

Dinamika Adaptasi Sosial pada Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu

Oprasetya Fajar Thorifa'i¹, Handi Mulyaningsih¹

¹Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lampung

DOI: <https://doi.org/10.47134/trilogi.v5i1.1678>

*Correspondensi: Oprasetya Fajar Thrifa'i

Email: oprasetyafajar@gmail.com



Copyright: © 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstrak: Fenomena mahasiswa yang bekerja paruh waktu semakin meningkat sebagai respons terhadap kebutuhan ekonomi, kondisi ekonomi keluarga, keinginan hidup mandiri, dan pengembangan diri. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan dinamika adaptasi sosial mahasiswa yang bekerja paruh waktu dalam menjalankan peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi, berfokus pada pengalaman subjektif mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung yang bekerja paruh waktu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa melewati tahapan adaptasi mulai dari antusiasme pada pengalaman kerja, menghadapi tekanan akademik dan pekerjaan, hingga menemukan pola manajemen waktu untuk menyeimbangkan kedua peran. Faktor pendorong adaptasi meliputi

motivasi internal, manajemen waktu dan skala prioritas, dan dukungan sosial, sedangkan faktor penghambat berupa keterbatasan waktu, kelelahan fisik, beban akademik yang menumpuk, dan perbedaan budaya dan norma. Penelitian ini juga menemukan dugaan kecenderungan workaholism pada mahasiswa pekerja, yang berdampak pada penurunan fokus akademik dan kesehatan jika tidak diimbangi dengan pengelolaan diri yang baik. Temuan ini menegaskan pentingnya kemampuan adaptasi sosial mahasiswa agar dapat menjaga keseimbangan antara studi dan pekerjaan sehingga kedua peran dapat dijalankan dengan baik.

Kata Kunci: adaptasi sosial, mahasiswa, bekerja paruh waktu, peran ganda.

Abstract: The phenomenon of students working part-time is increasing as a response to economic needs, family economic conditions, the desire to live independently, and self-development. This study aims to explain the dynamics of social adaptation of students who work part-time in carrying out dual roles as students and workers. This research uses a qualitative approach with phenomenological methods, focusing on the subjective experiences of students of the Faculty of Social and Political Sciences, University of Lampung who work part-time. The results showed that students went through stages of adaptation ranging from enthusiasm for work experience, facing academic and work pressures, to finding time management patterns to balance both roles. The driving factors of adaptation include internal motivation, time management and prioritization, and social support, while the inhibiting factors are time constraints, physical fatigue, accumulated academic load, and differences in culture and norms. This study also found alleged workaholism tendencies in working students, which have an impact on reducing academic focus and health if not balanced with good self-management. These findings emphasize the importance of students' social adaptability in order to maintain a balance between study and work so that both roles can be carried out properly.

Keywords: social adaptation, university students, part-time work, dual roles.

Pendahuluan

Fenomena mahasiswa yang bekerja paruh waktu semakin marak terjadi seiring dengan meningkatnya kebutuhan ekonomi, kondisi ekonomi keluarga yang beragam, serta dorongan untuk hidup mandiri dan memperoleh pengalaman kerja sejak dini. Bekerja paruh waktu bagi mahasiswa tidak lagi sekadar alternatif sementara, tetapi telah menjadi strategi adaptif dalam memenuhi kebutuhan hidup di tengah tuntutan sosial dan ekonomi yang semakin kompleks.

Data Badan Pusat Statistik (BPS, 2022) menunjukkan bahwa persentase pekerja paruh waktu di Indonesia tergolong tinggi, menandakan bahwa jenis pekerjaan ini menjadi pilihan yang cukup umum, termasuk di kalangan mahasiswa. Tren tersebut mengindikasikan bahwa mahasiswa kini tidak hanya berperan sebagai pelajar, tetapi juga sebagai pekerja yang memiliki tanggung jawab profesional di luar kampus.

Bekerja paruh waktu memberikan sejumlah manfaat, seperti kemandirian finansial, peningkatan rasa tanggung jawab, serta kesempatan memperoleh pengalaman kerja yang relevan dengan dunia profesional. Namun, di sisi lain, peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja sering kali menimbulkan tantangan tersendiri. Tekanan akademik, kelelahan fisik, keterbatasan waktu bersosialisasi, dan potensi menurunnya fokus belajar merupakan beberapa konsekuensi yang dapat muncul jika mahasiswa tidak mampu mengelola waktu dan energi secara efektif.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja paruh waktu kerap menghadapi konflik peran, stres, dan kelelahan akibat tuntutan ganda yang dijalani. Kondisi ini dapat memengaruhi kesehatan mental, performa akademik, serta relasi sosial mereka. Oleh karena itu, kemampuan adaptasi menjadi faktor kunci agar mahasiswa mampu menyeimbangkan kedua peran tersebut secara optimal. Dalam proses adaptasi ini, mahasiswa biasanya melalui fase antusiasme saat mulai bekerja, kemudian menghadapi tekanan akibat konflik peran, hingga akhirnya berproses menemukan pola manajemen waktu dan prioritas yang tepat.

Namun demikian, masih terbatas penelitian yang secara mendalam mengkaji dinamika adaptasi sosial mahasiswa pekerja paruh waktu melalui pendekatan fenomenologi, khususnya yang menyoroti potensi munculnya workaholism (kecanduan kerja) sebagai bagian dari mekanisme adaptasi mereka terhadap tekanan dan tuntutan pekerjaan maupun studi.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan dinamika adaptasi sosial mahasiswa yang bekerja paruh waktu dengan menggunakan pendekatan fenomenologi, pada mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana mahasiswa menavigasi peran ganda, menghadapi tekanan akademik dan pekerjaan, serta menjaga keseimbangan agar tidak terjebak dalam perilaku workaholism yang dapat berdampak negatif terhadap kehidupan akademik, sosial, maupun kesehatan mereka.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Pendekatan ini dipilih karena dianggap paling sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu memahami secara mendalam pengalaman subjektif mahasiswa yang bekerja paruh waktu dalam menjalani peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja. Metode fenomenologi berfokus pada upaya menggali makna dari pengalaman hidup individu sebagaimana yang mereka alami secara sadar. Dalam konteks ini, pendekatan fenomenologi memungkinkan peneliti untuk memahami bagaimana mahasiswa menafsirkan, merasakan, serta menyesuaikan diri terhadap tuntutan akademik dan pekerjaan yang dijalani secara bersamaan. Dengan demikian, fenomenologi tidak hanya mendeskripsikan fenomena, tetapi juga menyingkap hakikat dari pengalaman adaptasi sosial mahasiswa pekerja paruh waktu.

Lokasi penelitian ini berada di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung. Lokasi tersebut dipilih karena memiliki karakteristik mahasiswa dengan latar belakang sosial dan ekonomi yang beragam, serta terdapat cukup banyak mahasiswa yang bekerja paruh waktu untuk memenuhi kebutuhan ekonomi maupun mengasah pengalaman profesional mereka.

Informan dalam penelitian ini adalah enam mahasiswa aktif Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung yang bekerja paruh waktu. Pemilihan informan dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu penentuan informan secara sengaja berdasarkan pertimbangan tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria informan ditetapkan agar data yang diperoleh benar-benar mencerminkan pengalaman adaptasi sosial mahasiswa pekerja paruh waktu, meliputi mahasiswa yang aktif berkuliah, memiliki pengalaman kerja paruh waktu minimal selama enam bulan, serta bersedia menceritakan pengalaman mereka secara terbuka dan mendalam. Jumlah enam informan dipandang cukup karena penelitian fenomenologis menekankan kedalaman makna, bukan pada jumlah atau generalisasi temuan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dengan panduan semi-terstruktur dan observasi non-partisipatif. Wawancara mendalam digunakan untuk menggali pengalaman, perasaan, dan refleksi informan mengenai proses adaptasi sosial mereka dalam menjalani peran ganda, sedangkan observasi non-partisipatif digunakan untuk memahami perilaku dan konteks sosial yang melatarbelakangi pengalaman tersebut. Selama proses wawancara dan observasi, peneliti berupaya menciptakan suasana yang terbuka dan nyaman agar informan dapat menceritakan pengalaman mereka secara autentik.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis fenomenologi. Analisis dimulai dengan mentranskripsi seluruh hasil wawancara dan catatan observasi secara lengkap, kemudian mereduksi data untuk menemukan pernyataan-pernyataan bermakna yang berkaitan dengan pengalaman adaptasi. Tahap selanjutnya adalah mengelompokkan makna-makna tersebut ke dalam tema-tema esensial yang menggambarkan dinamika adaptasi sosial mahasiswa pekerja paruh

waktu, hingga akhirnya dilakukan penarikan makna esensial guna memahami hakikat dari pengalaman yang dialami informan.

Untuk menjaga keabsahan data, penelitian ini menerapkan triangulasi sumber dan triangulasi teknik, dengan membandingkan informasi dari berbagai informan serta menggunakan lebih dari satu teknik pengumpulan data. Selain itu, peneliti juga melakukan member checking, yaitu mengonfirmasi hasil interpretasi kepada informan untuk memastikan kesesuaian antara temuan penelitian dengan pengalaman mereka yang sebenarnya.

Melalui pendekatan fenomenologi ini, penelitian diharapkan mampu mengungkap makna yang mendalam dan autentik mengenai bagaimana mahasiswa pekerja paruh waktu beradaptasi secara sosial dalam menghadapi tekanan dan tuntutan peran ganda, sehingga memberikan pemahaman yang komprehensif tentang dinamika kehidupan akademik dan pekerjaan yang mereka jalani.

Hasil dan Pembahasan

Latar Belakang Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu

Fenomena mahasiswa yang bekerja paruh waktu semakin umum terjadi, khususnya di kalangan mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP) Universitas Lampung. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan sejumlah informan, keputusan untuk bekerja paruh waktu tidak hanya didorong oleh faktor ekonomi semata, tetapi juga oleh pertimbangan non-ekonomi seperti keinginan hidup mandiri, mencari pengalaman, serta strategi untuk mengisi waktu luang. Sebagaimana disampaikan oleh informan DP:

"Saya ingin cari relasi kerja, karena sosiologi itu ilmu yang terlalu luas prospek kerjanya... saya ingin mencari pengalaman, bahkan jika bukan bidang saya, supaya gampang cari kerja begitu."

Hal ini menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa menjadikan pekerjaan paruh waktu sebagai sarana untuk meningkatkan daya saing di dunia kerja pasca kelulusan. Dengan demikian, motivasi mereka tidak hanya bersifat instrumental, tetapi juga strategis dalam rangka persiapan masa depan. Selain itu, ada juga mahasiswa yang berasal dari keluarga yang relatif stabil secara finansial, tetapi tetap memilih untuk bekerja guna meningkatkan kemandirian dan memperluas jejaring sosial. Fenomena ini selaras dengan penelitian Pratiwi (2023), yang menggarisbawahi bahwa mahasiswa saat ini lebih proaktif dalam memanfaatkan waktu luang untuk hal-hal produktif, meskipun seringkali harus menghadapi risiko prekariat dalam dunia kerja.

Tahapan Proses Adaptasi

Proses adaptasi yang dialami oleh mahasiswa yang menjalankan peran ganda sebagai pelajar dan pekerja melibatkan beberapa tahap. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adaptasi tersebut dapat dibagi menjadi empat fase utama: tahap awal atau *honeymoon*, tahap *culture shock*, tahap pemulihan (*recovery*), dan tahap penyesuaian (*adjustment*).

a. Tahap *Honeymoon* (Awal)

Pada tahap awal, mahasiswa cenderung antusias dan optimis dengan kemampuan mereka untuk menjalani dua peran sekaligus. Mereka merasa mampu mengatur waktu dan energi antara kuliah dan pekerjaan. Namun, antusiasme ini seringkali tidak diiringi dengan persiapan yang matang, sehingga banyak dari mereka yang mulai merasakan tekanan fisik dan emosional dalam beberapa minggu pertama. Seperti yang dinyatakan oleh informan RH:

"Awal-awal agak kesulitan dalam membagi waktu... terkadang juga saya kewalahan setiap hari harus membagi waktu."

Berdasarkan hasil observasi, pada masa ini mahasiswa belum merasakan tekanan yang berarti baik dari tempat kerja maupun perkuliahan karena pekerjaan dimulai saat tidak ada beban akademik yang signifikan, seperti libur semester atau setelah UAS. Sebagaimana diamati pada Informan RH, memulai pekerjaan pada masa transisi perkuliahan, yaitu saat libur semester dan setelah UAS, sehingga mereka memiliki waktu dan ruang untuk mengeksplorasi lingkungan kerja tanpa terganggu oleh jadwal akademik.

b. Tahap *Culture Shock*

Setelah melewati fase awal yang penuh semangat, mahasiswa memasuki fase *culture shock*, yaitu tahap di mana mereka mulai menghadapi realitas sulit dari menjalani peran ganda. Pada tahap ini, tekanan mental, kelelahan fisik, serta konflik peran antara tuntutan akademik dan pekerjaan mulai terasa. Mahasiswa merasa kewalahan dan bahkan mengalami stres akibat ketidakmampuan mereka mengimbangi kedua peran tersebut. Informan GM menyampaikan:

"Kalo kendala dalam beradaptasi aku lebih ke culture shock karena merasakan dunia kerja yang beneran bekerja begitu... kerja itu bener-bener aku yang punya aturannya, aku yang membuat keputusan, dan aku yang menjalankan, dan aku yang tanggung risikonya."

Sementara itu, informan ZZ juga menyampaikan pengalaman serupa:

"Jujur saja bang waktu awal-awal mulai kuliah sambil narik ojek tuh rasanya bisa dibbilang... nyesek banget. Harus siap-siap pagi-pagi, kadang malam masih ada job, tugas kuliah numpuk, istirahat hampir nggak ada."

Menurut Oberg (1960), *culture shock* merupakan fase penting dalam proses adaptasi yang ditandai dengan rasa frustrasi, kebingungan, dan ketidaknyamanan ketika individu dihadapkan pada budaya atau sistem baru yang berbeda dari apa yang biasa ia alami. Dalam konteks ini, perbedaan norma, struktur, dan ritme kerja menjadi penyebab utama *culture shock* yang dirasakan oleh mahasiswa. Hal ini juga diungkap oleh informan DP:

"Mau gamau, ya harus dikerjain sih. Cuma mungkin ya istirahat sebentar, makan dan lain-lain, dari pada kita jatuh sakit nanti jadi nggak bisa kerja dan kuliah lagi."

Pernyataan ini menunjukkan adanya keterkejutan terhadap ritme kerja yang berbeda jauh dengan dunia kampus. Fase ini merefleksikan ketegangan emosional dan kebingungan awal yang menjadi ciri khas tahapan *culture shock*, di mana individu

merasa canggung dan belum menemukan ritme yang tepat dalam menjalankan dua peran sekaligus.

c. Tahap Recovery

Setelah melewati fase *culture shock*, mahasiswa mulai mencari strategi untuk menyeimbangkan kedua peran tersebut. Beberapa strategi yang diterapkan antara lain negosiasi jam kerja dengan atasan, pembagian waktu secara lebih efisien, serta pemanfaatan teknologi untuk membantu manajemen tugas. Pada tahap ini, dukungan sosial dari keluarga, teman, maupun rekan kerja menjadi sangat penting dalam membantu proses adaptasi. Informan DP menyampaikan:

"Jika jadwalnya bentrok antara kuliah dan kerja saya bertukar shift dengan rekan kerja saya atau absen perkuliahan tetapi saya minta catatan perkuliahan di hari itu."

Selain itu, informan GM menyatakan:

"Alhamdulillah berjalannya waktu bisa si kak, karena seiring berjalannya waktu aku mikir bahwa kita harus mengusahakan apa yang kita jalani sekarang... kuliah aku tetap aman, dan tugas-tugas semua aku kerjain baik itu tugas kelompok ataupun individu."

d. Tahap Adjustment

Tahap akhir ditandai dengan terciptanya ritme hidup yang seimbang antara dunia akademik dan dunia kerja. Mahasiswa sudah mampu mengintegrasikan pengalaman kerja ke dalam studi mereka, bahkan beberapa informan menyatakan bahwa pengalaman kerja memberikan nilai tambah dalam pembelajaran teoretis di kampus. Pada tahap ini, mahasiswa telah berkembang menjadi individu yang lebih mandiri, dewasa, dan memiliki kemampuan manajerial yang baik. Seperti yang disampaikan oleh informan ZZ:

"Saya tentuin jam kerja maksimal... saya juga bikin to-do list harian... sekarang saya jauh lebih paham kapasitas diri sendiri."

Faktor Pendorong dan Penghambat dalam Proses Adaptasi

Proses adaptasi mahasiswa yang bekerja paruh waktu dipengaruhi oleh kombinasi antara faktor pendorong dan penghambat. Faktor pendorong utama termasuk keinginan untuk hidup mandiri, dorongan aktualisasi diri, serta adanya dukungan sosial dari lingkungan terdekat. Dukungan keluarga, khususnya orang tua, menjadi salah satu modal penting dalam membantu mahasiswa bertahan dalam tekanan peran ganda. Namun, faktor penghambat meliputi beban akademik yang tinggi, keterbatasan waktu, serta tekanan fisik dan mental akibat jadwal yang padat. Beberapa informan menyatakan bahwa mereka sering kali mengorbankan waktu istirahat dan aktivitas sosial demi memenuhi tuntutan akademik dan pekerjaan. Kondisi ini berpotensi memicu stres hingga workaholism jika tidak diimbangi dengan manajemen diri yang baik. Informan HM menyatakan:

"Mau gamau, ya memang harus dikerjakan sih bang teta. Cuma mungkin ya istirahat sebentar, makan dan lain-lain bang ibadah begitu kan, dari pada kita jatuh sakit nanti jadi tidak bisa kerja dan kuliah lagi."

Selain itu, kurangnya perlindungan hukum bagi pekerja paruh waktu di Indonesia juga menjadi tantangan tersendiri. Seperti dijelaskan dalam Nugroho & Bachri (2024), sistem kerja fleksibel seringkali tidak memberikan jaminan hak-hak dasar bagi pekerja, termasuk mahasiswa yang bekerja sambil. Hal ini menempatkan mereka dalam posisi rentan dan memperberat beban adaptasi yang harus mereka lalui.

Dinamika Adaptasi dalam Perspektif Teori Pilihan Rasional

Pemilihan mahasiswa untuk bekerja paruh waktu dapat dianalisis menggunakan Teori Pilihan Rasional yang dikemukakan oleh James S. Coleman. Menurut teori ini, tindakan sosial merupakan hasil kalkulasi aktor terhadap peluang dan hambatan dalam sistem sosial yang dihadapinya (Ritzer, 2012). Dalam konteks ini, mahasiswa melakukan keputusan untuk bekerja paruh waktu setelah mempertimbangkan manfaat dan risiko yang akan mereka hadapi.

Keputusan untuk bekerja paruh waktu bukanlah tindakan impulsif, melainkan hasil dari evaluasi terhadap situasi ekonomi, kebutuhan pengalaman, serta harapan masa depan. Meski demikian, tekanan dari lingkungan sosial, seperti norma keluarga dan masyarakat yang menuntut kemandirian, turut mempengaruhi proses pengambilan keputusan ini. Oleh karena itu, adaptasi yang dilakukan oleh mahasiswa tidak hanya bersifat individual, tetapi juga kolektif, karena melibatkan interaksi dengan berbagai pihak. Hal ini tampak pada pernyataan informan ZZ:

"Alhamdulillah berjalannya waktu bisa si kak, karena seiring berjalannya waktu aku mikir bahwa kita harus mengusahakan apa yang kita jalani sekarang... kuliah aku tetap aman, dan tugas-tugas semua aku kerjain baik itu tugas kelompok ataupun individu."

Risiko Workaholism pada Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu

Salah satu risiko signifikan yang dihadapi oleh mahasiswa yang bekerja paruh waktu adalah potensi terjebak dalam pola kerja berlebihan atau workaholism. Fenomena ini terjadi ketika mahasiswa terlalu fokus pada pekerjaan hingga mengabaikan aspek penting lainnya dalam hidup, seperti kesehatan fisik dan mental, hubungan sosial, serta kehidupan akademik. Berdasarkan hasil wawancara, beberapa informan mengakui bahwa mereka sering merasa tertekan untuk terus bekerja agar bisa memenuhi ekspektasi ekonomi dan profesional, meskipun hal ini mengganggu keseimbangan hidup mereka. Tanpa kesadaran diri dan dukungan lingkungan yang memadai, kondisi ini berpotensi mengarah pada burnout dan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan. Informan GM menambahkan:

"Saya sempat kewalahan pada awalnya, bahkan sampai mengalami gejala burnout... namun kini sudah memiliki manajemen waktu yang baik."

Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa dinamika adaptasi sosial pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu melalui serangkaian tahapan, mulai dari fase honeymoon, culture shock, recovery, hingga adjustment. Proses adaptasi tersebut dipengaruhi oleh faktor internal seperti motivasi pribadi, kemampuan manajemen waktu, serta kesadaran akan tanggung jawab akademik dan profesional, serta faktor eksternal seperti dukungan keluarga, rekan kerja, dan lingkungan kampus. Meskipun dihadapkan pada tekanan peran ganda, sebagian besar informan mampu menyesuaikan diri dengan strategi yang bersifat pragmatis dan reflektif. Hasil ini memberikan kontribusi penting dalam memahami bagaimana mahasiswa menjalani proses sosialisasi dan pembentukan identitas di tengah tuntutan dunia pendidikan dan pekerjaan. Temuan ini juga menjadi dasar bagi institusi pendidikan dan pemberi kerja untuk menciptakan kebijakan yang lebih inklusif bagi mahasiswa pekerja, termasuk fleksibilitas jadwal, dukungan akademik, serta perlindungan hak-hak kerja.

Daftar Pustaka

- Badan Pusat Statistik. (2022, 9 Mei). *Februari 2022: Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) sebesar 5,83 persen dan rata-rata upah buruh sebesar 2,89 juta rupiah per bulan*.
- Creswell. JW. (2015). *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed. Pustaka Mahasiswa*, 383.
- Irsyad, M. N., Jumari, J., & Murningsih, M. (2013). Studi Etnobotani Masyarakat Desa Sukolilo Kawasan Pegunungan Kendeng Pati Jawa Tengah. *Bioma: Berkala Ilmiah Biologi*, 15(1), 27. <https://doi.org/10.14710/bioma.15.1.27-34>
- Khadijah, R., Lestari, S. R., & Wahyuni, A. (2024). *Tingkat Stres Akademik Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu*. *Jurnal Konseling Terapan*. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/27834>
- Lusi, R. A. (2021). Penyesuaian diri mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. *Mediapsi*, 7(1), 5–16. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2021.007.01.2>
- Lubis, R. A., & Adhitya, W. R. (2024). Sistem Kontrak Kerja, Jenjang Karir dan Kepuasan Kerja terhadap Loyalitas Karyawan pada Karyawan PT. Prima Indonesia Logistik Medan Belawan. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(1), 647-653.
- Neksen, A., Wadud, M., & Handayani, S. (2021). Pengaruh beban kerja dan jam kerja terhadap kinerja karyawan pada PT Grup Global Sumatera. *Jurnal Nasional Manajemen Pemasaran & SDM*, 2(2), 105-112.
- Nugroho, H., & Bachri, A. (2024). *Tinjauan Yuridis terhadap Perlindungan Pekerja dalam Sistem Kerja Fleksibel di Indonesia*. *Jurnal Mister: Manajemen, Ilmu Sosial dan Humaniora*, 7(1), 12–25.
- Nugroho, R., & Rachmawati, P. D. (2021). *Dinamika Peran Ganda Mahasiswa Pekerja: Studi Fenomenologis*. *Jurnal Psikologi Insight*, 5(1), 23–34.
- Oberg, K. (1960). Cultural shock: Adjustment to new cultural environments. *Practical*

- anthropology*, (4), 177-182.
- Pratiwi, P. (2023). Racionalitas Bekerja Paruh Waktu (Part-Time) Pada Mahasiswa. *Repository.Uinjkt.Ac.Id*.
- Ritzer, G. (2012). Ecological Theory. In *Encyclopedia of Social Theory*. <https://doi.org/10.4135/9781412952552.n87>
- Setiawan, B. A., & M. L. (2018). *Kerja Paruh Waktu Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya (Studi fenomenologi pada pengemudi ojek online OMAHKU "ojek mahasiswa Ketintang UNESA")*. *Paradigma*, 6(1), 2.
- Wibowo, A., & Kurniawan, H. (2020). *Manajemen Waktu dan Dampaknya terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Pekerja*. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi*, 8(1), 45–57.
- Yulita, Y., Idris, M. A., & Dollard, M. F. (2022). Effect of psychosocial safety climate on psychological distress via job resources, work engagement and *workaholism*: a multilevel longitudinal study. *International journal of occupational safety and ergonomics*, 28(2), 691-708.