

# The Impact of Work-Life Balance on Academic Performance: A Study of Organizationally Active Students at STIE Sutaatmadja Subang

Yusnia<sup>1</sup> Winda Nurfitri<sup>2</sup>

<sup>1</sup> STIE Sutaatmadja Subang, Indonesia

<sup>2</sup> Universitas Pasundan Bandung, Indonesia

[yusnia2022@stiesa.ac.id](mailto:yusnia2022@stiesa.ac.id)

## INFO ARTIKEL

### Histori Artikel :

Tgl. Masuk : 17-01-2025

Tgl. Diterima : 23-03-2025

Tersedia Online : 30-03-2025

### Keywords:

Work-life balance, time balance, involvement balance, satisfaction balance, academic performance.

## ABSTRACT

*University students often face dual demands from academic responsibilities and active participation in campus organizations. This dual role requires students to balance their time, psychological involvement, and satisfaction between academic and non-academic activities. This research aims to examine the influence of work-life balance, which includes time balance, involvement balance, and satisfaction balance, on the academic performance of students who are actively involved in campus organizations at STIE Sutaatmadja Subang. The research used a quantitative approach with purposive sampling involving 51 students who actively participate in organizations such as HIMA, BEM, DPM, and UKM. Data were collected through questionnaires based on the work-life balance dimensions developed by Greenhaus and Allen (2011) and analyzed using multiple linear regression with SPSS version 25. The results show that satisfaction balance has a significant positive effect on academic performance, while time balance and involvement balance do not have a significant effect. However, work-life balance as a whole simultaneously has a significant influence on academic performance. These findings indicate that student satisfaction in performing dual roles is a key factor in supporting academic success. Therefore, universities and student organizations need to create a conducive environment that allows students to maintain satisfaction and balance between their academic and organizational roles.*

## PENDAHULUAN

Mahasiswa perguruan tinggi tidak hanya dihadapkan pada tuntutan akademik, tetapi juga sering terlibat aktif dalam berbagai kegiatan organisasi kampus, kegiatan sosial, hingga pekerjaan sampingan. Di STIE Sutaatmadja Subang, banyak mahasiswa yang aktif dalam organisasi, seperti Himpunan Mahasiswa (HIMA), Dewan Perwakilan Mahasiswa (DPM), Badan Eksekutif Mahasiswa

(BEM), maupun Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM). Kegiatan ini memberikan banyak manfaat, dimulai dari meningkatnya kemampuan kepemimpinan, kerja sama tim, hingga pengalaman berorganisasi. Menurut studi Bhaskara (2023), sebanyak 94,6 % mahasiswa baru menganggap penting untuk aktif dalam organisasi kampus karena alasan pengembangan diri. Namun, keterlibatan dalam suatu organisasi juga menuntut mahasiswa untuk

membagi waktu dan energi antara tanggung jawab akademik dan non-akademik. Dalam jangka panjang, kondisi tersebut dapat mempengaruhi pada pencapaian akademik, seperti nilai yang menurun, keterlambatan dalam pengumpulan tugas, dan bahkan menurunnya Indeks Prestasi Kumulatif (IPK).

*Work-life balance* atau keseimbangan antara aktivitas akademik (*work*) dan non-akademik (*life*) ini menjadi tantangan tersendiri bagi mahasiswa aktif. Mahasiswa yang memiliki *work-life balance* yang baik cenderung mampu mengelola waktu secara efektif, menjaga kesehatan mental, serta tetap fokus terhadap tujuan akademiknya. Sebaliknya, ketidakseimbangan dapat memicu konflik peran, stres, dan pencapaian akademik yang tidak optimal.

Beberapa penelitian sebelumnya telah membahas *work-life balance* dalam konteks pekerja atau profesional, namun kajian mengenai *work-life balance* pada mahasiswa, khususnya yang aktif dalam organisasi kampus, masih relatif terbatas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *work-life balance* terhadap pencapaian akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi kampus di STIE Sutaatmadja Subang. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: apakah *work-life balance* (termasuk di dalamnya, *time balance*, *involvement balance*, dan *satisfaction balance*) berpengaruh secara signifikan terhadap pencapaian akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi kampus di STIE Sutaatmadja Subang?

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian di bidang perilaku organisasi dan manajemen waktu, khususnya dalam konteks mahasiswa.

Selain itu, secara praktis, penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman kepada mahasiswa tentang pentingnya menjaga keseimbangan antara kegiatan akademik dan non-akademik agar pencapaian akademik tetap optimal. Penelitian ini juga dapat menjadi bahan evaluasi bagi organisasi kemahasiswaan dalam merancang kegiatan yang tidak mengganggu tanggung jawab akademik anggotanya, serta menjadi masukan bagi pihak kampus dalam merumuskan kebijakan atau program pendukung yang membantu mahasiswa mengelola waktu dan aktivitasnya secara seimbang.

## KERANGKA TEORITIS DAN PENGEMBANGAN HIPOTESIS

### *Time Balance*

*Time balance* mengukur sejauh mana individu mencurahkan jumlah yang setara antara peran akademik dan peran non akademik, khususnya kegiatan organisasi. *Time balance* mencerminkan proporsi waktu yang relatif setara dengan pengalokasian waktu mahasiswa untuk memenuhi tuntutan peran sebagai mahasiswa dan anggota organisasi. Keseimbangan waktu tersebut dapat dianggap apabila waktu yang dihabiskan untuk studi dan kegiatan relatif seimbang, sebagaimana yang telah terkonseptualisasi dalam konteks *work-family balance* oleh Greenhaus et al., (2003).

**H<sub>1</sub>** Terdapat pengaruh positif antara *time balance* terhadap pencapaian akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi kampus di STIE Sutaatmadja.

### *Involvement Balance*

Dalam hal ini, mahasiswa menunjukkan tingkat keterbatasan psikologis yang seimbang antara peran akademik dan peran organisasi. Keseimbangan ini tercapai ketika mahasiswa memiliki perhatian, komitmen, dan keterlibatan emosional yang relatif setara terhadap kedua peran tersebut. Menurut Greenhaus et al., (2003)

dalam konteks *work-life balance*, *involvement balance* ini mencerminkan orientasi individu yang tidak lebih dominan dalam satu peran dibandingkan yang lain.

**H<sub>2</sub>** Terdapat pengaruh positif antara *involvement balance* terhadap pencapaian akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi kampus di STIE Sutaatmadja.

### **Satisfaction Balance**

*Satisfaction balance* mengukur sejauh mana mahasiswa merasakan tingkat kepuasan yang seimbang antara IPK dan keterlibatan dalam organisasi. Keseimbangan ini ditandai dengan adanya perasaan puas yang relatif setara terhadap pencapaian akademik dan keterlibatan dalam dunia organisasi. Menurut Greenhaus et al., (2003) *satisfaction balance* mencerminkan kondisi di mana individu tidak merasa lebih puas dalam satu peran dibandingkan peran lainnya, sehingga menciptakan keseimbangan emosional yang mendukung kualitas hidup secara keseluruhan.

**H<sub>3</sub>** Terdapat pengaruh positif antara *satisfaction balance* terhadap pencapaian akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi kampus di STIE Sutaatmadja.

### **Work-Life Balance**

Menurut Greenhaus et al., (2003), *work-life balance* diartikan sebagai sejauh mana seseorang secara setara terlibat (*involvement balance*) dan merasa puas (*satisfaction balance*) dalam dua peran utama dalam hidupnya, yaitu peran kerja dan peran kehidupan pribadi. Mereka mengemukakan bahwa *work-life balance* memiliki tiga dimensi utama, yaitu *time balance*, *involvement balance*, dan *satisfaction balance*.

**H<sub>4</sub>** Terdapat pengaruh positif antara *work-life balance* (mencakup *time balance*, *involvement balance*, dan *satisfaction balance*) terhadap pencapaian akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi kampus di STIE Sutaatmadja.

### **Pencapaian Akademik**

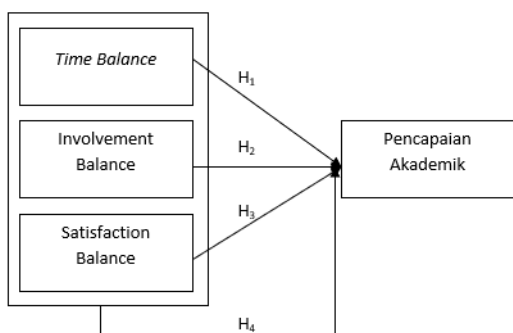
Pencapaian akademik merupakan indikator hasil belajar mahasiswa yang biasanya diukur melalui Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), manajemen tugas, pemahaman materi, serta kepuasan terhadap hasil belajar. Menurut Malik, Iqbal, dan Sultan (2023), pencapaian akademik tidak hanya mencerminkan nilai semata, tetapi juga persepsi mahasiswa terhadap keberhasilan belajar secara menyeluruh, termasuk kemampuan mengelola waktu dan mencapai kepuasan akademik.

**Table 1**  
**Ringkasan Teori dan Indikator Variabel Penelitian**

Variabel	Definisi Teoritis	Sumber	Indikator yang Digunakan
Time Balance	Sejauh mana individu membagi waktu secara proporsional antara peran akademik dan organisasi.	Greenhaus et al. (2003)	Proporsi waktu antara kuliah dan organisasi. (4 item pernyataan).
Involvement Balance	Tingkat keterlibatan psikologis dan emosional yang seimbang antara dua peran utama.	Greenhaus et al. (2003)	Komitmen dan perhatian yang seimbang terhadap akademik dan organisasi. (4 item pernyataan).
Satisfaction Balance	Kepuasan yang dirasakan secara seimbang antara peran akademik	Greenhaus et al. (2003)	Rasa puas terhadap peran ganda yang dijalani. (4 item pernyataan).

	dan organisasi.		
Pencapaian Akademik	Persepsi mahasiswa terhadap hasil belajar dan keberhasilan akademik secara keseluruhan.	Malik et al. (2023)	IPK, manajemen tugas, pemahaman materi, dan kepuasan hasil belajar. (5 item pernyataan).

Sumber: Diadaptasi dari Greenhaus et al. (2003) dan Malik et al. (2023), diolah peneliti, 2025



Gambar 2. 1 Kerangka Hipotesis  
Sumber: Peneliti, 2025

## METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan melakukan pengolahan dan penyajian data yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara variabel independen (*work-life balance*) terhadap variabel dependen (pencapaian akademik).

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa STIE Sutaatmadja Subang yang aktif dalam organisasi kampus, seperti DPM, BEM, HIMA, dan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM). Dan sampel dalam penelitian ini akan diambil menggunakan teknik purposive sampling, yaitu penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria tersebut meliputi

mahasiswa yang masih aktif terdaftar di STIE Sutaatmadja Subang, berada pada semester I hingga semester VI, terlibat aktif dalam kegiatan organisasi kampus, serta bersedia menjadi responden dan mengisi kuesioner penelitian. Jumlah sampel ideal akan disesuaikan dengan rumus Slovin apabila populasi diketahui, atau mengikuti ketentuan minimal untuk analisis statistik deskriptif, misalnya sebanyak 30 responden sebagai jumlah minimum untuk analisis regresi sederhana.

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner tertutup dengan skala Likert 1–5. Kuesioner tersebut terdiri dari pertanyaan mengenai *work-life balance* sebagai variabel X, yang didasarkan pada dimensi dari Greenhaus dan Allen (2011). Selain itu, terdapat pertanyaan mengenai pencapaian akademik sebagai variabel Y, yang mencakup persepsi mahasiswa terhadap pencapaian IPK, manajemen tugas, serta kepuasan terhadap hasil belajar.

Data yang dikumpulkan akan dianalisis dengan beberapa tahapan. Pertama, dilakukan analisis deskriptif guna menggambarkan karakteristik responden serta distribusi data. Selanjutnya akan dilakukan uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan kualitas instrumen kuesioner yang digunakan. Kemudian, uji asumsi klasik yang mencakup uji normalitas, uji multikolinearitas, serta uji heteroskedastisitas. Uji regresi linear berganda juga akan digunakan untuk menguji pengaruh *work-life balance* terhadap pencapaian akademik. Selain itu, uji hipotesis dengan menggunakan uji signifikansi parsial (uji t), uji signifikansi simultan (uji f), dan koefisien determinan akan dilakukan untuk menentukan apakah pengaruh tersebut signifikan secara statistik. Proses pengolahan data ini akan dibantu dengan penggunaan software statistik seperti SPSS versi 25 dan Excel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Deskriptif Data Penelitian

Penyajian data yang dikumpulkan dari data kuantitatif dan digunakan untuk

mendeskripsikan jawaban serta pertanyaan responden melalui kuesioner sebagai sumber data utama, didukung oleh data berupa literatur dan artikel ilmiah.

Kemudian analisis dan kuantitatif yang merupakan hasil dari jawaban pertanyaan-pertanyaan responden yang disajikan dalam bentuk statistik kemudian diolah menggunakan *Microsof Excel* dan program SPSS versi 25.

### Deskriptif Data Responden

Populasi penelitian ini terdiri dari mahasiswa akuntansi dan manajemen, STIE Sutaatmadja. Pemilihan sampel menggunakan teknik purposive sampling, yaitu dengan menentukan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun kriteria tersebut ialah mahasiswa yang aktif dalam organisasi, mencakup DPM, BEM, HIMA, hingga UKM. Dari keseluruhan mahasiswa yang aktif dalam organisasi berjumlah 129 orang, sebanyak 51 orang yang menjadi sampel dalam penelitian ini. Responden yang menjadi sampel dalam penelitian ini memiliki rata-rata Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) sebesar 3,55. IPK tertinggi yang dimiliki responden adalah 4,00, sedangkan IPK terendah adalah 2,60. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pencapaian akademik yang tergolong baik meskipun aktif dalam kegiatan organisasi.

**Table 2**  
**Deskriptif Statistik Time Balance**

Statistics		
<i>Time Balance</i>		
N	Valid	51
	Missing	0
Mean	15.8431	
Std. Error of Mean	0.43420	
Std. Deviation	3.10079	
Variance	9.615	
Range	15.00	
Minimum	5.00	
Maximum	20.00	

Sumber: Data diolah peneliti, 2025

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa *time balance* memiliki skor tertinggi dari jawaban kuesioner yang sudah disebarakan yaitu 20 dari 4 pernyataan. Untuk nilai terendah yaitu 5, serta rata-rata jawaban responden yaitu 15,84. Jika marajuk pada tabel kriteria penilaian responden maka menunjukkan kategori netral dengan standar deviasi 3,100.

**Table 3**  
**Deskriptif Statistik involvement Balance**

Statistics		
<i>involvement Balance</i>		
N	Valid	51
	Missing	0
Mean	15.6471	
Std. Error of Mean	0.40663	
Std. Deviation	2.90395	
Variance	8.433	
Range	11.00	
Minimum	9.00	
Maximum	20.00	

Sumber: Data diolah peneliti, 2025

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa *involvement balance* memiliki skor tertinggi dari jawaban kuesioner yang sudah disebarakan yaitu 20 dari 4 pernyataan. Untuk nilai terendah yaitu 9, serta rata-rata jawaban responden yaitu 15,64. Jika marajuk pada tabel kriteria penilaian responden maka menunjukkan kategori netral dengan standar deviasi 2,903.

**Table 4**  
**Deskriptif Statistik Satisfaction Balance**

Statistics		
<i>Satisfaction Balance</i>		
N	Valid	51
	Missing	0
Mean	15.5882	
Std. Error of Mean	0.42118	
Std. Deviation	3.00783	
Variance	9.047	
Range	12.00	

Minimum	8.00
Maximum	20.00

Sumber: Data diolah peneliti, 2025

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa *satisfaction balance* memiliki skor tertinggi dari jawaban kuesioner yang sudah disebarakan yaitu 20 dari 4 pernyataan. Untuk nilai terendah yaitu 8, serta rata-rata jawaban responden yaitu 15,58. Jika marajuk pada tabel kriteria penilaian responden maka menunjukkan kategori netral dengan standar deviasi 3,007.

**Table 5**  
**Deskriptif Statistik Pencapaian Akademik**

Statistics		
Pencapaian Akademik		
N	Valid	51
	Missing	0
Mean		18.9804
Std. Error of Mean		0.49348
Std. Deviation		3.52415
Variance		12.420
Range		14.00
Minimum		11.00
Maximum		25.00

Sumber: Data diolah peneliti, 2025

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa pencapaian akademik memiliki skor tertinggi dari jawaban kuesioner yang sudah disebarakan yaitu 25 dari 5 pernyataan. Untuk nilai terendah yaitu 11, serta rata-rata jawaban responden yaitu 18,98. Jika marajuk pada tabel kriteria penilaian responden maka menunjukkan kategori setuju dengan standar deviasi 3,524.

### Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengetahui layak atau pun tidaknya suatu kuesioner yang telah disebarakan. Kuesioner dinyatakan valid jika instrumen dari pernyataan atau pertanyaan dalam instrumen mampu mengungkapkan sesuatu yang diukur oleh kuesioner

tersebut secara signifikan, sesuai dengan tingkat kepercayaan yang telah ditetapkan.

Dalam penelitian ini menggunakan program SPSS versi 25. Selanjutnya untuk menentukan nilai r tabel menggunakan perhitungan *degree of freedom* ( $df = N-2$ ) ( $51-2 = 49$ ) pada tingkat signifikan ( $\alpha$ ) sebesar 0,05 diperoleh nilai r tabel = 0,276. Apabila R hitung > R tabel maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut valid, dan sebaliknya apabila R hitung < R tabel maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut tidak valid. Berikut adalah hasil uji validitas dijelaskan pada tabel di bawah ini.

**Table 6**  
**Hasil Uji Validitas Variabel Time Balance**

Pernyataan	r Hitung	r Tabel 5%	Keterangan
X1.1	0,922	0,276	Valid
X1.2	0,936	0,276	Valid
X1.3	0,898	0,276	Valid
X1.4	0,846	0,276	Valid

Sumber: Data diolah peneliti, 2025

Berdasarkan hasil uji validitas untuk variabel *time balance* diperoleh hasil dari 4 pernyataan yang dinyatakan valid, karena r hitung lebih besar dari r tabel. Dengan demikian 4 pernyataan dipergunakan sebagai instrumen penelitian.

**Table 7**  
**Hasil Uji Validitas Variabel Involvement Balance**

Pernyataan	r Hitung	r Tabel 5%	Keterangan
X2.5	0,797	0,276	Valid
X2.6	0,837	0,276	Valid
X2.7	0,782	0,276	Valid
X2.8	0,852	0,276	Valid

Sumber: Data diolah peneliti, 2025

Berdasarkan hasil uji validitas untuk variabel *involvement balance* diperoleh hasil dari 4 pernyataan yang dinyatakan valid, karena r hitung lebih besar dari r

tabel. Dengan demikian 4 pernyataan dipergunakan sebagai instrumen penelitian.

**Table 8**  
**Hasil Uji Validitas**  
**Variabel *satisfaction Balance***

Pernyataan	r Hitung	r Tabel 5%	Keterangan
X3.9	0,872	0,276	Valid
X3.10	0,917	0,276	Valid
X3.11	0,894	0,276	Valid
X3.12	0,910	0,276	Valid

Sumber: Data diolah peneliti, 2025

Berdasarkan hasil uji validitas untuk variabel *satisfaction balance* diperoleh hasil dari 4 pernyataan yang dinyatakan valid, karena r hitung lebih besar dari r tabel. Dengan demikian 4 pernyataan dipergunakan sebagai instrumen penelitian.

**Table 9**  
**Hasil Uji Validitas**  
**Variabel *Pencapaian Akademik***

Pernyataan	r Hitung	r Tabel 5%	Keterangan
Y.13	0,713	0,276	Valid
Y.14	0,777	0,276	Valid
Y.15	0,764	0,276	Valid
Y.16	0,896	0,276	Valid
Y.17	0,863	0,276	Valid

Sumber: Data diolah peneliti, 2025

Berdasarkan hasil uji validitas untuk variabel pencapaian akademik diperoleh hasil dari 5 pernyataan yang dinyatakan valid, karena r hitung lebih besar dari r tabel. Dengan demikian 5 pernyataan dipergunakan sebagai instrumen penelitian.

### Uji Reliabilitas

Instumen penelitian selain dinyatakan valid (sah) tetapi juga harus dapat reliabel (dipercaya). Salah satu teknik pengukuran kuesioner yang berfungsi sebagai indikator suatu variabel atau konfigurasi adalah uji reliabilitas.

Ketika respon idividu terhadap sesuatu konsisten atau stabil, kuesioner dapat dinyatakan reliabel. Uji reliabilitas ini dapat dilihat berdasarkan nilai *Cronbach Alpha* ( $\alpha$ ) > 0,70 untuk menilai keandalan variabel. Maka hasil pengujian variabel tersebut dapat dinyatakan reliabel. Berikut hasil uji reliabilitas dari masing-masing variabel.

**Table 10**  
**Hasil Uji Reliabilitas**

Variabel	N of Items	Cronbach's Alpha	Kriteria	Keterangan
Time Balance (X1)	4	0,920	0,70	Reliabel
Involvement Balance (X2)	4	0,804	0,70	Reliabel
Satisfaction Balance (X3)	4	0,920	0,70	Reliabel
Pencapaian Akademik (Y)	5	0,856	0,70	Reliabel

Sumber: Data diolah peneliti, 2025

Uraian berikut menyajikan hasil uji reliabilitas untuk masing-masing variabel yang digunakan dalam penelitian:

1. Hasil uji reliabilitas variabel *time balance* menunjukkan bahwa nilai koefisien reliabilitas yang diperoleh adalah 0,920 > 0,70 artinya dapat dikatakan bahwa variabel *time balance* reliabel.
2. Hasil uji reliabilitas variabel *involvement balance* menunjukkan bahwa nilai koefisien reliabilitas yang diperoleh adalah 0,804 > 0,70 artinya dapat dikatakan bahwa variabel *involvement balance* reliabel.
3. Hasil uji reliabilitas variabel *satisfaction balance* menunjukkan bahwa nilai koefisien reliabilitas yang diperoleh adalah 0,920 > 0,70 artinya dapat dikatakan bahwa variabel *satisfaction balance* reliabel.
4. Hasil uji reliabilitas variabel pencapaian akademik menunjukkan bahwa nilai koefisien reliabilitas yang diperoleh adalah 0,856 > 0,70 artinya dapat dikatakan bahwa variabel pencapaian akademik reliabel.

### Uji Asumsi Klasik

## Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian menggunakan *test* Smirnov Kolmogorov, dengan signifikansi 5%. Jadi, dapat diartikan jika nilai Sig. atau signifikansi, atau probabilitas < 0,05 maka hipotesis ditolak karena data residual terdistribusi tidak normal. Kemudian jika nilai Sig. atau signifikansi, atau probabilitas > 0,05 maka hipotesis diterima karena data residual terdistribusi dengan normal. Hasil uji normalitas dalam penelitian ini sebagai berikut:

**Table 11**  
**Hasil Uji Normalitas**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		51
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	0.0000000
	Std. Deviation	1.98484730
Most Extreme Differences	Absolute	0.093
	Positive	0.050
	Negative	-0.093
Test Statistic		0.093
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Sumber: Data diolah peneliti, 2025

Pada tabel di atas dapat dilihat bahwa hasil uji normalitas menunjukkan total N atau total responden sebanyak 51 serta nilai sig. sebesar 0,200 sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal, hal ini dapat dibuktikan dimana sig. 0.200 > 0,05 yang artinya hal ini menunjukkan bahwa model regresi layak dipakai karena memenuhi asumsi normalitas data berdistribusi normal.

## Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas adalah uji untuk menentukan apakah model regresi mendeteksi adanya keterkaitan antara variabel bebas dengan variabel terkait.

Nilai toleransi dan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) dapat digunakan untuk mengetahui ada tidaknya multikolinearitas pada model regresi. Jika nilai *Tolerance* < 0,10 atau nilai VIF > 10 maka terjadi kolerasi antara variabel independen dan model regresi. Berikut adalah uarian dari uji multikolinearitas pada penelitian:

**Table 12**  
**Hasil Uji Multikolinearitas**

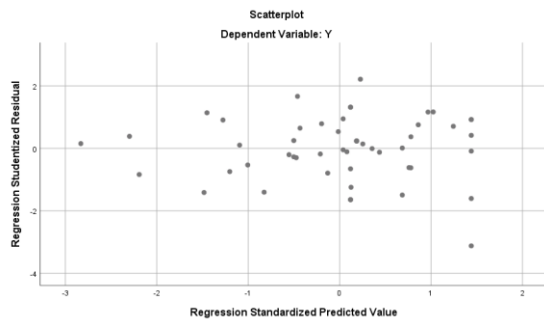
Variabel	Collinearity Statistics		1/VIF
	Tolerance	VIF	
Time Balance	0.288	3.47	0.288216
Involvement Balance	0.239	4.176	0.239477
Satisfaction Balance	0.248	4.028	0.248243
a. Dependent Variable: Pencapaian Akademik			

Sumber: Data diolah peneliti, 2025

Berdasarkan hasil uji multikolonieritas pada tabel di atas menyatakan bahwa nilai tolerance untuk variabel *time balance* sebesar 0,288. Untuk variabel *involvement balance* sebesar 0,239 dan variabel *satisfaction balance* sebesar 0,248 yang artinya > 0,10. Sedangkan untuk nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) untuk variabel *time balance* sebesar 3,47. Untuk variabel *involvement balance* yaitu sebesar 4,176 dan variabel *satisfaction balance* sebesar 4,028 yang artinya < 10. Maka dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel atau model regresi pada penelitian ini tidak terjadi atau bebas dari multikolinearitas.

## Uji Heterokedastisitas

Dalam penelitian ini, uji heteroskedastisitas dengan uji *Scatter Plot* menggunakan program SPSS Versi 25. Uji ini dikatakan tidak terjadi heteroskedastisitas apabila titik pada hasil gambar *scatter plot* menyebar atau berdistribusi secara acak di atas dan di bawah angka 0 (nol) serta tidak membentuk pola, maka dinyatakan tidak terjadi heteroskedastisitas. Berikut ini merupakan hasil uji heteroskedastisitas dalam penelitian.



**Gambar 4. 1**  
**Hasil Uji Heteroskedastisitas**  
 Sumber: Data diolah peneliti, 2025

Dari hasil pengujian *scatter plot* grafik di atas dapat dilihat bahwa titik-titik menyebar secara acak anantara di bawah 0 samapi di atas 0 pada sumbu Y dan tiak membentuk pola. Maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini tidak terjadi heteroskedasitas pada model regresi, sehingga model tersebut layak dipakai.

**Analisis Regresi Linier Berganda**

Regresi linier berganda adalah alat untuk memprediksi nilai pengaruh dari dua atau lebih variabel independen terhadap satu variabel terikat atau dependen. Menurut Ghazali (2018) persamaan regresi berganda adalah sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + b_3X_3 + e$$

Keterangan:

- Y : Variabel pencapaian akademik
- a : Bilangan konstanta
- b<sub>1</sub>b<sub>2</sub> : Koefisien arah regresi
- X<sub>1</sub> : Variabel *time balance*
- X<sub>2</sub> : Variabel *involvement balance*
- X<sub>3</sub> : Variabel *satisfaction balance*
- e : Residual atau kesalahan pengukuran

Adapun uji regresi linier berganda yang dilakukan uji melalui SPSS Versi 25 sebagai berikut.

**Table 13**  
**Model Persamaan Regresi**

Variabel Dependen : Pencapaian Akademik				
Variabel Independen	Ekspektasi	Coefficients	t-Test	Sig

Konstanta		1.642	2.399	0.020
Time balance	H1 = +	0.174	1.350	0.184
Involvement balance	H2 = +	0.204	-0.957	0.343
Satisfaction balance	H3 = +	0.193	4.773	0.000
Adjusted R-Square	0.683			
F-Statistic	33.722			
Sig. (F-Statistic)	0.000			
Signifikan dengan level 5% (0,05)				

Sumber: Data diolah peneliti, 2025

Berdasarkan hasil analisis regresi linier berganda yang dilakukan untuk mengetahui variabel *time balance*, *involvement balance*, dan *satisfaction balance* terhadap pencapaian akademik, diperoleh persamaan regresi sebagai berikut:

$$\text{Pencapaian Akademik} = 1,642 + 0,174 + 0,204 + 0,193$$

**Uji Signifikan Parameter Parsial (t)**

Pada penelitian ini nilai t-hitung akan dibandingkan dengan nilai t-tabel pada tingkat signifikansi (α) = 5% dengan derajat kebebasan n-k-1 (51-3-1). Pengujian ini dilakukan dengan kriteria pengambilan keputusan jika nilai signifikansi < 0,05 maka H1, H2, H3 diterima, sedangkan jika nilai signifikansi >0.05 maka H1, H2, dan H3 ditolak. Dan bila t hitung lebih besar dari nilai t tabel maka H1, H2, dan H3 diterima.

Berdasarkan hasil uji t atau uji parsial terhadap pengaruh *time balance*, *involvement balance*, dan *satisfaction balance* terhadap pencapaian akademik, diperoleh hasil sebagai berikut:

1. *Time balance* (X1) memiliki nilai koefisien sebesar 0,174 dengan t-hitung < t-tabel  $1,350 < 2,011$  dan tingkat signifikansi sebesar  $0,184 > 0,05$ . Maka dapat disimpulkan bahwa *time balance* tidak berpengaruh signifikan terhadap pencapaian akademik.
2. *Involvement balance* (X2) memiliki nilai koefisien sebesar 0,204 dengan t-hitung < t-tabel  $-0,957 < 2,011$  dan tingkat signifikansi sebesar  $0,343 > 0,05$ . Maka dapat disimpulkan bahwa *involvement balance* tidak berpengaruh signifikan terhadap pencapaian akademik, meskipun arah hubungan koefisiennya positif.
3. *Satisfaction balance* (X3) memiliki nilai koefisien sebesar 0,193 dengan t-hitung > t-tabel  $4,773 > 2,011$  dan tingkat signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ . Maka dapat disimpulkan bahwa *satisfaction balance* berpengaruh signifikan terhadap pencapaian akademik.

### Uji Signifikan Simultan (F)

Penelitian ini menggunakan uji f untuk mengetahui pengaruh variabel *time balance*, *involvement balance*, dan *satisfaction balance* terhadap variabel pencapaian akademik secara bersama-sama. Tingkat signifikansinya yaitu 5% dan kriteria pengambilan keputusannya jika f-hitung > f-tabel dan *P-Value* < 0,05 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, atau variabel independen secara simultan mempengaruhi variabel dependen. Dan jika f-hitung < f-tabel dan *P-Value* > 0,05 maka  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak, atau variabel independen secara simultan tidak mempengaruhi variabel dependen.

Berikut hasil uji simultan dakan penelitian ini yaitu Anova yang diperoleh f-hitung > F-tabel yaitu sebesar  $33,722 > 2,80$  dengan tingkat signifikansi < 0,05 yaitu sebesar  $0,000 < 0,05$ . Dengan demikian variabel *time balance*, *involvement balance*, dan *satisfaction balance* secara bersama-sama atau secara simultan berpengaruh terhadap pencapaian akademik.

### Koefisien Determinasi

Pengujian ini dilakukan untuk mengetahui seberapa besarnya pengaruh variabel independen mempengaruhi variabel dependen.

Berikut adalah hasil uji koefisien determinasi yaitu menggunakan tiga variabel independen maka yang digunakan adalah nilai pada *Adjusted R-Square* yaitu 0,683. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa 68,3% variansi *time balance*, *involvement balance*, dan *satisfaction balance* mempengaruhi pencapaian akademik secara bersama-sama. Sedangkan sisanya sebesar 31,7% ( $100\% - 68,3\%$ ) dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

### Pembahasan

#### Pengaruh *Time Balance* terhadap Pencapaian Akademik

Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda yang dilakukan, diketahui bahwa variabel *time balance* memiliki koefisien sebesar 0,174 dengan nilai signifikansi sebesar  $0,184 > 0,05$ . Artinya, secara statistik, *time balance* tidak berpengaruh signifikan terhadap pencapaian akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi kampus di STIE Sutaatmadja Subang.

Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat kecenderungan hubungan positif antara keseimbangan waktu yang dimiliki mahasiswa dalam mengelola peran akademik dan peran organisasional dengan pencapaian akademik, namun pengaruh tersebut belum cukup kuat secara statistik untuk dinyatakan signifikan. Dengan kata lain, seberapa besar mahasiswa mampu membagi waktu antara aktivitas kuliah dan organisasi belum menjadi faktor utama yang menentukan pencapaian akademik mereka.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Ariarta et al. (2023) yang menemukan bahwa manajemen waktu memang berperan, namun bukan satu-satunya faktor yang menentukan pencapaian akademik. Dalam penelitian tersebut, dukungan sosial dan kualitas belajar memiliki pengaruh signifikan, sedangkan manajemen waktu tidak berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik. Hal serupa juga ditemukan oleh

Makiah & Nusron (2022) yang menyatakan bahwa motivasi intrinsik memiliki pengaruh lebih kuat terhadap pencapaian akademik dibandingkan sekadar pengelolaan waktu.

Di sisi lain, ketidaksignifikanan pengaruh *time balance* juga dapat dijelaskan oleh karakteristik responden penelitian, yaitu mahasiswa aktif organisasi yang cenderung telah memiliki kebiasaan multitasking atau terbiasa menghadapi jadwal padat. Kemungkinan besar, bagi kelompok mahasiswa seperti ini, pembagian waktu bukan lagi menjadi hambatan utama, melainkan bagaimana mereka merasakan kepuasan terhadap peran ganda yang dijalani, sebagaimana tercermin dari variabel *satisfaction balance* yang terbukti signifikan dalam penelitian ini.

Selain itu, dalam konteks mahasiswa STIE Sutaatmadja Subang, fleksibilitas jadwal kuliah serta dukungan lingkungan kampus turut memengaruhi kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan aktivitas tanpa harus mengalami gangguan signifikan pada pencapaian akademik, walaupun keseimbangan waktu mereka tidak selalu optimal.

Dengan demikian, temuan ini mengindikasikan bahwa untuk meningkatkan pencapaian akademik mahasiswa aktif organisasi, tidak hanya cukup dengan mendorong mereka agar mampu membagi waktu secara proporsional antara kegiatan akademik dan organisasi, tetapi juga perlu ditunjang oleh faktor lain, seperti kepuasan peran, manajemen stres, dan lingkungan pendukung yang kondusif.

### **Pengaruh *Involvement Balance* terhadap Pencapaian Akademik**

Berdasarkan hasil uji regresi linear berganda, diketahui bahwa variabel *involvement balance* memiliki koefisien sebesar 0,204 dengan nilai signifikansi sebesar  $0,343 > 0,05$ . Artinya, secara statistik, *involvement balance* tidak berpengaruh signifikan terhadap pencapaian akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi kampus di STIE Sutaatmadja Subang.

*Involvement balance* dalam penelitian ini mengacu pada keseimbangan tingkat keterlibatan psikologis, komitmen, dan perhatian yang diberikan mahasiswa terhadap dua peran utamanya, yaitu sebagai mahasiswa dan sebagai anggota organisasi. Meskipun secara teori keterlibatan yang seimbang diyakini dapat meningkatkan kualitas hidup dan pencapaian dalam kedua peran (Greenhaus et al., 2011), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan emosional atau psikologis yang seimbang antara peran akademik dan organisasi belum tentu berdampak langsung terhadap peningkatan pencapaian akademik.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Fajriyah & Wibowo (2020) yang menyatakan bahwa keterlibatan dalam organisasi mahasiswa tidak selalu memiliki dampak signifikan terhadap hasil akademik, terutama jika keterlibatan tersebut tidak diimbangi dengan manajemen diri yang baik, seperti pengaturan prioritas dan motivasi belajar yang kuat. Hal ini juga didukung oleh penelitian Dewi & Prasetyo (2022) yang menemukan bahwa keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan organisasi lebih berperan dalam peningkatan soft skills seperti kepemimpinan, kerja tim, dan komunikasi, namun tidak berpengaruh signifikan terhadap nilai akademik.

Salah satu kemungkinan penyebab tidak signifikannya pengaruh *involvement balance* terhadap pencapaian akademik dalam penelitian ini adalah adanya faktor-faktor eksternal yang tidak diukur, seperti kualitas kegiatan organisasi, efektivitas pembelajaran di kampus, atau tingkat stres yang dialami mahasiswa. Selain itu, perlu dicatat bahwa keterlibatan psikologis yang seimbang bukan berarti mahasiswa memiliki kapasitas kognitif atau waktu yang cukup untuk sepenuhnya memenuhi tuntutan akademik, sehingga meskipun mereka merasa terlibat secara emosional dalam kedua peran, hal tersebut tidak secara otomatis berkontribusi terhadap pencapaian akademik.

Di sisi lain, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa mungkin

lebih memprioritaskan kepuasan subjektif dari peran ganda mereka dibandingkan sekadar tingkat keterlibatan. Hal ini sejalan dengan temuan sebelumnya dalam penelitian ini bahwa dimensi *satisfaction balance* justru berpengaruh signifikan terhadap pencapaian akademik, sementara *time balance* dan *involvement balance* tidak memberikan pengaruh yang signifikan secara parsial.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa keterlibatan psikologis yang seimbang, tanpa adanya manajemen waktu yang efektif, kepuasan peran, serta motivasi intrinsik, tidak cukup untuk meningkatkan pencapaian akademik mahasiswa aktif organisasi. Oleh karena itu, diperlukan strategi yang lebih komprehensif yang tidak hanya mendorong keterlibatan organisasi, tetapi juga memperhatikan aspek manajemen diri dan keseimbangan peran secara holistik.

### **Pengaruh *Satisfaction Balance* terhadap Pencapaian Akademik**

Berdasarkan hasil uji regresi linear berganda yang dilakukan, variabel *satisfaction balance* memiliki koefisien sebesar 0,193 dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ . Artinya, secara statistik, *satisfaction balance* berpengaruh positif dan signifikan terhadap pencapaian akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi kampus di STIE Sutaatmadja Subang.

*Satisfaction balance* dalam penelitian ini diartikan sebagai sejauh mana mahasiswa merasa puas secara seimbang terhadap dua peran utamanya, yaitu sebagai mahasiswa (pencapaian akademik) dan sebagai anggota organisasi (keterlibatan non-akademik). Temuan ini konsisten dengan konsep yang dikemukakan oleh Greenhaus, Collins, dan Shaw (2003), bahwa keseimbangan peran tidak hanya diukur dari alokasi waktu atau keterlibatan psikologis, melainkan dari sejauh mana individu merasa puas terhadap kontribusi dan pencapaian di masing-masing peran.

Hasil penelitian ini memperkuat argumentasi bahwa kepuasan subjektif terhadap peran ganda memiliki dampak positif terhadap hasil akademik. Ketika mahasiswa merasa puas baik dengan keterlibatan organisasional maupun pencapaian akademiknya, mereka cenderung memiliki motivasi yang lebih tinggi, pengelolaan stres yang lebih baik, serta sikap positif yang mendukung keberhasilan studi.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Malik, Iqbal, dan Sultan (2023) yang menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara *academic satisfaction* dengan pencapaian akademik mahasiswa. Dalam studi tersebut yang melibatkan 313 mahasiswa, dijelaskan bahwa semakin tinggi kepuasan akademik yang dirasakan, semakin baik pula prestasi akademik yang dicapai. Dengan demikian, kepuasan dalam menjalankan peran sebagai mahasiswa menjadi faktor penting yang mendorong keberhasilan akademik.

Selain itu, penelitian oleh Salanova et al. (2010) juga mendukung temuan ini. Dalam penelitiannya terhadap mahasiswa tahun pertama, ditemukan bahwa konflik antar peran, seperti antara kegiatan akademik dan aktivitas non-akademik, dapat menurunkan kepuasan akademik secara signifikan. Dengan kata lain, ketidakseimbangan dalam peran ganda atau tingginya konflik peran berpotensi menurunkan kepuasan peran, yang pada akhirnya berdampak negatif terhadap hasil akademik.

Mahasiswa STIE Sutaatmadja Subang, hasil ini menunjukkan bahwa pencapaian akademik dapat tetap optimal meskipun mereka aktif dalam organisasi, selama mereka mampu merasakan keseimbangan kepuasan dalam kedua peran tersebut. Ketika mahasiswa merasa puas terhadap pencapaian akademiknya sekaligus mendapatkan kepuasan emosional dari keterlibatan dalam organisasi, hal ini berdampak positif terhadap hasil belajar, motivasi, dan manajemen diri mereka.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa untuk meningkatkan pencapaian akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi, penting untuk tidak hanya fokus pada pengaturan waktu atau meningkatkan keterlibatan psikologis, tetapi juga memastikan adanya dukungan, lingkungan yang kondusif, serta program pengembangan diri yang mendorong keseimbangan kepuasan dalam peran akademik maupun non-akademik.

### **Pengaruh *Work-life Balance* (mencakup *Time Balance*, *Involvement Balance*, dan *Satisfaction Balance*) terhadap Pencapaian Akademik**

Berdasarkan hasil uji signifikansi simultan (uji F), diperoleh nilai f-hitung sebesar 33,722, lebih besar dari f-tabel sebesar 2,80, dengan tingkat signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa secara simultan, ketiga dimensi *work-life balance* yang meliputi *time balance*, *involvement balance*, dan *satisfaction balance* berpengaruh signifikan terhadap pencapaian akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi kampus di STIE Sutaatmadja Subang.

Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun secara parsial tidak semua dimensi *work-life balance* memberikan pengaruh signifikan terhadap pencapaian akademik, namun secara bersama-sama ketiga dimensi tersebut tetap berperan dalam meningkatkan hasil akademik mahasiswa. Dengan kata lain, keseimbangan dalam membagi waktu, keterlibatan psikologis yang seimbang, serta kepuasan terhadap kedua peran (akademik dan organisasi) saling melengkapi dalam memengaruhi capaian akademik mahasiswa.

Hasil penelitian ini selaras dengan konsep *work-life balance* yang dikemukakan oleh Greenhaus dan Allen (2011), di mana keseimbangan antara peran akademik (*work*) dan non-akademik (*life*) tidak dapat dilihat hanya dari satu aspek tertentu, tetapi merupakan gabungan dari waktu yang dialokasikan, keterlibatan emosional, dan tingkat kepuasan terhadap peran-peran tersebut. Dengan demikian, *work-life balance*

menjadi faktor yang kompleks dan saling terkait dalam mempengaruhi pencapaian akademik mahasiswa yang memiliki aktivitas organisasi.

Temuan ini juga diperkuat oleh hasil penelitian Ariarta et al. (2023) yang menyatakan bahwa keseimbangan waktu, kepuasan peran, dan keterlibatan emosional dalam peran ganda secara kolektif dapat memengaruhi prestasi akademik mahasiswa, meskipun tidak semua aspek tersebut selalu berpengaruh signifikan secara individu. Selain itu, penelitian oleh Makiah dan Nusron (2022) menunjukkan bahwa motivasi belajar, kepuasan peran, serta pengelolaan waktu secara keseluruhan berkontribusi terhadap peningkatan pencapaian akademik, terutama ketika ketiga faktor tersebut saling mendukung satu sama lain.

Terdapat banyak mahasiswa yang tidak hanya memiliki tanggung jawab akademik di STIE Sutaatmadja Subang, tetapi juga aktif dalam berbagai kegiatan organisasi, sosial, bahkan pekerjaan paruh waktu. Kondisi ini menuntut mahasiswa untuk mampu mengelola keseimbangan peran dengan baik agar pencapaian akademik tidak terganggu. Ketika mahasiswa dapat menjaga keseimbangan waktu, keterlibatan, dan kepuasan secara bersamaan, maka hal ini dapat menciptakan kondisi optimal untuk meningkatkan prestasi belajar mereka.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *work-life balance* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap pencapaian akademik, yang menunjukkan pentingnya pengelolaan waktu, keterlibatan yang seimbang, serta kepuasan peran untuk mendukung keberhasilan akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi. Oleh karena itu, dibutuhkan dukungan dari kampus dan organisasi mahasiswa dalam menciptakan lingkungan yang mendukung keseimbangan peran, sehingga mahasiswa dapat menjalankan tanggung jawab akademik dan organisasi secara seimbang dan produktif.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa *work-life balance* yang terdiri dari *time balance*, *involvement balance*, dan *satisfaction balance* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap pencapaian akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi kampus di STIE Sutaatmadja Subang. Namun, secara parsial hanya dimensi *satisfaction balance* yang terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap pencapaian akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa rasa puas mahasiswa terhadap peran ganda yang mereka jalani, baik sebagai mahasiswa maupun sebagai anggota organisasi, memiliki kontribusi penting dalam meningkatkan hasil akademik. Sementara itu, dimensi *time balance* dan *involvement balance* tidak berpengaruh signifikan secara individu, yang mengindikasikan bahwa keseimbangan waktu dan keterlibatan psikologis saja belum cukup untuk menentukan pencapaian akademik apabila tidak dibarengi dengan kepuasan terhadap peran tersebut.

Hasil penelitian ini mempertegas bahwa pencapaian akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi tidak hanya bergantung pada seberapa baik mereka membagi waktu atau seberapa besar keterlibatan psikologis mereka dalam aktivitas organisasi dan perkuliahan, tetapi lebih ditentukan oleh sejauh mana mereka mampu merasakan kepuasan yang seimbang dalam menjalankan kedua peran tersebut.

Dengan demikian, upaya peningkatan pencapaian akademik mahasiswa sebaiknya tidak hanya difokuskan pada manajemen waktu dan pengaturan aktivitas, melainkan juga pada penciptaan lingkungan yang dapat meningkatkan kepuasan peran, baik di ranah akademik maupun organisasi. Mahasiswa yang mampu mencapai keseimbangan kepuasan tersebut cenderung lebih termotivasi, mampu mengelola stres dengan baik, dan lebih optimal dalam pencapaian akademik mereka.

## **IMPLIKASI DAN KETERBATASAN**

Hasil penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi mahasiswa, organisasi kemahasiswaan, serta pihak kampus dalam upaya meningkatkan pencapaian akademik mahasiswa yang aktif dalam kegiatan organisasi. Temuan bahwa *satisfaction balance* berpengaruh signifikan terhadap pencapaian akademik menunjukkan bahwa rasa puas terhadap peran ganda sebagai mahasiswa dan anggota organisasi memiliki kontribusi penting dalam mendukung keberhasilan studi. Oleh karena itu, mahasiswa perlu diberikan pemahaman serta pelatihan yang dapat meningkatkan kepuasan mereka dalam menjalankan kedua peran tersebut. Organisasi kemahasiswaan diharapkan dapat merancang kegiatan yang lebih fleksibel dan mendukung keseimbangan peran, sehingga anggota organisasi tetap dapat fokus menjalankan tanggung jawab akademik tanpa mengurangi rasa puas mereka terhadap aktivitas non-akademik. Selain itu, pihak kampus juga perlu menciptakan lingkungan yang kondusif, termasuk kebijakan yang mendorong keseimbangan peran, seperti bimbingan akademik, konseling, serta program pengembangan *soft skills* yang relevan.

Selain itu, penelitian ini juga memiliki keterbatasan yang perlu diperhatikan. Penelitian ini hanya dilakukan pada mahasiswa yang aktif dalam organisasi di STIE Sutaatmadja Subang, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan ke mahasiswa di perguruan tinggi lain yang memiliki karakteristik berbeda. Jumlah sampel yang digunakan juga relatif terbatas, yaitu sebanyak 51 responden, sehingga untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas jumlah sampel agar hasil penelitian lebih representatif. Kemudian penelitian ini hanya mengukur tiga dimensi *work-life balance* tanpa mempertimbangkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi pencapaian akademik, seperti tingkat stres, motivasi intrinsik, dukungan sosial, dan kemampuan manajemen diri. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji variabel-variabel tambahan tersebut agar memberikan pemahaman yang lebih komprehensif terkait faktor-faktor yang memengaruhi

pencapaian akademik mahasiswa aktif organisasi.

## REFERENCES

- Allen, T. D. (2013). *The Work-Family Role Interface: A Synthesis of the Research from Industrial and Organizational Psychology* WORK AND FAMILY INTERDEPENDENCIES 699 WORK-FAMILY BALANCE 702 INDIVIDUAL DIFFERENCES AND WORK-FAMILY 703 ENVIRONMENTAL SUPPORT FOR MANAGING WORK AND FAMILY 705.
- Apri Setiaji, C. (n.d.). *Pengaruh Keaktifan dalam Berorganisasi dan Motivasi Belajar terhadap Indeks Prestasi Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Purworejo*.
- Ariarta, A. P., Mu'in, M. L. A., Latif, M. S., Saadah, A. H., & Harini, S. (2024). Learning Quality, Time Management and Social Support on Student Academic Achievement. *EDUKASIA: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(2), 11–22. <https://doi.org/10.62775/edukasia.v5i2.778>
- Bhaskara. (2023). *Minat mahasiswa baru terhadap organisasi di lingkungan kampus*. <https://bhaskara.id/minat-mahasiswa-baru-terhadap-organisasi-di-lingkungan-kampus/>
- Brough, P., Timms, C., Chan, X. W., Hawkes, A., & Rasmussen, L. (2020). Work–Life Balance: Definitions, Causes, and Consequences. In *Handbook of Socioeconomic Determinants of Occupational Health* (pp. 1–15). Springer International Publishing.
- Dina, R., & Sulaiman, S. (2024). Pengaruh Keaktifan Berorganisasi terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa di Unit Kegiatan Kerohanian Universitas Negeri Padang Tahun 2023. *ARZUSIN*, 4(1), 192–207. <https://doi.org/10.58578/arzusin.v4i1.2482>
- Greenhaus, J. H., Collins, K. M., & Shaw, J. D. (2003). The relation between work-family balance and quality of life. *Journal of Vocational Behavior*, 63(3), 510–531. [https://doi.org/10.1016/S0001-8791\(02\)00042-8](https://doi.org/10.1016/S0001-8791(02)00042-8)
- Makiah, M., & Nusron, A. (2025). The Interplay Between Time Management, Motivation, and Academic Performance Among University Students. *Klabat Journal of Management*, 6. <https://doi.org/10.60090/kjm.v4i2>
- Malik, A., Iqbal, M., & Sultan, A. (2023). Impact of Academic Satisfaction on University Students' Academic Achievement. *Journal of Education and Social Studies*.
- PENGARUH WORK-LIFE BALANCE DAN MANAJEMEN WAKTU (TIME MANAGEMENT) TERHADAP PRESTASI AKADEMIK.** (n.d.).
- Russo, A. (2018). *Social Indicators Research*. <https://doi.org/10.1007/s11205-018>
- Salanova, M. et al. (2010). Social and study related stressors and resources among university entrants: Effects on well-being and academic

performance. *Journal of Educational Psychology*.

Zein Pratama, M., Administrasi  
Perkantoran, P., & Ekonomi, F. (n.d.).  
*PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA  
FAKULTAS EKONOMI*

*UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA.*  
<https://doi.org/10.9644/sindoro.v3i9.2>  
52