

PENGARUH BEBAN KERJA DAN STRES KULIAH TERHADAP KEPUASAN AKADEMIK MAHASISWA KELAS KARYAWAN DI WILAYAH CIKARANG

Tyar Nur Ilham¹, Muh Fathir Rayhan²

^{1,2}Manajemen, Universitas Pelita Bangsa, Kabupaten Bekasi

Informasi Artikel

Riwayat naskah:

Diterima : 22 Mei 2025

Disetujui : 2 Juni 2025

Publikasi : 1 Juli 2025

Penulis Korespondensi:

Tyar Nur Ilham

tyarnurilham12@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini mengarah kepada analisis pengaruh beban kerja dan stres perkuliahan terhadap kepuasan akademik mahasiswa kelas karyawan. Studi ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran instrumen kuesioner berbasis skala Likert lima kategori. Data dikumpulkan dari 60 responden dan dianalisis menggunakan Minitab Statistical Software. Hasil analisis validitas dengan bantuan Minitab Statistical Software mengindikasikan bahwa seluruh item instrumen memenuhi syarat valid, karena nilai signifikansinya berada di bawah 0,05 dan nilai r hitung lebih tinggi dibandingkan r tabel sebesar 0,254. Uji reliabilitas menghasilkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,9264 untuk beban kerja, 0,9326 untuk stres kuliah, dan 0,9422 untuk kepuasan akademik, yang menunjukkan tingkat reliabilitas sangat tinggi. Pengujian asumsi klasik menyatakan data yang terkumpul berdistribusi normal, tidak ada multikolinearitas, serta tidak ditemukan heteroskedastisitas. Hasil analisis regresi linear menunjukkan bahwa beban kerja dan stres kuliah secara simultan (bersama) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepuasan akademik (*P-value* = 0,000). Namun, secara parsial dari dua variabel tersebut menunjukkan tidak ada pengaruh yang memiliki nilai signifikan. Nilai R^2 yang dikenal koefisien determinasi sebesar 55,99% menunjukkan angka kepuasan akademik dapat ditelaah oleh variabel independen dalam penelitian kuantitatif ini, sementara sisanya untuk kepuasan akademik dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian.

Kata Kunci : Beban Kerja, Kepuasan Akademik, Regresi Linear, Stres Kuliah

ABSTRACT

*This study aims to analyze the effect of workload and academic stress on the academic satisfaction of working-class students. A quantitative research design was applied using a survey method with questionnaires measured on a 1-5 Likert scale. The study involved 60 respondents, and the data were analyzed using Minitab Statistical Software. The validity analysis conducted using Minitab Statistical Software indicates that all instrument items meet the validity criteria, as the significance values are below 0.05 and the calculated correlation coefficients exceed the r-table value of 0.254.. Reliability testing produced Cronbach's Alpha values of 0.9264 for workload, 0.9326 for academic stress, and 0.9422 for academic satisfaction, indicating excellent reliability. Classical assumption testing confirms that the data are normally distributed and free from multicollinearity and heteroscedasticity issues. The linear regression results show that workload and academic stress simultaneously (together) have a significant effect on academic satisfaction (*P-value* = 0.000). However, partial testing reveals that neither variable has a significant individual effect. R^2 -value that known as coefficient of determination has 55.99% indicates that academic satisfaction can be explained by the independent variables examined in this quantitative study, while the remaining variation in academic satisfaction is influenced by other factors outside the research model.*

Keywords : Academic Satisfaction, Academic Stress, Working Students, Workload

Pendahuluan

Wilayah Cikarang dikenal sebagai kawasan industri terbesar di Indonesia yang menampung ribuan tenaga kerja dari berbagai sektor manufaktur. Kondisi ini melahirkan fenomena

meningkatnya jumlah mahasiswa kelas karyawan, yaitu individu yang bekerja penuh waktu sambil menempuh pendidikan tinggi (Igama et al., 2025). Mahasiswa kelas karyawan menghadapi tuntutan ganda dari pekerjaan dan studi yang menuntut pembagian waktu, energi, dan fokus yang baik. Fenomena ini menjadi isu penting karena menunjukkan dinamika baru dalam manajemen sumber daya manusia di bidang pendidikan tinggi, khususnya dalam konteks keseimbangan antara pekerjaan dan studi (*work-study balance*), yang dapat memengaruhi kepuasan akademik mahasiswa (Hidayatin, 2023). Dalam konteks tersebut, pengelolaan waktu dan kemampuan adaptasi terhadap beban kerja menjadi faktor utama yang menentukan keberhasilan akademik mahasiswa pekerja. Penelitian lain menunjukkan bahwa mahasiswa pekerja di wilayah perkotaan memiliki risiko kelelahan akademik yang tinggi akibat padatnya aktivitas kerja dan kuliah (Lestari & Nuraqmarina, 2024).

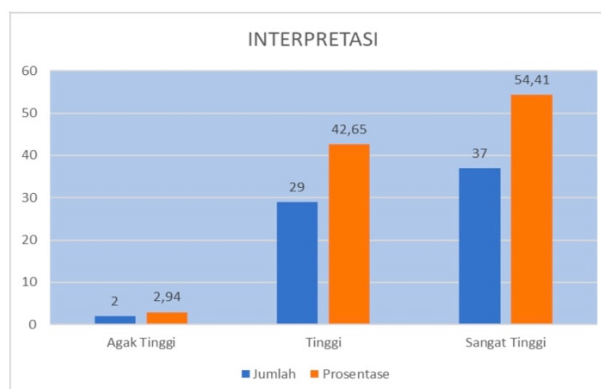
Beban kerja (*workload*) merupakan faktor penting yang memengaruhi kesejahteraan individu, baik dalam konteks kerja maupun akademik. Beban kerja dengan intensitas yang berlebih dapat menurunkan produktivitas, menyebabkan kelelahan fisik, dan mengurangi waktu bagi beristirahat yang diperlukan untuk pemulihan mental. Dalam konteks mahasiswa pekerja, beban kerja yang tinggi berdampak langsung pada performa akademik dan kepuasan belajar (Siswadi, 2024). Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa pekerja di wilayah industri memiliki tingkat kelelahan fisik dan mental yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa reguler. Beban kerja yang tinggi juga dapat menghambat keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan kampus, sehingga menurunkan kepuasan akademik dan motivasi untuk berprestasi (Hidayatin, 2023). Fenomena ini memperlihatkan bahwa tekanan kerja yang dialami mahasiswa karyawan di kawasan industri seperti Cikarang dapat menjadi faktor signifikan dalam menurunnya kesejahteraan akademik (Utami et al., 2025).

Selain beban kerja, stres kuliah (*academic stress*) juga menjadi tantangan psikologis yang dihadapi mahasiswa kelas karyawan. Stres kuliah dapat timbul saat tuntutan dari segi akademik melebihi ambang batas dari kemampuan individu dalam mengatasinya, terutama bagi mahasiswa yang harus memiliki keseimbangan bagi waktu pekerjaan dan studi. Mahasiswa pekerja sering kali mengalami tekanan ganda dari pekerjaan, jadwal kuliah yang padat, serta tugas akademik yang menumpuk, yang dapat menimbulkan *burnout* (Lestari & Nuraqmarina, 2024). Penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres akademik yang tinggi dapat menurunkan motivasi belajar, kepuasan akademik, dan komitmen terhadap studi. Selain itu, stres yang tidak terkelola dengan baik dapat memperkuat pengaruh negatif beban kerja terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa (Siswadi, 2024). Dalam konteks kawasan industri seperti Cikarang, sistem kerja shift dan tekanan target produksi turut memperparah stres kuliah, sehingga mahasiswa pekerja memiliki risiko lebih tinggi terhadap penurunan kepuasan akademik (Hidayatin, 2023). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa dukungan sosial dan ketahanan diri berperan penting dalam menurunkan dampak stres pada mahasiswa pekerja.

Kepuasan akademik (*academic satisfaction*) mengacu pada sejauh mana mahasiswa merasa puas terhadap pengalaman belajar, termasuk kualitas pengajaran, dukungan institusi, dan kemampuan dalam menyeimbangkan peran kerja dan studi. Kepuasan akademik berperan penting dalam menentukan motivasi belajar, keterlibatan akademik, serta retensi mahasiswa (Hidayatin, 2023). Mahasiswa yang mampu mengelola beban kerja dan stres kuliah dengan baik cenderung memiliki kepuasan akademik yang lebih tinggi. Namun, penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang bervariasi mengenai sejauh mana kedua faktor tersebut memengaruhi kepuasan akademik mahasiswa pekerja (Siswadi, 2024). Kondisi ini mengarah kepada *research gap* yang dapat dikaji lebih

lanjut, khususnya pada mahasiswa kelas karyawan yang bekerja di kawasan industri seperti Cikarang, di mana tuntutan pekerjaan dan studi berjalan secara bersamaan (Lestari & Nuraqmarina, 2024).

Wilayah Cikarang sebagai kawasan industri terbesar di Indonesia menampung ribuan tenaga kerja manufaktur dan menjadi salah satu daerah dengan jumlah mahasiswa pekerja yang terus meningkat. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja memiliki risiko lebih tinggi mengalami beban kerja dan stres akademik dibanding mahasiswa reguler. Salah satu studi bahwa 54,41% mahasiswa pekerja mengalami beban kerja mental sangat tinggi, sementara 69,12% lainnya berada pada kategori stres kerja sedang. Temuan nasional juga mengindikasikan pola serupa, di mana mahasiswa pekerja cenderung menghadapi tekanan kognitif yang lebih berat, kesulitan manajemen waktu, serta kelelahan akademik. Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa 52,7% variasi stres akademik mahasiswa dijelaskan oleh beban tugas kuliah dan bahwa 32% mahasiswa pekerja mengalami stres berat, terutama akibat aktivitas kuliah dan pekerjaan yang padat. Kondisi ini mengisyaratkan bahwa mahasiswa pekerja di kawasan industri seperti Cikarang sangat rentan terhadap beban kerja berlebih dan stres akademik yang dapat menurunkan kepuasan serta performa akademik, sehingga diperlukan kajian empiris yang lebih mendalam pada konteks wilayah industri tersebut.



Gambar 1. Interpretasi Kategori Beban Kerja Mental Mahasiswa Pekerja (Hidayati, 2025).

Diagram frekuensi pada gambar menunjukkan distribusi tingkat beban kerja yang mempengaruhi mental yang dirasakan saat menjadi mahasiswa dan bekerja di waktu bersamaan. Data tersebut mengelompokkan responden ke dalam tiga kategori, yaitu Agak Tinggi, Tinggi, dan Sangat Tinggi, berdasarkan hasil pengukuran NASA-TLX. Pada kategori Agak Tinggi terdapat 2 responden atau 2,94%, menunjukkan hanya sebagian kecil mahasiswa yang memiliki beban kerja mental pada tingkat tersebut. Pada kategori Tinggi terdapat 29 responden atau 42,65%, yang berarti hampir setengah dari mahasiswa pekerja merasakan beban kerja mental cukup besar. Sementara itu, kategori Sangat Tinggi ditempati oleh jumlah terbesar yaitu 37 responden atau 54,41%, menunjukkan bahwa lebih dari separuh mahasiswa pekerja mengalami lonjakan yang tinggi bagi beban kerja mental. Secara keseluruhan, diagram ini menggambarkan bahwa mayoritas mahasiswa pekerja berada pada kondisi beban kerja mental tinggi hingga sangat tinggi, yang menunjukkan adanya tekanan signifikan dalam menjalani peran ganda antara kuliah dan pekerjaan. Sebagai pelengkap analisis beban kerja mental, terdapat distribusi tingkat stres kerja yang dialami mahasiswa pekerja.

Tabel 1. Tingkat Stres Kerja Mahasiswa Pekerja (Hidayati, 2025).

Kategori	Interval Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 28,18$	12	17,65
Sedang	$28,18 < X < 39,64$	47	69,12
Tinggi	$39,64 \leq X$	2	13,24

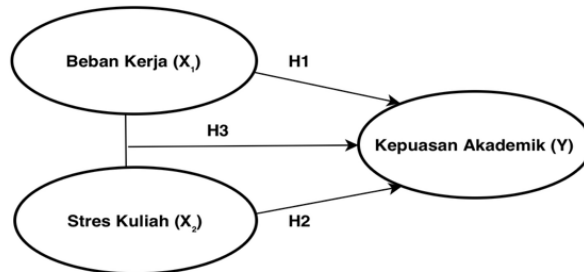
Pada tabel penelitian salah satu studi kasus yang dilakukan oleh Hidayati pada tahun 2025 menunjukkan bahwa tingkat stres kerja mahasiswa pekerja didominasi oleh kategori sedang, yaitu sebanyak 47 responden atau 69,12%, yang mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa merasakan tekanan kerja yang cukup berarti namun belum mencapai tingkat yang ekstrem. Sebaliknya, hanya 12 responden atau 17,65% yang berada pada kategori rendah, menunjukkan bahwa hanya sedikit mahasiswa yang mampu mengelola tekanan kerjanya dengan optimal. Adapun kategori tinggi ditempati oleh 9 responden atau 13,24%, menandakan bahwa sebagian kecil mahasiswa mengalami stres kerja berat yang berpotensi mengganggu aktivitas akademik dan performa kerja. Secara keseluruhan, tabel ini menegaskan bahwa mayoritas mahasiswa pekerja berada pada kondisi stres kerja sedang, sehingga meskipun tidak ekstrem, tekanan yang mereka hadapi tetap signifikan dan perlu mendapat perhatian dalam konteks kesejahteraan akademik maupun pekerjaan.

Berdasarkan pemaparan fenomena serta temuan penelitian sebelumnya, studi ini diarahkan untuk mengkaji secara empiris pengaruh beban kerja sebagai variabel independen pertama, stres perkuliahan sebagai variabel independen kedua, terhadap kepuasan akademik mahasiswa kelas karyawan di wilayah Cikarang sebagai variabel dependen. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa signifikansi dari beban kerja dan stres kuliah memengaruhi tingkat kepuasan akademik, baik secara individu maupun bersama-sama, pada mahasiswa yang menjalani peran sebagai pekerja di kawasan industri (Adelia *et al.*, 2025). Temuan penelitian ini bisa menjadi landasan kontribusi teoretis dalam mengembangkan ilmu terutama pada kajian manajemen sumber daya manusia pada konteks pendidikan tinggi, serta memberikan manfaat praktis bagi perguruan tinggi dan perusahaan dalam upaya menciptakan keseimbangan antara tuntutan kerja dan kepuasan belajar mahasiswa pekerja (Hidayatin, 2023). Selain itu, diharapkan dari hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi pihak perguruan tinggi dalam fondasi kebijakan akademik yang lebih responsif terhadap karakteristik mahasiswa kelas karyawan. Penelitian ini juga diharapkan mampu memperkaya literatur terkait hubungan antara beban kerja, stres perkuliahan, dan kepuasan akademik dalam konteks pendidikan tinggi di kawasan industri (Lestari & Nuraqmarina, 2024).

Metode Penelitian

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif karena menitikberatkan pada pengujian hubungan antarvariabel yang dapat diukur secara objektif melalui data berbentuk angka. Variabel independen atau variabel bebas yang dipilih untuk satuan pengukuran dalam penelitian ini terdiri dari beban kerja dan stres perkuliahan, sedangkan bagi variabel dependen atau variabel terikat adalah kepuasan akademik mahasiswa kelas karyawan di wilayah Cikarang. Pendekatan kuantitatif menjadi penetapan penulisan karena penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan sebab-

akibat antarvariabel dengan menggunakan teknik analisis statistik yang bersifat terstandar (Sari & Rahayu, 2022).



Gambar 2. Model Konseptual Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kuliah terhadap Kepuasan Akademik.

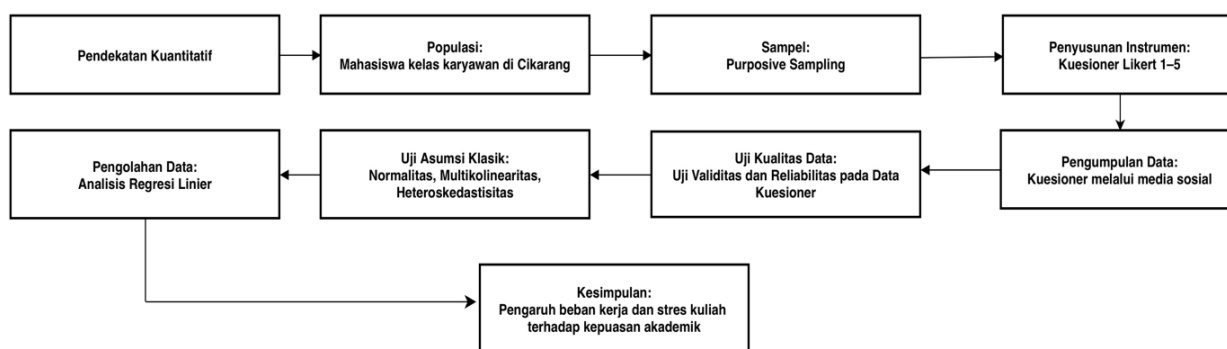
Gambar model penelitian ini menggambarkan hubungan konseptual antara variabel beban kerja (X_1), stres kuliah (X_2), dan kepuasan akademik (Y) pada mahasiswa kelas karyawan di wilayah Cikarang. Model tersebut menunjukkan bahwa beban kerja dan stres kuliah memiliki pengaruh langsung terhadap kepuasan akademik, yang masing-masing direpresentasikan melalui hipotesis H1 dan H2. Selain itu, model juga mengindikasikan adanya pengaruh simultan kedua variabel bebas tersebut terhadap kepuasan akademik (H3), sehingga penelitian ini secara komprehensif menguji baik hubungan parsial maupun gabungan antarvariabel. Kerangka ini memastikan bahwa analisis kuantitatif yang digunakan dapat menilai secara empiris bagaimana tuntutan pekerjaan dan tekanan akademik membentuk tingkat kepuasan mahasiswa pekerja.

Populasi saat penelitian ini dilaksanakan adalah mahasiswa kelas karyawan yang terdaftar di beberapa perguruan tinggi di wilayah Cikarang, Kabupaten Bekasi. Penentuan sampel dengan cara teknik purposive sampling, yaitu responden tidak bebas namun berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan ketentuannya, meliputi mahasiswa aktif kelas karyawan, memiliki jam kerja minimal enam jam per hari, serta bersedia mengisi kuesioner secara lengkap (Sari, 2025). Jumlah sampel yang ditetapkan *Slovin formula* dengan tingkat *error* sebesar 5% (Antoro, 2024), sehingga jumlah responden yang dinilai mampu mewakili karakteristik populasi mahasiswa kelas karyawan.

Penelitian ini dilalui beberapa tahapan. Tahap pertama adalah identifikasi variabel dan perumusan indikator berdasarkan studi literatur mengenai beban kerja, stres akademik, dan kepuasan belajar mahasiswa pekerja. Tahap kedua adalah penyusunan kuesioner, yang disesuaikan dari instrumen terdahulu: indikator beban kerja diadaptasi dari literatur sebelumnya; indikator stres kuliah mengacu pada dimensi stres akademik dan indikator kepuasan akademik mengacu pada konsep kepuasan mahasiswa terhadap layanan akademik. Kuesioner menggunakan skala Likert 1-5 dimana rentangnya dimulai dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju (Suasapha, 2020).

Tahapan ketiga dalam penelitian ini dilaksanakan melalui kegiatan pengumpulan data dengan mendistribusikan kuesioner yang telah dibuat secara daring dengan target sasaran yaitu kepada mahasiswa yang menjalani perkuliahan sambil bekerja. Penyebaran instrumen penelitian dilakukan melalui berbagai platform media sosial guna menjangkau responden secara lebih optimal, sesuai dengan praktik yang lazim diterapkan dalam penelitian kuantitatif berbasis survei (Sholihah et al., 2023). Pemanfaatan kuesioner daring memungkinkan peneliti memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai kondisi akademik serta pengalaman belajar mahasiswa, khususnya mereka yang menghadapi tuntutan ganda antara aktivitas kerja dan studi.

Tahap keempat dalam penelitian ini mencakup proses pengolahan dan analisis data. Data yang telah memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas selanjutnya dianalisis dengan sistematika regresi linier berganda untuk uji pengaruh beban kerja dan stres perkuliahan terhadap kepuasan akademik. Metode analisis ini sejalan dengan pendekatan yang digunakan dalam penelitian terdahulu yang mengkaji stres akademik dan faktor-faktor yang memengaruhinya (Sholihah *et al.*, 2023). Sebelum dilakukan estimasi model, analisis data didahului oleh uji validitas dan reabilitas lalu masuk tahap uji asumsi klasik yang diawali uji normalitas, multikolinearitas, lalu terakhir heteroskedastisitas guna memastikan terpenuhinya persyaratan model regresi sesuai dengan prosedur analisis yang berlaku (Silalahi *et al.*, 2023). Hasil pengolahan data kemudian digunakan untuk menilai apakah temuan empiris mendukung model hubungan antarvariabel, serta memberikan pemahaman mengenai peran beban kerja dan tekanan akademik dalam membentuk tingkat kepuasan akademik mahasiswa kelas karyawan di lingkungan industri.



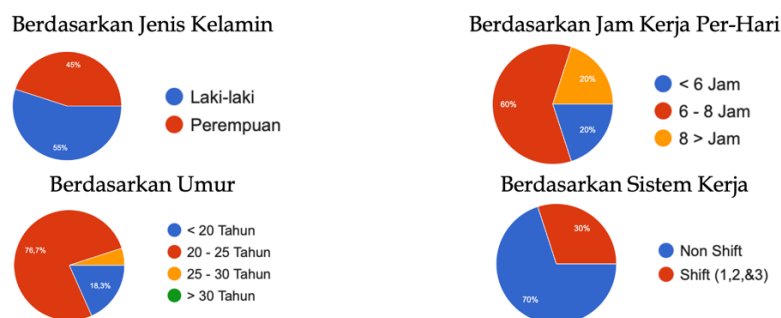
Gambar 3. Diagram Alur Metodologi Penelitian.

Diagram metodologi penelitian ini menjelaskan rangkaian tahapan penelitian yang dimulai dengan penerapan pendekatan kuantitatif. Tahap awal mencakup penetapan populasi penelitian, yaitu mahasiswa kelas karyawan di wilayah Cikarang. Selanjutnya, pemilihan sampel dilakukan dengan penentuan teknik purposive sampling. Tahapan berikutnya adalah perancangan instrumen penelitian berupa kuesioner daring yang disusun dan sudah menggunakan skala Likert 1-5. Instrumen tersebut kemudian dimanfaatkan dalam proses pengumpulan data melalui penyebaran kuesioner secara daring dengan memanfaatkan media sosial. Data yang diperoleh selanjutnya melalui pengujian kualitas data, yaitu uji validitas dan reliabilitas, untuk memastikan kelayakan instrumen penelitian. Setelah data dinyatakan layak, dilakukan uji asumsi klasik yang harus memenuhi syarat bagi uji normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas. Tahap berikutnya adalah analisis regresi linier. Berdasarkan hasil analisis tersebut, penelitian diakhiri dengan penarikan kesimpulan mengenai pengaruh beban kerja dan stres perkuliahan terhadap tingkat kepuasan akademik mahasiswa kelas karyawan.

Hasil Dan Pembahasan

Gambaran Umum Data Penelitian

Penelitian ini memanfaatkan data primer yang dikumpulkan saat reponed mengisi di tshsp penyebaran kuesioner kepada 60 responden untuk mengukur tiga variabel penelitian, yaitu beban kerja (X1), stres perkuliahan (X2), dan kepuasan akademik (Y). Instrumen penelitian dirancang berdasarkan indikator-indikator teoritis yang relevan dan berfungsi sebagai alat utama dalam proses pengumpulan data.



Gambar 4. Persebaran Karakteristik Sampel Penelitian.

Pengukuran variabel beban kerja (X1), stres perkuliahan (X2), dan kepuasan akademik (Y) dilakukan menggunakan skala Likert lima poin (1-5), di mana dimulai dari skor 1 dapat diartikan sebagai sangat tidak setuju dan skor 5 dapat diartikan sangat setuju (Sumartini & Sthevany, 2020). Kuesioner disusun dalam tiga bagian sesuai dengan masing-masing variabel penelitian (Lamalouk & Simanjuntak, 2023). Berdasarkan 60 responden, mayoritas dari jumlah total responden yang mengisi kuesioner tersebut berjenis kelamin laki-laki sebanyak 33 orang (55%), dengan rentang usia dominan 20–25 tahun sebanyak 46 orang (76,7%). Dari sisi pekerjaan, responden terbanyak merupakan pegawai PNS/swasta sebanyak 25 orang, diikuti oleh pekerja freelance atau part-time sebanyak 16 orang. Data yang sudah diperoleh bisa dilanjutkan untuk dianalisis melalui uji kualitas data untuk pertama, uji asumsi klasik untuk kedua, dan analisis regresi untuk menjawab tujuan penelitian.

Uji Kualitas Data

Uji kualitas data diperlukan dalam memastikan bahwa instrumen untuk penelitian ini memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang valid, sehingga data yang dihasilkan layak untuk dianalisis pada tahap selanjutnya (Cosaken & Wandu, 2025). Dalam penelitian ini, pengujian kualitas data mencakup uji validitas dan uji reliabilitas terhadap masing-masing variabel, yaitu beban kerja (X1), stres perkuliahan (X2), dan kepuasan akademik (Y).

1. Uji Validitas

Penelitian ini melakukan uji validitas terhadap variabel beban kerja (X1), stres perkuliahan (X2), dan kepuasan akademik (Y) dengan menggunakan metode korelasi Pearson Product Moment yang diolah melalui Minitab Statistical Software. Pengujian dilakukan terhadap seluruh item pernyataan dengan jumlah responden sebanyak 60 orang, sehingga diperoleh nilai r tabel sebesar 0,254 pada tingkat signifikansi yang ditetapkan yaitu 5%. Berdasarkan dari adanya hasil pengolahan data menggunakan Minitab, seluruh item pernyataan pada variabel X1, X2, dan Y menunjukkan nilai r hitung yang lebih besar dari r tabel sesuai matrix plot dan output serta nilai signifikansi (Sig.) < 0,05 (Prawoto & Hasyim, 2022). Dengan demikian, seluruh item pernyataan dalam kuesioner dinyatakan valid. Hasil matrix plot dan output pengujian validitas secara lengkap disajikan pada bagian lampiran.

2. Uji Reliabilitas

Tabel 2. Nilai Cronbach's Alpha Variables

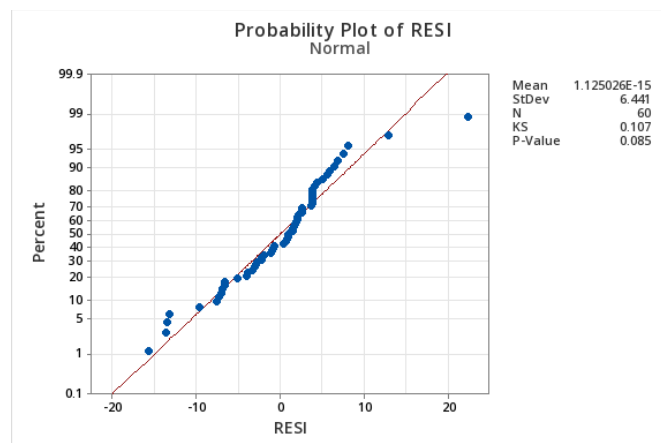
Variabel	Cronbach's Alpha
Beban Kerja (X1)	0.9264
Stres Kuliah (X2)	0.9362
Kepuasan Akademik (Y)	0.9422

Berdasarkan hasil pengujian reliabilitas dengan menggunakan metode Cronbach's Alpha yang diolah melalui Minitab Statistical Software, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,9264 pada variabel beban kerja (X1), 0,9326 pada variabel stres perkuliahan (X2), dan 0,9422 pada variabel kepuasan akademik (Y). Seluruh nilai Cronbach's Alpha tersebut berada di atas batas minimum yang ditetapkan, yaitu 0,60, sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian pada ketiga variabel memiliki tingkat reliabilitas yang sangat baik (Musyaffa & Iqbal, 2022). Temuan ini menunjukkan bahwa setiap item pernyataan memiliki konsistensi dan kestabilan yang tinggi dalam mengukur masing-masing variabel, sehingga instrumen penelitian dinilai layak saat dilanjutkan pada tahap analisis lanjutan, termasuk uji asumsi klasik dan analisis regresi.

Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik menjadi syarat untuk memastikan bahwa model regresi yang diterapkan dalam penelitian ini telah memenuhi persyaratan dasar regresi linear, sehingga hasil analisis yang diperoleh dapat diinterpretasikan secara akurat dan memiliki tingkat keandalan yang tinggi. Pengujian asumsi klasik terdiri dari uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas, yang seluruhnya dianalisis dengan bantuan Minitab Statistical Software (Cosaken & Wandu, 2025).

1. Uji Normalitas



Gambar 5. Tes Normalitas (Minitab 22)

Gambar 5 menampilkan probability plot residual (RESI) dari model regresi yang digunakan dalam pengujian asumsi normalitas. Secara umum, sebaran titik residual terlihat mengikuti garis diagonal berwarna merah, yang mengindikasikan bahwa residual model mendekati pola distribusi normal. Selain itu, hasil pengujian Kolmogorov-Smirnov (KS) menunjukkan nilai P-value sebesar 0,085, di mana nilai tersebut melebihi batas signifikansi 0,05. Dengan demikian, data residual berdistribusi normal dan tidak terdapat penyimpangan yang signifikan terhadap asumsi normalitas pada model regresi yang digunakan.

2. Tes Multikolinearitas

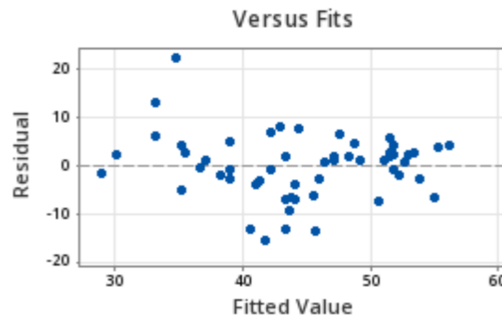
Coefficients

Term	Coef	SE Coef	T-Value	P-Value	VIF
Constant	11.33	4.09	2.77	0.008	
X1 (Beban Kerja)	0.385	0.223	1.73	0.090	5.82
X2 (Stres Kuliah)	0.394	0.209	1.89	0.064	5.82

Gambar 6. Tes Multikolinearitas (Minitab 22)

Uji multikolinearitas dilakukan untuk mengidentifikasi ada atau tidaknya hubungan yang kuat antarvariabel independen dalam model regresi, yaitu beban kerja (X1) dan stres perkuliahan (X2) (Yaldi, 2022). Pengujian ini dilakukan dengan mengamati nilai Variance Inflation Factor atau dikenal VIF dan juga untuk nilai Tolerance. Berdasarkan hasil pengolahan data, seluruh variabel independen memiliki nilai VIF kurang dari 10. Temuan tersebut menunjukkan bahwa tidak ada indikasi multikolinearitas sesuai tes nilai VIF dalam model regresi, sehingga hubungan antarvariabel bebas masih berada dalam batas yang dapat diterima dan model regresi dinilai layak untuk tahap analisis selanjutnya.

3. Tes Heteroskedastisitas



Gambar 7. Tes Heteroskedastisitas (Minitab 22)

Hasil pengujian heteroskedastisitas yang ditampilkan melalui scatter plot menunjukkan bahwa sebaran residual terhadap nilai prediksi tidak membentuk pola tertentu ataupun beraturan. Titik-titik data tampak menyebar secara acak di seluruh rentang pengamatan tanpa adanya kecenderungan arah maupun pola mengerucut. Kondisi ini mengindikasikan bahwa varians residual di atas bersifat konstan, sehingga dapat disimpulkan bahwa asumsi homoskedastisitas dalam model regresi telah terpenuhi.

Analisis Regresi Linear

Analisis regresi linear digunakan untuk menguji pengaruh beban kerja (X1) dan stres perkuliahan (X2) terhadap kepuasan akademik (Y). Pengujian dilakukan dengan bantuan Minitab Statistical Software pada tingkat signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$) (Cosaken & Wandu, 2025). Berdasarkan hasil pengolahan data, maka jadilah persamaan regresi linear sebagai berikut:

$$Y (\text{Kepuasan Akademik}) = 11.33 + 0.385 X1 (\text{Beban Kerja}) + 0.394 X2 (\text{Stres Kuliah})$$

Dalam persamaan tersebut, Y merepresentasikan kepuasan akademik, konstanta sebesar 11,33 menunjukkan nilai kepuasan akademik ketika variabel independen berada di angka nol, sedangkan koefisien regresi sebesar 0,385 untuk beban kerja (X1) dan 0,394 untuk stres kuliah (X2) menggambarkan arah serta besarnya pengaruh masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen.

1. Uji Parsial dan Simultan

Analysis of Variance

Source	DF	Adj SS	Adj MS	F-Value	P-Value
<input type="checkbox"/> Regression	2	3114.73	1557.37	36.26	0.000
X1 (Beban Kerja)	1	127.92	127.92	2.98	0.090
X2 (Stres Kuliah)	1	152.79	152.79	3.56	0.064
<input type="checkbox"/> Error	57	2448.00	42.95		
Lack-of-Fit	50	2403.00	48.06	7.48	0.005
Pure Error	7	45.00	6.43		
Total	59	5562.73			

Gambar 8. Analysis of Variance (Minitab 22)

Berdasarkan hasil pengujian pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$, diketahui bahwa variabel beban kerja (X1) dan stres perkuliahan (X2) secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kepuasan akademik (Y). Hal tersebut ditunjukkan oleh nilai P-value sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Temuan ini mengindikasikan bahwa kedua variabel independen tersebut secara bersama-sama memberikan kontribusi dalam memengaruhi tingkat kepuasan akademik mahasiswa. Namun, hasil pengujian parsial melalui uji t menunjukkan bahwa variabel beban kerja (X1) memiliki nilai P-value sebesar 0,090 dan variabel stres kuliah (X2) sebesar 0,064, yang keduanya melebihi batas signifikansi 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa secara individual masing-masing variabel tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kepuasan akademik. Oleh karena itu, pengaruh terhadap kepuasan akademik lebih terlihat ketika beban kerja dan stres perkuliahan dianalisis secara simultan dibandingkan secara parsial.

2. Koefisien Determinasi (R²)

Model Summary

S	R-sq	R-sq(adj)	R-sq(pred)
6.55343	55.99%	54.45%	50.47%

Gambar 9. Koefisien Determinasi (Minitab 22)

Berdasarkan hasil Model Summary, diperoleh nilai koefisien determinasi (R-sq) sebesar 55,99%, yang mengindikasikan bahwa variabel beban kerja (X1) dan stres perkuliahan (X2)

mampu menjelaskan sebesar 55,99% variasi kepuasan akademik (Y). Selanjutnya, nilai Adjusted R-sq sebesar 54,45% mencerminkan kemampuan model yang telah disesuaikan dengan jumlah variabel independen dan ukuran sampel yang digunakan. Sementara itu, nilai Predicted R-sq sebesar 50,47% menunjukkan bahwa model regresi memiliki tingkat kemampuan prediksi yang cukup baik. Adapun sisa variasi kepuasan akademik sebesar 44,01% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam model penelitian ini.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa beban kerja (X1) dan stres perkuliahan (X2) secara simultan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepuasan akademik (Y) mahasiswa kelas karyawan di wilayah Cikarang. Hal ini ditunjukkan oleh nilai P-value pengujian simultan sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05, sehingga mengindikasikan bahwa kedua variabel independen secara bersamaan berperan dalam memengaruhi tingkat kepuasan akademik. Namun, hasil pengujian parsial menunjukkan bahwa baik beban kerja maupun stres kuliah tidak memberikan pengaruh yang signifikan secara individual, dengan nilai *P-value* masing-masing sebesar 0,090 untuk variabel X1 dan 0,064 untuk variabel X2. Temuan ini menunjukkan bahwa kepuasan akademik mahasiswa pekerja tidak dipengaruhi oleh satu faktor secara terpisah, melainkan terbentuk dari interaksi antara tuntutan kerja dan tekanan akademik yang dialami secara bersamaan.

Secara teoretis, penelitian ini memberikan kontribusi pada pengembangan kajian manajemen sumber daya manusia dan pendidikan tinggi, khususnya dalam konteks mahasiswa kelas karyawan di kawasan industri. Penelitian ini menegaskan bahwa pendekatan parsial kurang memadai dalam menjelaskan kepuasan akademik mahasiswa pekerja, sehingga diperlukan perspektif simultan yang mempertimbangkan kompleksitas peran ganda antara pekerjaan dan studi. Dari sisi praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi perguruan tinggi dan perusahaan untuk merancang kebijakan akademik dan kerja yang lebih adaptif, seperti fleksibilitas jadwal kuliah, sistem pembelajaran *hybrid*, serta dukungan psikologis bagi mahasiswa pekerja. Kebaruan penelitian ini terletak pada fokus empiris di kawasan industri Cikarang dengan menekankan pentingnya efek simultan beban kerja dan stres kuliah terhadap kepuasan akademik.

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan yang perlu menjadi perhatian. Pertama, jumlah responden yang terlibat hanya sebanyak 60 mahasiswa kelas karyawan, sehingga temuan penelitian ini belum dapat digeneralisasikan secara luas pada populasi mahasiswa pekerja di Indonesia. Kedua, ruang lingkup variabel penelitian terbatas pada beban kerja dan stres perkuliahan, sementara faktor lain yang berpotensi memengaruhi kepuasan akademik, seperti dukungan sosial, kemampuan manajemen waktu, motivasi belajar, serta kondisi lingkungan kerja, belum dikaji. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, menambahkan variabel-variabel relevan lainnya, serta menerapkan pendekatan longitudinal agar dapat memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai dinamika kepuasan akademik mahasiswa kelas karyawan.

Daftar Pustaka

- Adelia, Saputra, P. H., & Kusumawat, Y. T. (2025). Pengaruh beban kerja dan work life balance terhadap kinerja akademik mahasiswa paruh waktu di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. *Balance: Jurnal Akuntansi dan Manajemen*, 4(2), 583–593.

- Antoro, B. (2024). Analisis penerapan formula Slovin dalam penelitian ilmiah: Kelebihan, kelemahan, dan kesalahan dalam perspektif statistik. *Jurnal Multidisiplin Sosial dan Humaniora*, 1(2), 53–63.
- Cosaken, E. C., & Wandu, A. (2025). A regression analysis of ammonia reduction and pH performance during IFAS commissioning in industrial wastewater treatment (study case: WWTP PT Jababeka Infrastruktur) IOP Conference Series: Earth and Environmental Science, 1556, 012042.
- Hidayatin, R. (2023). The effect of part-time work, work stress, learning environment, and learning motivation on academic achievement of student employees in Management Study Program (Skripsi). Universitas Pembangunan Panca Budi.
- Hidayati, R. A., & Basyari, A. S. (2025). Hubungan antara beban kerja mental dengan stress kerja mahasiswa pekerja. *Jurnal Manajerial*, 12(3), 546–557.
- Igama, T. M., Nuraeni, N., Ferawati, F., Fitters, M. A., & Debi, R. (2025). Hubungan industrial dan kesejahteraan karyawan: Studi pada perusahaan manufaktur di kawasan industri Cikarang. *Agility: Lentera Manajemen Sumber Daya Manusia*, 3(2), 96–106.
- Lamalouk, E. I., & Simanjuntak, R. A. (2023). Re-design kemasan produk keripik tempe dengan menggunakan metode Kansei Engineering. *Jurnal Riset Industri*, 5(1).
- Musyaffa, H., & Iqbal, M. (2022). Pengaruh Religiusitas, Kualitas Layanan, dan Promosi Terhadap Minat Menabung di Bank Syariah. *Perbanas Journal Of Islamic Economics And Business*, 2(2), 167-177.
- Nirmalasari, L., & Minai, M. S. (2023). Burnout effect on the academic and work performance of part-time students in Indonesia. *Journal of Namibian Studies*.
- Prawoto, A., & Hasyim, W. (2022). Pengaruh motivasi kerja, disiplin kerja, dan lingkungan kerja terhadap produktivitas kerja pada PT Manufaktur Cikarang. *Jurnal Ikraith-Ekonomika*, 5(3), 276–283.
- Purnama Sari, A. P. (2025). Analisis motivasi dan preferensi terhadap keputusan bekerja paruh waktu mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam IAIN Palopo (Skripsi). Institut Agama Islam Negeri Palopo.
- Sari, D. A. M., & Rahayu, D. (2022). Peran efikasi diri terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(4), 380–392.
- Sholihah, S. M., Aditiya, N. Y., Evani, E. S., & Maghfiroh, S. (2023). Konsep uji asumsi klasik pada regresi linier berganda. *Jurnal Riset Akuntansi Soedirman (JRAS)*, 2(2), 102–110.
- Silalahi, R. A., Hafsari, A. A., Situmorang, D., Ginting, N. E. B., Girsang, A. B., Martin, M., Febriyansi, E., & Ompusunggu, D. P. (2024). Hasil perhitungan asumsi klasik: Tentang uji autokorelasi, normalitas, dan heterokedastisitas. *Jurnal Ilmiah Multidisipliner (JIM)*, 8(12), 1–12.
- Siswadi, S. R. N. (2024). The effects of work stress and workload on job performance. *Journal of Leadership and Social Science (JLSS)*.
- Suasapha, A. H. (2020). Skala Likert untuk penelitian pariwisata; beberapa catatan untuk menyusunnya dengan baik. *Jurnal Kepariwisata*, 19(1), 29–40.
- Sumartini, Harahap, K. S., & Sthevany. (2020). Kajian pengendalian mutu produk tuna loin precooked frozen menggunakan metode skala Likert di perusahaan pembekuan tuna X. *Aurelia Journal*, 2(1), 29–38.
- Utami, R. D. F., Resmaliana, R., Da'is, N. I., Fikri, D. R., & Ricnaldi, R. (2025). Dampak stress

kerja pada perkuliahan mahasiswa semester akhir STIE Pembangunan Tanjungpinang yang bekerja

Yaldi, E., Pasaribu, J. P. K., Suratno, E., Kadar, M., Gunardi, G., Naibaho, R., Hati, S. K., & Vira. (2022). Penerapan uji multikolinieritas dalam penelitian manajemen sumber daya manusia. *Jurnal Manajemen (JuManage)*, 1(2). <https://doi.org/10.33998/jumanage.2022.1.2.89>. *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah*, 4(2), 1050-1054.