalaman bekerja selama masa kuliah memberikan ruang pembelajaran yang melampaui aspek teknis pekerjaan. Para informan tidak hanya memperoleh keterampilan praktis, tetapi juga memulai memahami berbagai realitas kehidupan yang sebelumnya tidak banyak ditemui dalam lingkungan akademik. Pengalaman menghadapi pelanggan, bekerja di bawah tekanan, menyelesaikan konflik, serta berinteraksi dengan berbagai karakter manusia menjadi bagian dari proses pembelajaran yang berlangsung secara langsung dalam kehidupan sehari-hari.

Pengalaman tersebut memperlihatkan bahwa proses pembelajaran yang terjadi tidak selalu berbentuk penguasaan keterampilan kerja, tetapi juga mencakup pembentukan cara pandang baru terhadap kehidupan. Interaksi dengan rekan kerja, pengalaman menghadapi tantangan, serta kesempatan memperoleh hasil dari usaha sendiri mendorong munculnya refleksi mengenai tanggung jawab, rasa syukur, dan makna keberhasilan personal. Dalam konteks ini, pekerjaan menjadi ruang sosial yang memperluas pengalaman hidup mahasiswa di luar lingkungan perkuliahan.

Temuan ini juga menunjukkan bahwa pengalaman mendapatkan hasil dari usaha sendiri memiliki makna yang lebih luas daripada nilai ekonominya. Kemampuan memenuhi kebutuhan pribadi, membantu keluarga, dan memberi sesuatu kepada orang tua menjadi pengalaman yang memperkuat persepsi kompetensi diri dan meningkatkan rasa percaya diri. Pengalaman ini memang sangat berarti. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hadiyati (2023) Yang menunjukkan bahwa pengalaman memiliki kemandirian finansial dapat memperkuat persepsi diri, rasa kompeten, dan pembentukan identitas pada mahasiswa pekerja. Mereka menemukan hal yang sama.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan kajian tentang mahasiswa pekerja. Pengalaman bekerja selama kuliah dapat berkontribusi pada perkembangan keterampilan interpersonal, tanggung jawab, kemandirian, dan kesiapan menghadapi dunia kerja setelah lulus. Perna (2010) menjelaskan bahwa pengalaman kerja selama kuliah dapat menjadi sarana penting dalam pengembangan kompetensi dan pembentukan identitas mahasiswa. Banyak penelitian lain yang juga menemukan hal serupa.

Dalam perspektif fenomenologi interpretatif, pengalaman bekerja yang dialami para informan dapat dipahami sebagai proses transformasi diri yang terjadi secara bertahap. Pengalaman menghadapi tekanan, memperoleh penghasilan sendiri, dan membangun relasi sosial membentuk cara baru dalam memahami diri dan dunia sekitar. Konsep *Emerging Adulthood* juga menjelaskan bahwa masa transisi menuju dewasa adalah periode eksplorasi identitas dan peningkatan tanggung jawab personal (Arnett, 2010). Dengan demikian, pekerjaan dalam penelitian ini tidak hanya menjadi aktivitas ekonomi, tetapi juga menjadi ruang pembelajaran yang berkontribusi pada pembentukan identitas, nilai hidup, dan kedewasaan personal.

SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa mahasiswa yang bekerja *part-time* di UIN Walisongo Semarang mampu menjalankan strategi *Work-Life-Study Balance* meskipun menghadapi berbagai tantangan peran ganda. Melalui pendekatan fenomenologi interpretatif terhadap sepuluh informan, ditemukan enam tema utama yang mencerminkan pengalaman mereka, kemandirian finansial dan pembentukan identitas kedewasaan; akademik sebagai prioritas utama dalam pengambilan keputusan; strategi adaptif untuk menjaga keseimbangan kerja-kuliah; kelelahan fisik dan emosional akibat peran ganda, religiusitas sebagai sumber keseimbangan dan ketahanan diri; serta pekerjaan sebagai ruang pembelajaran dan transformasi diri. Meskipun sering mengalami kelelahan dan benturan jadwal, para mahasiswa secara konsisten menempatkan akademik sebagai prioritas utama, menerapkan strategi adaptif seperti perencanaan harian, pengaturan jadwal kuliah, dan penyesuaian aktivitas sosial, serta memanfaatkan nilai-nilai religius sebagai kekuatan internal. Secara keseluruhan, pengalaman *Work-Life-Study Balance* bagi mahasiswa pekerja *part-time* di lingkungan perguruan tinggi Islam tidak hanya berupa pengelolaan waktu, melainkan juga proses pembentukan identitas, ketahanan, dan makna pribadi yang mendalam.

SARAN

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian dengan skala yang lebih luas, baik secara kuantitas informan maupun variasi jenis pekerjaan *part-time*, agar dapat memperkaya pemahaman mengenai *Work-Life-Study Balance*. Penelitian mendatang juga dapat menggunakan pendekatan mixed-methods untuk mengukur secara kuantitatif hubungan antara tingkat religiusitas, strategi adaptif, dan tingkat kelelahan dengan prestasi akademik. Selain itu, penting untuk mengeksplorasi perbedaan pengalaman *Work-Life-Study Balance* antara mahasiswa program sarjana dan pascasarjana, serta antara mahasiswa yang berasal dari latar belakang ekonomi berbeda. Penelitian lanjutan yang membandingkan pengalaman mahasiswa di perguruan tinggi keagamaan dengan perguruan tinggi umum juga akan memberikan kontribusi yang berharga bagi pengembangan teori dan intervensi pendukung mahasiswa pekerja di Indonesia.

DAFTAR RUJUKAN

- Ajjah Ajjah & Sugeng Pradikto. (2025). Pengaruh Kerja *Part-time* dan Manajemen Waktu Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Universitas PGRI Wiranegara. *Jurnal Manajemen Riset Inovasi*, 3(1), 59–70. <https://doi.org/10.55606/mri.v3i1.3443>
- Arnett, J. J. (2010). Oh, Grow Up! Generational Grumbling and the New Life Stage of Emerging Adulthood—Commentary on Trzesniewski & Donnellan (2010). *Perspectives on Psychological Science*, 5(1), 89–92. <https://doi.org/10.1177/1745691609357016>
- Batubara, R. L., Nabila, I. A., & Rochman, K. L. (t.t.). *REALITAS KARIR MAHASISWA PEKERJA DI PURWOKERTO*.
- Cecille B. Walog, Michelle E. Dignos, Angeline C. Heyrana, & Hyacinth Blaize R. Augusto. (2024a). *Impediments of the Working Students: A Phenomenological Study*. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.11188260>
- Cecille B. Walog, Michelle E. Dignos, Angeline C. Heyrana, & Hyacinth Blaize R. Augusto. (2024b). *Impediments of the Working Students: A Phenomenological Study*. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.11188260>
- Dianty Nur Inayah, Muh Daud, & Haerani Nur. (2023). Pengaruh Manajemen Waktu Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa yang Bekerja di Kota Makassar. *PESHUM : Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 2(2), 266–273. <https://doi.org/10.56799/peshum.v2i2.1391>
- Firdaus, I., Ramadan, J. A., Sulastris, L., Fadilah, R. R. M., & Prastyo, Y. (t.t.). *Strategi Manajemen Waktu bagi Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu (Studi Kualitatif)*.
- Fitri, V. Y., Hartati, R., & Fadhli, M. (2023). Bagaimana Efikasi Diri bisa meningkatkan Work-Life Balance Pada Mahasiswa Yang Bekerja ? *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*, 6(2), 52–59. <https://doi.org/10.36341/psi.v6i2.3168>
- Graça, L., & Brandão, T. (2024). Religious/Spiritual Coping, Emotion Regulation, Psychological Well-Being, and Life Satisfaction among University Students. *Journal of Psychology and Theology*, 52(3), 342–358. <https://doi.org/10.1177/00916471231223920>
- Hadiyati, H., & Fatkhurahman, F. (2023). STRATEGI MEMBANGUN RASA PERCAYA DIRI MAHASISWA BERWIRAUSAHA. *Jurnal Bisnis Kompetitif*, 2(1), 64–70. <https://doi.org/10.35446/bisniskompetif.v2i1.1419>
- Hamra, N. E., & Widiasih, P. A. (2024). Gambaran Work-Life Balance Mahasiswa yang Bekerja di Sektor FnB. *WACANA*, 16(2), 110. <https://doi.org/10.20961/wacana.v16i2.85362>
- Karnia, R. R., Riza, W. L., & Tyas, D. M. (t.t.). *Work-Study Conflict dan Coping Strategy Sebagai Prediktor Academic Burnout Pada Mahasiswa Bekerja*.
- Naufal, R. M. (2025). *The Influence of Work-Life Balance, Self-Efficacy, and Social Support on Working Students*. 1(6).
- Ningsih, F. W., Zega, A. G., Agustin, S., & Aryani, S. D. (2026). *Pendekatan dan Langkah Praktis untuk Menjaga Keseimbangan Akademik dan Pekerjaan pada Strategi Efektif Menghadapi Risiko bagi Siswa yang Ingin Menjalani Kuliah Sambil Kerja*. 6(1).

- Novita, D., Mayani, K., Cahyani, P., & Destriyani, R. (2026). *Strategi Efektif Bertahan dan Berkembang di Dunia Akademik dan Kerja*. 6(1).
- Nuraini, Z., & Hidayat, W. (2025). RISIKO DAN TANTANGAN MAHASISWA MANAJEMEN PENDIDIKAN YANG BEKERJA FREELANCE DI PT SIMA DWI PUTRA LESTARI. *V o l u m e*.
- Pauline Hapsari & Darodjat. (2025). Correlation Between Islamic Religiosity and Mental Well-Being in Students in the Perspective of Achieving Sustainable Development Goals (SDGs). *Profetika: Jurnal Studi Islam*, 25(02), 363–374. <https://doi.org/10.23917/profetika.v25i02.4363>
- Perna, L. W. (2010). *Understanding the Working College Student* (1st Edition).
- Rahma, S. (t.t.). *Work–Life Balance Mahasiswa Pekerja: Peran Manajemen Waktu, Burnout, dan Self-Efficacy*.
- Safithri, S., & Raihana, P. A. (t.t.). *Strategi Coping Mahasiswa Tingkat Akhir yang Bekerja dalam Menghadapi Skripsi*.
- Salamah, A. N. (t.t.). *Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh :*
- Sebullen, M., & Bantali, J. (2025). Working Student Nurses: A Husserlian Phenomenology of Study-Work Balance. *Journal of Interdisciplinary Perspectives*, 3(8), 979–985. <https://doi.org/10.69569/jip.2025.531>
- Syaputra, M. I., & Adrian, M. (t.t.). *The Role of Working Time Flexibility in Shaping Working Students' Strategies Towards an Optimal Balance between Study and Work: A Phenomenological*.
- Tumin, T., Faizuddin, A., Mansir, F., Purnomo, H., & Aisyah, N. (2020). Working Students in Higher Education: Challenges and Solutions. *Al-Hayat: Journal of Islamic Education*, 4(1), 79. <https://doi.org/10.35723/ajie.v4i1.108>
- Vokić, N. P., Bilušić, M. R., & Perić, I. (2021). Work-Study-Life Balance – the Concept, its Dyads, Socio-Demographic Predictors and Emotional Consequences. *Zagreb International Review of Economics and Business*, 24(s1), 77–94. <https://doi.org/10.2478/zireb-2021-0021>