

KONFLIK ANTARA PEKERJAAN DENGAN STUDI DAN BEBAN KERJA TERHADAP STRES AKADEMIK MAHASISWA PEKERJA

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam
Bidang Psikologi



Oleh:

AGIL RAMADHAN

41183507220110

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ISLAM 45 BEKASI**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi: Konflik antara Pekerjaan dengan Studi dan Beban Kerja terhadap
Stres Akademik Mahasiswa Pekerja

Penyusun : Agil Ramadhan

NPM : 41183507220110

Bekasi, 06 Juli 2026

Menyetujui,

Pembimbing



Dr. Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si., Psikolog

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

HALAMAN PENGESAHAN

Konflik antara Pekerjaan dengan Studi dan Beban Kerja terhadap Stres Akademik
Mahasiswa Pekerja

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Agil Ramadhan

41183507220110



Telah diujikan dihadapan Dewan Penguji

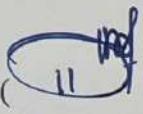
pada tanggal 06 Juli 2026

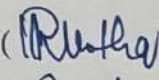
dan telah dinyatakan lulus/disahkan

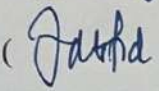
di Universitas Islam 45 Bekasi

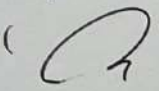
pada tanggal 06 Juli 2026

Dewan Penguji

Ketua : Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog ()

Sekretaris : Ratna Duhita Pramintari, S.K.M., M.Si. ()

Anggota : Dr. Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si., Psikolog ()

: Alfiana Indah Muslimah, S.Psi., M.Psi., Psikolog ()

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI



Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Agil Ramadhan

NPM : 41183507220110

Judul Skripsi : Konflik antara Studi dengan Pekerjaan dan Beban Kerja terhadap Stres Akademik Mahasiswa Pekerja

Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor), baik di Universitas Islam 45 Bekasi. maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis ini terbebas dari:
 - a. Fabrikasi, yaitu membuat data dari data yang tidak ada menjadi seolah-olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat dan atau mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian.
 - b. Falsifikasi, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian.
 - c. Plagiarisme, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses, objek dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata-kata, termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), usulan rencana penelitian, dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam 45 Bekasi.

Bekasi, 02 Juli 2026
Yang Membuat Pernyataan,



Agil Ramadhan
41183507220110

CURRICULUM VITAE

A. Data Diri

Nama : Agil Ramadhan
Tempat Tanggal Lahir : Jakarta, 25 November 2021
Alamat : Graha Mustika Media Blok D5, No. 1, Setu
Nomor Telepon : 085714652060
Nama Orang Tua : 1) Bapak : Slamet Riyadi
2) Ibu : Sistina

B. Riwayat Pendidikan

No	Pendidikan	Sekolah	Tahun
1	SD	SD Angkasa 5 Jakarta Timur	2007 – 2013
2	SMP	SMPN 80 Jakarta	2013 – 2016
3	SMA	SMAN 42 Jakarta	2016 - 2019
4	Kuliah	Universitas Islam 45	2022 - 2026

C. Riwayat Kegiatan

No.	Lembaga/instansi	Lokasi	Jabatan	Tahun
1.	Kuliah Lapangan Psikologi	PKJN RSJ Marzoeki Mahdi	Peserta	2024
2.	Pengabdian Masyarakat	Pulau Tidung	Peserta	2024

D. Riwayat Pekerjaan

No.	Instansi	Jabatan	Tahun
1.	PT Jasko Prima Persada	Maintenance	2021-2022
2.	PT Progres Toyo Indonesia	Operator produksi	2022-2023
3.	PT Benua Kencana Makmur	Operator produksi	2024-2025
4.	PT Kayaba Indonesia	Operator produksi	2025-2026

MOTO DAN PERSEMBAHAN

Moto

“Dunia boleh saja menahanku
Atau perlahan bongkar mimpiku
Dunia boleh saja melawanku
Ku punya doa Ibu”
(Tapi – Perunggu)

Persembahan

Skripsi ini dipersembahkan kepada diri sendiri, kedua orang tua, saudara, keluarga, sahabat serta orang-orang terdekat yang telah memberikan dukungan moral, motivasi, dan doa yang tiada henti selama peneliti menempuh pendidikan hingga menyelesaikan penelitian ini. Peneliti juga mempersembahkan karya ini kepada diri sendiri sebagai bentuk penghargaan atas segala usaha, kesabaran, dan perjuangan dalam menyelesaikan studi dan penelitian ini

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* atas segala nikmat, rahmat, dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan penelitian dengan judul “Konflik antara Studi dengan Pekerjaan dan Beban Kerja terhadap Stres Akademik Mahasiswa Pekerja” dengan baik dan semaksimal mungkin. Sholawat serta salam tak lupa dicurahkan kepada Baginda Agung Nabi Muhammad Shalallahu Alaihi Wassalam beserta keluarga dan para sahabatnya, serta seluruh umatnya hingga akhir zaman nanti.

Penulisan penelitian ini ditujukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam bidang Psikologi. Selain itu dapat terwujudnya penelitian ini tidak lepas dari berbagai pihak yang telah mendukung dan membimbing peneliti, tanpa dukungan dan bimbingan tersebut peneliti tidak akan dapat menyelesaikan penulisan penelitian sebagaimana mestinya. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghormatan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Ibu Dr. Siti Nurhidayah, Psikolog., selaku dosen pembimbing yang sudah banyak memberikan ilmunya. Selama proses penyusunan, banyak masukan dan arahan yang telah diberikan kepada penulis. Telah sabar meluangkan waktu dan telnaganya untuk membimbing penulis hingga dapat menyelesaikan dengan baik.
2. Ibu Novita Dian Iva Prestiana, M.Psi., selaku Ketua Program Studi Psikologi, Universitas Islam “45” Bekasi.
3. Bapak Drs. Yanto Supriyatno, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Islam “45” Bekasi.
4. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi Universitas Islam “45” Bekasi yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dan pengalaman yang berharga selama peneliti berkuliah di Universitas Islam “45” Bekasi.

5. Keluarga peneliti, terutama ibu, bapak dan seluruh keluarga besar yang telah memberi dukungan dan motivasi serta doa-doa yang dipanjatkan selalu mengiringi proses perjalanan hidup hingga saat ini agar penulis dapat menjadi pribadi yang lebih baik untuk kedepannya.
6. Teman-teman Kelas Reg C yang selalu ada ketika peneliti butuh bantuan, dan saling menjadi penyemangat.
7. Teman-teman Lanang PSI 22 yang telah memberi pengalaman dan kebersamaan serta saling mendukung satu sama lain.
8. Orang-orang yang telah datang dan pergi dalam kehidupan peneliti, dan telah memberi peneliti pelajaran kehidupan dalam hal hubungan maupun perasaan, terimakasih telah menjadi bagian dari kisah hidup peneliti.

Akhir kata semoga Allah SWT selalu memberikan kesehatan dan rahmat-Nya kepada kita semua. Meskipun peneliti berhasil menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu, peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dikarenakan terbatasnya pengalaman dan pengetahuan yang peneliti miliki. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan segala bentuk saran serta masukan bahkan kritikan yang membangun dari berbagai pihak untuk kesempurnaan skripsi ini.

18 Januari 2026

Peneliti

Agil Ramadhan

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	5
1. Manfaat Teoritis	5
2. Manfaat Praktis.....	5
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Kajian Pustaka.....	7
1. Stres Akademik.....	7
2. <i>Work-Study Conflict</i>	12
3. Beban Kerja	15
B. Kerangka Berpikir	19
C. Hipotesis	21
D. Orisinalitas Penelitian yang akan dilakukan	22
BAB III	25
METODE PENELITIAN.....	25
A. Desain Penelitian.....	25
B. Identifikasi dan Operasional Variabel.....	26
1. Identifikasi Variabel	26
2. Definisi Konseptual	27
3. Definisi Operasional	27
C. Subjek, Tempat dan Waktu Penelitian	28

1. Subjek Penelitian.....	28
2. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	29
3. Tempat dan Waktu Penelitian	31
D. Teknik Pengumpulan data.....	31
1. Wawancara.....	32
2. Skala Psikologi.....	32
E. Teknik Analisis Data	46
1. Teknik Deskriptif	47
2. Teknik Pengujian Asumsi	48
3. Teknik Pengujian Hipotesis	50
F. Etika Penelitian	52
BAB IV	55
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	55
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	55
B. Deskripsi Demografis Subjek Penelitian.....	56
1. Kategorisasi Berdasarkan Jenis Kelamin	56
2. Kategorisasi Berdasarkan Usia	56
3. Kategorisasi Berdasarkan Program Studi.....	57
4. Kategorisasi Berdasarkan Lama Bekerja	58
C. Deskripsi Variabel Penelitian	58
1. Deskripsi Variabel Stres Akademik	59
2. Deskripsi Variabel <i>Work Study Conflict</i>	59
3. Deskripsi Variabel Beban Kerja.....	59
D. Hasil Penelitian.....	60
1. Hubungan <i>Work Study Conflict</i> dengan Stres Akademik	60
2. Hubungan Beban Kerja dengan Stres Akademik.....	60
3. Pengaruh <i>Work Study Conflict</i> dan Beban Kerja terhadap Stres Akademik.....	61
E. Diskusi	62
F. Keterbatasan Penelitian.....	69
BAB V	71

PENUTUP	71
A. Simpulan.....	71
B. Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN	81

DAFTAR TABEL

Tabel 2 1. Orisinalitas Penelitian	23
Tabel 3. 1. Teknik Pengambilan Data	31
Tabel 3. 2. Skala Stres Akademik.....	33
Tabel 3. 3. <i>Skala Work Study Conflict</i>	34
Tabel 3. 4. Skala Beban Kerja.....	34
Tabel 3. 5. Blue Print Stres Akademik	35
Tabel 3. 6. Blue Print Work Study Conflict	36
Tabel 3. 7. Blue Print Beban Kerja	37
Tabel 3. 8. Hasil Aiken's V Variabel.....	39
Tabel 3. 9. Hasil diskriminasi aitem skala Stres Akademik	40
Tabel 3. 10. Hasil diskriminasi aitem skala Work Study Conflict	41
Tabel 3. 11. Hasil diskriminasi aitem skala Beban Kerja.....	42
Tabel 3. 12. Hasil validitas konstruk skala Stres Akademik	43
Tabel 3. 13. Hasil validitas konstruk skala <i>Work Study Conflict</i>	44
Tabel 3. 14. Hasil validitas konstruk skala Beban Kerja.....	45
Tabel 3. 15. Kategori reabilitas	46
Tabel 3. 16. Hasil uji reabilitas.....	46
Tabel 3. 17. Kategorisasi uji deskriptif	48
Tabel 3. 18. Hasil uji deskriptif.....	48
Tabel 3. 19. Hasil uji normalitas	49
Tabel 3. 20. Hasil uji linearitas.....	50
Tabel 3. 21. Kategorisasi korelasi	51
Tabel 4. 1. Deskripsi jenis kelamin subjek penelitian	56
Tabel 4. 2. Deskripsi usia subjek penelitian	57
Tabel 4. 3. Deskripsi program studi subjek penelitian	57
Tabel 4. 4. deskripsi waktu bekerja subjek penelitian.....	58
Tabel 4. 5. Deskripsi variabel penelitian	59
Tabel 4. 6. Hasil uji korelasi <i>rank spearman work study conflict</i> dan stres akademik	60
Tabel 4. 7. Hasil uji korelasi <i>rank spearman</i> beban kerja dan stres akademik	60
Tabel 4. 8. Hasil uji linear berganda.....	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	21
Gambar 3. 1. Rumus Slovin.....	30
Gambar 3. 2. Rumus Aiken's V	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Cek Turnity.....	81
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	83
Lampiran 3. Hasil Analisis Expert Judgement Skala Psikologi.....	87
Lampiran 4. Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas.....	93
Lampiran 5. Hasil Analisis Uji Deskriptif.....	101
Lampiran 6. Hasil Analisis Uji Asumsi.....	104
Lampiran 7. Hasil Analisis Uji Hipotesis.....	106

KONFLIK ANTARA PEKERJAAN DENGAN STUDI DAN BEBAN KERJA TERHADAP STRES AKADEMIK MAHASISWA PEKERJA

Agil Ramadhan (ramadhan.agil10@gmail.com)

Siti Nurhidayah (sitinurhidayah.giga@gmail.com)

Universitas Islam 45

ABSTRACT

Working students face dual demands as students and workers, potentially leading to work-study conflict, high workloads, and increased academic stress. These conditions can disrupt the balance between academic and work responsibilities, thus impacting students' psychological health and academic achievement. This study aims to determine the effect of work-study conflict and workload on academic stress in working students. This study used a quantitative approach with a correlational design. The study population was active working students of Regular Class C of Universitas Islam 45 Bekasi, with a sample of 93 respondents obtained using a simple random sampling technique. Based on the results of the study, it can be concluded that the higher the work-study conflict experienced by working students, the higher the level of academic stress they felt.

Keyword: *work-study conflict, workload, academic stress, working students.*

ABSTRAK

Mahasiswa yang bekerja menghadapi tuntutan ganda sebagai pelajar dan pekerja yang berpotensi menimbulkan *work-study conflict*, beban kerja yang tinggi, serta meningkatkan stres akademik. Kondisi tersebut dapat mengganggu keseimbangan antara tanggung jawab akademik dan pekerjaan sehingga berdampak pada kesehatan psikologis maupun pencapaian akademik mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *work-study conflict* dan beban kerja terhadap stres akademik pada mahasiswa yang bekerja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian adalah mahasiswa aktif kelas Reguler C Universitas Islam 45 Bekasi yang bekerja, dengan sampel sebanyak 93 responden yang diperoleh menggunakan teknik *simple random sampling*. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *work-study conflict* yang dialami mahasiswa pekerja, maka semakin tinggi pula tingkat stres akademik yang dirasakan.

Kata kunci: *work-study conflict*, beban kerja, stres akademik, mahasiswa pekerja.