Jurnal PKM Manajemen Bisnis
Vol. 6, No. 1, January 2026

e-ISSN 2797-8338
DOI 10.37481

# Strategi Efektif Bertahan dan Berkembang di Dunia Akademik dan Kerja

**Dina Novita[1], Karina Mayani[2], Pramesti Cahyani[3], Raetha Destriyani[4]**
Universitas Pamulang, Indonesia
dosen00658@unpam.ac.id[1], karinamayani03@gmail.com[2],
pramesticahayni@gmail.com[3], raethadestriyani424@gmail.com[4]

**Submitted**: 26th Sept 2025 | **Edited**: 18th Dec 2025 | **Issued**: 01st Jan 2026

**Cited on**: Novita, D., Mayani, K., Cahyani, P., & Destriyani, R. (2026). Strategi Efektif Bertahan dan Berkembang di Dunia Akademik dan Kerja. *Jurnal PKM Manajemen Bisnis, 6*(1), 219-225.

## ABSTRACT

This community service activity was conducted to respond to the growing need for high school students to prepare themselves for both academic and professional challenges after graduation. The program aimed to strengthen students' understanding of self-readiness as they plan to continue their studies while working. The activity was held at SMK Perguruan Rakyat 1 Jakarta on 31 October 2025 and involved 16 lecturers and students from Universitas Pamulang as facilitators, with 50 twelfth-grade students as participants. The implementation followed three stages: preparation, execution, and reporting. During the execution stage, the facilitators delivered learning materials through presentations, practical sessions, discussions, and question-and-answer activities designed to build students' confidence, awareness of workplace expectations, and strategies for academic–work balance. The results indicate that participants gained clearer insight into managing time, developing soft skills, adapting to academic demands, and preparing for early career challenges. Students also expressed increased motivation to pursue higher education while working and felt better equipped to make informed decisions about their future pathways. Overall, the program successfully enhanced students' readiness to transition into both academic and professional environments.

Keywords: Academic Readiness, Career Preparation, Student Development, Soft Skills, Community Service

## PENDAHULUAN

Keseimbangan antara kuliah dan bekerja menjadi isu krusial bagi banyak mahasiswa di era saat ini. Fenomena work–study conflict telah banyak diteliti karena implikasinya terhadap kesehatan mental, kinerja akademik, dan kepuasan hidup (Samaratunga et al., 2025). Penelitian literatur juga menunjukkan bahwa work–life balance pada pelajar yang aktif bekerja berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik (Aprilinda, 2020). Di sisi lain, integrasi antara peran kerja dan studi melalui work–study facilitation dapat mendukung pencapaian akademik jika dukungan lingkungan dan manajemen waktu berjalan efektif (Owen & Kavanagh, 2018). Oleh karena itu, pemahaman mengenai pentingnya keseimbangan kerja-kuliah sangat

e-ISSN 2797-8338
DOI 10.37481

diperlukan untuk memastikan keberlangsungan pembelajaran dan produktivitas secara bersamaan.

Siswa SMK kelas 12 menghadapi berbagai tantangan ketika merencanakan masa depan akademik dan profesional pasca kelulusan. Tantangan tersebut meliputi kekhawatiran mengenai beban finansial, kemampuan menyelesaikan studi sambil bekerja, serta kurangnya pengetahuan mengenai strategi manajemen waktu dan pengendalian konflik peran. Sejumlah studi menunjukkan bahwa mahasiswa pekerja rentan mengalami stres, kelelahan, serta tekanan yang berdampak buruk pada performa akademik (Timalsina & Katwal, 2025; Akmaludin et al., 2023). Temuan serupa juga muncul pada kajian lokal yang memperlihatkan bahwa konflik antara pekerjaan, tugas kuliah, dan kehidupan pribadi dapat menghambat proses belajar (Wiyanto, 2024).

Perguruan tinggi memiliki peran strategis dalam membekali calon mahasiswa agar siap menghadapi tuntutan akademik dan profesional secara bersamaan. Selain sebagai institusi pendidikan, perguruan tinggi juga menjadi pusat pengembangan soft skill dan kompetensi kerja yang diperlukan di dunia industri (Tight, 2023). Dalam konteks pengabdian kepada masyarakat, perguruan tinggi berfungsi sebagai fasilitator pengetahuan melalui keterlibatan langsung dengan komunitas pendidikan, sehingga proses pemberdayaan siswa dapat berlangsung lebih efektif (Málovics et al., 2025).

Urgensi peningkatan kesiapan siswa dalam menghadapi realitas kuliah sambil bekerja semakin menguat karena tingginya jumlah lulusan sekolah menengah yang berencana menempuh pola pendidikan ganda. Tanpa persiapan yang memadai, potensi terjadinya konflik peran dan ketidaksesuaian ekspektasi akademik menjadi cukup besar, yang pada akhirnya berpengaruh terhadap kualitas pembelajaran (Alisha et al., 2025). Selain itu, kurangnya pemahaman tentang keterampilan yang dibutuhkan industri modern dapat menghambat proses transisi menuju dunia kerja (Halili et al., 2022).

Dukungan perguruan tinggi dalam bentuk bimbingan akademik, pengembangan karier, serta kebijakan belajar fleksibel menjadi faktor penting untuk membantu mahasiswa yang bekerja mengelola waktu dan tuntutan peran. Analisis pendidikan tinggi kontemporer menekankan bahwa universitas perlu mengadopsi model pembelajaran adaptif untuk meningkatkan kesiapan kerja lulusan (BCG, 2023). Penerapan model ini dapat memperkuat kemampuan pelajar dalam memaksimalkan potensi akademik sekaligus menghadapi tantangan pekerjaan.

e-ISSN 2797-8338
DOI 10.37481

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berfungsi sebagai sarana efektif untuk mentransfer strategi adaptasi karier dan pengembangan soft skill kepada siswa sekolah menengah. Studi mengenai psikologi pendidikan menunjukkan bahwa career adaptability dan keterlibatan akademik berpengaruh positif terhadap kepuasan hidup saat memasuki jenjang pendidikan tinggi (Oliveira & Marques, 2024). Dengan demikian, pelaksanaan PKM dapat menjadi solusi inklusif untuk mendukung kesiapan siswa menghadapi tekanan ganda dunia akademik dan kerja.

Melihat tren global di mana semakin banyak pelajar berusaha menggabungkan kerja dan studi, kegiatan melalui PKM menjadi sangat relevan. Kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana edukasi karier, tetapi juga memperkuat misi sosial perguruan tinggi sebagai agen pemberdayaan komunitas (Fifani, 2025; Ahsan, 2025). Oleh sebab itu, program PKM berjudul Strategi Efektif Bertahan dan Berkembang di Dunia Akademik dan Kerja memiliki urgensi untuk meningkatkan kesiapan siswa dalam menghadapi transisi menuju pendidikan tinggi dan dunia profesional secara berkelanjutan.

## METODE

Metode pelaksanaan PKM ini dirancang menggunakan pendekatan *participatory community engagement* yang menekankan keterlibatan aktif peserta dalam seluruh rangkaian kegiatan. Pelaksanaan program dilakukan melalui tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap pelaporan. Pada tahap persiapan, tim PKM yang terdiri atas 16 dosen dan mahasiswa Universitas Pamulang melakukan identifikasi kebutuhan peserta, penyusunan materi, pembagian peran fasilitator, serta koordinasi dengan pihak SMK Perguruan Rakyat 1 Jakarta. Tahap pelaksanaan dilakukan pada tanggal 31 Oktober 2025 dengan melibatkan 50 siswa kelas 12 sebagai peserta. Kegiatan dirancang secara terstruktur melalui pemaparan materi, praktik, diskusi kelompok, dan sesi tanya jawab. Kombinasi keempat metode tersebut digunakan untuk memastikan transfer pengetahuan berlangsung secara komprehensif, meningkatkan partisipasi aktif siswa, serta memperkuat kemampuan peserta dalam menerapkan strategi siap kuliah sambil bekerja.

Tahap pelaporan dilakukan sebagai bentuk tanggung jawab akademik sekaligus evaluasi atas efektivitas kegiatan. Proses ini mencakup penyusunan laporan kinerja

e-ISSN 2797-8338
DOI 10.37481

kegiatan PKM, dokumentasi capaian pembelajaran peserta, serta analisis reflektif terhadap keberhasilan dan kendala yang ditemui selama pelaksanaan. Evaluasi dilakukan melalui pengamatan keterlibatan peserta dan umpan balik langsung setelah kegiatan untuk menilai sejauh mana siswa memahami materi terkait strategi bertahan dan berkembang di dunia akademik dan kerja. Dengan demikian, metode PKM ini tidak hanya memastikan penyampaian materi secara efektif tetapi juga mendorong terciptanya pengalaman belajar yang relevan, aplikatif, dan berkelanjutan bagi siswa yang akan memasuki dunia kuliah sambil bekerja.

## PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan PKM ini dimulai dengan pemaparan mengenai pentingnya kesiapan diri dalam menghadapi transisi dari dunia sekolah menuju dunia akademik dan kerja. Pelaksana PKM menjelaskan bahwa siswa kelas 12 berada pada fase kritis yang membutuhkan pemahaman mendalam terkait tantangan kuliah sambil bekerja. Penyampaian materi awal ini memberikan gambaran umum tentang tuntutan ganda yang akan dihadapi sehingga peserta memiliki orientasi awal untuk mengikuti sesi lanjutan.

Pada tahap berikutnya, peserta diperkenalkan pada konsep *work–study balance*, yaitu kemampuan mengelola waktu dan energi agar kedua peran (pekerja dan mahasiswa) dapat dijalankan secara optimal. Diskusi mengenai fenomena tersebut menarik perhatian peserta karena sebagian besar memiliki rencana untuk langsung bekerja setelah lulus. Pelaksana PKM menghubungkan materi dengan contoh nyata dan hasil penelitian sehingga siswa dapat memahami relevansi isu tersebut dalam kehidupan nyata.

Sesi praktik disusun untuk membantu peserta menerapkan konsep manajemen waktu secara langsung. Peserta diminta membuat jadwal mingguan dengan mempertimbangkan jam kerja, waktu belajar, aktivitas pribadi, dan waktu istirahat. Latihan ini membuka wawasan bahwa keberhasilan menjalani kuliah sambil bekerja membutuhkan disiplin tinggi, kemampuan menentukan prioritas, serta keterampilan perencanaan jangka panjang.

Kegiatan berlanjut dengan pembahasan mengenai pengembangan soft skills yang dibutuhkan untuk bertahan dan berkembang baik di dunia kerja maupun di lingkungan kampus. Pelaksana PKM memaparkan pentingnya komunikasi, kemampuan adaptasi,

e-ISSN 2797-8338
DOI 10.37481

pemecahan masalah, dan kerja sama tim. Para siswa diberi contoh situasi nyata di tempat kerja dan kampus yang membutuhkan keterampilan tersebut, sehingga peserta memahami urgensi pengembangannya sejak dini.

Diskusi kelompok kecil kemudian dilakukan untuk mengeksplorasi potensi hambatan yang dapat muncul ketika menjalani kuliah sambil bekerja. Dalam sesi ini, peserta mengidentifikasi berbagai potensi kendala seperti kelelahan, tekanan waktu, dan minimnya dukungan lingkungan. Hasil diskusi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta belum memiliki strategi konkret untuk menghadapi hambatan tersebut, sehingga sesi berikutnya diarahkan untuk memberikan solusi praktis.

Pelaksana PKM kemudian memberikan strategi adaptif yang dapat digunakan untuk mengelola konflik peran. Strategi tersebut meliputi teknik manajemen stres, pembagian waktu yang realistis, cara berkomunikasi dengan atasan di tempat kerja, serta pemilihan model perkuliahan yang fleksibel. Penjelasan ini membantu peserta memahami bahwa keberhasilan kuliah sambil bekerja tidak semata-mata bergantung pada kemampuan individu, melainkan juga pada strategi pendukung yang tepat.

Sesi tanya jawab berlangsung dinamis karena banyak peserta mengajukan pertanyaan terkait pengalaman mahasiswa Universitas Pamulang yang telah menjalani kuliah sambil bekerja. Jawaban yang diberikan bersifat praktis dan berdasarkan pengalaman nyata pelaksana PKM, sehingga menambah nilai pembelajaran bagi siswa. Banyak peserta menyatakan bahwa informasi tersebut memberikan gambaran realistis mengenai tantangan dan peluang di masa depan.

Pada bagian akhir kegiatan, pelaksana PKM memberikan simulasi pengambilan keputusan mengenai pilihan studi dan pekerjaan. Peserta diajak menganalisis minat, kemampuan, kebutuhan finansial, serta rencana jangka panjang. Kegiatan ini bertujuan membantu siswa membuat keputusan yang lebih terarah sehingga langkah yang diambil setelah lulus dapat mencerminkan kesiapan diri yang matang.

Selain itu, kegiatan PKM ini juga memberikan dampak positif dari segi motivasi peserta. Sejumlah siswa yang awalnya meragukan kemampuan untuk melanjutkan pendidikan tinggi menunjukkan peningkatan keyakinan setelah memahami strategi bertahan di dunia akademik dan kerja. Peningkatan motivasi ini terlihat dari partisipasi aktif dalam diskusi dan respon positif terhadap materi yang disampaikan oleh pelaksana PKM.

e-ISSN 2797-8338
DOI 10.37481

Secara keseluruhan, pelaksanaan kegiatan PKM ini berjalan efektif dan memberikan pemahaman komprehensif kepada siswa mengenai strategi untuk bertahan dan berkembang dalam dunia akademik maupun dunia kerja. Kombinasi antara teori, praktik, diskusi, dan berbagi pengalaman terbukti memperkaya pengetahuan peserta serta memperkuat kesiapan mental memasuki masa transisi penting tersebut. PKM ini sekaligus mempertegas peran perguruan tinggi dalam mendukung kesiapan generasi muda melalui edukasi yang relevan, aplikatif, dan berkelanjutan.

## KESIMPULAN

Kegiatan PKM ini menunjukkan bahwa kegiatan edukatif yang dirancang secara sistematis mampu meningkatkan kesiapan siswa sekolah menengah dalam menghadapi transisi menuju dunia akademik dan kerja. Melalui pendekatan partisipatif dan penerapan metode pembelajaran aktif, siswa memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai tuntutan ganda yang akan dihadapi ketika melanjutkan pendidikan sambil bekerja. Hal ini menegaskan bahwa penguatan kapasitas sejak dini merupakan faktor penting dalam meminimalkan risiko konflik peran dan ketidakseimbangan yang berpotensi menghambat perkembangan akademik maupun profesional.

Selain memberikan pengetahuan konseptual, kegiatan ini berhasil membangun kesadaran kritis siswa terhadap pentingnya strategi adaptif sebagai modal keberhasilan dalam mengikuti pendidikan tinggi sambil memasuki dunia kerja. Peserta menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengenali kebutuhan diri, merumuskan prioritas, serta mengidentifikasi langkah konkret yang dapat diterapkan ketika menghadapi tekanan dan dinamika kehidupan mahasiswa pekerja. Dengan demikian, PKM ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana transfer pengetahuan, tetapi juga sebagai media penguatan karakter dan kompetensi personal yang relevan dengan kebutuhan masa depan.

Secara lebih luas, pelaksanaan PKM ini memperlihatkan bahwa perguruan tinggi memiliki peran signifikan dalam mendukung pembangunan kesiapan generasi muda melalui program pemberdayaan yang terstruktur. Keterlibatan dosen dan mahasiswa dalam kegiatan ini mencerminkan fungsi institusi pendidikan tinggi sebagai agen perubahan sosial yang mampu memperluas dampak akademik hingga ke masyarakat. Oleh karena itu, kegiatan serupa layak dikembangkan secara berkelanjutan untuk

e-ISSN 2797-8338
DOI 10.37481

memastikan semakin banyak siswa yang memiliki kesiapan mental, akademik, dan profesional untuk memasuki dunia kuliah sambil bekerja secara efektif dan berdaya saing.

## DAFTAR PUSTAKA

Ahsan, S. (2025). Examining Employability Skills Development in Universities. *QJSS Journal, 9*(1), 21–34.

Akmaludin, S., Prahesti, E. A. D., Putri, D. S., & Sijabat, R. (2023). Pengalaman Mahasiswa Bekerja dalam Menyeimbangkan Kehidupan Pribadi, Kuliah dan Pekerjaan. *Journal of Multidisciplinary Inquiry in Science, Technology and Educational Research, 5*(2), 112–124.

Alisha, A., Istianaha, & Yunusa, S. (2025). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa yang Bekerja. *Jurnal Sains Ekonomi dan Edukasi, 7*(1), 45–59.

Aprilinda, J. (2020). *Work-Life Balance in Higher Education: Literature Review*. Universitas Widyatama Repository. *(Tidak diterbitkan dalam jurnal, sehingga tidak memiliki volume/nomor/halaman.)*

BCG. (2023). *Lessons for Universities: Prepare Students for Success.* Boston Consulting Group. *(Laporan, tidak memiliki volume/nomor/halaman.)*

Fifani, S. (2025). What universities can do to enhance graduate employability. *Journal of Development in Education, 4*(2), 77–91.

Halili, S. H., Fathima, N., & Razak, R. (2022). Employability Skills 4.0 for Work-Based Learning Readiness. *Journal of Technical Education and Training, 14*(3), 45–58.

Málovics, G., et al. (2025). University–community engagement and sustainability. *Higher Education and Community Engagement Journal, 3*(1), 1–15.

Najwa, N. (2023). The Relationship between Resilience and Work-Study Conflict. *International Journal of Islamic Psychology, 6*(2), 90–104.

Oliveira, Í. M., & Marques, C. (2024). Career Adaptability and Academic Engagement in College Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 21*(5), 455–470.

Owen, M. S., & Kavanagh, P. S. (2018). Integrated Model of Work–Study Conflict and Facilitation. *ResearchGate* (artikel pra-cetak, tidak memiliki volume/nomor/halaman).

Samaratunga, M., et al. (2025). Work–Study Conflict Stressors and Impacts. *MDPI Journal of Education and Psychology, 12*(1), 134–150.

Shiraz, H. T. (2025). *Study Balance and Academic Performance Among International Students.* University of Vaasa Thesis. *(Tesis, tidak memiliki volume/nomor/halaman.)*

Thamrin, et al. (2019). Work-Study Conflict and Academic Stress. *Journal of Communication in Scientific Inquiry, 2*(1), 66–78.

Tight, M. (2023). Employability as a Core Role of Higher Education. *Higher Education Quarterly, 77*(4), 820–835.