

Menegosiasikan Keseimbangan: Pemaknaan *Study-Work-Life Balance* oleh Mahasiswa Pekerja Paruh Waktu

Dessy Tri Annisa^{1*} dan Moh. Mudzakkir²

^{1,2}Program Studi Sosiologi, Jurusan Ilmu Sosial, FISIPOL - Unesa

dessy.22133@mhs.unesa.ac.id

Abstract

This study aims to understand how part-time working students interpret study-work-life balance and explain how these meanings are formed through everyday experiences. The study employed a qualitative approach using Alfred Schutz's social phenomenology. The participants were twelve active students at Universitas Negeri Surabaya who worked part-time and were selected through purposive sampling. Data were collected through semi-structured in-depth interviews and analyzed thematically by identifying, grouping, and interpreting recurring patterns of meaning. The analysis focused on subjective meaning, stock of knowledge, because motives, and in-order-to motives that shaped the participants' understanding of balance among study, work, and personal life. The findings show that study-work-life balance was not interpreted as an equal distribution of time across the three domains. Instead, balance was understood as the ability to maintain academic and work responsibilities, experience emotional comfort, adapt to demanding routines, and preserve opportunities for recovery. Imbalance emerged when work dominated students' time and energy, reduced opportunities for rest and social interaction, and disrupted academic responsibilities. Differences in interpretation were influenced by previous work experience, economic conditions, job characteristics, social support, reasons for working, and future-oriented goals. This study concludes that study-work-life balance is a subjective and dynamic reality constructed through the relationship between past experiences, future purposes, and students' present circumstances. Therefore, similar workloads and levels of fatigue may be interpreted differently depending on the meaning students attach to their responsibilities, sacrifices, and desired outcomes.

Keywords: Part-time work; Social phenomenology; Student workers; Study-work-life balance; Subjective meaning.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan memahami pemaknaan *study-work-life balance* oleh mahasiswa pekerja paruh waktu serta menjelaskan proses terbentuknya pemaknaan tersebut berdasarkan pengalaman kehidupan sehari-hari. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan perspektif fenomenologi sosial Alfred Schutz. Informan terdiri atas dua belas mahasiswa aktif Universitas Negeri Surabaya yang bekerja paruh waktu dan dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur, kemudian dianalisis secara tematik melalui proses identifikasi, pengelompokan, dan interpretasi pola pemaknaan. Analisis difokuskan pada makna subjektif, *stock of knowledge*, *because motives*, dan *in-order-to motives* yang melatarbelakangi cara informan memahami keseimbangan antara studi, pekerjaan, dan kehidupan pribadi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *study-work-life balance* tidak dimaknai sebagai pembagian waktu yang sama di antara ketiga ranah tersebut. Keseimbangan dipahami sebagai kemampuan mempertahankan tanggung jawab akademik dan pekerjaan, tetap merasakan kenyamanan emosional, beradaptasi dengan kesibukan, serta menyediakan ruang untuk memulihkan diri. Sebaliknya, ketidakseimbangan dirasakan ketika pekerjaan mendominasi waktu dan energi, mengurangi waktu istirahat dan kehidupan sosial, serta menghambat pemenuhan kewajiban akademik. Perbedaan pemaknaan dipengaruhi oleh pengalaman kerja, kondisi ekonomi, karakteristik pekerjaan, dukungan sosial, alasan bekerja, dan tujuan yang ingin dicapai. Penelitian ini menyimpulkan bahwa *study-work-life balance* merupakan realitas subjektif dan dinamis yang dibentuk melalui hubungan antara pengalaman masa lalu, tujuan masa depan, dan situasi mahasiswa pada masa sekarang.

Kata kunci: Fenomenologi sosial; Mahasiswa pekerja; Makna subjektif; Pekerjaan paruh waktu; *Study-work-life balance*.

1. Pendahuluan

Mahasiswa yang bekerja paruh waktu menjalani beberapa tuntutan secara bersamaan, yaitu menyelesaikan kewajiban akademik, memenuhi tanggung jawab pekerjaan, dan mempertahankan kehidupan pribadi. Peran ganda tersebut dapat memberikan manfaat berupa tambahan penghasilan, pengalaman kerja, peningkatan keterampilan, perluasan relasi sosial, serta pembentukan kemandirian. Pengalaman bekerja juga dapat menjadi sarana bagi mahasiswa untuk mempersiapkan diri menghadapi dunia kerja setelah menyelesaikan pendidikan. Namun, pekerjaan dapat mengurangi waktu belajar, waktu beristirahat, kesempatan mengikuti kegiatan kampus, serta interaksi dengan keluarga dan teman. Mahasiswa juga berpotensi menghadapi benturan jadwal, kelelahan fisik, dan tekanan emosional akibat tuntutan dari beberapa peran yang dijalani secara bersamaan.

Dalam kondisi tersebut, mahasiswa perlu membangun keseimbangan antara studi, pekerjaan, dan kehidupan pribadi atau *study-work-life balance*. Konsep keseimbangan tidak memiliki pengertian yang sepenuhnya seragam. Kalliath dan Brough menjelaskan bahwa keseimbangan dapat dipahami melalui kesetaraan peran, kepuasan dalam menjalankan berbagai peran, pemenuhan peran yang dianggap penting, hubungan antara konflik dan fasilitasi, serta persepsi individu terhadap kendali atas kehidupannya [1]. Dengan demikian, keseimbangan tidak selalu ditentukan oleh pembagian waktu yang sama. Seseorang dapat merasa seimbang meskipun porsi waktu untuk setiap peran berbeda, selama tanggung jawab utama tetap terlaksana, aktivitas masih memberikan kepuasan, dan tekanan yang dirasakan masih dapat dikelola.

Penelitian mengenai mahasiswa pekerja telah dilakukan melalui berbagai pendekatan. Astuti dan Nurwidawati menemukan hubungan positif yang signifikan antara *work-life balance* dan *subjective well-being* pada mahasiswa pekerja paruh waktu di Surabaya [2]. Grozev dan Easterbrook menunjukkan bahwa mahasiswa pekerja mengalami ketidakselarasan praktis akibat keterbatasan waktu, energi, dan kontak sosial, serta mengembangkan strategi untuk mengurangi tekanan tersebut [3]. Taylor dan Bobadilla Sandoval juga menunjukkan bahwa fleksibilitas jadwal, pengakuan atasan terhadap prioritas akademik, dan dukungan rekan kerja menjadi kondisi penting dalam membantu mahasiswa menggabungkan pekerjaan dengan studi [4]. Penelitian terdahulu tersebut lebih banyak membahas hubungan keseimbangan dengan kesejahteraan, konflik studi dan pekerjaan, strategi penyesuaian, serta dukungan lingkungan kerja.

Pembahasan mengenai cara mahasiswa memberikan arti pada kondisi “seimbang” masih perlu dikembangkan. Artikel ini menggunakan perspektif fenomenologi sosial Alfred Schutz untuk memahami keseimbangan sebagai realitas yang dibentuk melalui pengalaman subjektif. Schutz menjelaskan bahwa tindakan sosial perlu dipahami berdasarkan makna yang diberikan individu terhadap pengalaman kehidupan sehari-harinya [5]. Perspektif ini memungkinkan penelitian mengkaji bagaimana pengalaman masa lalu, pengetahuan, alasan bekerja, dan tujuan masa depan membentuk pemaknaan mahasiswa terhadap keseimbangan. Penelitian ini berfokus pada pemaknaan *study-work-life balance* oleh mahasiswa pekerja paruh waktu serta bertujuan mengidentifikasi ragam pemaknaan keseimbangan dan menganalisis proses terbentuknya pemaknaan tersebut melalui fenomenologi sosial Alfred Schutz dalam kehidupan sehari-hari para informan.

2. Kajian Pustaka

2.1 Teori Fenomenologi Sosial Alfred Schutz

Fenomenologi sosial Alfred Schutz digunakan untuk memahami tindakan sosial berdasarkan makna subjektif individu dalam kehidupan sehari-hari. Schutz menjelaskan bahwa tindakan manusia tidak cukup dipahami melalui perilaku yang tampak, tetapi perlu ditelusuri melalui pengalaman, pengetahuan, motif, dan tujuan yang mendasarinya [5]. Setiap individu memiliki *stock of knowledge*, yaitu kumpulan pengetahuan dan pengalaman yang diperoleh selama kehidupan dan digunakan sebagai acuan untuk memahami situasi sosial. Karena pengalaman individu berbeda, keadaan yang serupa dapat dimaknai secara berbeda.

Schutz membedakan motif tindakan menjadi *because motives* dan *in-order-to motives*. *Because motives* mengacu pada pengalaman masa lalu atau kondisi yang melatarbelakangi seseorang melakukan tindakan, sedangkan *in-order-to motives* berkaitan dengan tujuan yang ingin dicapai melalui tindakan tersebut. Dalam penelitian ini, fenomenologi sosial Schutz digunakan untuk menganalisis bagaimana pengalaman kerja, kondisi ekonomi, alasan bekerja, dan tujuan mahasiswa membentuk pemaknaan terhadap *study-work-life balance*.

2.2 Dimensi Work-Life Balance

Fisher, Bulger, dan Smith menjelaskan hubungan antara pekerjaan dan kehidupan di luar pekerjaan melalui empat dimensi [6]. Pertama, *work interference with personal life*, yaitu ketika tuntutan pekerjaan mengganggu kehidupan pribadi. Kedua, *personal life interference with work*, yaitu ketika persoalan kehidupan pribadi menghambat pekerjaan. Ketiga, *work enhancement of personal life*, yaitu ketika pengalaman kerja meningkatkan kualitas kehidupan pribadi. Keempat, *personal life enhancement of work*, yaitu ketika kehidupan pribadi memberikan pengaruh positif terhadap pekerjaan. Keempat dimensi tersebut menunjukkan bahwa hubungan pekerjaan dan kehidupan pribadi bersifat dua arah serta dapat menimbulkan gangguan maupun manfaat. Dalam artikel ini, dimensi Fisher digunakan untuk membaca hubungan pekerjaan, studi, dan kehidupan pribadi, sedangkan fenomenologi Schutz menjadi perspektif utama untuk memahami makna subjektif keseimbangan.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan perspektif fenomenologi sosial Alfred Schutz. Pendekatan tersebut dipilih untuk memahami pengalaman subjektif mahasiswa pekerja paruh waktu dalam memaknai keseimbangan antara studi, pekerjaan, dan kehidupan pribadi. Unit analisis penelitian adalah individu mahasiswa aktif Universitas Negeri Surabaya yang menjalani perkuliahan sekaligus bekerja paruh waktu.

Informan penelitian berjumlah dua belas mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kesesuaiannya dengan fokus penelitian. Informan berasal dari program studi, jenis pekerjaan, dan lama bekerja yang beragam. Keragaman karakteristik tersebut digunakan untuk memperoleh gambaran yang lebih luas mengenai pemaknaan *study-work-life balance* berdasarkan pengalaman masing-masing mahasiswa. Pemilihan informan diarahkan pada mahasiswa yang memiliki pengalaman langsung dalam menghadapi tuntutan akademik, pekerjaan, dan kebutuhan pribadi secara bersamaan.

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan pedoman wawancara semi-terstruktur. Teknik ini memberikan ruang kepada informan untuk menjelaskan pengalaman bekerja, alasan

dan tujuan bekerja, pengaturan kegiatan, kondisi kehidupan pribadi, serta penilaiannya terhadap keseimbangan hidup. Data dianalisis secara tematik melalui pembacaan ulang hasil wawancara, identifikasi pola, pengelompokan data ke dalam tema, interpretasi, dan penarikan kesimpulan. Hasil analisis kemudian dibaca menggunakan konsep makna subjektif, *stock of knowledge*, *because motives*, dan *in-order-to motives* Alfred Schutz untuk menjelaskan proses terbentuknya pemaknaan keseimbangan pada mahasiswa pekerja paruh waktu dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Tabel 1. Karakteristik Informan Penelitian

No.	Inisial Nama	Jenis Pekerjaan	Lama Bekerja
1.	RA	Social Media Specialist, Admin Media Sosial, dan Staff Designer	4 Bulan
2.	RP	Guru Private Renang dan Personal Trainer Gym	2,5 Tahun
3.	ER	Menjaga Warung Makan	3 Bulan
4.	DK	Guru Ngaji dan Les Private	6 Bulan
5.	IZ	Host Live	4 Bulan
6.	HF	Barista Coffee Shop	5 Bulan
7.	IA	Content Researcher	3 Bulan
8.	MN	Content Creator	8 Bulan
9.	AS	Driver Pesan-Antar Makanan	2 Tahun
10.	PR	Kasir Kedai Ciamso	4 Bulan
11.	RR	Barista di Kopitelu	1 Tahun
12.	MA	Menjaga Stand Makanan	4 Bulan

4. Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa pekerja paruh waktu memiliki pemaknaan yang beragam mengenai *study-work-life balance*. Keseimbangan tidak selalu dipahami sebagai pembagian waktu yang sama antara kegiatan perkuliahan, pekerjaan, dan kehidupan pribadi. Informan lebih banyak menilai keseimbangan berdasarkan kemampuan menjalankan tanggung jawab, kondisi emosional selama menjalani berbagai peran, kemampuan beradaptasi, ketersediaan waktu untuk memulihkan diri, serta tingkat dominasi pekerjaan dalam kehidupan sehari-hari. Sebagian mahasiswa merasa telah mencapai keseimbangan ketika kegiatan akademik dan pekerjaan tetap dapat berjalan tanpa saling menghambat, meskipun waktu beristirahat dan bersosialisasi menjadi berkurang. Sebaliknya, mahasiswa lain menilai kehidupannya belum seimbang ketika pekerjaan

menyerap waktu dan energi secara berlebihan, menimbulkan kelelahan, serta mengganggu kewajiban akademik dan kebutuhan pribadi. Perbedaan pemaknaan tersebut dipengaruhi oleh pengalaman kerja, latar belakang ekonomi, karakteristik pekerjaan, fleksibilitas jadwal, dukungan lingkungan sosial, serta tujuan yang ingin dicapai oleh masing-masing mahasiswa. Temuan ini menunjukkan bahwa *study-work-life balance* bersifat subjektif dan dinamis karena setiap mahasiswa menggunakan ukuran yang berbeda dalam menilai keseimbangan kehidupannya.

4.1 Pemaknaan Study-Work-Life Balance oleh Mahasiswa Pekerja Paruh Waktu

Mahasiswa pekerja paruh waktu tidak menggunakan ukuran yang seragam dalam menilai tercapai atau tidaknya *study-work-life balance*. Sebagian informan memandang keseimbangan sebagai kemampuan mempertahankan keberlangsungan tanggung jawab akademik dan pekerjaan. Selama perkuliahan tetap berjalan, tugas dapat diselesaikan, dan pekerjaan tidak menghambat kewajiban utama, kehidupan dinilai masih berada dalam kondisi seimbang. Dalam pemaknaan ini, keseimbangan tidak identik dengan pembagian waktu yang sama antara studi, kerja, dan kehidupan pribadi. Perbedaan porsi waktu masih dapat diterima ketika mahasiswa merasa mampu mengendalikan prioritas dan mencegah salah satu peran menjadi terbengkalai.

Pemaknaan lain menempatkan kenyamanan emosional sebagai indikator penting. Beberapa informan tetap menganggap kehidupannya seimbang meskipun mengalami kelelahan, selama kegiatan yang dijalani masih memberikan rasa senang, kepuasan, dan tidak dirasakan sebagai beban berlebihan. Kondisi emosional menjadi dasar penilaian karena mahasiswa tidak hanya mempertimbangkan jumlah waktu yang digunakan, tetapi juga kualitas pengalaman selama menjalankan peran. Rasa lelah dapat dipahami sebagai konsekuensi wajar dari kuliah sambil bekerja apabila masih disertai kebanggaan, kesenangan, dan perasaan mampu menyelesaikan kewajiban.

Selain itu, keseimbangan dipahami sebagai hasil proses adaptasi. Mahasiswa yang baru memasuki dunia kerja cenderung mengalami kesulitan ketika harus menyesuaikan jadwal perkuliahan, pekerjaan, organisasi, dan kebutuhan pribadi. Seiring berjalannya waktu, mereka membentuk kebiasaan baru, mengenali waktu yang paling memungkinkan untuk menyelesaikan tugas, serta belajar menentukan kegiatan yang harus didahulukan. Kesibukan yang pada awalnya dianggap berat kemudian dapat dipandang sebagai rutinitas. Proses pembiasaan tersebut menunjukkan bahwa standar keseimbangan dapat berubah sesuai pengalaman mahasiswa.

Ketersediaan ruang pemulihan juga menjadi ukuran keseimbangan. Waktu pribadi tidak selalu diwujudkan dalam bentuk rekreasi, perjalanan, atau pertemuan sosial. Pada sebagian informan, tidur, beristirahat di tempat tinggal, makan dengan tenang, membaca, atau melakukan kegiatan sederhana sudah dianggap cukup untuk mengembalikan energi. Pemaknaan ini menunjukkan adanya penyesuaian terhadap keterbatasan waktu. Namun, penyempitan makna waktu pribadi juga memperlihatkan bahwa kehidupan personal menjadi bagian yang paling mudah dikurangi ketika tuntutan studi dan pekerjaan meningkat.

Sebaliknya, ketidakseimbangan dimaknai muncul ketika pekerjaan mendominasi waktu dan tenaga sehingga mahasiswa kesulitan menjalankan tanggung jawab akademik, beristirahat, atau mempertahankan kehidupan sosial. Kelelahan, keteteran, jadwal yang saling berbenturan, dan minimnya waktu pemulihan menjadi indikator utama. Satu informan dapat berada dalam lebih dari satu kategori karena pemaknaan keseimbangan bersifat dinamis. Mahasiswa dapat merasa puas setelah menyelesaikan tanggung jawab, tetapi sekaligus menyadari bahwa waktu pribadinya

sangat terbatas. Dengan demikian, tabel pemetaan temuan menunjukkan bahwa *study-work-life balance* merupakan penilaian yang kompleks, tidak tunggal, dan dipengaruhi oleh cara mahasiswa memahami pengalaman yang dijalani.

Tabel 2. Pemaknaan Study-Work-Life Balance oleh Mahasiswa Pekerja Paruh Waktu

Bentuk pemaknaan	Indikator yang digunakan	Gambaran pengalaman	Informan terkait
Keseimbangan sebagai keberlangsungan tanggung jawab	Kuliah dan pekerjaan tetap berjalan serta tidak saling mengganggu	Kelelahan dan berkurangnya waktu bermain masih dapat diterima selama kewajiban utama terselesaikan	RA, AS, MA
Keseimbangan sebagai kenyamanan emosional	Tetap merasa bahagia, nyaman, dan tidak terbebani	Kelelahan tidak langsung dimaknai sebagai ketidakseimbangan apabila aktivitas masih dapat dinikmati	RA, RP, PR, IA
Keseimbangan sebagai proses adaptasi	Mampu membiasakan diri, menentukan prioritas, dan membentuk pola kegiatan baru	Kesulitan pada awal bekerja berkurang setelah informan terbiasa menjalani peran ganda	DK, MN, HF, IA
Keseimbangan sebagai tersedianya ruang pemulihan	Masih memiliki waktu untuk tidur, beristirahat, atau melakukan kegiatan yang menyenangkan	Waktu pribadi lebih banyak digunakan untuk memulihkan energi dibandingkan melakukan kegiatan rekreatif	DK, HF, IZ, IA, PR, MA
Ketidakseimbangan sebagai dominasi pekerjaan	Kelelahan, keteteran, berkurangnya waktu pribadi, dan terganggunya kehidupan sosial	Pekerjaan mengambil porsi waktu dan tenaga lebih besar sehingga ranah kehidupan lainnya tidak terpenuhi secara maksimal	ER, HF, IZ, IA, RR

Pemetaan tersebut juga memperlihatkan bahwa penilaian keseimbangan dipengaruhi oleh konteks setiap informan. Mahasiswa dengan pekerjaan fleksibel memiliki kesempatan lebih besar untuk menyesuaikan tugas kerja dengan jadwal kuliah, sedangkan mahasiswa yang bekerja menggunakan sistem *shift* atau jam tetap memiliki ruang penyesuaian yang lebih sempit. Alasan bekerja turut memengaruhi penilaian. Mahasiswa yang bekerja karena kebutuhan ekonomi cenderung menerima pengorbanan waktu pribadi sebagai konsekuensi, sementara mahasiswa yang bekerja untuk memperoleh pengalaman lebih mudah mengevaluasi kembali pekerjaannya ketika mulai mengganggu kegiatan akademik. Dukungan keluarga, teman, dan atasan membantu mahasiswa mempertahankan peran. Oleh karena itu, kategori dalam tabel tidak menunjukkan tingkatan keseimbangan mutlak, melainkan menggambarkan dasar pertimbangan yang digunakan informan dalam menilai kehidupan mereka.

4.2 Ragam Pemaknaan *Study-Work-Life Balance* dalam Kehidupan Mahasiswa Pekerja

Ragam pemaknaan *study-work-life balance* memperlihatkan bahwa mahasiswa pekerja tidak sekadar membagi waktu, tetapi menegosiasikan prioritas di antara berbagai tuntutan. Pada informan yang memaknai keseimbangan sebagai keberlangsungan tanggung jawab, kuliah umumnya ditempatkan sebagai kewajiban utama, sedangkan pekerjaan disesuaikan dengan jadwal akademik. RA, AS, dan MA menilai kondisi tetap seimbang selama kegiatan kuliah dan kerja dapat berjalan tanpa membuat salah satunya terbengkalai. Mereka tidak menuntut pembagian waktu yang sama. Kelelahan, berkurangnya waktu bermain, dan terbatasnya interaksi sosial masih dianggap dapat diterima selama tugas akademik dan pekerjaan terselesaikan. Penilaian tersebut menunjukkan bahwa keseimbangan dipahami secara fungsional, yaitu berdasarkan keberhasilan mempertahankan peran yang dianggap penting.

Karakteristik pekerjaan berpengaruh terhadap kemampuan mahasiswa menjalankan pemaknaan tersebut. Pekerjaan yang fleksibel, dapat dilakukan secara jarak jauh, atau memberikan toleransi terhadap jadwal kuliah membuat mahasiswa memiliki kendali besar atas waktu. Sebaliknya, pekerjaan dengan sistem *shift*, durasi tetap, dan tuntutan pelayanan langsung membatasi ruang penyesuaian. Mahasiswa harus mengikuti jam kerja yang telah ditentukan, meskipun pada saat yang sama terdapat tugas, perubahan jadwal kuliah, atau kegiatan akademik lainnya. Dengan demikian, kemampuan mencapai keseimbangan tidak hanya bergantung pada kedisiplinan individu, tetapi juga pada struktur pekerjaan dan tingkat pengertian lingkungan kerja terhadap status mahasiswa.

Kenyamanan emosional juga membentuk penilaian keseimbangan. RA, RP, dan PR tidak selalu menganggap rasa lelah sebagai tanda bahwa kehidupannya tidak seimbang. Selama pekerjaan masih memberikan kesenangan, pengalaman baru, interaksi yang menyenangkan, atau rasa bangga karena mampu mandiri, kelelahan dapat diterima sebagai konsekuensi dari pilihan menjalani peran ganda. IA memperlihatkan posisi yang lebih ambivalen. Ia menyadari keterbatasan waktu pribadi, tetapi tetap memperoleh kepuasan ketika dapat menyelesaikan tanggung jawab. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penilaian seimbang dan tidak seimbang dapat muncul secara bersamaan karena mahasiswa menilai kehidupannya melalui lebih dari satu aspek.

Proses adaptasi menjadi bagian penting dalam pembentukan makna keseimbangan. MN, DK, HF, dan IA mengalami perubahan dari kesulitan awal menuju kebiasaan baru. Mereka belajar mengenali pola jadwal, memanfaatkan sela waktu, dan menyesuaikan ekspektasi terhadap kehidupan pribadi. Adaptasi ini membantu mahasiswa bertahan, tetapi juga dapat membuat kesibukan yang padat dianggap normal. Waktu untuk diri sendiri kemudian mengalami penyempitan makna. Beristirahat, tidur, makan, atau melakukan aktivitas sederhana dianggap cukup sebagai bentuk pemulihan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa ranah personal menjadi bagian yang paling mudah dikorbankan agar studi dan pekerjaan tetap berjalan.

Pada sisi lain, ER, HF, IZ, IA, dan RR menilai kehidupannya belum sepenuhnya seimbang. Ketidakseimbangan muncul ketika pekerjaan menyerap waktu dan tenaga secara berlebihan, menyebabkan kelelahan, mengurangi waktu istirahat, membatasi kehidupan sosial, dan menyulitkan penyelesaian kewajiban akademik. Kebutuhan ekonomi membuat sebagian mahasiswa tetap mempertahankan pekerjaan meskipun menyadari adanya dampak negatif. Temuan ini menegaskan bahwa *study-work-life balance* merupakan proses negosiasi yang dipengaruhi oleh fleksibilitas kerja, kondisi ekonomi, dukungan sosial, pengalaman, dan

kemampuan mahasiswa menetapkan batas. Keseimbangan tidak hadir sebagai keadaan yang tetap, tetapi terus berubah mengikuti tuntutan pada setiap ranah kehidupan.

Perbedaan tersebut juga menunjukkan bahwa indikator keseimbangan tidak dapat dilepaskan dari prioritas personal. Bagi mahasiswa yang menempatkan kemandirian ekonomi sebagai tujuan utama, berkurangnya waktu pribadi dapat dinilai layak. Namun, ketika pengorbanan mulai menghambat studi dan pemulihan fisik, pekerjaan dipahami sebagai sumber ketidakseimbangan.

4.3 Pemaknaan Study-Work-Life Balance dalam Perspektif Fenomenologi Alfred Schutz

Fenomenologi sosial Alfred Schutz memandang kehidupan sebagai realitas yang dipahami melalui makna subjektif individu [5]. Dalam perspektif ini, *study-work-life balance* tidak dapat ditentukan hanya melalui jumlah jam kuliah, bekerja, beristirahat, atau bersosialisasi. Keseimbangan terbentuk ketika mahasiswa menafsirkan pengalaman tersebut dan menentukan apakah berbagai tuntutan masih dapat diterima. Hal ini menjelaskan mengapa kondisi yang serupa dapat menghasilkan penilaian berbeda. Kelelahan dapat dimaknai sebagai konsekuensi wajar ketika mahasiswa tetap merasa senang dan mampu menyelesaikan tanggung jawab, tetapi dapat dianggap sebagai tanda ketidakseimbangan ketika mengurangi kemampuan belajar, waktu pemulihan, dan kehidupan sosial.

Perbedaan pemaknaan tersebut dapat dipahami melalui konsep *stock of knowledge*. Konsep ini merujuk pada persediaan pengetahuan dan pengalaman yang digunakan individu untuk memahami situasi. Mahasiswa yang bekerja sebelum kuliah memiliki pengalaman mengenai tuntutan pekerjaan, pengaturan waktu, tanggung jawab, dan kelelahan. Pengalaman tersebut membentuk kesiapan dalam menjalani peran ganda. Sebaliknya, mahasiswa yang baru bekerja setelah kuliah cenderung mengalami keterkejutan sebelum membentuk kebiasaan baru. Kondisi ekonomi keluarga, pengalaman memperoleh dukungan sosial, jenis pekerjaan, dan hubungan dengan atasan menjadi bagian dari *stock of knowledge* yang memengaruhi batas mengenai kondisi yang dianggap seimbang.

Pemaknaan keseimbangan juga dibentuk oleh *because motives* atau motif sebab. Motif ini berkaitan dengan pengalaman masa lalu dan kondisi yang melatarbelakangi keputusan mahasiswa untuk bekerja. Keterbatasan ekonomi, perubahan pendapatan keluarga, tidak terpenuhinya biaya hidup, kebiasaan bekerja sejak sekolah, serta keinginan memanfaatkan waktu luang merupakan latar bagi setiap informan. Mahasiswa yang bekerja karena kebutuhan ekonomi cenderung tetap menjalani pekerjaan meskipun mengalami kelelahan dan keterbatasan waktu pribadi. Sementara itu, mahasiswa yang bekerja untuk memperoleh pengalaman atau mengembangkan diri dapat memaknai pekerjaan sebagai ruang belajar dan pencapaian personal.

Adapun *in-order-to motives* menunjukkan tujuan yang ingin dicapai melalui tindakan. Tujuan mahasiswa bekerja meliputi memperoleh penghasilan, menjadi mandiri, mengurangi ketergantungan kepada orang tua, membantu keluarga, memenuhi kebutuhan kuliah, meningkatkan keterampilan, dan mempersiapkan masa depan. Tujuan tersebut memberikan arti terhadap pengorbanan yang dilakukan. Waktu istirahat yang berkurang dapat diterima ketika pekerjaan dipandang sebagai jalan menuju kemandirian atau keberlanjutan pendidikan. Dengan demikian, makna keseimbangan terbentuk melalui hubungan antara pengalaman masa lalu, situasi masa kini, dan orientasi terhadap masa depan.

Temuan juga dapat dibaca melalui dimensi Fisher, Bulger, dan Smith [6]. *Work interference with personal life* terlihat ketika pekerjaan mengurangi waktu istirahat, kehidupan sosial, dan kesempatan

menyelesaikan tugas akademik. Sebaliknya, *work enhancement of personal life* tampak ketika pekerjaan meningkatkan penghasilan, keterampilan, kedisiplinan, rasa percaya diri, dan kemandirian. *Personal life enhancement of work* muncul ketika dukungan keluarga, teman, dan waktu pemulihan membantu mahasiswa menjalankan pekerjaannya. Namun, pengaruh positif dan negatif tersebut tidak otomatis menentukan keseimbangan. Melalui Schutz, pengalaman tersebut diberi makna berdasarkan *stock of knowledge* dan motif mahasiswa.

Hasil ini menguatkan penelitian mengenai keterbatasan waktu, energi, dan kontak sosial pada mahasiswa pekerja [3], serta pentingnya fleksibilitas dan dukungan lingkungan kerja [4]. Namun, penelitian ini menunjukkan bahwa dampak tersebut tidak selalu dimaknai seragam. *Study-work-life balance* merupakan realitas subjektif dan dinamis. Mahasiswa merasa seimbang ketika masih memiliki kendali, mampu memenuhi tanggung jawab, dan memperoleh makna positif dari aktivitasnya. Ketidakseimbangan muncul ketika pekerjaan mendominasi kehidupan dan menghilangkan ruang untuk studi, pemulihan, serta kebutuhan personal.

5. Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa *study-work-life balance* dimaknai secara subjektif oleh mahasiswa pekerja paruh waktu. Keseimbangan tidak ditentukan oleh pembagian waktu yang sama, melainkan oleh kemampuan menjalankan tanggung jawab akademik dan pekerjaan, mempertahankan kenyamanan emosional, serta menyediakan ruang untuk memulihkan diri dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam perspektif fenomenologi sosial Alfred Schutz, pemaknaan tersebut terbentuk melalui pengalaman masa lalu, *stock of knowledge*, alasan bekerja, dan tujuan yang ingin dicapai. Mahasiswa merasa seimbang ketika masih memiliki kendali atas berbagai peran yang dijalani, sedangkan ketidakseimbangan muncul ketika pekerjaan mendominasi waktu dan energi, mengurangi kehidupan pribadi dan kebutuhan sosial, serta menghambat pemenuhan kewajiban akademik secara berkelanjutan.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh informan yang telah bersedia meluangkan waktu dan membagikan pengalaman sebagai sumber data dalam penelitian ini. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan arahan, masukan, dan dukungan selama proses penyusunan penelitian. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu sosiologi, khususnya dalam kajian mahasiswa pekerja, kehidupan kerja, dan keseimbangan antara studi, pekerjaan, serta kehidupan pribadi.

Daftar Pustaka

- [1] T. Kalliath and P. Brough, "Work-life balance: A review of the meaning of the balance construct," *Journal of Management & Organization*, vol. 14, no. 3, pp. 323–327, 2008, doi: 10.5172/jmo.837.14.3.323.
- [2] N. W. Astuti and D. Nurwidawati, "Hubungan work life balance dengan subjective well-being pada mahasiswa yang bekerja part-time di Surabaya," *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, vol. 10, no. 3, pp. 122–144, 2023, doi: 10.26740/cjpp.v10i03.54197.
- [3] V. H. Grozev and M. J. Easterbrook, "Accessing the phenomenon of incompatibility in working students' experience of university life," *Tertiary Education and Management*, vol. 28, pp. 241–264, 2022, doi: 10.1007/s11233-022-09096-6.

- [4] A. Taylor and C. Bobadilla Sandoval, "Fitting work? Students speak about campus employment," *Vocations and Learning*, vol. 17, pp. 1–19, 2024, doi: 10.1007/s12186-023-09333-y.
- [5] A. Schutz, *The Phenomenology of the Social World*, G. Walsh and F. Lehnert, Trans. Evanston, IL, USA: Northwestern University Press, 1967.
- [6] G. G. Fisher, C. A. Bulger, and C. S. Smith, "Beyond work and family: A measure of work/nonwork interference and enhancement," *Journal of Occupational Health Psychology*, vol. 14, no. 4, pp. 441–456, 2009, doi: 10.1037/a0016737.