

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menjalankan suatu proses belajar di dalam perguruan tinggi. Mahasiswa memiliki pengertian yaitu seorang pelajar yang sedang menimba ilmu pengetahuan tinggi, yang mana pada tingkat ini mahasiswa dianggap mempunyai kematangan dalam beberapa aspek seperti kematangan fisik dan perkembangan pemikiran yang luas, sehingga dengan adanya kedua aspek tersebut mahasiswa mempunyai kesadaran dalam menentukan sikap dirinya serta mampu untuk bertanggung jawab terhadap sikap dan tingkah lakunya. Pada umumnya mahasiswa berada pada tahap remaja akhir, yaitu berusia sekitar 18–21 tahun. Mahasiswa memiliki tugas utama yaitu belajar seperti membuat tugas, membaca buku, membuat makalah, presentasi, diskusi, hadir pada seminar, dan kegiatan-kegiatan lainnya yang bercorak kekampusan (Tarwiyah et al., 2020).

Mahasiswa adalah orang yang sedang menyelesaikan gelar sarjana di universitas atau perguruan tinggi. mahasiswa adalah orang yang sedang menempuh kuliah yang banyak diminati dari sekolah menengah ke sekolah tinggi Perguruan tinggi (Santrock, 2012). Tujuan Pendidikan dalam perkuliahan adalah belajar dan mengembangkan pola pikir. Oleh karena itu mahasiswa harus Selesaikan semua proses di perguruan tinggi untuk mencapai tujuan belajar mereka dan mencapai nilai rata-rata yang baik di kuliah nya.

Menurut Daulay (2011) mahasiswa adalah satu golongan dari masyarakat yang mempunyai dua sifat, yaitu manusia muda dan calon intelektual, sebagai calon intelektual mahasiswa harus mampu untuk berfikir kritis terhadap kenyataan sosial, sedangkan sebagai manusia muda, mahasiswa seringkali tidak mengukur resiko yang akan menimpa dirinya.

Mahasiswa dalam perkembangannya berada pada kategori remaja akhir yang berada dalam rentang usia 18-21 tahun.

Universitas memilih program kuliah, beberapa perguruan tinggi akan memiliki dua program kuliah, yang pertama adalah kuliah reguler dan yang kedua adalah kuliah non-reguler atau kelas karyawan. Menurut Abdhul (2022) program kuliah reguler atau kelas reguler merupakan program pendidikan yang diselenggarakan oleh Perguruan Tinggi Negeri yang diikuti oleh peserta didik atau mahasiswa secara penuh waktu. Sehingga program kuliah reguler ini artinya sudah melalui proses izin oleh penyelenggara dari pemerintah. Kuliah kelas non-reguler atau kelas karyawan ini dinilai lebih fleksibel, karena waktu yang digunakan untuk perkuliahan benar-benar menyesuaikan atau tidak mengganggu jam kerja sebagai karyawan atau pegawai. Dapat disimpulkan bahwa kelas kuliah karyawan ini biasanya diikuti oleh karyawan atau pegawai, untuk mendapatkan gelar demi jenjang karirnya.

Kuliah sambil bekerja bukanlah hal yang asing lagi di era sekarang ini. Banyak sekarang ini dijumpai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Alasan yang melatarbelakangi mahasiswa untuk kuliah sambil bekerja diantaranya adalah, faktor ekonomi, menambah pengalaman, keinginan untuk mandiri agar tidak bergantung dengan orang tua, dan ada juga yang hanya ingin mengisi waktu luangnya saja. Sebagaimana yang dikemukakan oleh (Mardelina & Muhson (2017). Alasan yang melatarbelakangi mahasiswa kuliah sambil bekerja yakni terkait finansial, ingin mengisi waktu luang, ingin mandiri, dan untuk menyalurkan hobi.

Mahasiswa yang memutuskan untuk kuliah sambil bekerja dituntut untuk menjalankan dua peran sekaligus yaitu menjalankan peran sebagai mahasiswa dan pekerja. Peran sebagai mahasiswa adalah aktif dalam perkuliahan dan mengerjakan tugas dengan tepat waktu. Peran sebagai pekerja adalah mengerjakan tugas dari atasan, disiplin dan juga bertanggung jawab atas pekerjaan yang dilakukannya. Sebagai mahasiswa yang bekerja dituntut untuk dapat memusatkan perhatian antara kuliah dan bekerja, karena

dua peran ini sama pentingnya bagi mahasiswa tersebut dimasa yang akan datang. Namun kenyataannya mahasiswa yang bekerja kurang mampu memusatkan perhatian pada dua peran sekaligus. Satu sisi mahasiswa ingin menghadapi tuntutan secara bersamaan dalam mengerjakan tugas dari atasan maupun dosen dengan baik dan tepat waktu, namun karena tuntutan yang banyak dan ketidakmampuan mahasiswa mengerjakan keduanya membuat mahasiswa tertekan (Rahayu Anjas Sari & Effy Wardati Maryam, 2022).

Menurut Chintya (2016) mahasiswa yang bekerja mengalami kesulitan dalam mengerjakan dua pekerjaan secara bersamaan yang membuat mahasiswa terbebani dan merasakan hal yang tidak enak dalam dirinya yang akan menyebabkan mahasiswa mengalami stres. Mahasiswa yang bekerja cenderung memiliki stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak bekerja dan kurang terlibat dengan aktifitas kampus dan aktifitas sosial. Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja tingkatan stres dapat lebih tinggi karena harus mengatur waktu dan tenaga agar dapat menjalani kewajiban dalam bidang akademik dan pekerjaan dengan sebaik-baiknya.

Masalah pada mahasiswa pekerja dapat mempengaruhi proses pemenuhan kebutuhan seperti permasalahan dalam hubungan sosial atau permasalahan interpersonal yang dapat menambah tuntutan beban untuk diselesaikan. Mahasiswa reguler atau mahasiswa yang hanya berkuliah saja lebih banyak memiliki waktu luang untuk belajar dan menyelesaikan tugas-tugasnya. Sedangkan mahasiswa pekerja berbeda dengan keterbatasan waktu yang dimiliki sangat terbatas karena terlalu banyak aktivitas yang dijalani. Dalam situasi ini, mahasiswa pekerja tidak hanya harus memenuhi tanggung jawab mahasiswa dalam segi akademik tetapi juga memiliki tanggung jawab yang sama besar pada segi pekerjaan. Adanya tanggung jawab ganda pada mahasiswa pekerja yaitu kuliah dengan bekerja agar dapat meraih kepuasan hidupnya. Hal-hal ini dipercaya sebagai suatu upaya untuk menggapai kesejahteraan pada masing-masing individu. Jika hal-hal tersebut dilakukan dengan sikap yang positif seperti penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, penguasaan lingkungan maka akan terbentuk kesejahteraan dalam kondisi psikologis yang positif (*Positive psychological functioning*) sehingga

terwujud kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) dalam diri individu tersebut (Chintya, 2016).

Menurut Watanabe (2005) Dampak positif mahasiswa sambil bekerja merupakan kemampuan menyalurkan hobi, memperoleh pengalaman di luar kelas, memperoleh keterampilan dan pengetahuan tentang pekerjaan yang berbeda, serta menerima tanggung jawab. Selain itu, mereka juga dapat melatih kemandirian dan mencari uang untuk memenuhi kebutuhan pribadi dan kuliah. Watanabe (2005) Juga mencatat bahwa ada implikasi negatif yang perlu diperhatikan oleh mahasiswa paruh waktu. Konsekuensinya merupakan masalah distribusi waktu dan konsentrasi selama belajar dan bekerja, kelelahan, penurunan prestasi akademik, keterlambatan menyelesaikan studi dan, sebagai konsekuensi terburuk, putus studi karena lebih banyak tentang pekerjaan daripada kuliah.

Seorang mahasiswa kuliah dikatakan berada dalam *Psychological Well-being* ketika mereka memiliki harga diri yang positif dan percaya diri, mampu bertindak secara mandiri, mengendalikan lingkungannya, memiliki maksud dan tujuan hidup, serta pengembangan diri (Denura, 2012). Selain itu, mahasiswa yang kuliah dengan tingkat *Psychological Well-being* yang rendah menunjukkan karakteristik perilaku seperti rasa tidak aman, kesulitan membentuk hubungan yang baik dengan orang lain, ketidakbermaknaan dalam hidup, dan kesulitan untuk terbuka terhadap pengalaman baru. Mahasiswa bermasalah sosial tidak dapat beradaptasi dengan lingkungan barunya, kurang kontak dengan teman, tidak bugar dan sibuk, sehingga kurang berkembang di lingkungan internal dan eksternal kampusnya. Ini adalah bagian dari kesejahteraan mental yang rendah. *Psychological Well-being* yang tinggi dikaitkan dengan fungsi sosial yang lebih positif, hubungan interpersonal yang lebih baik, kesehatan yang lebih baik, karakteristik dan kemampuan beradaptasi yang lebih baik, dan kemampuan kognitif yang lebih baik (Diener, 2009).

Mahasiswa dapat menjadi bagian penting dari *Psychological Well-being* karena semakin pentingnya kesehatan mental dan psikologi positif saat

ini menekankan bahwa hidup bukan hanya tentang memecahkan masalah, tetapi juga tentang menemukan apa yang membuat hidup layak dijalani dan apa yang membuat orang bahagia. Lebih lanjut, Bowman menjelaskan bahwa mencapai transisi yang baik bagi mahasiswa membutuhkan sesuatu yang penting, yaitu *Psychological Well-being* (Bowman, 2017).

Menurut Ryff, (1989) *Psychological Well-being* adalah kondisi mahasiswa tidak hanya bebas dari tekanan atau masalah mental saja, tetapi juga lebih dari itu. Menurut (Ryff, 1989) *Psychological Well-being* memiliki enam dimensi, antara lain yaitu penerimaan diri (*Self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*Positive relationship with others*), otonomi (*Autonomy*), penguasaan lingkungan (*Environmental mastery*), tujuan hidup (*Purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*Personal growth*). kehidupan yang baik berkaitan erat dengan kondisi terbaik individu, yang meliputi: fisik, mental, dan sosial. Kesimpulannya, bahwa kehidupan yang baik dan positif akan dapat menciptakan kondisi fisik, mental, dan sosial terbaik bagi seorang individu, yang akan dapat mempengaruhi *Psychological Well-being* seseorang. *Psychological Well-being* tidak terlepas dari bagaimana individu tersebut memenuhi kebutuhan psikologisnya jika kebutuhan psikologis terpenuhi, maka *Psychological Well-being* pada seseorang akan meningkat. *Psychological Well-being* juga memiliki faktor-faktor yaitu Usia, Tingkat pendidikan, Jenis kelamin, Jejaring sosial, Kepribadian dan, Spiritualitas dan Evaluasi terhadap pengalaman hidup (Ryff, 1989).

*Psychological Well-being* adalah suatu kondisi seseorang yang bukan hanya bebas dari tekanan atau masalah-masalah mental saja, tetapi lebih dari itu yaitu kondisi seseorang yang mempunyai kemampuan menerima diri sendiri maupun kehidupan di masa lalunya, pengembangan atau pertumbuhan diri, keyakinan bahwa hidupnya bermakna dan memiliki tujuan, memiliki kualitas hubungan positif dengan orang lain, kapasitas untuk mengukur kehidupan lingkungannya secara efektif dan kemampuan seseorang untuk menentukan tindakan sendiri sehingga akan menciptakan kesejahteraan pada individu tersebut yang diukur melalui kebahagiaan dan kepuasan hidup (Ryff, 1995).

Mahasiswa dikatakan memiliki *Psychological Well-being* yang baik apabila dirinya memiliki penilaian positif terhadap dirinya dan percaya diri, mampu bertindak secara mandiri, menguasai lingkungannya, memiliki tujuan yang ingin dicapai, mengalami perkembangan diri serta memiliki penerimaan diri yang baik sehingga dapat membuat individu selalu merasa bahagia dan bersemangat dalam menjalani setiap kegiatan sehari-harinya. Selanjutnya, mahasiswa yang memiliki tingkat *Psychological Well-being* yang rendah memiliki ciri perilaku yaitu tidak percaya diri, mengalami kesulitan untuk menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, kurang mampu mengatur waktu, kurangnya dukungan sosial dan tidak memiliki tujuan hidup (Aulia & Panjaitan, 2019).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan peneliti kepada 19 subjek di grup WhatsApp fakultas psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Diketahui mahasiswa tidak bekerja memiliki Sebanyak 63,2% subjek belum mampu menerima perubahan di masa sekarang. Sebanyak 47,4% subjek kurang memiliki hubungan positif dengan orang lain. Sebanyak 63,32% subjek belum memiliki otonomi dirinya. Sebanyak 68,4% subjek belum mampu beradaptasi dengan lingkungan. Sebanyak 73,7% subjek belum memiliki tujuan hidup. Sebanyak 68,4% belum mampu mengembangkan pertumbuhan pribadi, sedangkan pada mahasiswa yang bekerja diketahui sebanyak 51,4% subjek belum mampu menerima perubahan di masa sekarang. Sebanyak 84,1% subjek kurang memiliki hubungan positif dengan orang lain. Sebanyak 43,3% subjek belum memiliki otonomi dirinya. Sebanyak 35,5% subjek belum mampu beradaptasi dengan lingkungan. Sebanyak 25,5% subjek belum memiliki tujuan hidup. Sebanyak 21,8% subjek belum mampu mengembangkan pertumbuhan pribadi.

Berdasarkan hasil survei pada mahasiswa psikologi yang tidak bekerja dimensi yang mempengaruhi pada *Psychological Well-being* yaitu tujuan hidup di karenakan mahasiswa tidak bekerja merasakan kurangnya terarah, tidak mampu menemukan tujuan dari kehidupan serta tidak memiliki harapan maupun keyakinan yang bermakna dalam hidupnya, sedangkan mahasiswa psikologi yang bekerja dimensi yang mempengaruhi pada *Psychological*

*Well-being* yaitu hubungan positif dengan orang lain yaitu kurang mampu menjalani hubungan yang baik dengan orang lain karna ada dua tanggung jawab yang harus di selesaikan sebagai mahasiswa atau pekerja Ryff (2014).

Ada beberapa alasan mengapa mahasiswa kuliah sambil bekerja, alasan utamanya bersifat finansial, yaitu, menghasilkan pendapatan untuk membiayai pendidikan dan kebutuhan sehari-hari sekaligus meringankan beban keluarga. Alasan lainnya adalah untuk mengisi waktu luang karena jadwal yang tidak ketat, keinginan untuk hidup mandiri agar tidak bergantung pada orang lain atau orang tua, mencari pengalaman di luar perkuliahan, hobi dan masih banyak lagi alasan lainnya. Dapat dilihat bahwa alasan studi paruh waktu bagi mahasiswa adalah kebutuhan finansial yang berkaitan dengan ekonomi keluarga atau faktor ekonomi berupa upah, gaji dan pendapatan yang diperoleh, kemudian kebutuhan sosial relatif. apa yang dapat menjadi kebutuhan untuk berinteraksi dengan banyak orang agar mereka dapat belajar tentang lingkungan dan lebih banyak teman sehingga dapat mengembangkan pola pikir seorang siswa dengan bertukar pikiran dengan banyak orang, maka perlunya aktualisasi diri. Yaitu, kebutuhan pengembangan diri sebagai bentuk realisasi diri dalam pencarian makna hidup yang sebenarnya (Mardelina & Muhson, 2017).

Di Indonesia sendiri, kondisi ekonomi yang sangat susah dari segmen masyarakat tertentu mendorong mahasiswa untuk mencari penyelesaian masalah keuangan mahasiswa melalui bekerja. Beberapa mahasiswa memiliki masalah dengan biaya, sehingga mahasiswa berupaya untuk mengurangi beban orang tua (Denura, 2012). Berdasarkan hal tersebut, mahasiswa yang kuliah dengan bekerja berusaha menggapai kepuasan dan kesejahteraan hidup secara fisik, sosial, psikologis, dan ekonomi. Namun, situasi ini tidak terlepas dari munculnya masalah-masalah yang dapat mempengaruhi kondisi psikologis pada mahasiswa pekerja. Menurut *National Health Chintya* (2016) mahasiswa memiliki banyak stres diantaranya seperti tekanan akademik, perubahan lingkungan, tanggung jawab, serta hubungan sosial. Adapun hasil penelitian yang dilakukan oleh Asosiasi Kesehatan Universitas Amerika, Chintya (2016) mengatakan

mahasiswa yang tidak mampu secara psikologis akan merasa tidak ada harapan, kewalahan dengan tanggung jawab, mengalami kelelahan mental, sedih, hingga merasa depresi.

Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja *shift* atau *full-time* mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi pada saat kuliah, karena beberapa mahasiswa pekerja harus melakukan *moving class*, sehingga mahasiswa seringkali mengalami kelalaian untuk mengerjakan tugas atau bingung terhadap materi perkuliahan yang disampaikan. Hal tersebut termasuk dalam aspek pertumbuhan pribadi (*personal growth*) yaitu, mampu menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang perlu senantiasa diubah dalam kehidupan. Ditambah lagi mahasiswa pekerja mengalami kelelahan secara fisik maupun keletihan mental dikarenakan mahasiswa pekerja harus memprioritaskan kedua aktivitas pentingnya, yaitu kuliah dan bekerja dimana keduanya menjadi tanggung jawab utama mahasiswa. Menurut Murniasih Chintya (2016) hal-hal tersebut terkadang menyebabkan menurunnya prestasi akademik dan juga memberikan tekanan pada mahasiswa pekerja. Jika tidak ditangani dengan baik, maka mengakibatkan kondisi psikologis pada mahasiswa pekerja menjadi rendah. Oleh sebab itu, penting bagi mahasiswa pekerja memiliki *Psychological Well-being* yang baik.

*Psychological Well-being* merupakan hal yang penting untuk diperhatikan terlebih kepada mahasiswa. *Psychological Well-being* juga merupakan hal yang sangat penting yang perlu ditumbuhkan terlebih pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja, agar dapat menghadapi tanggung jawab antara kuliah sambil bekerja dan dapat mencapai potensi yang ada pada diri mahasiswa tersebut. Pernyataan tersebut dapat dilihat dari aspek *Psychological Well-being* yaitu pengembangan diri dan kemandirian (Ryff & Keyes, 1995).

Ryff, (1989) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*) merupakan keadaan yang dirasakan oleh individu yang dapat menerima keadaan dirinya apa adanya, dapat menjalin relasi yang baik dengan orang lain, dapat menghadapi berbagai tekanan dan masalah



sosial yang muncul, dapat mengorganisir dan mengatur keadaan lingkungan eksternal, memiliki arti hidup yang sedang dijalannya, dan dapat merealisasikan potensi dirinya secara terus menerus dan konsisten.

Berdasarkan uraian di atas memperlihatkan bahwa kesejahteraan mahasiswa yang kuliah sambil bekerja memiliki pertumbuhan pribadi yang terus menerus, pengalaman baru dan sadar akan realisasi potensi yang dimilikinya. Sedangkan kesejahteraan mahasiswa yang tidak bekerja dapat membentuk hubungan yang baik dengan orang lain, mampu mengontrol diri di lingkungan sekitarnya, memiliki makna dalam hidup dan memanfaatkan hidup konsisten.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, terdapat penelitian terdahulu yang pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya sebagian berikut :

Pada penelitian yang dilakukan oleh Anggraini et al.,(2013) dengan variabel *Psychological Well-being* pada wanita *monopause* yang bekerja dan tidak bekerja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, jumlah subjek sebanyak 100 orang. Teknik analisis menggunakan uji *Independent sample T-test*. Berdasarkan hasil penelitian, bahwa wanita *monopause* bekerja memiliki *Psychological Well-being* lebih tinggi dibandingkan wanita tidak bekerja, terutama pada penerimaan diri.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Cut & Amna, (2016) dengan variabel *Psychological Well-being* pada remaja obesitas dan remaja yang memiliki berat badan yang normal. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Jumlah subjek 64 orang. Teknik analisis menggunakan teknik *Mann-whitney U*. Berdasarkan hasil penelitian, bahwa terdapat perbedaan *Psychological well-being* yang signifikan pada remaja obesitas dengan remaja yang memiliki berat badan normal.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Apsaryanthi & Lestari, (2017) dengan variabel *Psychological Well-being* pada ibu rumah tangga dengan ibu bekerja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, jumlah subjek 200 orang. Teknik analisis menggunakan uji *Independent sample T-test*. Berdasarkan

hasil penelitian, bahwa terdapat perbedaan tingkat *Psychological Well-being* yang signifikan pada ibu rumah tangga dengan ibu bekerja. Ibu bekerja mampu mencapai tingkat *Psychological Well-being* yang tinggi dari pada ibu rumah tangga. Tidak ada perbedaan tingkat *Psychological well-being* berdasarkan jumlah anak dan tingkat pendidikan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Eva et al., (2021) dengan variabel *Psychological Well-being* pada ibu bekerja dan ibu rumah tangga. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, alat kuesioner *Psychological Well-being*, jumlah subjek sebanyak 60 orang. Teknik analisis menggunakan uji *kolmogorov smirnov*. Hasil penelitian ini tidak ada perbedaan antara kesejahteraan psikologi pada kedua kelompok ibu bekerja dan tidak bekerja.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Khaerunnisa, (2022) dengan variabel dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Jumlah subjek 233 orang. Teknik analisis menggunakan uji korelasi. Berdasarkan hasil korelasi terdapat hubungan yaitu paling tinggi dukungan informasi dan yang paling rendah itu dukungan persahabatan.

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, penelitian tersebut ingin membahas permasalahan “Apakah ada perbedaan *Psychological Well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dan mahasiswa tidak bekerja?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada atau tidak perbedaan *Psychological Well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dan mahasiswa tidak bekerja.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ilmu psikologi khususnya ilmu psikologi pendidikan klinis mengenai peran mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dan mahasiswa tidak bekerja.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Dengan adanya penelitian tersebut diharapkan untuk menambah wawasan tentang *Psychological Well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dan mahasiswa yang tidak bekerja.
- b. Dapat menolong penelitian lain untuk memenuhi wawasan tentang *Psychological Well-being* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dan mahasiswa yang tidak bekerja menjadi sumber manfaat yang baik untuk penelitian selanjutnya.

