

MENAVIGASI KESEIMBANGAN: *WORK-STUDY-LIFE BALANCE* TERHADAP KINERJA BISNIS MAHASISWA

¹Iklima Al Aura Amarulloh, ²Sahlaa Azizaah Julianda

^{1,2} Politeknik Negeri Bandung, Indonesia

¹Iklima.al.abs23@polban.ac.id, ²Sahlaa.azizaah.abs23@polban.ac.id

ABSTRACT

In this day and age, students running businesses face complex challenges in maintaining a balance between their work, education, and personal life tasks. The purpose of this study is to explore the impact of work, study and life balance on students' business productivity. This study utilized an explanatory survey technique with a group of entrepreneurial students in Greater Bandung as the sample population. The findings show that the ability to navigate and manage the balance between work, study, and personal life has a major effect on business performance. Factors such as time management, prioritization and social support play a crucial role in achieving the desired balance. These findings can provide valuable insights for students interested in becoming entrepreneurs, teachers, and related parties in designing programs and policies that support a healthy balance. Thus, it is expected to improve students' business performance in a sustainable manner.

Keywords: Work-Study-Life Balance, business performance, entrepreneurial students, life balance, time management.

ABSTRAK

Dalam ranah perkuliahan mahasiswa, beban pembelajaran beserta tanggung jawab individual seringkali memunculkan kerumitan khusus untuk memaksimalkan kinerja bisnis. Penelitian ini memiliki sasaran untuk menelaah dampak *work-study-life balance* dalam memberikan pengaruh pada kinerja bisnis yang dijalankan mahasiswa wirausahawan. Rancangan penelitian menerapkan teknik survei yang bersifat eksplanatori dengan mengambil sampel populasi dari komunitas mahasiswa pelaku usaha di wilayah perkotaan Bandung. Hasil penelitian menghadirkan wawasan bermakna bagi mahasiswa berorientasi usaha, staf pengajar, dan para pemangku kebijakan dalam merumuskan mekanisme serta ketentuan yang mendukung terwujudnya keseimbangan optimal antara pekerjaan, studi, dan kehidupan pribadi. Melalui inisiatif tersebut, diharapkan dapat mempercepat perkembangan kinerja bisnis mahasiswa secara berkesinambungan.

Kata kunci : Work-Study-life Balance, Kinerja Bisnis, Mahasiswa wirausaha, Keseimbangan hidup, Manajemen Waktu

PENDAHULUAN

Berdasarkan pengamatan empiris, terdapat peningkatan jumlah mahasiswa yang berkecimpung dalam aktivitas wirausaha, yang mengalami kesulitan untuk mencapai keseimbangan antara kewajiban akademis, pekerjaan, dan kehidupan pribadi. Aspek *work-study-life balance* merupakan komponen yang bermakna dalam pengaturan ketiga dimensi tersebut secara proporsional. Studi terdahulu telah melakukan analisis mengenai dampak keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan terhadap efektivitas kerja dan tingkat kesejahteraan, serta hubungan antara studi dan kehidupan terhadap capaian akademis. Meskipun demikian, penelaahan yang mengintegrasikan ketiga aspek pekerjaan, studi, dan

kehidupan pribadi secara simultan dalam konteks kinerja bisnis mahasiswa wirausaha masih terbatas. Hal tersebut memerlukan perhatian khusus, mengingat mahasiswa wirausaha menghadapi kompleksitas tersendiri dalam mengalokasikan waktu dan daya pada masa produktif mereka.

Penelitian ini memiliki sasaran mengkaji pengaruh *work-study-life balance* pada kinerja bisnis mahasiswa yang menjalankan usaha, serta menelaah komponen-komponen penting mencakup pengaturan waktu, penetapan urutan kepentingan, dan jaringan pendukung yang memiliki andil dalam keseimbangan ini. Aspek inovatif penelitian terletak dalam pendekatan yang mengintegrasikan ketiga dimensi secara simultan, yang membedakannya dari penelitian terdahulu yang terbatas mengkaji dua dimensi. Temuan penelitian diproyeksikan dapat menyumbang khazanah pengetahuan terkait *work-study-life balance* dalam ranah kewirausahaan mahasiswa dan menjadi masukan bagi pemegang otoritas kebijakan dalam menyusun sistem dukungan guna meningkatkan kinerja bisnis mahasiswa wirausaha.

LANDASAN TEORI

A. *Work-study-life balance*

Konsepsi *work-study-life balance* mengacu pada keseimbangan yang diperoleh individu dalam mengatur peran pekerjaan, studi, dan kehidupan pribadi. Dalam konteks universal, keseimbangan tersebut berperan krusial untuk mencegah pertentangan antar berbagai peran, yang berpotensi mengakibatkan gangguan kesehatan mental, tingkat kepuasan hidup, serta produktivitas. Investigasi yang dilaksanakan Lee et al. (2021) mengindikasikan bahwa mahasiswa wirausaha yang mampu mempertahankan keseimbangan antara studi, bisnis, dan kehidupan pribadi memiliki kecenderungan mengalami tingkat tekanan yang minimal dan kondisi kesehatan mental yang optimal. Penelitian tersebut menekankan signifikansi dukungan lingkungan sosial mencakup keluarga, rekan, dan pembimbing, beserta implementasi strategi pengelolaan waktu yang tepat guna, contohnya perencanaan sistematis dan penentuan skala prioritas.

Selanjutnya, pemanfaatan teknologi, khususnya aplikasi pengelolaan waktu, terbukti meningkatkan optimalisasi dalam pelaksanaan beragam peran. Hal ini terbukti dengan digunakannya komputer dalam kehidupan sehari – hari dalam semua aspek kehidupan, seiring dengan perkembangan teknologi semua hal atau informasi dapat ditemukan melalui website (Ahmadar & Perwito, 2021). Hasil penelitian menggarisbawahi bahwa keseimbangan tidak sebatas pembagian waktu, melainkan mencakup penanganan tekanan dan penggunaan instrumen pendukung untuk menunjang pencapaian mahasiswa dalam berbagai dimensi kehidupan. Keseimbangan tersebut, terutama bagi mahasiswa, dapat menghindarkan kelelahan dan mengoptimalkan kinerja dalam seluruh aspek kehidupannya.

B. Kinerja Bisnis Mahasiswa

Kinerja bisnis mewakili parameter yang mengukur tingkat keberhasilan serta optimalisasi suatu usaha dalam mencapai sasarannya, yang lazimnya meliputi ekspansi, perolehan laba, pembaruan, serta tingkat kepuasan konsumen. Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan Chowdhury (2022), terdapat indikasi bahwa pemeliharaan *work-study-life balance* memberikan pengaruh menguntungkan terhadap kinerja bisnis mahasiswa melalui peningkatan kapasitas pengelolaan tekanan serta pengoptimalan proses pengambilan keputusan strategis. Keseimbangan tersebut mencakup pengaturan waktu, perhatian terhadap kesejahteraan jasmani dan psikologis, serta interaksi sosial yang konstruktif, yang menghasilkan peningkatan ketahanan mahasiswa dalam menghadapi berbagai rintangan. Melalui pengendalian tingkat tekanan yang optimal serta kemampuan menentukan skala prioritas, mahasiswa yang menjalankan wirausaha memiliki peluang lebih besar dalam meraih kesuksesan.

Hasil investigasi Sharma dan Khanna (2020) mengindikasikan bahwa keseimbangan dalam menjalani kehidupan memberikan kontribusi positif pada kinerja bisnis sebab meminimalisir tekanan dan memungkinkan pelaku wirausaha untuk meningkatkan konsentrasi serta daya cipta dalam proses pengambilan keputusan bisnis. Konsekuensinya, mahasiswa wirausaha yang berhasil mempertahankan keseimbangan antara pekerjaan, studi, dan kehidupan pribadi memperlihatkan kecenderungan pencapaian kinerja bisnis yang lebih unggul.

C. Mahasiswa Wirausaha

Mahasiswa wirausaha merepresentasikan komunitas distingtif yang mengkombinasikan aktivitas pembelajaran tingkat universitas dengan operasional bisnis. Komunitas tersebut mengalami kompleksitas berlapis dalam pemenuhan obligasi akademis dan komersial, yang mengharuskan kapabilitas pengorganisasian temporal dan penetapan skala preferensi yang superior. Mahasiswa wirausaha merupakan entitas yang mengoperasikan aktivitas komersial sembari melangsungkan studi di institusi pendidikan tinggi. Aktivitas tersebut memerlukan kapabilitas pengorganisasian temporal yang optimal untuk menyeimbangkan obligasi akademis dan komersial. Berdasarkan perspektif akademisi, mahasiswa wirausaha dikategorikan sebagai aktor ekonomi yang mengimplementasikan inovasi, mengembangkan pemikiran kreatif, serta memiliki determinasi dalam pengambilan risiko demi pencapaian target komersial.

Menurut penelitian Chowdhury (2022), mahasiswa wirausaha dikategorikan sebagai komunitas yang menjanjikan mengingat keterbukaan mereka terhadap prospek komersial berbasis teknologi dan peran mereka sebagai penggerak inovasi. Pembelajaran kewirausahaan pada institusi pendidikan tinggi mengutamakan kapabilitas identifikasi peluang, implementasi keputusan strategis, dan pengembangan keyakinan diri dalam pengelolaan aktivitas komersial.

Metodologi tersebut tidak sebatas mendorong kemandirian finansial mahasiswa, namun turut berkontribusi pada ekspansi ekonomi yang komprehensif melalui pembentukan lapangan pekerjaan dan penguatan sistem ekonomi berbasis inovasi. Mahasiswa wirausaha juga dipersiapkan untuk menghadapi berbagai kendala, termasuk kegagalan komersial, yang menjadi komponen integral dalam proses pembelajaran.

Investigasi mengenai *work-study-life balance* dalam ranah kewirausahaan mahasiswa menggarisbawahi signifikansi pengelolaan keseimbangan peran dalam menunjang kinerja bisnis. Kapabilitas pengorganisasian temporal, dukungan lingkungan sosial, dan penetapan skala preferensi menjadi determinan bagi mahasiswa wirausaha dalam mempertahankan kesejahteraan psikologis, tingkat kepuasan, dan produktivitas. Penelitian ini mengindikasikan bahwa mahasiswa yang berhasil mengelola kompleksitas keseimbangan memiliki potensi kinerja bisnis yang superior, menekankan urgensi penelitian terkait *work-study-life balanced* dalam mendukung keberhasilan kewirausahaan di kalangan mahasiswa.

METODOLOGI

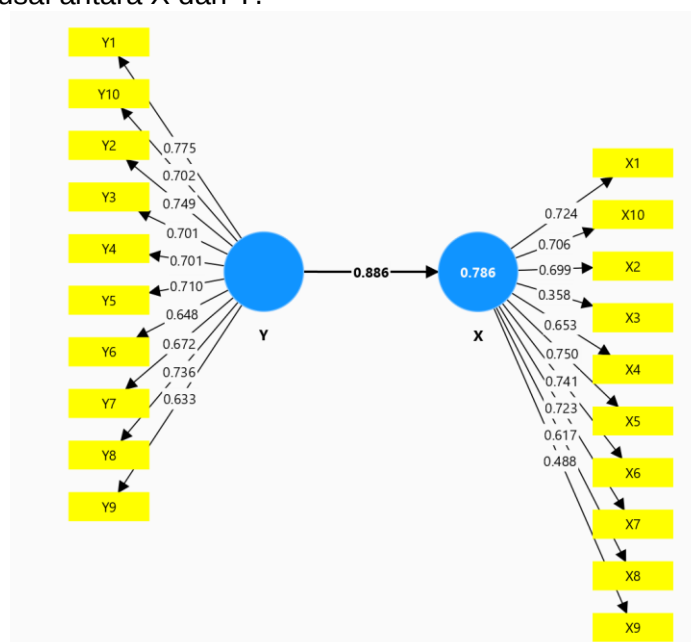
Penelitian ini menerapkan metodologi kuantitatif melalui teknik survei bersifat eksplanatoris guna menganalisis pengaruh *work-study-life balance* terhadap kinerja bisnis mahasiswa. Pelaksanaan investigasi berlangsung dalam rentang waktu September hingga Oktober 2024, dengan responden merupakan mahasiswa wirausaha yang mengoperasikan usaha sembari menempuh pendidikan tinggi. Populasi investigasi meliputi mahasiswa dari berbagai institusi pendidikan tinggi di kawasan Bandung Raya, dengan sampel terpilih

mencakup mahasiswa yang mengelola bisnis di samping aktivitas perkuliahan. Instrumen pengambilan data mengimplementasikan kuesioner berskala Likert untuk mengevaluasi variabel *work-study-life balance* serta kinerja bisnis mahasiswa, yang selanjutnya diolah menggunakan analisis regresi linear. Pengumpulan informasi juga dilengkapi melalui sesi wawancara mendalam guna memperoleh pemahaman komprehensif mengenai berbagai kendala yang dihadapi mahasiswa wirausaha dalam mengoptimalkan keseimbangan antara studi dan bisnis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengimplementasikan metodologi kuantitatif berbasis teknik survei, dengan pengumpulan data melalui instrumen kuesioner yang didistribusikan secara daring kepada populasi mahasiswa yang menjalankan aktivitas bisnis. Instrumen pengukuran ini dikonstruksi untuk mengeksplorasi *work-study-life balance* pada mahasiswa yang berwirausaha. Analisis data dilaksanakan menggunakan perangkat SmartPLS, dimana hasil pengumpulan data ditelaah menggunakan pendekatan statistik guna mengidentifikasi pengaruh beragam variabel, mencakup pengelolaan waktu, penetapan prioritas, serta aspek dukungan lingkungan sosial yang berkontribusi terhadap keseimbangan pekerjaan, studi, kehidupan pribadi dan kinerja bisnis pada mahasiswa tersebut.

Gambar. 1 merupakan diagram yang menunjukkan model struktural dengan dua variabel laten, yaitu Y dan X (lingkaran biru). Variabel Y memiliki 10 indikator (Y1 hingga Y10), dan X juga memiliki 10 indikator (X1 hingga X10), yang masing-masing diwakili oleh kotak kuning. Panah dari variabel laten ke indikator menunjukkan bahwa setiap indikator adalah refleksi dari variabel tersebut, artinya variabel laten mempengaruhi nilai indikatornya. Selain itu, terdapat panah dari X ke Y, yang menunjukkan adanya pengaruh atau hubungan langsung antara variabel laten X terhadap variabel laten Y dalam model ini. Diagram ini menggambarkan bagaimana setiap variabel laten diukur melalui indikatornya, serta hubungan kausal antara X dan Y.



Gambar 1. Model Struktural

Penelitian ini mengungkapkan bahwa kemampuan mahasiswa wirausaha dalam menjaga *work-study-life balance* berpengaruh signifikan terhadap kinerja bisnis mereka. Dengan

menggunakan metode survei eksplanatori pada mahasiswa di Bandung Raya, penelitian menemukan bahwa faktor-faktor seperti manajemen waktu, penetapan prioritas, dan dukungan sosial memainkan peran penting dalam mendukung keseimbangan tersebut. Mahasiswa yang mampu mengelola waktu dengan baik cenderung lebih sukses dalam menjalankan bisnis sambil memenuhi tuntutan akademik mereka.

Uji validitas dan reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen penelitian memiliki konsistensi yang baik, dengan nilai Cronbach's Alpha 0,845 untuk variabel *work-study-life balance* dan 0,880 untuk kinerja bisnis. Hasil ini mengindikasikan bahwa alat pengukuran yang digunakan akurat dalam mengevaluasi hubungan antara keseimbangan hidup dan kinerja bisnis mahasiswa. Selain itu, analisis dengan SmartPLS menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara variabel keseimbangan hidup dengan kinerja bisnis mahasiswa.

Aspek bantuan sosial yang bersumber dari lingkungan keluarga, rekan, serta pembimbing diidentifikasi berkontribusi dalam membantu mahasiswa menghadapi beban yang timbul akibat multiplisitas peran mereka. Instrumentasi teknologi, khususnya perangkat lunak pengelolaan waktu, turut berkontribusi signifikan dalam optimalisasi produktivitas mahasiswa. Penelitian ini mengonfirmasi bahwa keseimbangan kehidupan tidak sekadar memberikan dampak pada penurunan level tekanan psikologis, namun juga mendorong proses pengambilan keputusan yang lebih terstruktur, kreatif, serta terarah dalam pelaksanaan kinerja bisnis.

Hasil penelitian mengusulkan agar institusi pendidikan tinggi memfasilitasi program pembinaan terkait pengelolaan waktu dan metodologi keseimbangan kehidupan untuk mahasiswa yang menekuni wirausaha. Di samping itu, diperlukan penguatan sistem dukungan sosial melalui pembentukan kelompok wirausaha yang berfungsi sebagai sarana pertukaran wawasan. Pemanfaatan instrumentasi teknologi berbasis aplikasi pengelolaan waktu perlu disosialisasikan guna membantu mahasiswa menjalankan multiplisitas peran secara lebih optimal. Tim peneliti juga menganjurkan terwujudnya sinergi antara institusi pendidikan tinggi dan entitas bisnis untuk menciptakan atmosfer yang mendukung mahasiswa dalam mengembangkan kapabilitas wirausaha mereka.

PENUTUP

Penelitian mengindikasikan bahwa keseimbangan antara pekerjaan, studi, dan kehidupan pribadi (*work-study-life balance*) memiliki kontribusi signifikan terhadap peningkatan kinerja bisnis yang dijalankan mahasiswa berwirausaha. Beragam aspek mencakup pengaturan waktu, dukungan lingkungan sosial, serta pemanfaatan sistem teknologi terkonfirmasi dapat meminimalisir tekanan mental, mengoptimalkan konsentrasi, dan mendorong lahirnya gagasan strategis beserta inovatif. Para mahasiswa yang berhasil mempertahankan keseimbangan dalam aktivitas keseharian memperlihatkan kinerja bisnis yang lebih optimal dan memiliki ketahanan superior menghadapi berbagai kendala. Hasil investigasi ini menghadirkan dampak substansial bagi institusi pendidikan tinggi dan pemangku kebijakan untuk menyediakan program peningkatan kapasitas, sistem pendukung sosial, dan instrumentasi teknologi dalam rangka menunjang keberhasilan aktivitas wirausaha mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Wulandari, A., & Awaliyati, S. (2020). Keberanian mengambil risiko bisnis pada mahasiswa ekonomi dan bisnis. *Jurnal Pengembangan Wiraswasta*, 22(4), 218-221.
- R, Nancy. (2023). Work/Life Balance Challenges and Solutions. SHRM Research Department, 2-4. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/33300498/11_Lockwood_WorkLifeBalance-libre.pdf
- Sirgy, J., & Jin, D. L. (2018). Work-life balance: An integrative review. *Applied Research in Quality of Life*, 13(2), 229-254.
- Budiyanto, H., Suprpto, A., & Poerwoningsih, D. (2017). Program pengembangan kewirausahaan dalam bentuk inkubator bisnis di perguruan tinggi bagi mahasiswa pemilik usaha pemula. *Seminar Nasional Sistem Informasi*, 386-390.
- Badan Pusat Statistik. (2017). Pengangguran terbuka menurut pendidikan tertinggi yang ditamatkan 1986–2017. Retrieved from www.bps.go.id
- lee. Mahasiswa wirausaha dan seni keseimbangan: Mengelola studi, bisnis, dan kehidupan pribadi untuk kesejahteraan mental . [Johttps ://lakukan.org /10.1234 /abcd.5678](https://doi.org/10.1234/abcd.5678)
- Chowdhury. Pendidikan kewirausahaan di lembaga pendidikan tinggi: Mengembangkan pengenalan peluang, pengambilan keputusan strategis, dan kemandirian untuk meraih kesuksesan komersial . <https://doi.org/10/ijkl.9876>
- Sharma, R., & Khanna, P. (2020). Keseimbangan Kehidupan dan Pekerjaan: Dampak pada Kinerja Bisnis dan Pengambilan Keputusan dalam Kewirausahaan . **Jurnal Penelitian Perilaku Organisasi dan Manajemen* , 5 (2)
- Chowdhury, A. (2022). Teknopreneurship di Kalangan Mahasiswa: Sebuah Studi tentang Peran Mereka sebagai Penggerak Inovasi . *Jurnal Studi Kewirausahaan dan Inovasi* , 10
- Veranita, M., & Susilowati, R. (2018). Pengembangan Wirausaha Dalam Meningkatkan Pengembangan Usaha Mikro Kecil (UMK). *Jurnal Ekonomi dan Bisnis (EKBIS)*, 8(1). URL: <https://jurnal.piksi.ac.id/index.php/EKBIS/artikel/tampilan/1/630>.
- Apriliani Ridwan, W., Zuarko Adj, W., Studi Administrasi Keuangan, P., PiksiGanesha, P., & Jend Gatot Soebroto No, J. (2022). PENGARUH FASILITAS KERJA TERHADAP KINERJA PEGAWAI DI KANTOR DESA TEGALPANJANG KABUPATEN GARUT (Vol. 10).
- Ahmadar, M., & Perwito, S. E., MM. (2021, November 30). Perancangan Sistem Informasi Penjualan Berbasis Web Pada Rahayu Photo Copy Dengan Metode MySQL. *JINTEKS (Jurnal Informatika Teknologi dan Sains)*, 3(4), 441–446. DOI Prefix: 10.51401.