

PENGARUH MOTIVASI, PERSEPSI, DAN *TIME MANAGEMENT* TERHADAP *WORK LIFE BALANCE*

(Studi Kasus Pada Mahasiswa Kelas Karyawan Prodi Manajemen Universitas Nusantara PGRI Kediri)

Amelya Vistanabilla¹, Dian Kusumaningtyas²

^{1),2)} Universitas Nusantara PGRI Kediri, Jl. KH. Ahmad Dahlan No.76, Mojoroto, Kota Kediri, Jawa Timur
amelyavista0@gmail.com

Informasi Artikel

Tanggal Masuk : 10/06/2022

Tanggal Revisi : 10/07/2022

Tanggal Diterima : 11/07/2022

Abstract

This study aims to analyze how motivation, perception, and time management affect work life balance in management students at the University of Nusantara PGRI Kediri. This study uses a quantitative descriptive technique using a saturated sample with a total of 50 respondents. Collecting data using a questionnaire presented in the form of a Likert scale, then the results were analyzed by multiple linear regression, t-test, F-test, and the coefficient of determination. The findings of this study reveal that partially motivational variables have a significant effect on work life balance, while perception and time management variables do not have a significant effect on work life balance. The variables of motivation, perception and time management together have a significant effect on work life balance.

Keywords: *Motivation, Perception, Time Management, Work Life Balance*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana motivasi, persepsi, dan *time management* mempengaruhi *work life balance* pada mahasiswa manajemen kelas karyawan Universitas Nusantara PGRI Kediri. Penelitian ini menggunakan teknik deskriptif kuantitatif dengan menggunakan sampel jenuh dengan total 50 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang disajikan dalam bentuk skala *likert*, kemudian hasilnya dianalisis dengan regresi linier berganda, uji t, uji F, serta koefisien determinasi. Temuan penelitian ini mengungkapkan bahwa secara parsial variabel motivasi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *work life balance*, sedangkan variabel persepsi dan *time management* tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *work life balance*. Variabel motivasi, persepsi dan *time management* secara bersama-sama memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *work life balance*.

Kata Kunci: *Motivasi, Persepsi, Time Management, Work Life Balance*

PENDAHULUAN

Saat ini banyak fenomena mahasiswa yang bekerja sambil kuliah, karena tuntutan biaya maupun untuk sekedar mengisi waktu luang. Hal ini tentunya akan membawa dampak bagi keseimbangan kehidupan pekerjaan atau *work life balance* mahasiswa tersebut. Bagi sebagian orang, keseimbangan kehidupan kerja akan terjadi ketika bisa menghabiskan waktu bersama keluarga, teman, ataupun kegiatan lainnya tanpa khawatir adanya gangguan pekerjaan. *Work life balance* yakni kemampuan pribadi untuk dapat memenuhi pekerjaan, serta komitmen pada keluarga, dan tanggung jawab pada kegiatan diluar pekerjaan lainnya [1]. Lebih sederhananya keseimbangan kehidupan kerja yaitu pekerja bisa mengatur energi dan mengatur waktu antara bekerja, liburan, kebutuhan pribadi, dan kebutuhan keluarga. Beberapa cara yang terpenting untuk mencapai keseimbangan kehidupan kerja adalah dengan menyederhanakan jadwal, akuntabilitas serta menetapkan tujuan yang realistis.

Tujuan penerapan *work life balance* dalam kehidupan kerja ini di antaranya untuk membuat pekerja lebih produktif, terhindar dari stres, menambah hubungan yang baik antar rekan kerja maupun keluarga, dan yang terpenting untuk meminimalisir risiko terjadinya konflik antar pekerjaan dan kehidupan pribadi. Beberapa konflik yang sering timbul karena tidak menerapkan *work life balance* di antaranya, pekerja akan merasa cepat lelah karena kurangnya waktu istirahat, tingkat stres yang tinggi yang dapat mempengaruhi kesehatan tubuh,

maka akan berdampak panjang bagi pekerja, serta dapat mempengaruhi produktifitas pekerja. dalam hal ini peran manajemen individu serta perusahaan sangat diperlukan untuk mendukung penerapan *work life balance*.

Peran serta individu dalam penerapan *work life balance* diantaranya, keupayaan untuk mengelola stres, relaksasi dan manajemen waktu. Sedangkan bagi perusahaan dapat dilakukan dengan cara melibatkan pekerja dalam kegiatan menyenangkan misalnya *outbound*, penerapan jam pulang dengan tepat waktu, mengadakan seminar-seminar serta menghadirkan motivator agar pekerja rileks dan dapat mengumpulkan kembali energinya. Motivasi suatu hal yang penting bagi pekerja terlebih pada mahasiswa yang bekerja sambil kuliah. Motivasi adalah keadaan atau energi yang menggerakkan pekerja secara terarah atau terfokus untuk mencapai tujuan perusahaan [2]. Dalam hal ini motivasi dari pekerjalah yang dapat membantu untuk menciptakan semangat kerja individu, sehingga pekerja lebih mau bekerja sama dan bekerja secara produktif. Selain itu, upaya gabungan pekerja akan dapat menghasilkan kepuasan. Sesuai dengan hasil penelitian Wijaya yang menyatakan bahwa *work life balance* mempengaruhi motivasi sebesar 0,188 dan signifikasinya 0,001, maka motivasi dan *work life balance* saling berkesinambungan, di mana motivasi merupakan salah satu fondasi paling dasar dalam diri pekerja untuk menciptakan sikap dan mental positif sehingga hal tersebut akan berpengaruh juga terhadap keseimbangan kehidupan pekerja serta dapat menciptakan persepsi yang baik [3].

Persepsi adalah sebuah proses menyeleksi, mengorganisasikan dan menginterpretasikan masukan informasi, sensasi yang telah didapatkan dari hasil pengindraan seseorang terhadap lingkungan kerja dan organisasi di dalamnya [4]. Berdasarkan hasil penelitian Budiani menyatakan bahwa erat kaitannya persepsi dan *Work Life Balance*, di mana lingkungan kerja serta organisasi di dalamnya yang positif dapat membantu para pekerja dalam menyumbangkan peran dalam kehidupan kerja dan kehidupan pribadi sehingga pekerja akan merasa tidak ada yang dikorbankan, hal itu akan berpengaruh juga terhadap angka ketidakhadiran pekerja yang kecil, kesejahteraan serta produktivitas kerja pun akan semakin meningkat [5].

Dalam penerapan *work life balance* juga dibutuhkan manajemen waktu atau *time management*. *Time management* adalah proses perencanaan dan pengorganisasian, penggerakan, serta pemantauan waktu, sehingga dapat menggunakannya secara efektif dan efisien [6]. Hal ini didukung oleh Pratiwi, bahwa terdapat hubungan signifikan antara *time management* dan *work life balance*. Manajemen waktu tersebut merupakan kunci utama untuk mencapai sebuah titik keseimbangan, seorang pekerja dapat menentukan prioritas karena, tidak semua pekerjaan memiliki nilai dan kepentingan yang sama. Pekerja dapat membagi waktu antara pekerjaan dengan kegiatan yang lain, jelas dalam mengidentifikasi tugas-tugas khusus yang perlu diselesaikan sehingga pekerja dapat bertanggungjawab dengan tugas yang diembannya dan pekerja akan lebih memiliki disiplin terhadap waktu.

Dalam implementasi *work life balance*, manajemen waktu ini akan sangat berguna bagi pekerja untuk menetapkan, dan menjadi jembatan agar dapat mencapai tujuan. Berdasarkan riset Rosihana, yang menyatakan, 74,5% motivasi kerja, persepsi dan lingkungan kerja, berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan [7]. Tentunya motivasi dan persepsi saja tidak cukup, harus diimbangi dengan manajemen waktu yang baik, seperti penelitian Mamahit, bahwa 93,3% kinerja seorang karyawan dipengaruhi oleh manajemen waktu [8]. Dengan demikian manajemen waktu akan mengiringi tumbuhnya motivasi dan persepsi seorang pekerja untuk bekerja lebih dan tetap konsisten. Namun hal tersebut berbanding terbalik dengan penelitian Rahmawaty, bahwa persepsi tidak berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan [9]. Begitu pula penelitian yang dilakukan Sari, menurutnya aspek motivasi kerja, tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan, karena motivasi bukanlah satu-satunya faktor penting dalam meningkatkan kinerja karyawan [10]. Berdasarkan uraian tersebut, maka penulis perlu melakukan penelitian kembali tentang pengaruh motivasi, persepsi, dan *time management*, terhadap *work life balance*.

METODE

Dalam penelitian ini, variabel bebas yang dipergunakan adalah motivasi, persepsi, dan *time management*, sedangkan variabel terikatnya adalah *work life balance*. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif, dan subjek penelitian ini adalah seluruh mahasiswa kelas karyawan tingkat 3 prodi

manajemen sebanyak 50 responden, dengan teknik pengambilan sampel jenuh. Sedangkan teknik analisa data meliputi analisis deskriptif, uji asumsi klasik, analisis regresi linier berganda, uji koefisien determinasi, dan uji hipotesis dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 24.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Deskriptif

Berdasarkan hasil survei, maka didapatkan uraian sebagai berikut ini:

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	25	50%
Perempuan	25	50%
Jumlah	50	100%

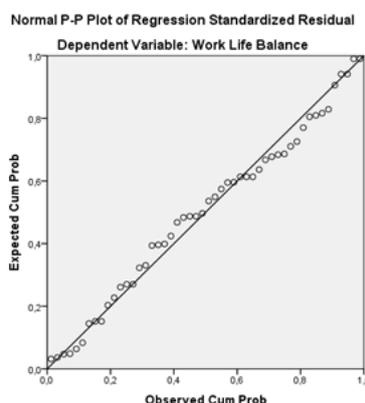
Sumber : Data primer diolah, 2022.

Berdasarkan hasil dari tabel 1 diketahui bahwa responden laki-laki 25 orang, atau 50%, responden perempuan 25 orang, atau 50% dari keseluruhan jumlah responden 50 orang.

Analisis Kuantitatif

Uji Asumsi Klasik

Berikut gambar 1 hasil dari uji normalitas:



Gambar 1.1. Hasil Uji Normalitas Probability Plots

Sumber : Output IBM SPSS Versi 24

Berdasarkan gambar 1 titik-titik yang menyebar berimpit di sekitar garis diagonal, serta mengikuti arah garis diagonal, hal tersebut memperlihatkan bahwa variabel-variabel tersebut berdistribusi secara normal.

Tabel 2. Hasil Uji Multikolinieritas

Model	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
(Constant)		
Motivasi	,625	1,601
Persepsi	,496	2,016
Time Management	,667	1,500

a. Dependent Variable : *Work Life Balance*

Sumber : Output IBM SPSS Versi 24

Berdasarkan tabel 2 hasil uji multikolinieritas menunjukkan bahwa model regresi tidak terjadi multikolinieritas. Seluruh variabel bebas dalam penelitian ini, memiliki VIF kurang dari 10 serta memiliki nilai toleransi yang lebih dari 0,1 atau 10%.

Tabel 3. Hasil Uji Autokorelasi

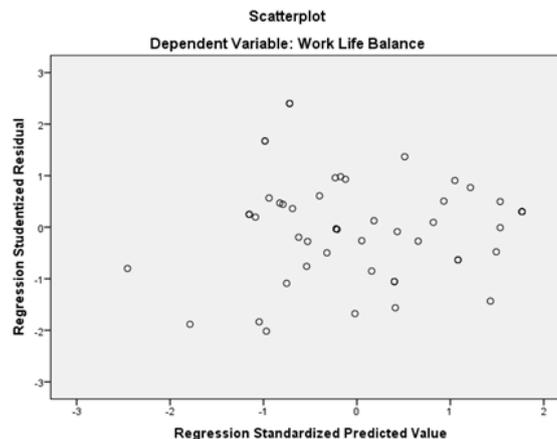
Model	R	R Square	Adjusted Square	R	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,645 ^a	,416	,378		2,054	2,156

a. Predictors: (Constant), Time Management, Motivasi, Persepsi

b. Dependent Variable: Work Life Balance

Sumber : Hasil Output IBM SPSS Versi 24

Berdasarkan tabel 3, nilai *Durbin Watson* (DW Test) adalah 2,156, dibandingkan dengan nilai tabel *Durbin Watson* dengan nilai signifikan 5% dan jumlah sampel (n) = 50 dengan 3 variabel (K = 3), dari tabel *Durbin Watson* mendapatkan batas atas (dU) 1,673, batas bawah (dL) 1,4206. Dengan rumus $4 - dL = 4 - 1,4206 = 2,5794$ dan $4 - dU = 4 - 1,673 = 2,327$ hasilnya $1,673 < 2,156 < 2,327$. Berarti tidak adanya autokorelasi dan satu uji asumsi klasik terpenuhi.



Gambar 2.1 Uji Heteroskedastisitas

Sumber : Output IBM SPSS Versi 24

Berdasarkan gambar 2, titik-titik tersebut menyebar secara acak, serta tidak menunjukkan pola tertentu. titik-titik menyebar di bagian atas dan di bawah 0 pada sumbu y, hal tersebut memperlihatkan model regresi tidak terjadi heteroskedastisitas.

Uji Koefisien Determinasi

Tabel 4. Hasil Koefisien Determinasi

Model Summary ^b			
Model	R	R Square	Adjusted R Square
1	,645 ^a	,416	,378

a. Predictors: (Constant), Time Management, Motivasi, Persepsi

b. Dependent Variable: Work Life Balance

Sumber : Hasil Output IBM SPSS Versi 24

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa nilai *Adjusted R²* 0,378, menunjukkan variabel motivasi, persepsi, dan *time management* dapat menjelaskan variabel *work life balance* sebanyak 37,8%, yang artinya masih terdapat variabel yang mempengaruhi *work life balance* yaitu 62,2% namun tidak diteliti dalam penelitian ini.

Uji Regresi Linier Berganda

Tabel 5. Hasil Regresi Linier Berganda

Model		Unstandardized Coefficients	
		B	Std. Error
1	(Constant)	10,043	3,050
	Motivasi	,161	,066
	Persepsi	,283	,149
	Time Management	,071	,093

a. Dependent Variable : Work Life Balance

Sumber : Hasil Output SPSS Versi 24

Berdasarkan hasil perhitungan tabel 5 dapat diketahui bahwa nilai konstanta positif sebesar 10,043, maka semua variabel bebas yaitu motivasi, persepsi, *time management* memiliki hubungan positif terhadap variabel terkaitnya yaitu *work life balance*. Koefisien regresi pada variabel motivasi (X_1) 0,161, artinya dari semua peningkatan motivasi secara positif naik 1 (satuan) maka akan mempengaruhi *work life balance* yaitu 0,161 jika variabel lainnya konstan. Koefisien regresi pada variabel persepsi (X_2) 0,283, artinya dari peningkatan persepsi secara positif naik 1 (satuan) maka mempengaruhi *work life balance* 0,283 jika variabel lainnya konstan. Koefisien regresi variabel *time management* (X_3) sebesar 0,071, artinya dari semua peningkatan *time management* secara positif naik 1 (satuan) maka mempengaruhi *work life balance* yaitu 0,071 bila variabel lainnya konstan.

Uji-t (Parsial)

Tabel 6. Hasil Uji-t (Parsial)

Model		t	Sig.
1	(Constant)	3,292	,002
	Motivasi	2,415	,020
	Persepsi	1,899	,064
	Time Management	,771	,445

a. Dependent Variable : Work Life Balance

Sumber : Hasil Output IBM SPSS Versi 24

Berdasarkan hasil tabel 6 dapat diketahui bahwa nilai t tabel sebesar $(\alpha/2;50) = 1,67591$. Pada variabel motivasi, nilai t hitung 2,415 > 1,67591 dengan nilai sig 0,020 < 0,05, maka dari itu secara parsial variabel motivasi berpengaruh signifikan terhadap *work life balance*. Variabel persepsi nilai t hitung 1,899 > 1,67591 dengan nilai signifikan 0,064 > 0,05, maka secara parsial variabel persepsi tidak ada pengaruh signifikan terhadap *work life balance*. Variabel *time management* nilai t hitung 0,771 > 1,67591 dengan nilai signifikansi 0,445 < 0,05, artinya variabel *time management* tidak ada pengaruh signifikan terhadap *work life balance*.

Uji F (Simultan)

Tabel 7. Hasil Uji F (Simultan)
ANOVA^a

Model		F	Sig.
1	Regression	10,920	,000 ^b
	Residual		
	Total		

a. Dependent Variable: Work Life Balance

b. Predictors: (Constant), Time Management, Motivasi, Persepsi

Sumber : Hasil Output IMB SPSS Versi 24

Berdasarkan tabel 7, nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$, Jadi variabel motivasi, persepsi, dan *time management* secara simultan atau secara bersama-sama terdapat pengaruh yang signifikan pada *work life balance*.

Pembahasan

Berdasarkan dari hasil pengujian yang sudah dilakukan dapat dikatakan bahwa, secara parsial terdapat pengaruh yang signifikan dari variabel motivasi terhadap *work life balance* dilihat dari fakta lapangan yang menunjukkan bahwa pemberian motivasi bagi mahasiswa yang bekerja sambil kuliah sangat penting dilakukan, karena motivasi sebagai dasar dalam mengambil keputusan pada mahasiswa tersebut mampu menyeimbangkan kehidupan kerja, kuliah, maupun kehidupan di luar lainnya. Dengan adanya motivasi maka akan membentuk karakter individu tersebut sehingga mentalnya semakin kuat serta kinerjanya akan semakin meningkat pula. Sesuai dengan Wijaya, yang menyatakan bahwa *work life balance* mempengaruhi motivasi pekerja sebesar 0,188 dan signifikasinya 0,001 sehingga keduanya saling berkesinambungan [3].

Persepsi secara parsial tidak terdapat pengaruh signifikan terhadap *work life balance*. Mahasiswa yang bekerja sambil kuliah cenderung tidak memedulikan apa yang terjadi di lingkungan pekerjaannya walaupun terkadang lingkungan kerjanya kurang baik, mahasiswa tetap berfokus pada tujuannya yaitu mencari uang ataupun untuk memenuhi faktor-faktor dari luar lainnya seperti tuntutan dari keluarga, tuntutan untuk biaya kuliah, tuntutan biaya hidup yang semakin naik, namun tak jarang juga mahasiswa yang memilih *resign* dan mencari pekerjaan yang lingkungannya lebih baik. Hal ini sesuai dengan Rahmawaty, bahwa persepsi tidak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kinerja karyawan [9].

Dalam penelitian ini *time management* secara parsial tidak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *work life balance*. Namun hal ini berbanding terbalik dengan Pratiwi, yang mengatakan terdapat hubungan positif yang signifikan antara *time management* dan *work life balance* [11]. Berdasarkan fakta lapangan mahasiswa yang bekerja sambil kuliah tersebut, sebelumnya sudah jauh memikirkan konsekuensi yang harus ditanggung ketika harus bekerja sambil kuliah, terlebih masalah waktu yang harus terbagi dan tenaga yang harus dikeluarkan. Dengan tetap berdasar pada pengorganisasian waktu yang baik, mahasiswa tetap dapat mendisiplinkan diri terhadap peran gandanya sebagai pekerja dan mahasiswa.

Secara bersama-sama atau secara simultan variabel motivasi, persepsi, dan *time management* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *work life balance* mahasiswa, karena motivasi, persepsi dan manajemen waktu inilah yang berperan aktif dalam diri mahasiswa untuk dapat membagi waktunya untuk belajar, bekerja dan meraih cita-citanya. Pengertian tersebut sesuai dengan teori Rukmoroto, yang menyatakan bahwa mahasiswa yang bekerja harus bisa membagi waktunya, konsentrasinya, serta tanggung jawabnya untuk berkomitmen atas perkuliahan dan bekerja, hal ini yang dapat membuat mahasiswa mengerahkan sebagian waktunya, energi serta tenaganya, bahkan pemikirannya untuk bekerja, sehingga dapat menciptakan kondisi yang dapat membuat mahasiswa merasa kesusahan untuk mengatur atau memilah waktu antara kerja dan kuliah, sehingga kegiatan yang mereka lakukan akan meningkat, hingga mahasiswa akan merasa acuh pada tugas-tugasnya sebagai mahasiswa untuk tetap belajar [12].

KESIMPULAN

Berdasar dari hasil penelitian serta analisis, dapat ditarik kesimpulan yaitu motivasi secara parsial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *work life balance* mahasiswa kelas karyawan Prodi manajemen UNP Kediri. Persepsi secara parsial tidak terdapat pengaruh yang signifikan terhadap *work life balance* mahasiswa kelas karyawan Prodi manajemen UNP Kediri. *Time management* secara parsial tidak terdapat pengaruh signifikan terhadap *work life balance* mahasiswa kelas karyawan Prodi manajemen UNP Kediri. Secara simultan atau bersama-sama variabel motivasi, persepsi, dan *time management* terdapat pengaruh signifikan terhadap *work life balance* pada mahasiswa kelas karyawan Prodi manajemen UNP Kediri.

Saran bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan variabel-variabel yang akan digunakan dan penelitian ini dapat dipergunakan sebagai gambaran untuk melakukan penelitian ke depannya.

Variabel motivasi, persepsi, dan *time management* terbukti mempengaruhi *work life balance* sebesar 37.8%, sehingga terdapat variabel lain yang mempengaruhi *work life balance* sebesar 62.2 % seperti kompensasi, kinerja, kepemimpinan dan lain-lain.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] Delecta P. Review Article Work Life Balance. *Int J Curr Res* 2011;3:186–9.
- [2] Hasibuan. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. bumi aksara; 2017.
- [3] Wijaya Y. Pengaruh Work Life Balance dan Beban Kerja terhadap Motivasi Kerja (Studi pada PT. Mayora Indah). *Agora* 2020;8:1–6.
- [4] Fadila D, Lestari S. *Perilaku Konsumen*. Palembang: Citrabooks Indonesia; 2013.
- [5] Budiani TR, MS. Hubungan Antara Persepsi Dukungan Organisasi Dengan Work-Life Balance Pada Karyawan Staf Gudang PT . X Tasya Rabani Meita Santi Budiani 2021:1–15.
- [6] Dewi I. *Manajemen Kesektarian*. Jakarta: Prestasi Pustaka Raya; 2011.
- [7] Rosihana. Pengaruh Motivasi Kerja Dan Lingkungan Kerja 2021;05.
- [8] Mamahit CEJ. Analysis To the Influence of Time Management and Teaching Motivation on Lecturer'S Performance. *J Manajerial* 2019;18:1–13. <https://doi.org/10.17509/manajerial.v18i1.11002>.
- [9] Rahmawaty D. Pengaruh Persepsi Dan Budaya Organisasi Terhadap Kinerja Pegawai Dengan Motivasi Kerja Sebagai Variabel Moderasi. *J Benefita* 2017;2:278. <https://doi.org/10.22216/jbe.v2i3.2285>.
- [10] Sari YK. Pengaruh Kepemimpinan, Motivasi Dan Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Patra Komala Di Dumai. *J Tepak Manaj Bisnis* 2014;VI:119–27.
- [11] Pratiwi Intan A. Hubungan Antara Time Management Dengan Work-Life Balance Pada Mahasiswa Yang Bekerja Sebagai Wedding Organizer Di Mahar Agung Organizer. 2020.
- [12] Rukmoroto G. Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Status Bekerja. Unika Soegijapranata, 2012.