

Pengaruh Psychological Safety dan Work-Life Integration terhadap Adaptive Performance Mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Pamulang

Fitriatul Fadilah^{1*}

¹ Universitas Pamulang Tangerang Selatan
Email: fitriatulfadilla2004@gmail.com

Erawati²

² Universitas Pamulang Tangerang Selatan
Email: eraerot0303@gmail.com

Sari nangayanti zai³

⁴ Universitas Pamulang Tangerang Selatan
Email: sarinangayantizai@gmail.com

Ria Aulia⁴

⁵ Universitas Pamulang Tangerang Selatan
Email: dosen01634@unpam.ac.id

Correspondent: fitriatulfadilla2004@gmail.com

Abstrak

Peningkatan kemampuan adaptasi mahasiswa menjadi salah satu faktor penting dalam menghadapi perubahan lingkungan akademik yang semakin dinamis. Adaptive performance merupakan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri secara efektif terhadap perubahan situasi, tuntutan tugas, serta lingkungan yang dihadapi. Kemampuan tersebut diduga dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya psychological safety dan work-life integration. Psychological safety memungkinkan mahasiswa merasa aman untuk menyampaikan pendapat, bertanya, serta berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran tanpa takut memperoleh konsekuensi negatif. Sementara itu, work-life integration berkaitan dengan kemampuan mahasiswa dalam mengelola dan mengintegrasikan berbagai peran kehidupan, baik akademik maupun nonakademik, secara harmonis. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh psychological safety dan work-life integration terhadap adaptive performance mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Pamulang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan pendekatan asosiatif. Populasi penelitian adalah mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Pamulang. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan kriteria mahasiswa aktif yang sedang menjalani perkuliahan. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner menggunakan skala Likert. Data yang diperoleh akan dianalisis menggunakan uji instrumen, uji asumsi klasik, analisis regresi linear berganda, uji t, uji F, serta koefisien determinasi dengan bantuan perangkat lunak SPSS. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai pengaruh psychological safety dan work-life integration terhadap adaptive performance mahasiswa. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi institusi pendidikan dalam menciptakan lingkungan akademik yang mendukung pengembangan kemampuan adaptasi mahasiswa serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang membahas faktor-faktor yang memengaruhi adaptive performance.

Kata Kunci: Psychological Safety, Work-Life Integration, Adaptive Performance, Mahasiswa, Universitas Pamulang.

Abstract

Improving students' adaptability has become an important factor in responding to the increasingly dynamic academic environment. Adaptive performance refers to an individual's ability to effectively adjust to changes in situations, task demands, and surrounding conditions. This ability is assumed to be influenced by several factors, including psychological safety and work-life integration. Psychological safety enables students to feel secure in expressing opinions, asking questions, and actively participating in the learning process without fear of negative consequences. Meanwhile, work-life integration refers to students' ability to manage and integrate various life

roles, both academic and non-academic, in a harmonious manner. This study aims to analyze the influence of psychological safety and work-life integration on the adaptive performance of Management Study Program students at Pamulang University. The research employs a quantitative method with an associative approach. The population of this study consists of Management Study Program students at Pamulang University. The sampling technique used is purposive sampling, with the criteria of active students currently enrolled in academic activities. Data will be collected through questionnaires using a Likert scale. The collected data will be analyzed using instrument testing, classical assumption testing, multiple linear regression analysis, t-test, F-test, and coefficient of determination with the assistance of SPSS software. The findings of this study are expected to provide an overview of the influence of psychological safety and work-life integration on students' adaptive performance. Furthermore, the study is expected to contribute valuable insights for educational institutions in creating an academic environment that supports the development of students' adaptability and to serve as a reference for future research on factors affecting adaptive performance.

Keywords: Psychological Safety, Work-Life Integration, Adaptive Performance, Students, Pamulang University.

PENDAHULUAN

Perkembangan pendidikan tinggi yang semakin dinamis menuntut mahasiswa memiliki kemampuan beradaptasi terhadap berbagai perubahan, baik dalam kurikulum, teknologi pembelajaran, maupun tuntutan akademik. Kemampuan tersebut dikenal sebagai *adaptive performance*, yaitu kemampuan individu dalam menyesuaikan diri, menyelesaikan permasalahan baru, dan tetap menunjukkan kinerja optimal di lingkungan yang terus berubah. Kemampuan adaptasi menjadi faktor penting bagi keberhasilan mahasiswa selama menempuh pendidikan serta persiapan menghadapi dunia kerja yang dinamis (Jackson & Dean, 2022; Mahfud et al., 2024).

Universitas Pamulang (UNPAM) sebagai salah satu perguruan tinggi swasta dengan jumlah mahasiswa besar memiliki lingkungan akademik yang dinamis. Mahasiswa Program Studi Manajemen dituntut mampu beradaptasi dengan perkembangan teknologi pembelajaran digital, perubahan sistem akademik, metode pembelajaran inovatif, serta tuntutan kompetensi yang relevan dengan kebutuhan dunia kerja. Oleh karena itu, *adaptive performance* menjadi aspek penting dalam menunjang keberhasilan akademik mahasiswa.

Salah satu faktor yang diduga memengaruhi *adaptive performance* adalah *psychological safety*. Menurut Edmondson (1999), *psychological safety* merupakan keyakinan individu bahwa lingkungan tempatnya berada aman untuk mengambil risiko interpersonal, seperti menyampaikan pendapat, bertanya, mengemukakan ide, maupun mengakui kesalahan tanpa takut terhadap konsekuensi negatif. Dalam konteks pendidikan tinggi, kondisi ini memungkinkan mahasiswa lebih aktif berpartisipasi dalam pembelajaran dan mengembangkan kemampuan berpikir kritis. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *psychological safety* berpengaruh positif terhadap performa akademik, keterlibatan belajar, serta kolaborasi mahasiswa (Soares & Lopes, 2020; Tatiana et al., 2022; Hanshaw & Hanshaw, 2023; Clausen et al., 2025).

Selain itu, *work-life integration* juga diduga berpengaruh terhadap kemampuan adaptasi mahasiswa. *Work-life integration* mengacu pada kemampuan individu mengelola dan mengintegrasikan berbagai peran dalam kehidupan, termasuk akademik, pekerjaan, organisasi, maupun tanggung jawab pribadi. Kemampuan ini penting agar mahasiswa tetap mampu menjaga keseimbangan psikologis dan menyesuaikan diri terhadap tuntutan akademik. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *work-life balance* maupun *work-life integration* memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis, kesehatan mental, serta performa akademik mahasiswa (Tina et al., 2025; Samaratunga & Kamardeen, 2025; Córdor et al., 2025; Wiyanto, 2021).

Meskipun demikian, penelitian yang mengkaji pengaruh *psychological safety* dan *work-life integration* secara simultan terhadap *adaptive performance* mahasiswa masih terbatas, khususnya pada

konteks pendidikan tinggi di Indonesia. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih berfokus pada pengaruh masing-masing variabel terhadap performa akademik atau kesejahteraan mahasiswa. Oleh karena itu, masih terdapat kesenjangan penelitian mengenai bagaimana kedua variabel tersebut secara bersama-sama memengaruhi *adaptive performance* mahasiswa, khususnya pada mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Pamulang.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *psychological safety* dan *work-life integration* terhadap *adaptive performance* pada mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Pamulang. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan ilmu manajemen sumber daya manusia dan perilaku organisasi, serta menjadi masukan praktis bagi perguruan tinggi dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kemampuan adaptasi mahasiswa.

Psychological safety merupakan kondisi ketika individu merasa aman untuk menyampaikan pendapat, bertanya, mengemukakan ide, maupun melakukan kesalahan tanpa takut memperoleh konsekuensi negatif atau penilaian buruk dari lingkungan sekitarnya. Menurut Edmondson (1999), *psychological safety* adalah keyakinan bahwa lingkungan kelompok aman untuk mengambil risiko interpersonal. Dalam konteks pendidikan tinggi, kondisi ini memungkinkan mahasiswa lebih aktif berpartisipasi dalam proses pembelajaran. Soares dan Lopes (2020) menjelaskan bahwa lingkungan belajar yang aman secara psikologis mendorong mahasiswa untuk lebih nyaman berinteraksi dan meningkatkan keterlibatan akademik. Hal ini diperkuat oleh Tatiana et al. (2022) yang menyatakan bahwa *psychological safety* berkaitan dengan partisipasi, kepercayaan diri, dan kemampuan mahasiswa menghadapi tantangan akademik.

Dimensi *psychological safety* mencakup kebebasan menyampaikan pendapat, keberanian bertanya dan mencari bantuan, penerimaan terhadap kesalahan sebagai bagian dari proses belajar, dukungan sosial dalam lingkungan akademik, serta kenyamanan berpartisipasi dalam pembelajaran (Edmondson, 1999; Soares & Lopes, 2020; Hanshaw & Hanshaw, 2023). Tingginya *psychological safety* dipengaruhi oleh perilaku dosen yang suportif, kualitas interaksi sosial, hubungan antarmahasiswa yang didasarkan pada kepercayaan, serta lingkungan akademik yang positif (Tatiana et al., 2022; Clausen et al., 2025; Belevtsova & Boykina, 2025).

Dalam penelitian ini, indikator *psychological safety* meliputi kenyamanan menyampaikan pendapat, tidak takut melakukan kesalahan, kebebasan mengungkapkan ide dan pertanyaan, dukungan lingkungan akademik, serta keamanan berpartisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran (Edmondson, 1999). Pada konteks pendidikan tinggi, *psychological safety* berperan penting dalam meningkatkan keterlibatan belajar, kolaborasi, kemampuan berpikir kritis, serta kesiapan mahasiswa menghadapi perubahan lingkungan akademik (Soares & Lopes, 2020; Hanshaw & Hanshaw, 2023).

Work-life integration merupakan kemampuan individu dalam mengelola dan mengintegrasikan berbagai peran kehidupan, seperti akademik, pekerjaan, keluarga, organisasi, dan aktivitas sosial agar dapat berjalan secara harmonis. Dalam konteks mahasiswa, konsep ini berkaitan dengan kemampuan menyesuaikan tuntutan akademik dengan kehidupan pribadi sehingga seluruh tanggung jawab dapat dijalankan secara efektif (Wiyanto, 2021). Tina, Saputra, dan Kusumawati (2025) menjelaskan bahwa kemampuan mengelola berbagai peran secara seimbang dapat meningkatkan kondisi psikologis dan kinerja akademik mahasiswa. Selain itu, Samaratunga dan Kamardeen (2025) menemukan bahwa kemampuan mengelola konflik antara studi dan aktivitas lain berpengaruh terhadap kesejahteraan serta performa akademik mahasiswa.

Berbeda dengan *work-life balance* yang menekankan pemisahan antara kehidupan pribadi dan aktivitas utama, *work-life integration* lebih menekankan fleksibilitas dan keterpaduan antarperan dalam kehidupan sehari-hari. Konsep ini dinilai lebih relevan bagi mahasiswa karena mereka sering menjalankan berbagai peran secara bersamaan (Wiyanto, 2021; Tina et al., 2025).

Dimensi *work-life integration* meliputi manajemen waktu, fleksibilitas peran, keseimbangan energi fisik dan psikologis, serta dukungan lingkungan sosial. Adapun faktor yang memengaruhinya antara lain beban akademik, dukungan keluarga dan lingkungan sosial, kemampuan manajemen diri, serta pemanfaatan teknologi yang mendukung fleksibilitas belajar (Kossek, 2018). *Work-life integration* yang baik berdampak positif terhadap motivasi belajar, kesejahteraan psikologis, penurunan stres, dan peningkatan performa mahasiswa (Friedman, 2019).

Adaptive performance merupakan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri secara efektif terhadap perubahan situasi, tuntutan, maupun lingkungan yang dinamis (Pulakos et al., 2000). Dalam konteks akademik, kemampuan ini mencerminkan sejauh mana mahasiswa mampu menghadapi perubahan metode pembelajaran, perkembangan teknologi, maupun tuntutan perkuliahan dengan tetap mempertahankan kualitas belajar.

Dimensi *adaptive performance* mencakup kemampuan menghadapi tekanan akademik, belajar teknologi atau metode baru, fleksibilitas berpikir dan berinteraksi, menghadapi ketidakpastian, serta mengelola perubahan secara proaktif (Pulakos et al., 2000). Parker dan Griffin (2017) menjelaskan bahwa *adaptive performance* dipengaruhi oleh faktor individu seperti motivasi, efikasi diri, dan kecerdasan emosional, serta faktor lingkungan seperti dukungan sosial, iklim kelompok, dan *psychological safety*.

Indikator *adaptive performance* dalam penelitian ini meliputi kemampuan beradaptasi terhadap perubahan metode pembelajaran, respons terhadap perubahan sistem akademik, kemampuan mengelola tekanan akademik, proaktif menghadapi tantangan, serta kemampuan belajar dari pengalaman. Mahasiswa yang memiliki *adaptive performance* tinggi cenderung lebih mampu menyesuaikan diri terhadap dinamika akademik dan menghadapi perubahan secara efektif (Pulakos et al., 2000).

Psychological safety, *work-life integration*, dan *adaptive performance* memiliki hubungan yang erat dalam konteks pendidikan tinggi. *Psychological safety* menciptakan lingkungan yang mendukung mahasiswa untuk aktif, berani mencoba hal baru, serta tidak takut menghadapi kesalahan. Di sisi lain, *work-life integration* membantu mahasiswa menjaga keseimbangan antara tuntutan akademik dan kehidupan pribadi sehingga kondisi psikologis tetap stabil. Dengan adanya rasa aman secara psikologis serta kemampuan mengelola berbagai peran kehidupan, mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan adaptasi (*adaptive performance*) yang lebih baik dalam menghadapi perubahan dan tantangan akademik (Soares & Lopes, 2020; Tina et al., 2025; Parker & Griffin, 2017).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif dan verifikatif. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk menguji pengaruh *psychological safety* dan *work-life integration* terhadap *adaptive performance* berdasarkan data numerik. Menurut Sugiyono (2019), penelitian kuantitatif digunakan untuk menguji hipotesis melalui analisis statistik pada populasi atau sampel tertentu. Metode deskriptif digunakan untuk menggambarkan kondisi masing-masing variabel penelitian, sedangkan metode verifikatif digunakan untuk menguji hubungan dan pengaruh antarvariabel. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner dengan skala Likert, kemudian dianalisis menggunakan regresi linear berganda dengan bantuan SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*).

Objek penelitian ini meliputi *psychological safety*, *work-life integration*, dan *adaptive performance* pada mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Pamulang. Penelitian dilaksanakan di Universitas Pamulang yang berlokasi di Pamulang, Tangerang Selatan, Banten. Pemilihan lokasi didasarkan pada pertimbangan bahwa UNPAM memiliki jumlah mahasiswa yang besar dan lingkungan akademik yang dinamis, sehingga relevan dengan variabel yang diteliti.

Penelitian direncanakan berlangsung selama empat bulan, yaitu April–Juli 2026. Kegiatan

penelitian mencakup penyusunan proposal, pengembangan dan uji coba instrumen, penyebaran kuesioner, pengolahan data menggunakan SPSS, hingga penyusunan laporan penelitian. Penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh langsung dari mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Pamulang melalui penyebaran kuesioner mengenai *psychological safety*, *work-life integration*, dan *adaptive performance*. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari jurnal ilmiah, buku, penelitian terdahulu, dan sumber akademik lain yang relevan untuk mendukung landasan teori serta analisis penelitian.

Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa aktif Program Studi Manajemen Universitas Pamulang. Menurut Sugiyono (2019), populasi merupakan keseluruhan subjek yang memiliki karakteristik tertentu untuk dipelajari. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu sesuai tujuan penelitian. Kriteria responden meliputi mahasiswa aktif Program Studi Manajemen, telah menempuh minimal semester 4, bersedia menjadi responden, dan memiliki pengalaman menghadapi perubahan sistem atau metode akademik. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% atau minimal 30 responden per variabel dalam analisis regresi berganda, sehingga jumlah minimal responden adalah 90 orang.

Operasional variabel dalam penelitian ini dirancang untuk memberikan batasan yang jelas mengenai definisi, dimensi, dan indikator dari masing-masing variabel yang diteliti. Berikut adalah tabel operasional variabel penelitian:

Tabel 1
Operational Variabel

Variabel	Definisi Operasional	Dimensi	Indikator	Skala
Psychological Safety (X1)	Kondisi di mana mahasiswa merasa aman untuk menyampaikan pendapat, ide, dan gagasan tanpa takut konsekuensi negatif dalam lingkungan akademik	1. Kepercayaan diri 2. Keterbukaan 3. Keamanan interpersonal 4. Partisipasi aktif	1. Berani menyampaikan ide 2. Merasa aman berpartisipasi 3. Tidak takut dikritik 4. Percaya diri berpendapat 5. Nyaman dalam diskusi	Likert 1-5
Work-Life Integration (X2)	Kemampuan mahasiswa dalam mengelola keterpaduan antara tuntutan akademik dan kehidupan pribadi secara seimbang dan harmonis	1. Manajemen waktu 2. Fleksibilitas peran 3. Keseimbangan energi 4. Dukungan lingkungan	1. Mampu mengatur jadwal kuliah dan pribadi 2. Tidak mengalami konflik peran 3. Dapat menyelesaikan tugas tepat waktu 4. Menjaga produktivitas akademik	Likert 1-5

			5. Mendapatkan dukungan keluarga/sosial	
Adaptive Performance (Y)	Kemampuan mahasiswa untuk menyesuaikan diri secara efektif terhadap perubahan situasi, tuntutan akademik, dan lingkungan belajar yang dinamis	1. Fleksibilitas kognitif 2. Kesiapan menghadapi perubahan 3. Kemampuan belajar 4. Manajemen stres	1. Mudah beradaptasi dengan metode baru 2. Responsif terhadap perubahan kurikulum 3. Mampu mengelola tekanan akademik 4. Proaktif dalam menghadapi tantangan 5. Belajar dari pengalaman	Likert 1-5

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner sebagai instrumen utama penelitian yang disebarkan secara daring melalui Google Forms. Menurut Sugiyono (2019), kuesioner efektif digunakan dalam penelitian kuantitatif karena mampu mengumpulkan data dari banyak responden dalam waktu relatif singkat. Penelitian ini menggunakan skala Likert lima poin, yaitu Sangat Tidak Setuju (1), Tidak Setuju (2), Netral (3), Setuju (4), dan Sangat Setuju (5).

Instrumen penelitian berupa kuesioner yang disusun berdasarkan indikator masing-masing variabel. Variabel *psychological safety* diukur melalui kenyamanan menyampaikan pendapat, kebebasan bertanya, rasa aman berpartisipasi, dan dukungan lingkungan akademik (Edmondson, 1999). Variabel *work-life integration* diukur melalui kemampuan mengelola keseimbangan akademik dan kehidupan pribadi, pengelolaan konflik peran, serta dukungan lingkungan (Kossek & Lautsch, 2018; Friedman, 2019). Sementara itu, *adaptive performance* diukur melalui kemampuan beradaptasi terhadap perubahan metode pembelajaran, pengelolaan tekanan akademik, respons terhadap perubahan sistem, dan kemampuan belajar dari pengalaman (Pulakos et al., 2000; Parker & Griffin, 2017).

Sebelum digunakan, instrumen penelitian diuji melalui *pilot test* kepada 30 responden di luar sampel penelitian. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan SPSS, di mana item dinyatakan valid apabila nilai *r hitung* lebih besar dari *r tabel* pada taraf signifikansi 5% (Sugiyono, 2019). Uji reliabilitas dilakukan menggunakan metode *Cronbach's Alpha*, dengan instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai $\alpha \geq 0,60$ (Ghozali, 2021).

Analisis data dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu analisis deskriptif, uji asumsi klasik, analisis regresi linear berganda, dan uji hipotesis. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi data. Uji asumsi klasik meliputi uji normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas untuk memastikan model regresi memenuhi syarat analisis. Selanjutnya, regresi linear berganda digunakan untuk mengetahui pengaruh *psychological safety* dan *work-life integration* terhadap *adaptive performance* dengan model:

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \varepsilon$$

Keterangan:

- Y = Adaptive Performance
- X1 = Psychological Safety
- X2 = Work-Life Integration
- α = Konstanta
- β_1, β_2 = Koefisien regresi
- ε = Error term

Pengujian hipotesis dilakukan melalui uji *t* untuk mengetahui pengaruh parsial, uji *F* untuk mengetahui pengaruh simultan, serta koefisien determinasi (R^2) untuk mengukur kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variabel dependen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Objek penelitian ini adalah mahasiswa aktif Program Studi Manajemen Universitas Pamulang yang telah menempuh perkuliahan minimal semester 4. Penelitian bertujuan untuk menganalisis pengaruh *psychological safety* dan *work-life integration* terhadap *adaptive performance* mahasiswa dalam menghadapi dinamika akademik.

Universitas Pamulang dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki jumlah mahasiswa yang besar dengan karakteristik yang beragam, baik dari segi usia, latar belakang pekerjaan, maupun kondisi sosial ekonomi. Keberagaman tersebut menciptakan dinamika akademik yang kompleks sehingga mahasiswa dituntut memiliki kemampuan adaptasi yang baik terhadap perubahan sistem pembelajaran, tuntutan akademik, serta perkembangan teknologi pendidikan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei melalui penyebaran kuesioner kepada 20 mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Pamulang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* sesuai kriteria penelitian. Variabel yang diteliti meliputi *psychological safety* (X1), *work-life integration* (X2), dan *adaptive performance* (Y).

Data penelitian diperoleh menggunakan kuesioner dengan skala Likert 1–5, mulai dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan bantuan program *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) melalui uji validitas, reliabilitas, uji asumsi klasik, analisis regresi linear berganda, dan pengujian hipotesis. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana *psychological safety* dan *work-life integration* memengaruhi *adaptive performance* mahasiswa dalam menghadapi perubahan dan tantangan akademik.

1. Uji Validitas

N	Taraf Signif		N	Taraf Signif		N	Taraf Signif	
	5%	10%		5%	10%		5%	10%
3	0,997	0,999	27	0,381	0,487	55	0,266	0,345
4	0,950	0,990	28	0,374	0,478	60	0,254	0,330
5	0,878	0,959	29	0,367	0,470	65	0,244	0,317
6	0,811	0,917	30	0,361	0,463	70	0,235	0,306
7	0,754	0,874	31	0,355	0,456	75	0,227	0,296
8	0,707	0,834	32	0,349	0,449	80	0,220	0,286
9	0,666	0,798	33	0,344	0,442	85	0,213	0,278
10	0,632	0,765	34	0,339	0,436	90	0,207	0,270
11	0,602	0,735	35	0,334	0,430	95	0,202	0,263
12	0,576	0,708	36	0,329	0,424	100	0,195	0,256
13	0,553	0,684	37	0,325	0,418	125	0,176	0,230
14	0,532	0,661	38	0,320	0,413	150	0,159	0,210
15	0,514	0,641	39	0,316	0,408	175	0,148	0,194
16	0,497	0,623	40	0,312	0,403	200	0,138	0,181
17	0,482	0,606	41	0,308	0,398	300	0,113	0,148
18	0,468	0,590	42	0,304	0,393	400	0,098	0,128
19	0,456	0,575	43	0,301	0,389	500	0,088	0,115
20	0,444	0,561	44	0,297	0,384	600	0,080	0,105
21	0,433	0,549	45	0,294	0,380	700	0,074	0,097
22	0,423	0,537	46	0,291	0,376	800	0,070	0,091
23	0,413	0,526	47	0,288	0,372	900	0,065	0,086
24	0,404	0,515	48	0,284	0,368	1000	0,062	0,081
25	0,396	0,505	49	0,281	0,364			
26	0,388	0,496	50	0,279	0,361			

Gambar 1
Nilai R Product Moment

Nilai R Product Moment n=20 yaitu 0,444

Tabel 2
Uji Validitas
Correlations

	X1.1	X1.2	X1.3	X1.4	X1.5	TOTALX1
X1.1 Pearson Correlation	1	,856**	,771**	,733**	,566**	,884**
Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	,009	,000
N	20	20	20	20	20	20

X1.2	Pearson Correlation	,856*	1	,772**	,827**	,587**	,912**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,007	,000
	N	20	20	20	20	20	20
X1.3	Pearson Correlation	,771*	,772**	1	,750**	,674**	,902**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,000	,001	,000
	N	20	20	20	20	20	20
X1.4	Pearson Correlation	,733*	,827**	,750**	1	,684**	,906**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000		,001	,000
	N	20	20	20	20	20	20
X1.5	Pearson Correlation	,566*	,587**	,674**	,684**	1	,803**
	Sig. (2-tailed)	,009	,007	,001	,001		,000
	N	20	20	20	20	20	20
TOT ALX1	Pearson Correlation	,884*	,912**	,902**	,906**	,803**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	20	20	20	20	20	20

**, Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel 3
Reabilitas
Reliability Statistics

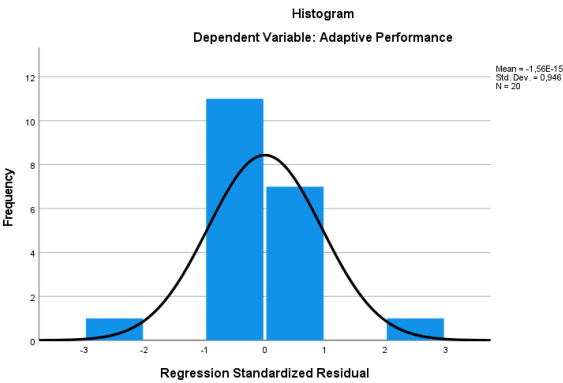
Cronbach's Alpha	N of Items
,927	5

Tabel 4
Analisis Deskriptif
Descriptive Statistics

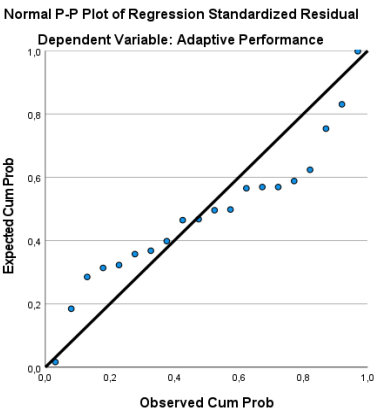
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
TOTALX1	20	5	25	19,15	4,428

TOALX2	20	5	25	18,90	4,400
TOTALY	20	5	25	19,00	4,449
Valid N (listwise)	20				

Gambar 2
Uji Normalitas



Gambar 3
Normal Regression Standardized Residual



- Tabel. 5
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardize d Residual
N		20
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	1,72744660
Most Extreme Differences	Absolute	,219
	Positive	,219
	Negative	-,174
Test Statistic		,219
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		,013
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^d	Sig.	,014
	99% Confidence Interval Lower Bound	,011
	Upper Bound	,017

a) Test distribution is Normal.
b) Calculated from data.

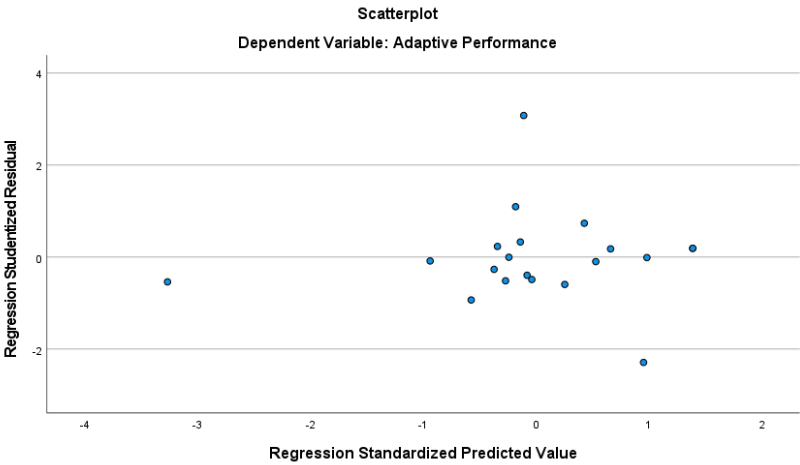
- c) Lilliefors Significance Correction.
- d) Lilliefors’ method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

Tabel 6
Uji Multikolinearitas
Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta	t		Tolerance	VIF
1	(Constant)	,848	1,900		,447	,661		
	Psychology Safety	,538	,212	,535	2,534	,021	,199	5,026
	Work Life Intergration	,416	,213	,411	1,947	,068	,199	5,026

a. Dependent Variable: Adaptive Performance

Tabel 7
Uji Heteroskedastisitas



Tabel 8
Analisis Regresi Linear Berganda
Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta		Tolerance	VIF
1	(Constant)	,848	1,900		,447	,661	
	Psychology Safety	,538	,212	,535	2,534	,021	,199
	Work Life Intergration	,416	,213	,411	1,947	,068	,199

a. Dependent Variable: Adaptive Performance

Tabel 9
Uji t (Parsial) - XI terhadap Y
Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta		Tolerance	VIF
1	(Constant)	1,626	1,996		,815	,426	
	Psychology Safety	,907	,102	,903	8,922	,000	1,000

a. Dependent Variable: Adaptive Performance

Tabel 10
Uji t (Parsial) -- X2 terhadap Y
Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta		Tolerance	VIF
1	(Constant)	1,991	2,105		,946	,357	
	Work Life Intergration	,900	,109	,890	8,285	,000	1,000

a. Dependent Variable: Adaptive Performance

Tabel 11
Uji F (Simultan)

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	319,303	2	159,651	47,869	,000 ^b
	Residual	56,697	17	3,335		
	Total	376,000	19			

a. Dependent Variable: Adaptive Performance

b. Predictors: (Constant), Psychology Safety, Work Life Intergration

Tabel 12
Koefisien Determinasi (R²)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,922 ^a	,849	,831	1,826

a. Predictors: (Constant), TOALX2, TOTALX1

1. Pembahasan Uji Validitas dan Reliabilitas

a. Uji Validitas

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan pada variabel Psychological Safety (X1) dinyatakan valid. Hal ini dibuktikan dengan nilai Pearson Correlation masing-masing item (PS1 hingga PS5) terhadap skor total variabel (TOTALX1) yang seluruhnya berada di atas nilai r tabel sebesar 0,444 (untuk $n = 20$, signifikansi 5%). Secara rinci, nilai korelasi item-total yang diperoleh adalah sebagai berikut: X1.1 sebesar 0,884; X1.2 sebesar 0,912; X1.3 sebesar 0,902; X1.4 sebesar 0,906; dan X1.5 sebesar 0,803. Semua nilai tersebut jauh melampaui batas minimum r tabel 0,444, sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen Psychological Safety memiliki tingkat validitas yang sangat baik dan layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

Selain itu, seluruh item pada variabel X1 memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 (untuk item X1.1 hingga X1.4) dan 0,009 serta 0,007 (untuk X1.5), yang semuanya berada di bawah taraf signifikansi 0,05. Hal ini semakin memperkuat kesimpulan bahwa seluruh item pengukuran Psychological Safety valid secara statistik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Edmondson (1999) yang menyatakan bahwa instrumen pengukuran psychological safety memiliki tingkat validitas yang memadai ketika diaplikasikan dalam konteks pengukuran rasa aman secara psikologis di lingkungan kelompok, termasuk lingkungan akademik.

b. Uji Reliabilitas

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen penelitian untuk variabel Psychological Safety (X1) memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,927 dengan jumlah item sebanyak 5 butir pernyataan. Nilai tersebut jauh melampaui batas minimum reliabilitas yang disyaratkan, yaitu $\geq 0,60$ (Ghozali, 2021), sehingga instrumen penelitian dinyatakan sangat reliabel. Tingginya nilai Cronbach's Alpha (mendekati 1,00) mengindikasikan bahwa seluruh item pernyataan memiliki konsistensi internal yang sangat tinggi dalam mengukur variabel Psychological Safety. Dengan demikian, instrumen ini dapat dipercaya untuk digunakan dalam pengumpulan data penelitian secara konsisten.

2. Pembahasan Analisis Deskriptif

Hasil analisis deskriptif terhadap 20 responden menunjukkan bahwa ketiga variabel penelitian memiliki distribusi skor yang relatif serupa. Variabel Psychological Safety (X1) memperoleh nilai mean

sebesar 19,15 dengan standar deviasi 4,428, serta nilai minimum 5 dan maksimum 25. Variabel Work-Life Integration (X2) memperoleh nilai mean sebesar 18,90 dengan standar deviasi 4,400, nilai minimum 5, dan maksimum 25. Sementara itu, variabel Adaptive Performance (Y) memiliki nilai mean sebesar 19,00 dengan standar deviasi 4,449, nilai minimum 5, dan maksimum 25.

Dari hasil tersebut dapat diidentifikasi beberapa hal penting. Pertama, nilai mean Psychological Safety (19,15) merupakan yang tertinggi di antara ketiga variabel, mengindikasikan bahwa secara rata-rata mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Pamulang memiliki persepsi rasa aman secara psikologis yang relatif baik dalam lingkungan akademik mereka. Kedua, nilai mean Work-Life Integration (18,90) sedikit lebih rendah, yang menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mengintegrasikan tuntutan akademik dan kehidupan pribadi masih dapat terus ditingkatkan. Ketiga, nilai mean Adaptive Performance (19,00) berada di antara kedua variabel independen, mencerminkan bahwa tingkat kemampuan adaptasi mahasiswa terhadap perubahan akademik sudah cukup baik namun masih memiliki ruang pengembangan.

Nilai standar deviasi ketiga variabel yang berkisar antara 4,400 hingga 4,449 mengindikasikan adanya variasi jawaban yang cukup beragam di antara responden. Hal ini wajar mengingat karakteristik mahasiswa Universitas Pamulang yang heterogen dari segi latar belakang sosial ekonomi dan pengalaman akademik. Secara keseluruhan, hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa memiliki skor di atas titik tengah skala Likert (15 dari maksimal 25), yang mengindikasikan kecenderungan positif pada ketiga variabel yang diteliti.

3. Pembahasan Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan uji One-Sample Kolmogorov-Smirnov. Hasil pengujian menunjukkan nilai Test Statistic sebesar 0,219 dan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,013, serta nilai Monte Carlo Sig. (2-tailed) sebesar 0,014 dengan batas bawah 0,011 dan batas atas 0,017 pada interval kepercayaan 99%. Jika menggunakan pendekatan konvensional dengan taraf signifikansi 0,05, nilai Asymp. Sig. sebesar 0,013 berada di bawah 0,05, yang secara formal mengindikasikan bahwa data tidak berdistribusi normal secara sempurna.

Namun demikian, perlu diperhatikan bahwa ukuran sampel yang digunakan dalam penelitian ini relatif kecil, yaitu hanya 20 responden. Dengan ukuran sampel yang kecil, uji Kolmogorov-Smirnov cenderung lebih sensitif terhadap penyimpangan minor dari distribusi normal (Hair et al., 2019). Selain itu, metode Monte Carlo yang digunakan memberikan nilai signifikansi sebesar 0,014 yang tidak jauh berbeda, mengindikasikan bahwa hasil ini konsisten. Oleh karena itu, untuk memastikan normalitas data lebih lanjut, diperlukan konfirmasi melalui grafik Normal P-P Plot yang menampilkan sebaran titik-titik data di sekitar garis diagonal. Dalam praktik penelitian dengan sampel kecil, analisis regresi masih dapat dilanjutkan dengan mengacu pada pendekatan Monte Carlo sebagai validasi tambahan.

b. Uji Multikolinearitas

Hasil uji multikolinearitas menunjukkan bahwa nilai Variance Inflation Factor (VIF) untuk variabel Psychological Safety (X1) dan Work-Life Integration (X2) masing-masing sebesar 5,026, dengan nilai Tolerance sebesar 0,199. Nilai VIF sebesar 5,026 masih berada di bawah batas maksimum yang disyaratkan, yaitu $VIF < 10$ (Ghozali, 2021), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat masalah multikolinearitas yang serius antara variabel Psychological Safety dan Work-Life Integration dalam model regresi ini.

Meskipun demikian, nilai VIF yang mendekati 5 mengindikasikan adanya korelasi yang cukup kuat antara kedua variabel independen. Hal ini dapat dipahami secara teoritis, karena psychological safety yang tinggi dapat mendukung kemampuan mahasiswa dalam mengelola work-life integration dengan lebih baik, dan sebaliknya. Temuan ini konsisten dengan penjelasan Kossek dan Lautsch (2018)

yang menyatakan bahwa kondisi psikologis yang aman berkorelasi dengan kemampuan individu dalam mengelola berbagai peran secara bersamaan. Kendati terdapat korelasi antar variabel independen, model regresi masih layak digunakan karena nilai VIF tidak melampaui batas kritis 10.

c. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dalam penelitian ini dilakukan melalui analisis grafik Scatterplot antara nilai residual (SRESID) dengan nilai prediksi (ZPRED). Hasil pengamatan terhadap grafik Scatterplot menunjukkan bahwa titik-titik data menyebar secara acak di atas dan di bawah angka 0 pada sumbu Y tanpa membentuk pola tertentu. Kondisi ini mengindikasikan bahwa tidak terdapat masalah heteroskedastisitas dalam model regresi yang digunakan, sehingga asumsi homoskedastisitas terpenuhi dan model regresi layak untuk diinterpretasikan lebih lanjut.

4. Pembahasan Analisis Regresi Linear Berganda

Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda, diperoleh persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = 0,848 + 0,538X_1 + 0,416X_2$$

Persamaan regresi tersebut dapat diinterpretasikan sebagai berikut. Pertama, nilai konstanta (α) sebesar 0,848 menunjukkan bahwa apabila variabel Psychological Safety (X_1) dan Work-Life Integration (X_2) bernilai nol atau tidak ada, maka Adaptive Performance (Y) mahasiswa akan berada pada nilai sebesar 0,848. Nilai ini merepresentasikan kondisi baseline adaptive performance mahasiswa sebelum dipengaruhi oleh kedua variabel independen.

Kedua, koefisien regresi Psychological Safety (β_1) sebesar 0,538 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan skor Psychological Safety akan meningkatkan Adaptive Performance sebesar 0,538 satuan, dengan asumsi variabel Work-Life Integration (X_2) dijaga konstan. Koefisien ini bertanda positif, yang mengkonfirmasi bahwa Psychological Safety memiliki pengaruh positif terhadap Adaptive Performance mahasiswa. Besarnya koefisien ini mengindikasikan bahwa Psychological Safety merupakan prediktor yang lebih kuat dibandingkan Work-Life Integration dalam memengaruhi Adaptive Performance secara parsial dalam model simultan.

Ketiga, koefisien regresi Work-Life Integration (β_2) sebesar 0,416 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan skor Work-Life Integration akan meningkatkan Adaptive Performance sebesar 0,416 satuan, dengan asumsi variabel Psychological Safety (X_1) dijaga konstan. Koefisien ini juga bertanda positif, mengkonfirmasi bahwa Work-Life Integration berkontribusi positif terhadap peningkatan Adaptive Performance mahasiswa. Meskipun koefisiennya sedikit lebih kecil dibandingkan Psychological Safety, kontribusi Work-Life Integration tetap relevan dan signifikan secara substantif dalam mendukung kemampuan adaptasi mahasiswa.

Berdasarkan nilai standardized beta, Psychological Safety memiliki nilai beta sebesar 0,535 sedangkan Work-Life Integration sebesar 0,411. Hal ini menegaskan bahwa dalam model simultan, Psychological Safety memiliki kontribusi yang sedikit lebih besar terhadap Adaptive Performance dibandingkan Work-Life Integration. Temuan ini mendukung teori Edmondson (1999) bahwa lingkungan yang aman secara psikologis merupakan fondasi utama bagi individu untuk berani beradaptasi dan menghadapi perubahan.

5. Pembahasan Uji Hipotesis

a. Hasil Uji t – Pengaruh Psychological Safety (X_1) terhadap Adaptive Performance (Y)

Pengujian hipotesis pertama (H_1) dilakukan untuk mengetahui pengaruh Psychological Safety secara parsial terhadap Adaptive Performance. Hasil uji t menunjukkan nilai t hitung sebesar 8,922 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan nilai t hitung 8,922 yang jauh melampaui nilai t tabel (pada $df = 18$, $\alpha = 5\%$, nilai t tabel $\approx 2,101$) menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa Psychological Safety berpengaruh positif dan signifikan terhadap Adaptive Performance mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Pamulang.

Hasil ini selaras dengan temuan Edmondson (1999; 2018) yang menegaskan bahwa psychological safety mendorong individu untuk lebih berani mengambil risiko interpersonal, berani mencoba pendekatan baru, dan terbuka terhadap perubahan—yang merupakan komponen inti dari adaptive performance. Dalam konteks akademik, mahasiswa yang merasa aman secara psikologis dalam lingkungan belajar mereka akan lebih mudah beradaptasi dengan perubahan metode pembelajaran, kurikulum, dan sistem akademik. Mereka tidak merasa terbebani oleh ketakutan akan penilaian negatif ketika menghadapi situasi yang tidak familiar. Hal ini mendukung pernyataan Schein (2017) bahwa budaya dan iklim yang mendukung keterbukaan psikologis merupakan syarat mendasar bagi individu untuk dapat berkembang secara adaptif.

b. Hasil Uji t – Pengaruh Work-Life Integration (X2) terhadap Adaptive Performance (Y)

Pengujian hipotesis kedua (H2) dilakukan untuk mengetahui pengaruh Work-Life Integration secara parsial terhadap Adaptive Performance. Hasil uji t menunjukkan nilai t hitung sebesar 8,285 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan nilai t hitung 8,285 yang melampaui nilai t tabel menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_2 diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa Work-Life Integration berpengaruh positif dan signifikan terhadap Adaptive Performance mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Pamulang.

Temuan ini konsisten dengan penelitian Kossek dan Lautsch (2018) serta Friedman (2019) yang menyatakan bahwa work-life integration yang baik membantu individu menjaga keseimbangan energi dan kondisi psikologis, sehingga lebih siap menghadapi perubahan. Bagi mahasiswa Universitas Pamulang yang memiliki latar belakang beragam—termasuk sebagian yang bekerja sambil kuliah—kemampuan mengintegrasikan tuntutan akademik dan kehidupan pribadi menjadi faktor krusial dalam mempertahankan performa adaptif. Mahasiswa yang mampu mengelola keterpaduan peran akademik dan non-akademik dengan baik akan memiliki cadangan energi dan stabilitas psikologis yang memadai untuk menghadapi dinamika perubahan akademik secara lebih efektif.

c. Hasil Uji F – Pengaruh Simultan Psychological Safety dan Work-Life Integration terhadap Adaptive Performance

Pengujian hipotesis ketiga (H3) dilakukan untuk mengetahui pengaruh Psychological Safety dan Work-Life Integration secara simultan terhadap Adaptive Performance. Hasil uji F menunjukkan nilai F hitung sebesar 47,869 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai ini jauh melampaui nilai F tabel (pada $df_1 = 2$, $df_2 = 17$, $\alpha = 5\%$, nilai F tabel $\approx 3,59$) dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_3 diterima.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa Psychological Safety dan Work-Life Integration secara simultan berpengaruh positif dan signifikan terhadap Adaptive Performance mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Pamulang. Temuan ini mengkonfirmasi bahwa kedua variabel independen secara bersama-sama membentuk kondisi yang kondusif bagi peningkatan kemampuan adaptasi mahasiswa. Hasil ini mendukung kerangka pemikiran penelitian yang menyatakan bahwa lingkungan akademik yang aman secara psikologis, dikombinasikan dengan kemampuan mahasiswa dalam mengelola keterpaduan peran akademik dan non-akademik, secara bersama-sama berkontribusi signifikan terhadap adaptive performance. Temuan ini memperkuat posisi novelty penelitian ini yang mengintegrasikan kedua konstruk tersebut dalam satu model prediksi adaptive performance mahasiswa—sebuah pendekatan yang belum banyak dilakukan pada konteks perguruan tinggi di Indonesia.

d. Koefisien Determinasi (R^2)

Hasil analisis koefisien determinasi menunjukkan nilai R sebesar 0,922 dan nilai R Square (R^2) sebesar 0,849, sedangkan nilai Adjusted R Square sebesar 0,831 dengan Standard Error of the Estimate sebesar 1,826. Nilai R sebesar 0,922 mengindikasikan adanya hubungan yang sangat kuat antara variabel

Psychological Safety dan Work-Life Integration secara bersama-sama dengan Adaptive Performance mahasiswa.

Nilai R^2 sebesar 0,849 (atau 84,9%) mengartikan bahwa variasi Adaptive Performance mahasiswa dapat dijelaskan sebesar 84,9% oleh variabel Psychological Safety dan Work-Life Integration secara simultan, sedangkan sisanya sebesar 15,1% dijelaskan oleh variabel-variabel lain yang tidak termasuk dalam model penelitian ini. Sementara itu, nilai Adjusted R^2 sebesar 0,831 (83,1%) yang hanya sedikit lebih rendah dari R^2 mengindikasikan bahwa model tidak mengalami overfitting yang berarti dan memiliki daya prediksi yang stabil.

Tingginya nilai koefisien determinasi ini (84,9%) merupakan temuan yang sangat bermakna secara praktis, menunjukkan bahwa Psychological Safety dan Work-Life Integration merupakan prediktor yang sangat kuat bagi Adaptive Performance mahasiswa. Hal ini mengimplikasikan bahwa program-program peningkatan psychological safety di lingkungan akademik serta intervensi yang membantu mahasiswa mengelola work-life integration secara lebih baik akan berdampak signifikan terhadap peningkatan kemampuan adaptasi mahasiswa di Universitas Pamulang. Temuan ini konsisten dengan Parker dan Griffin (2017) yang menyatakan bahwa faktor lingkungan (termasuk keamanan psikologis) dan faktor individu (termasuk manajemen peran) secara bersama-sama merupakan determinan utama dari adaptive performance.

KESIMPULAN

Berdasarkan keseluruhan pembahasan di atas, dapat dirangkum bahwa instrumen penelitian telah terbukti valid dan sangat reliabel (Cronbach's Alpha = 0,927). Secara deskriptif, mahasiswa memiliki persepsi yang cukup positif terhadap ketiga variabel dengan rata-rata skor di atas titik tengah skala. Asumsi klasik juga terpenuhi dengan tidak adanya masalah multikolinearitas serius dan heteroskedastisitas. Model regresi $Y = 0,848 + 0,538X_1 + 0,416X_2$ menunjukkan bahwa kedua variabel independen berpengaruh positif terhadap *Adaptive Performance*. *Psychological Safety* terbukti berpengaruh positif dan signifikan secara parsial terhadap *Adaptive Performance* ($t = 8,922$; sig. = 0,000), begitu pula *Work-Life Integration* yang berpengaruh positif dan signifikan secara parsial ($t = 8,285$; sig. = 0,000). Secara simultan, kedua variabel juga menunjukkan pengaruh signifikan ($F = 47,869$; sig. = 0,000). Selain itu, kemampuan prediksi model tergolong sangat tinggi dengan nilai $R^2 = 0,849$, yang berarti sebesar 84,9% variasi *Adaptive Performance* dapat dijelaskan oleh *Psychological Safety* dan *Work-Life Integration* secara bersama-sama.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini memberikan bukti empiris yang kuat bahwa upaya menciptakan lingkungan akademik yang aman secara psikologis serta mendukung kemampuan mahasiswa dalam mengintegrasikan kehidupan akademik dan pribadi merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan kemampuan adaptasi mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Pamulang dalam menghadapi berbagai perubahan dan tantangan di dunia pendidikan tinggi yang semakin dinamis.

Berdasarkan kesimpulan penelitian, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut. Bagi institusi, mengingat *Psychological Safety* terbukti menjadi prediktor terkuat terhadap *Adaptive Performance* ($\beta = 0,538$), pihak institusi disarankan untuk secara aktif menciptakan iklim akademik yang mendukung keterbukaan psikologis mahasiswa. Hal ini dapat diwujudkan melalui pelatihan pedagogis bagi dosen agar menerapkan gaya mengajar yang inklusif dan suportif, serta menyediakan ruang diskusi yang aman bagi mahasiswa untuk menyampaikan pendapat tanpa rasa takut dihakimi.

Bagi dosen dan tenaga pendidik, disarankan untuk membangun suasana kelas yang mendorong partisipasi aktif mahasiswa, seperti memberikan apresiasi atas pertanyaan dan gagasan, menghindari respons yang bersifat menghakimi, serta menerapkan metode pembelajaran kolaboratif yang mempererat kepercayaan antarmahasiswa. Langkah ini dapat meningkatkan rasa aman psikologis yang terbukti mendukung kemampuan adaptasi mahasiswa.

Bagi mahasiswa, disarankan untuk secara proaktif mengembangkan kemampuan *Work-Life Integration*, misalnya dengan membuat perencanaan waktu yang terstruktur antara kegiatan akademik dan non-akademik, memanfaatkan dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar, serta menjaga kondisi fisik dan psikologis agar tetap optimal. Kemampuan mengintegrasikan peran akademik dan kehidupan pribadi terbukti berkontribusi signifikan terhadap peningkatan *Adaptive Performance*.

Bagi peneliti selanjutnya, karena penelitian ini menggunakan sampel yang relatif kecil ($n = 20$), generalisasi temuan perlu dilakukan dengan hati-hati. Peneliti berikutnya disarankan memperluas jumlah sampel agar hasil lebih representatif serta menambahkan variabel lain, seperti *self-efficacy*, motivasi belajar, atau dukungan sosial sebagai prediktor tambahan. Penggunaan metode *Structural Equation Modeling* (SEM) juga dapat dipertimbangkan untuk menguji hubungan antarvariabel secara lebih mendalam.

Bagi pembuat kebijakan, hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam merumuskan kebijakan akademik yang mendukung kesejahteraan psikologis mahasiswa, seperti program konseling akademik, fleksibilitas jadwal kuliah bagi mahasiswa yang bekerja, serta program orientasi adaptasi akademik bagi mahasiswa baru. Kebijakan yang memperkuat *psychological safety* dan mendukung *work-life integration* berpotensi meningkatkan kualitas lulusan yang adaptif dan siap menghadapi tantangan dunia kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Edmondson, A. C. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. *Administrative Science Quarterly*, 44(2), 350–383. <https://doi.org/10.2307/2666999>
- Tatiana, B., Kobicheva, A., Tokareva, E., & Mokhorov, D. (2022). The relationship between students' psychological security level, academic engagement and performance variables in the digital educational environment. *Education and Information Technologies*, 27, 9385 - 9399. <https://doi.org/10.1007/s10639-022-11024-5>
- Soares, A., & Lopes, M. P. (2020). Are your students safe to learn? The role of lecturer's authentic leadership in the creation of psychologically safe environments and their impact on academic performance. *Active Learning in Higher Education*, 21, 65 - 78. <https://doi.org/10.1177/1469787417742023>
- Hanshaw, G., & Hanshaw, J. (2023). The Effect of Psychological Safety on the Performance of Students in Graduate-Level Online Courses. *International Journal of Innovative Teaching and Learning in Higher Education*. <https://doi.org/10.4018/ijitlhe.333864>
- Clausen, N., Abouarabi, Y. B., Chen, J., Hansen, S., Velmurugan, G., Fink, T., Lyngdorf, N., Guerra, A., & Du, X. (2025). First-Year University Students' Perspectives on Their Psychological Safety in PBL Teams. *Education Sciences*. <https://doi.org/10.3390/educsci15020236>
- Belevtsova, M. R., & Boykina, E. (2025). Factors of psychological safety of the personality of a student of a psychological and pedagogical university. *Bulletin of Practical Psychology of Education*. <https://doi.org/10.17759/bppe.2025220309>
- Soares, A., & Lopes, M. P. (2020). Are your students safe to learn? The role of lecturer's authentic leadership in the creation of psychologically safe environments and their impact on academic performance. *Active Learning in Higher Education*, 21, 65 - 78. <https://doi.org/10.1177/1469787417742023>
- Tina, T., Saputra, P. H., & Kusumawati, Y. T. (2025). Pengaruh Work-Life Balance dan Kesehatan Mental terhadap Kinerja Akademik Mahasiswa Part-Time di Universitas Muhammadiyah

Kalimantan Timur. Jurnal Ekonomi Bisnis dan Akuntansi.
<https://doi.org/10.55606/jebaku.v5i1.5450>

Zami, I. N. Z., Fajri, A., & Alim, M. R. S. (2026). High-Performance Work System and Self-Efficacy on Academic Performance: Work-Life Balance as Mediator. *Research Horizon*.
<https://doi.org/10.54518/rh.6.1.2026.981>

Malau, A. (2023). The Effect of Work-Life Balance on Higher Education Employee Performance: Moderation of Organizational Support and Job Satisfaction Level. *Journal of Innovation in Educational and Cultural Research*. <https://doi.org/10.46843/jiecr.v4i2.681>

Samaratunga, M., & Kamardeen, I. (2025). Modelling Work–Study Conflict Effects on Built Environment Students’ Well-Being, Health, and Academic Performance. *Buildings*.
<https://doi.org/10.3390/buildings15030406>

Al, I., & Amarulloh, A. (2025). MENAVIGASI KESEIMBANGAN: WORK-STUDY-LIFE BALANCE TERHADAP KINERJA BISNIS MAHASISWA. *EKBIS (Ekonomi & Bisnis)*.
<https://doi.org/10.56689/ekbis.v13i1.1962>

Wiyanto, W. (2021). KESEIMBANGAN KEHIDUPAN KERJA DALAM MENJALANKAN PERAN GANDA STUDI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS PAMULANG. *Inovasi*.
<https://doi.org/10.32493/inovasi.v8i2.p71-80.17455>

Cóndor, J. L. B., Dávila, L. A. O., Alburquerque, I. L. V., & Reyes, D. E. G. (2025). Adaptation, stress management, mood, and their relationship with academic performance in Peruvian students starting their university studies. *Journal of Posthumanism*.
<https://doi.org/10.63332/joph.v5i8.3115>

Jackson, D. A., & Dean, B. (2022). The contribution of different types of work-integrated learning to graduate employability. *Higher Education Research & Development*, 42, 93 - 110.
<https://doi.org/10.1080/07294360.2022.2048638>

Mahfud, T., Masek, A., Suyitno, S., Ihsan, A. N. N., Fransisca, Y., Pranoto, P. W., Pranoto, A., Hadi, S., & Susanto, A. (2024). The Role of Work-Based Learning in Enhancing Career Adaptability: An Empirical Study from Vocational Students in Indonesian and Malaysian Universities. *Integration of Education*. <https://doi.org/10.15507/1991-9468.116.028.202403.436-453>