

GAMBARAN *WORK LIFE BALANCE* PADA MAHASISWA YANG BEKERJA SEBAGA *DRIVER OJEK ONLINE*

WORK LIFE BALANCE OF COLLEGE STUDENTS WHO WORK AS ONLINE RIDE-HAILING DRIVERS

Aldion Suliling Gasong, Nur Fachmi Budi Setiyawan

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

200810602@student.mercubuana-yogya.ac.id

ABSTRAK

Driver ojek online menjadi pilihan pada mahasiswa yang bekerja karena fleksibilitas waktu dan penghasilan yang cukup, tetapi mahasiswa merasa ketidakseimbangan peran antara kerja dan kehidupan pribadi. Tujuan penelitian ini untuk mengeksplorasi gambaran setiap aspek *work life balance* (WIPL, PLIW, PLEW, dan WEPL) serta pengaruh faktor-faktornya pada mahasiswa yang bekerja sebagai *driver ojek online*. Metode penelitian yang dilakukan secara kualitatif dengan pendekatan studi kasus, Data dikumpulkan melalui wawancara dan observasi melibatkan dua partisipan, AACW dan MAR dengan masing-masing satu informan, ADW dan SM. Data yang sudah dikumpulkan dianalisis dengan reduksi data, kategorisasi data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data dilakukan dengan perpanjangan penelitian, triangulasi, dan *member check*. Hasil penelitian menunjukkan gambaran yang mengganggu *work life balance* adalah bekerja pada malam hari dan konflik peran, pengaruh faktor kepribadian *introvert*, stres dan kelelahan, cuaca, dan pola tidur mengganggu *work life balance* pada mahasiswa yang bekerja sebagai *driver ojek online*. Gambaran yang mendukung *work life balance* adalah kemampuan komunikasi dengan pelanggan dan penghasilan yang mendukung pengembangan diri, pengaruh faktor dukungan sosial, teknologi GPS, budaya Jawa dalam pola komunikasi mendukung *work life balance* pada mahasiswa yang bekerja sebagai *driver ojek online*.

Kata Kunci : *work life balance*, mahasiswa, *driver ojek online*

ABSTRACT

Online ride-hailing drivers becomes a choice for working on college students due to time flexibility and adequate income, but college students experience role imbalance between work and personal life. This study aims to explore the aspects of work life balance (WIPL, PLIW, PLEW, and WEPL) and their influencing factors of college students working as online ride-hailing drivers. Using qualitative research methods with a case study approach, data was collected through interviews and observations involving two participants, AACW and MAR, with one informant each, ADW and SM. The collected data was analyzed through data reduction, data categorization, and conclusion drawing. Data validity was established through research extension, triangulation, and member checks. The research findings show that disruptive aspects include working at night and role conflicts, while influencing factors such as introvert personality, stress and fatigue, weather conditions, and sleep patterns interfere with work life balance of college students working as online ride-hailing drivers. Supporting aspects of work life

balance include communication skills with customers and income that supports self-development, while social support factors, GPS technology, and Javanese culture in communication patterns support work-life balance of college students working as online ride-hailing drivers.

Keyword : work life balance, college students, online ride-hailing drivers

PENDAHULUAN

Ojek *online* merupakan sebuah layanan jasa transportasi dimana sistem pemesanan jasa basisnya aplikasi dengan sistem pembayaran melalui pembayaran digital atau tunai. Penggunaan ojek *online* sangat praktis dan mudahnya dalam penggunaan, pemesanan layanan jasa ojek *online* cukup memakai *handphone* melalui aplikasi jasa ojek *online* yang terunduh dan dihubungkan jaringan internet (Fahrurrozi dan Ali, 2020).

Hadirnya layanan ojek *online* seperti *Gojek*, *Grab*, *Maxim*, dan *Shopee-food* telah membuat perjalanan menjadi lebih mudah karena bisa dipesan lewat aplikasi di ponsel. Perubahan ini tidak hanya menguntungkan penumpang, tetapi juga membuka kesempatan kerja baru, khususnya bagi masyarakat yang sebelumnya sulit mendapat pekerjaan. Banyak tukang ojek konvensional yang kemudian memilih menjadi *driver* ojek *online* karena bisa mendapatkan penghasilan lebih baik dan waktu kerja yang bisa diatur sendiri. (Sari, Cahyani, dan Martdina, 2024).

Mahasiswa juga ikut merasakan dinamika bekerja sebagai *driver* ojek *online* terbukti dari hasil laporan dari *pollinginstitute.id* (2022) tentang “Kenaikan Tarif Ojek Online di Mata Penggunadan Pengemudi” mengemukakan berbagai alasan yang mendorong individu bekerja sebagai

driver ojek *online* adalah jam kerja yang bisa diatur sendiri, penghasilan tambahan, pendapatan yang lebih memadai, menunggu mendapat pekerjaan lain, dan manfaat asuransi yang diberikan perusahaan *driver* ojek *online*. Tak terkecuali mahasiswa yang pada saat ini juga banyak yang berkuliah sambil bekerja sebagai *driver* ojek *online* dengan persentase 12,3%.

Trialmawati dan Hartini (2021) menambahkan bahwa mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online* biasanya berasal dari keluarga dengan ekonomi menengah ke bawah. Mahasiswa tersebut memiliki kemampuan manajemen waktu yang baik, motivasi tinggi untuk mandiri, keterampilan adaptasi yang kuat, serta kemampuan interpersonal yang baik. Mahasiswa yang memilih pekerjaan ini umumnya berada di awal atau pertengahan masa studi. Tekanan finansial untuk biaya pendidikan dan minimnya pengalaman kerja sebelumnya juga menjadi alasan utama. Selain memberikan penghasilan tambahan, pekerjaan ini juga memberikan pengalaman berharga yang bermanfaat dalam kehidupan akademik dan profesional.

Namun, menjalankan peran sebagai mahasiswa yang bekerja sangatlah tidak mudah. Mahasiswa harus bisa menyeimbangkan kehidupan perkuliahan, pekerjaan dan pribadi. Mahasiswa yang bekerja membutuhkan keseimbangan antara

kehidupan kuliah, kerja dan pribadi supaya bisa melaksanakan pekerjaannya dengan baik. Dalam menyeimbangkan kehidupan pekerjaan, perkuliahan dan pribadi, mahasiswa perlu memiliki kemampuan *work life balance* (Astuti dan Nurwidawati, 2023).

Hudson (2005) menjelaskan *work life balance* sebagai keseimbangan antara kehidupan di lingkungan pekerjaan serta di luar pekerjaan pada karyawan dalam mengatur tuntutan pekerjaan dan kehidupan pribadi secara bersamaan. Menurut Fisher, Bulger, dan Smith (2009), terdapat empat dimensi atau aspek *work-life balance*, yaitu:

a. *Work Interference with Personal Life* (WIPL). Aspek ini mengacu pada sejauh mana pekerjaan dapat mengganggu kehidupan pribadi individu. Misalnya, bekerja dapat membuat seseorang sulit mengatur waktu untuk kehidupan pribadinya.

b. *Personal Life Interference with Work* (PLIW). Aspek ini mengacu pada sejauh mana kehidupan pribadi individu mengganggu kehidupan pekerjaannya. Misalnya, apabila individu memiliki masalah didalam kehidupan pribadinya, hal ini dapat mengganggu kinerja individu pada saat bekerja.

c. *Personal Life Enhancement of Work* (PLEW). Aspek ini mengacu pada sejauh mana kehidupan pribadi seseorang dapat meningkatkan performa individu dalam dunia kerja. Misalnya, apabila individu merasa senang dikarenakan kehidupan pribadinya menyenangkan maka hal ini dapat membuat suasana hati individu pada saat bekerja menjadi menyenangkan.

d. *Work Enhancement of Personal Life* (WEPL). Aspek ini mengacu pada sejauh mana pekerjaan dapat meningkatkan kualitas kehidupan pribadi individu. Misalnya keterampilan yang diperoleh individu pada saat bekerja, memungkinkan individu untuk memanfaatkan keterampilan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Poulose dan Sudarsan (2014) mengungkapkan bahwa ada empat faktor yang dapat mempengaruhi tercapainya *work life balance* baik dari individu itu sendiri maupun dari lingkungan. Keempat faktor tersebut meliputi, individu, organisasi, lingkungan sosial, dan faktor-faktor lainnya.

a. Faktor-faktor Individu

Faktor-faktor Individu, seperti kepribadian, kesejahteraan psikologis, stres kerja, dan kecerdasan emosi berperan penting dalam mencapai *work-life balance*.

b. Faktor-faktor Organisasi

Faktor-faktor Organisasi, seperti pekerjaan, kebijakan, dukungan organisasi, teknologi, dan peran memainkan peran penting dalam mencapai *work-life balance*.

c. Faktor-faktor lingkungan sosial,

Faktor-faktor lingkungan sosial termasuk dukungan rekan kerja, dukungan teman sebaya, dukungan keluarga, dan lingkungan kerja memengaruhi pencapaian *work-life balance*.

d. Faktor-faktor lainnya

Faktor-faktor lainnya seperti jenis kelamin, status pernikahan, usia, pengalaman, jabatan, jenis pekerjaan dan penghasilan juga dapat memengaruhi naik-turunnya *work life*

balance yang dirasakan oleh individu yang bekerja.

Dalam konteks dunia kerja yang semakin kompleks dan dinamis saat ini, *work life balance* telah berkembang menjadi kunci kebutuhan karyawan, bukan sekadar istilah. Fleksibilitas waktu, dukungan organisasi-sosial, dan kebijakan organisasi menjadi faktor signifikan dalam mengoptimalkan keseimbangan antara kehidupan kerja dengan kehidupan pribadi. Peran perusahaan diperlukan dalam merancang ekosistem kerja yang mendukung kesejahteraan karyawan menjadi indikator penting dalam manajemen sumber daya manusia yang berkelanjutan (Kurnia dan Khairunnisa, 2024).

METODE

Penelitian dilakukan secara kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang berfokus pada pemahaman mendalam terhadap situasi kemudian dipelajari melalui beberapa contoh kasus spesifik. Pendekatan studi kasus memerlukan pengumpulan data yang komprehensif dari berbagai sumber untuk membangun gambaran yang mendalam, dilanjutkan dengan analisis yang cermat untuk menghasilkan deskripsi terinci. Dengan memusatkan perhatian pada satu objek tertentu yang dikaji secara mendalam, studi kasus mampu menggambarkan realitas di balik masalah yang tampak (Assyakurrohim, Ikhrum, Sirodj, dan Afgani, 2023). Studi kasus merupakan pendekatan yang sesuai pada penelitian ini karena dapat mengidentifikasi pengalaman kerja pada mahasiswa yang bekerja sebagai

driver ojek *online* lalu memahami gambaran aspek serta pengaruh faktor *work life balance* yang mengharuskan peneliti untuk mengkaji sejumlah *driver* ojek *online* dengan terlibat secara langsung.

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah Yogyakarta dengan pertimbangan utama keterbatasan partisipan yang sesuai dengan kriteria penelitian. Selain itu, peneliti juga memperhatikan aspek perizinan dari pihak-pihak terkait yang terlibat langsung dalam proses penelitian.

Metode pengambilan data dilakukan dengan Wawancara dan Observasi. Pedoman Wawancara dan Observasi dibuat terlebih dahulu sesuai dengan aspek *work life balance* dari Fisher, Bulger, dan Smith (2009) ,dan faktor-faktor *work life balance* dari Poulouse dan Sudarsan (2014) secara terstruktur.

Setelah data dikumpulkan, data dianalisis dengan tahapan : (1) reduksi data, (2) kategorisasi data, dan (3) penarikan kesimpulan (Sugiyono dan Setiyawami, 2022). Data yang terkumpul perlu keabsahan yang tinggi, untuk itu peneliti melakukan uji keabsahan data dengan cara : (1) perpanjangan pengamatan untuk membangun *rapport* kepada partisipan, (2) triangulasi dengan melihat sudut pandang dari hasil wawancara partisipan, hasil wawancara informan, dan hasil observasi partisipan, (3) *member check* yang diberikan hasil wawancara dan observasi kepada partisipan agar bisa menyesuaikan maksud partisipan, jika salah maka akan diperbaiki, jika benar maka lembar *member check* ditandatangani partisipan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian melibatkan dua partisipan, yaitu AACW dan MAR dengan masing-masing satu informan sebagai kerabat dekat, yaitu ADW dan SM. AACW yang saat ini seorang mahasiswa semester 7 di Jurusan Psikologi, telah mengombinasikan kuliah dengan pekerjaan sampingan sebagai *driver* ojek *online* sejak tahun 2020, tepatnya pada masa *gap year* yang dijalannya. Sejak saat itu, AACW telah bergabung dengan tiga mitra *driver* ojek *online* ternama, yaitu *Shopee-Food*, *Maxim*, dan *In-Drive*. MAR adalah seorang mahasiswa kelahiran tahun 2004 yang berasal dari Yogyakarta. Sebagai seorang mahasiswa yang aktif, MAR tidak hanya fokus pada pendidikannya, tetapi juga mengambil peran ganda sebagai *driver* ojek *online* di platform *Shopee-Food* dan *Maxim*, serta membantu mengelola warung keluarga.

Aspek *Work Interference with Personal Life* (WIPL) pada mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online* menggambarkan bahwa mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online* memilih untuk bekerja pada malam hari atau *ngalong* yang memiliki dinamika tersendiri yang menarik untuk dipahami. AACW justru lebih menyukai bekerja pada waktu malam karena bertepatan dengan waktu kosong dari jadwal kuliah, sehingga dapat mencentakkan fokus sepenuhnya pada pekerjaan. Selama bekerja malam, Tantangan bekerja malam juga dirasakan oleh MAR, terutama terkait manajemen waktu kuliah yang terkadang berubah mendadak dari daring menjadi luring,

serta dampaknya terhadap kualitas tidur.

Perilaku *ngalong* yang berkembang secara serempak dan bersamaan di kalangan *driver* ojek *online* merupakan solusi efektif dalam menghadapi situasi ekonomi yang rumit. Kecenderungan *driver* memilih pola kerja seperti ini sangat kuat. Dorongan psikis seperti ini lebih kepada rangsangan atau stimulus yang memacu mereka untuk mengubah perilaku dan aktivitas kerja. Perilaku *ngalong* merupakan salah satu respon dari usaha bekerja pasca pandemi dan masih berlanjut hingga sekarang dan dilakukan oleh mahasiswa yang bekerja juga (Sudirman, Syukur, dan Suhaeb, 2023)

Pekerjaan sebagai *driver* ojek *online* memberikan tantangan tersendiri dalam konteks kehidupan sosial para pekerjanya. Meskipun gangguan sosial yang dialami tidak terlalu signifikan, AACW tetap menghadapi beberapa kendala seperti tidak bisa berpartisipasi dalam aktivitas bersama teman-temannya, misalnya bermain biliard, karena harus menyelesaikan pesanan yang masuk. Sementara itu, MAR menunjukkan sikap yang lebih tegas dalam memprioritaskan pekerjaannya, bahkan sampai menolak ajakan teman untuk nongkrong di kafe demi fokus mencari tambahan penghasilan. Berdasarkan sudut pandang partisipan AACW dan MAR, profesi sebagai *driver* ojek *online* menjadi pekerjaan sampingan yang bukan menjadi prioritas utama dalam kehidupan mereka.

Aspek *Personal Life Interference with Work* (PLIW) pada mahasiswa yang bekerja sebagai

driver ojek *online* menggambarkan bahwa Mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online* menghadapi berbagai tantangan yang berasal dari masalah pribadi, seperti tanggung jawab keluarga, kendala teknis, hingga prioritas pendidikan.

MAR dan AACW, menggambarkan bagaimana masalah pribadi, seperti konflik dengan teman, pasangan, atau keluarga, dapat memengaruhi fokus dan konsentrasi mereka saat bekerja. AACW menjelaskan bahwa persoalan di lingkungan akademis seringkali memicu emosi terpendam yang akhirnya berdampak pada profesionalitas dalam bekerja, seperti rasa kesal atau marah yang tidak proporsional terhadap situasi di lapangan. Meskipun demikian, MAR menunjukkan kemampuan untuk bersikap bijak terhadap gangguan dengan menerima realitas tanpa membiarkan hal itu terlalu memengaruhi produktivitas.

Pada sisi lain, keseimbangan antara pekerjaan dan pendidikan juga menjadi tantangan utama. MAR terkadang memilih untuk tidak bekerja di malam hari guna menyelesaikan tugas kuliah, mencerminkan komitmennya terhadap kemajuan akademik. AACW, yang menjalani semester dengan kegiatan praktikum intensif, membatasi waktu kerjanya sebagai *driver* ojek *online*. AACW lebih memilih bekerja di sela-sela waktu luang setelah kuliah, tidak hanya untuk penghasilan tambahan tetapi juga untuk mengisi waktu kosong. Hal ini menunjukkan adaptasi dan prioritas yang berbeda untuk memenuhi tuntutan akademis tanpa sepenuhnya meninggalkan pekerjaan.

Aspek *Personal Life Enhancement of Work* (PLEW) menggambarkan berdasarkan hasil wawancara dan observasi partisipan, dapat dilihat berbagai perkembangan kerja dari kehidupan pribadi para partisipan. Dalam aspek komunikasi dan interaksi sosial, AACW menekankan pentingnya kemampuan berkomunikasi yang efektif dan sikap saling menghargai, terutama dalam konteks psikologi. Keterampilan ini tidak hanya penting dalam lingkungan akademis, tetapi juga telah diterapkan dalam pekerjaannya sebagai *driver* ojek *online*, di mana pendekatan komunikasi yang baik dengan pelanggan telah menghasilkan ulasan positif dan kepuasan pengguna yang lebih tinggi.

Sementara itu, pengalaman MAR menunjukkan bahwa pembelajaran tidak selalu berasal dari jalur formal seperti organisasi kampus. Sebaliknya, nilai-nilai penting seperti sopan santun dan tata krama justru dipelajari dan diterapkan melalui interaksi sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa pengembangan keterampilan interpersonal dapat diperoleh melalui berbagai jalur, baik formal maupun informal. Hakim dan Hasmira (2022) menjelaskan bahwa untuk sukses dalam menjalani kuliah sambil bekerja. Mahasiswa perlu memiliki perencanaan yang baik. Membuat jadwal yang realistis dan mematuhi jadwal tersebut adalah kunci untuk mengelola waktu dengan efektif. Selain itu, menjaga kesehatan fisik dan mental sangat penting.

Dalam konteks pengelolaan waktu antara kerja dan kuliah, kedua partisipan menunjukkan pendekatan yang berbeda. AACW memperlihatkan kemampuan

manajemen waktu yang efektif dengan memprioritaskan kewajiban akademik di atas pekerjaan sebagai *driver* ojek *online*. Dengan hanya mengambil pesanan saat memiliki waktu luang atau jadwal kuliah yang tidak padat, AACW berhasil menjaga keseimbangan antara tanggung jawab akademik dan kebutuhan finansial.

Meskipun MAR juga mengklaim mampu mengatur waktu secara proporsional dan menekankan pentingnya komunikasi yang baik dengan pelanggan, terdapat perbedaan signifikan dalam hal penanganan masalah. MAR cenderung menghentikan aktivitas kerja ketika menghadapi masalah, menunjukkan pendekatan yang kurang adaptif dalam mengelola tantangan dibandingkan dengan AACW yang lebih sistematis dalam mengatur prioritas dan waktu kerjanya.

Aspek *Work Enhancement of Personal Life* (WEPL) pada mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online* menggambarkan Pengalaman sebagai *driver* ojek *online* membantu mahasiswa meningkatkan kemampuan navigasi, komunikasi, dan keterampilan interpersonal. MAR menyatakan bahwa pekerjaan ini memungkinkannya memahami berbagai wilayah Yogyakarta serta pola perilaku pelanggan pada waktu tertentu, seperti kebiasaan dan kebutuhan mereka. Bagi AACW, profesi ini memberikan manfaat serupa, termasuk mengenal jalan di Yogyakarta lebih baik sebagai perantau dari Magelang, yang mengurangi risiko tersesat. Selain itu, pengalaman ini mengasah keterampilan komunikasi,

pengendalian emosi, dan sikap fleksibel, yang sangat penting untuk menjaga kepuasan pelanggan. Partisipan juga belajar nilai kehati-hatian dan keselamatan, terutama dalam situasi menantang seperti hujan, menekankan pentingnya pengambilan keputusan bijak dalam pekerjaan sehari-hari.

Pernyataan dari Assholekha, Fitriani, Sarwono, Fatoni, dan Suryandari (2023) bahwa dengan mengenalnya tantangan dunia pekerjaan ini bisa meningkatkan wawasan, kualitas diri, rasa tanggung jawab, dan pola pikir sehingga terus mengeksplorasi kemampuan dan menjalin relasi dengan berbagai latar belakang pendidikan maupun pekerjaan. Meskipun melelahkan, kuliah sambil bekerja akan meningkatkan mental kita dalam menghadapi situasi pelik, bagaimana cara mengatur waktu, dan menentukan pilihan.

Mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online* menunjukkan berbagai peningkatan kemampuan yang bermanfaat dalam kehidupan pribadi dan akademik mereka. Partisipan seperti AACW dan MAR mengembangkan keterampilan komunikasi, *multitasking*, serta keberanian dalam berinteraksi, yang berdampak positif pada kepercayaan diri mereka di lingkungan kampus. Pengalaman kerja ini juga melatih kedisiplinan, tanggung jawab, dan kehati-hatian dalam berbagai aspek, termasuk memastikan tugas akademik dan pekerjaan diselesaikan dengan cukup cermat.

Selain itu, pekerjaan ini menjadi sarana pengembangan personal, seperti kemampuan

problem-solving, adaptasi, dan ketahanan mental. AACW memaknai pekerjaannya melalui filosofi *rekoso*, yaitu bekerja keras dengan sepenuh hati, menjadikan setiap tantangan sebagai proses pembentukan karakter. MAR juga menunjukkan kesadaran akan pentingnya evaluasi diri dengan aktif meminta masukan untuk meningkatkan kinerja. Pekerjaan ini tidak hanya meningkatkan produktivitas dan keterampilan praktis tetapi juga membantu membangun integritas dan prinsip hidup yang kuat.

Kepribadian *introvert* yang dimiliki AACW dan MAR berpengaruh besar terhadap *work life balance* mereka sebagai mahasiswa sekaligus *driver* ojek *online*. AACW cenderung menjaga lingkaran sosial yang kecil dan lebih memilih menghabiskan waktu sendiri setelah berinteraksi singkat di kampus Sementara itu, MAR juga menggambarkan preferensi serupa dalam kehidupan sosialnya, di mana interaksi dilakukan secara terbatas dan tidak intens. Namun, dalam pekerjaan, MAR harus mengadopsi peran “*ekstrovert*” secara profesional, meski bertentangan dengan sifat alaminya. Peran ganda ini menciptakan tantangan tambahan berupa kelelahan emosional, karena harus menyesuaikan diri dengan tuntutan komunikasi aktif selama bekerja dan kembali ke sifat *introvert*nya dalam kehidupan pribadi.

Mahasiswa sering kali harus mengorbankan waktu tidur atau rekreasi untuk memenuhi tuntutan akademis dan pekerjaan. Stres dan kelelahan adalah konsekuensi yang umum dari beban kerja yang berlipat

ganda ini (Assholekha, Fitriani, Sarwono, Fatoni, dan Suryandari, 2023). Stres dan kelelahan menjadi tantangan utama bagi MAR dan AACW dalam menjaga keseimbangan antara pekerjaan, akademik, dan tanggung jawab pribadi.

MAR menghadapi tekanan ketika harus menangani tugas kuliah yang mendesak sambil membantu orang tua. MAR mengungkapkan frustrasinya terhadap lalu lintas, seperti kemacetan dan pelanggaran jalur motor oleh mobil, yang menjadi semakin menekan saat harus mengantar pesanan dengan cepat. Stres ini diperparah oleh tugas kuliah yang tiba-tiba teringat di sela pekerjaannya, menciptakan tekanan *multitasking* yang memicu kecemasan. AACW mengalami dampak kelelahan fisik akibat pekerjaannya sebagai *driver* ojek *online*, yang memengaruhi performa akademiknya. Kondisi lelah membuat AACW sering mengantuk di kelas, sehingga konsentrasi dan kemampuan menyerap materi terganggu.

Cuaca buruk memiliki dampak signifikan terhadap *work life balance* mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online*. Meyesa, Purnawan, dan Yosritzal (2024) juga menyatakan bahwa faktor cuaca yang buruk dapat menurunkan penglihatan *driver* ketika perjalanan membawa kendaraan bermotor, disetujui oleh 37% *driver*. Diperkuat dari persepsi individu *driver* yang tidak ingin mengambil risiko kecelakaan di jalan.

Seperti yang terlihat dari pengalaman MAR dan AACW, Kedua paartisipan menunjukkan pertimbangan yang matang dalam menghadapi kondisi cuaca yang tidak

mendukung, dengan memprioritaskan keselamatan diri dan penumpang. MAR secara khusus memilih untuk menghindari kerja saat hujan dan jalanan licin, menunjukkan kesadaran akan pentingnya keselamatan diri dan kemampuan mengenali situasi yang berpotensi membahayakan. Sejalan dengan itu, AACW juga memilih untuk tidak bekerja saat cuaca buruk, memandang bahwa risiko kecelakaan atau kerusakan kendaraan tidak sebanding dengan penghasilan yang mungkin diperoleh.

Pola tidur memainkan peran krusial dalam keseimbangan kehidupan kerja mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online*, seperti yang terlihat dari pengalaman AACW dan MAR. AACW yang memilih bekerja di malam hari menghadapi konsekuensi signifikan terhadap performanya di kampus, di mana kelelahan dan kurangnya semangat akibat *ngalong* berdampak pada tingkat kebugaran dan produktivitasnya selama mengikuti perkuliahan. Sementara itu, MAR menghadapi tantangan berbeda dalam mengelola pola tidurnya, di mana kelelahan sering membuatnya tertidur di sore hari namun kemudian mengalami kesulitan untuk kembali tidur setelah lewat tengah malam, meskipun telah mencoba berbagai cara. Kedua pengalaman ini menggambarkan kompleksitas dalam menyeimbangkan waktu istirahat dengan tuntutan pekerjaan dan akademik, yang dapat berdampak pada kesehatan dan performa keseluruhan mahasiswa yang menjalani peran ganda sebagai *driver* ojek *online*.

Secara tidak langsung, latar belakang budaya Jawa memengaruhi

cara AACW dan MAR menjaga *work life balance*, khususnya dalam interaksi sosial dan profesional. Pola komunikasi orang Jawa memiliki alih kode dan campur kode yang unik ketika berinteraksi dengan pelanggan (Lestari dan Rosalina, 2024). Berinteraksi dengan berbagai individu yang memiliki pola komunikasi yang berbeda dari orang Jawa menjadi suatu tantangan.

AACW mengakui tantangan berkomunikasi dengan pelanggan dari wilayah timur Indonesia yang karakternya berbeda, seperti nada suara yang lebih keras, yang kadang membuatnya merasa canggung. Akan tetapi, situasi ini menjadi peluang baginya untuk belajar beradaptasi dengan gaya komunikasi yang beragam. Kemudian, MAR menekankan pentingnya menerapkan nilai-nilai unggah-ungguh, seperti sopan santun, tata krama, dan kelembutan dalam berinteraksi dengan pelanggan. Prinsip budaya Jawa ini tidak hanya memandu MAR dalam memberikan pelayanan, tetapi juga membantu menciptakan hubungan yang penuh hormat dan harmonis. Kedua partisipan menunjukkan bagaimana latar belakang budaya membentuk pendekatan mereka dalam menghadapi tuntutan kerja dan interaksi sosial, sekaligus mendukung keseimbangan hidup dan kerja.

Penggunaan GPS dalam pekerjaan *driver* ojek *online* menjadi krusial untuk meningkatkan efisiensi dan akurasi. Partisipan seperti MAR memanfaatkan GPS untuk menghindari kemacetan dan merencanakan rute alternatif, sehingga waktu tempuh lebih singkat dan kebutuhan pelanggan terpenuhi

dengan cepat. Teknologi GPS juga mempermudah komunikasi dan navigasi, mengurangi ketergantungan pada metode tradisional seperti meminta petunjuk langsung, yang sebelumnya bisa memakan waktu hingga berjam-jam. Akan tetapi, tantangan teknis tetap ada, seperti yang dialami AACW ketika menghadapi kesalahan input lokasi oleh pelanggan, yang mencerminkan kurangnya pemahaman pelanggan terhadap aplikasi digital. Secara keseluruhan, GPS meningkatkan produktivitas dan mengurangi tantangan operasional.

AACW dan MAR sama-sama menerima dukungan dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar, meskipun dalam bentuk dan intensitas yang berbeda. Orang tua AACW melihat pekerjaan ini sebagai peluang untuk mengasah kompetensi, sementara teman-temannya bersikap suportif dan membantu memperluas jaringan pertemanan. Lingkungan kampus juga memberikan atmosfer positif tanpa stigma terhadap status AACW sebagai mahasiswa pekerja.

MAR juga mendapat respons kekaguman atas kemampuannya menjalankan peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja, serta dukungan penuh dari keluarga yang menghargai keputusannya untuk bekerja. Sikap netral namun menghargai dari lingkungan sosial MAR memberikan kebebasan baginya untuk menjalankan tanggung jawab secara mandiri. Dukungan yang diterima, baik aktif maupun pasif, membantu kedua partisipan menjaga semangat dan kepercayaan diri dalam menjalani kombinasi tuntutan akademik dan profesional mereka.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan untuk pengembangan studi di masa depan. Pertama, penelitian ini hanya melibatkan dua partisipan, yang dapat mempengaruhi eksplorasi hasil serta keabsahan data dalam penelitian kualitatif. Dengan jumlah partisipan yang terbatas, variasi pengalaman dan perspektif terkait *work life balance* pada mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online* belum sepenuhnya terwakili. Wawancara yang dilakukan dengan informan hanya sebatas konfirmasi data dari partisipan, belum sampai pada tahap eksplorasi mendalam yang berpotensi mengungkap perspektif baru. Kemudian, analisis data dilakukan secara manual, sehingga hasilnya masih bersifat deskriptif dan membutuhkan penyempurnaan dalam interpretasi temuan. Penggunaan aplikasi analisis data seperti NVivo dapat membantu meningkatkan akurasi dan kedalaman analisis, sehingga pola-pola yang lebih kompleks dapat diidentifikasi dengan lebih sistematis.

Selain itu, penelitian ini tidak menambahkan unit-unit tema dan bagan hasil penelitian untuk setiap partisipan, yang sebenarnya dapat membantu memberikan ringkasan temuan secara lebih visual dan terstruktur. Penyajian hasil dengan bagan atau diagram dapat mempermudah pembaca dalam memahami hubungan antara faktor-faktor *work life balance* yang ditemukan. Keterbatasan lainnya terletak pada sumber referensi yang sebagian besar berasal dari jurnal Indonesia, sementara jurnal internasional digunakan hanya untuk

teori, aspek, dan faktor *work life balance*. Selanjutnya, perlu memperbanyak referensi yang membandingkan *work life balance* di Indonesia dan negara lain, terutama dalam konteks *driver* ojek *online* di sektor *gig economy*. Hal ini akan memperkaya perspektif dan memungkinkan penelitian untuk melihat bagaimana faktor-faktor serupa diterapkan dalam berbagai kondisi sosial dan ekonomi yang berbeda. Fokus penelitian juga lebih banyak mengeksplorasi *work life balance* dari sisi pekerjaan sebagai *driver* ojek *online*, sementara aspek kehidupan akademik dan aspek kehidupan lainnya belum tergalai secara mendalam.

KESIMPULAN

Aspek *Work Interference with Personal Life* (WIPL) menggambarkan mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online* menghadapi tantangan berupa kelelahan fisik akibat bekerja di malam hari (*ngalong*), tekanan mental dari pembatalan pesanan dan penghasilan tidak memadai, serta keterbatasan bersosialisasi, namun mereka tetap memprioritaskan pendidikan dan menerapkan fleksibilitas waktu kerja untuk menyeimbangkan peran. Aspek *Personal Life Interference with Work* (PLIW) menggambarkan mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online* mengalami konflik peran antara tanggung jawab keluarga, akademik, dan kendala teknis yang mempengaruhi produktivitas kerja, tetapi mampu beradaptasi dengan strategi manajemen waktu dan prioritas yang tepat. Faktor karakteristik kepribadian *introvert*

yang harus beradaptasi dengan tuntutan *ekstrovert* saat bekerja, stres dan kelelahan, cuaca, dan pola tidur, ternyata memiliki pengaruh untuk mengganggu keseimbangan peran bahkan perlu mengorbankan salah satu peran kerja atau kehidupan pribadi pada mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online*.

Aspek *Personal Life Enhancement of Work* (PLEW) menggambarkan kehidupan pribadi mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online* berkontribusi positif terhadap performa kerja melalui penerapan kemampuan komunikasi efektif, pemahaman psikologi pelanggan, dan nilai sopan santun, didukung manajemen waktu yang efektif dengan prioritas akademik, serta keseimbangan aktivitas fisik dan istirahat yang mempengaruhi semangat kerja. Aspek *Work Enhancement of Personal Life* (WEPL) menggambarkan pengalaman kerja mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online* dapat memperkaya kualitas kehidupan pribadi mahasiswa melalui pengembangan keterampilan manajemen waktu, komunikasi, dan navigasi, serta penghasilan yang mendukung pengembangan diri, dimana tantangan pekerjaan membantu mengasah empati, kesabaran, dan pengambilan keputusan. Faktor budaya Jawa yang mempengaruhi pola komunikasi positif dengan pelanggan, dukungan teknologi GPS untuk efisiensi kerja, serta dukungan sosial dari keluarga, teman, dan lingkungan kampus yang positif tanpa stigma, ternyata memiliki pengaruh untuk mendukung keseimbangan

peran pada mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online*.

SARAN

1. Saran untuk Peneliti

Berdasarkan keterbatasan yang ditemukan dalam penelitian ini, ada beberapa saran yang dapat diterapkan oleh peneliti selanjutnya untuk memperoleh hasil yang lebih komprehensif, yaitu :

a. Menambah jumlah partisipan agar eksplorasi mengenai *work life balance* pada mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online* menjadi lebih luas dan data yang diperoleh lebih bervariasi. Dengan melibatkan lebih banyak partisipan, keabsahan hasil penelitian dapat ditingkatkan melalui triangulasi data dari berbagai perspektif.

b. Menggunakan perangkat lunak seperti NVivo agar hasil analisis lebih sistematis dan mendalam. Penggunaan teknologi ini memungkinkan peneliti mengelompokkan tema, mengidentifikasi pola, serta memvisualisasikan data dengan lebih akurat dibandingkan analisis manual yang masih bersifat deskriptif.

c. Mempertimbangkan untuk menambahkan unit-unit tema dan bagan hasil penelitian sebagai bentuk ringkasan visual dari temuan penelitian. Penyajian data dalam bentuk bagan akan membantu memperjelas hubungan antara faktor-faktor *work life balance* dan dampaknya terhadap mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online*.

d. Memperbanyak literatur internasional yang membahas *work life balance* dalam konteks *gig economy* di berbagai negara. Dengan adanya perbandingan ini, peneliti

dapat melihat perbedaan atau kesamaan pola *work life balance* di Indonesia dengan negara lain. Hasilnya dapat memberikan perspektif yang lebih luas dan relevan terhadap fenomena yang diteliti.

e. Melakukan penelitian kuantitatif untuk mengidentifikasi hubungan dan pengaruh faktor-faktor yang mempengaruhi *work life balance*, seperti beban kerja, fleksibilitas jadwal, dukungan sosial, cuaca, kualitas tidur, dan kesejahteraan finansial. Penelitian kuantitatif dapat memberikan data statistik yang valid dan reliabel untuk mendukung temuan kualitatif, sehingga dapat menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif dan mendalam tentang gambaran *work life balance* pada mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online*, yang pada akhirnya dapat digunakan untuk mengembangkan intervensi dan kebijakan yang lebih efektif dalam mendukung kesejahteraan kerja pada mahasiswa yang bekerja sebagai *driver* ojek *online*.

2. Saran untuk Mahasiswa yang Bekerja sebagai *Driver* Ojek *Online*

Bagi mahasiswa yang bekerja, khususnya yang berprofesi sebagai *driver* ojek *online*, sangat penting untuk tetap menjaga semangat dan konsistensi dalam menjalankan peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja. Hal ini dapat dicapai dengan membangun kesadaran penuh akan kondisi fisik dan psikologis diri, termasuk mengenali batas kemampuan, tanda-tanda kelelahan, dan kebutuhan istirahat yang cukup. Mahasiswa perlu mengembangkan strategi *work life balance* yang efektif, seperti membuat jadwal yang

realistis antara waktu kuliah, kerja, dan istirahat, menentukan prioritas dengan bijak, serta membangun sistem dukungan sosial yang kuat baik dari keluarga maupun teman. Selain itu, penting juga untuk mengelola keuangan dengan baik, menetapkan target yang jelas baik dalam studi maupun pekerjaan, serta menyisihkan waktu untuk aktivitas yang mendukung kesehatan mental dan fisik seperti olahraga atau hobi. Dengan menerapkan strategi-strategi tersebut secara konsisten dan melakukan evaluasi berkala untuk penyesuaian yang diperlukan, mahasiswa dapat mencapai keseimbangan optimal dalam menjalani peran ganda mereka, yang pada akhirnya akan menghasilkan prestasi akademik yang baik, kinerja kerja yang maksimal, serta kesejahteraan pribadi yang terjaga.

3. Saran untuk Pihak Perusahaan Ojek Online

Untuk meningkatkan kesejahteraan *driver* dan menjaga keberlanjutan layanan, perusahaan ojek *online* perlu mempertimbangkan beberapa aspek penting. Pertama, penyesuaian tarif minimum diperlukan untuk mengimbangi kenaikan biaya operasional, dengan evaluasi berkala agar tarif tetap sesuai dengan kondisi ekonomi terkini. Kedua, pertimbangan biaya operasional harus diperhatikan, termasuk kenaikan harga bahan bakar, biaya internet, pulsa, serta pemeliharaan kendaraan yang menjadi kebutuhan utama *driver* dalam menjalankan pekerjaannya. Selanjutnya, kesejahteraan *driver* dapat ditingkatkan melalui subsidi atau tunjangan untuk biaya operasional, insentif khusus bagi

driver yang menjadikan ini sebagai pekerjaan utama, serta program dukungan finansial bagi *driver* yang sudah berkeluarga. Selain itu, perusahaan juga perlu menerapkan sistem kompensasi yang lebih adil, seperti sistem bonus yang transparan, tambahan insentif saat harga kebutuhan pokok naik, serta penyediaan asuransi atau tunjangan kesehatan bagi *driver*. Dengan menerapkan langkah-langkah ini, perusahaan dapat menciptakan lingkungan kerja yang lebih adil dan mendukung keberlangsungan hidup dan keseimbangan peran para *driver* ojek *online*.

DAFTAR PUSTAKA

- Assholekhah, A. F., Fitriani, A., Sarwono, S., Fatoni, S. A., & Suryandari, M. (2023). Problem Solving Mahasiswa Dalam Menghadapi Tantangan Dunia Kerja. *Student Scientific Creativity Journal*, 1(1), 345-352.
- Assyakurrohim, D., Ikham, D., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2023). Metode studi kasus dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01), 1-9.
- Astuti, N. W., & Nurwidawati, D. (2023). Hubungan work life balance dengan subjective well-being pada mahasiswa yang bekerja part-time di surabaya. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(03), 122-144.
- Fahrurrozi, F., & Ali, I. (2020). Analisis layanan ojek online PT. Grab Indonesia wilayah

- Surabaya dalam perspektif bisnis islam. *Jesya (Jurnal Ekonomi Dan Ekonomi Syariah)*, 3(1), 147-157.
- Fisher, G. G., Bulger, C. A., & Smith, C. S. 2009. Beyond Work and Family: A Measure of Work/Nonwork Interference and Enhancement. *Journal of Occupational Health Psychology*, 14(4), 441–456. <https://doi.org/10.1037/a0016737>
- Hakim, A. R., & Hasmira, M. H. (2022). Strategi kuliah sambil bekerja oleh mahasiswa (Studi kasus: Mahasiswa bekerja di Universitas Negeri Padang). *Naradidik: Journal of Education and Pedagogy*, 1(1), 30-37.
- Hudson. (2005). The Case for Work Life Balance: Closing the Gap Between Policy and Practice, 20:20 Series. Hudson Global Resources.
- Kurnia, M. I., & Khairunnisa, A. (2024). Peran Work-Life Balance Dalam Meningkatkan Etos Kerja Profesional. *Jurnal Minfo Polgan*, 13(1), 256-260.
- Lestari, P., & Rosalina, S. (2024). Alih Kode dan Campur Kode dalam Interaksi Sosial antara Penjual dan Pembeli. *DISASTRA: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 4(1), 11-19.
- Meyesa, R. P., Purnawan, P., & Yosritzal, Y. (2024). PERSEPSI PENGGUNA OJEK ONLINE TERHADAP KESELAMATAN PENUMPANG. *Jurnal Arsip Rekayasa Sipil dan Perencanaan*, 7(4).
- Polling Institute. (2022). Survei Kenaikan Tarif Ojek Online di Mata Pengguna dan Pengemudi. Polling Institute. Retrieved March 2, 2024, from <https://pollinginstitute.id/wp-content/uploads/2022/11/Laporan-Rilis-Survei-Pengguna-dan-Driver-Ojek-Online-Polling-Institute-Agustus-2022.pdf>
- Poulose, S., & Sudarsan. (2014). Work-life balance: A conceptual review. *International Journal of Advance in Management and Economics*, 3(2), 1-17.
- Sari, A. L., Cahyani, A. P. R., & Martdina, Y. N. (2024). Peran Teknologi Terhadap Transformasi Sosial Dari Ojek Konvensional Ke Ojek Online. *TUTURAN: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial dan Humaniora*, 2(3), 160-171.
- Sudirman, I., Syukur, M., & Suhaeb, F. W. (2023). AKTIVITAS NIGHT OWL (BUDAYA NGALONG) OJEK ONLINE DI MAKASSAR: STUDI KASUS PERUBAHAN PERILAKU AKTIVITAS KERJA DRIVER ONLINE PASCA PANDEMI. *Ilmu Budaya: Jurnal Bahasa, Sastra, Seni, dan Budaya*, 7(4), 1433-1441.
- Sugiyono, & Setiyawami (2022). Metode Penelitian Sumber

Daya Manusia (Kuantitatif,
Kualitatif, dan Studi Kasus).
Penerbit Alfabeta, Bandung.
978-602-289-707-1.

Trialmawati, E., & Hartini, H. (2021).
Mahasiswa Driver Ojek Online
(Grab) Universitas Halu Oleo.
Kabanti: Jurnal Kerabat
Antropologi, 5(2), 79-89.