

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan fase transisi dari remaja menuju dewasa, umumnya terjadi pada rentang usia 18 hingga 22 tahun. Pada tahap ini, seseorang cenderung menunjukkan sikap yang lebih dewasa dan pragmatis dalam menghadapi berbagai situasi. Tugas seorang mahasiswa adalah belajar, namun tuntutan ekonomi seringkali mendorong mereka untuk bekerja. Akibatnya, mahasiswa harus mampu menyeimbangkan berbagai aktivitas agar dapat menyelesaikan studi sesuai dengan target yang telah ditetapkan. Disisi lain, mereka perlu bekerja untuk memenuhi kebutuhan finansialnya. Beban ganda ini dapat menimbulkan stres dan mengganggu proses belajar, terutama dalam pengerjaan tugas akhir.

Meningkatnya kebutuhan hidup mengharuskan mahasiswa untuk memenuhi kebutuhannya, baik untuk biaya pendidikan ataupun biaya hidup. Fenomena mahasiswa yang bekerja sambil kuliah merupakan suatu hal yang sering kita temui, bukan hanya di Indonesia di luar negeri pun sebagian besar mahasiswanya memiliki peran ganda (Boatman & Long, 2016). Kedua tugas ini tentu tidak mudah dijalani, mahasiswa yang memiliki peran ganda tentu mempunyai tantangan tersendiri (Lusi, 2021).

Sebagai upaya untuk menyeimbangkan kegiatan akademik dan ekonomi, mahasiswa umumnya memilih bentuk pekerjaan yang bersifat kontrak jangka pendek atau paruh waktu (*part-time*) (Aisyah, 2023). Bekerja secara paruh waktu dipilih mahasiswa, karena perguruan tinggi memberikan kebebasan bagi mahasiswa untuk mengatur jadwal mereka di perkuliahan (Mahdalena, 2018). Alasan inilah yang mendasari para mahasiswa memilih menjalani kuliah sambil bekerja.

Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja hampir terpecah diberbagai angkatan, salah satunya juga mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir. Kebutuhan hidup yang semakin meningkat, membuat mahasiswa harus bekerja

agar dapat memenuhi kebutuhannya yang lebih besar dari pemasukan yang diperoleh (Asbari, dkk 2020). Ketika kebutuhan yang banyak ini tidak dapat terpenuhi, mengharuskan mahasiswa untuk mencari sumber dana secara mandiri untuk mencukupi kebutuhan tersebut dengan bekerja.

Alasan lainnya yang melatarbelakangi mahasiswa bekerja adalah untuk memanfaatkan waktu luangnya dikarenakan jadwal perkuliahan yang tinggal sedikit dan untuk belajar hidup mandiri agar tidak bergantung pada orang tua, mencari pengalaman, menyalurkan hobi dan berbagai macam alasan lainnya (Yahya & Widjaya, 2019). Mahasiswa yang belajar sambil bekerja dituntut untuk mampu melaksanakan tanggung jawabnya dengan baik, dimulai dengan manajemen waktu antara waktu belajar dan bekerja, kedisiplinan, dan menjaga kesehatan tubuh karena mereka harus bisa bagi waktu antara kuliah dan bekerja (Mardelina & Muhson, 2017).

Menjalankan dua peran sekaligus, sebagai mahasiswa dan pekerja bukanlah tugas yang mudah, karena harus memenuhi tugas sebagai mahasiswa ataupun sebagai pekerja. Sebagai mahasiswa, tugas utamanya yaitu memahami materi pelajaran, berpartisipasi secara aktif dalam kelas, dan menyelesaikan tugas yang telah di berikan dosen dalam waktu yang telah di tentukan. Sedangkan sebagai seorang pekerja, tuntutan yang harus dipenuhi seperti menjaga reputasi tempat kerja dan mampu menghadapi tekanan yang ditimbulkan dari pekerjaan tersebut. Oleh karena itu, seorang mahasiswa harus siap dalam menghadapi berbagai tekanan yang timbul akibat dari kesibukan kuliah dan bekerja. Terlebih, ketika mahasiswa tersebut memilih bekerja disaat penyelesaian tugas akhir. Hal tersebut membuat tantangan tersendiri bagi mahasiswa yang bekerja untuk bisa membagi waktunya antara menyelesaikan tugas akhir dan menyelesaikan tanggungjawab dipekerjaannya.

Faktanya, di Indonesia masih banyak mahasiswa yang mengalami *stres* karena beban tugas akhir. Hasil dari survei yang dilakukan Universitas Gajah Mada (UGM) tahun 2018, jumlah mahasiswa yang mengalami stres saat mengerjakan tugas akhir sebanyak 60% dari 1.032 responden. Sementara itu sebanyak 73,3% dari 195 responden mahasiswa S1 Universitas Negeri

Semarang pada tahun 2021 mengalami *stres* sedang hingga berat saat mengerjakan tugas akhir. Survei Katadata *Instight Center* (KIC) tahun 2021 menyatakan sebanyak 42,9% dari 1.500 responden mahasiswa di Indonesia mengaku mengalami stres pada saat mengerjakan tugas akhir.

Selain banyaknya mahasiswa yang mengalami stres pada saat mengerjakan tugas akhir, banyak juga mahasiswa yang memilih mengakhiri hidupnya saking tidak kuat menerima tekanan dari berbagai pihak. Data menunjukkan bahwa terdapat 20 kasus bunuh diri di Indonesia yang diduga kuat dilatarbelakangi oleh tugas dan skripsi, terjadi dari bulan Mei 2016 hingga Desember 2018. Data WHO (2018) menunjukkan bahwa bunuh diri menempati urutan kedua tertinggi penyebab kematian pada kelompok usia 15 hingga 29 tahun dan 800.000 orang bunuh diri setiap tahun di seluruh dunia (Susanti & Aprillia, 2019). Di sisi lain, tingkat kasus bunuh diri di Indonesia sebesar 3,7 per 100.000 orang, menempatkan Indonesia di urutan 114 di dunia (Ika, 2017).

Berdasarkan data diatas, ditunjukkan bahwa beban tugas akhir memberikan dampak psikologis terhadap mahasiswa. Terlebih jika ditambah dengan beban tanggungjawabnya sebagai pekerja. Hasil observasi yang dilakukan oleh Purwanto, dkk (dalam Mardelina & Mahson, 2017), terhadap mahasiswa Pendidikan Teknik Bangunan Jurusan Teknik Sipil FT-UNP, menunjukkn bahwa nilai mahasiswa tidak bekerja lebih tinggi dibandingkan nilai mahasiswa yang bekerja pada semester Januari-Juni 2012 angkatan 2008. Selain itu, *National Center of Education Statistics* (NCES) (dalam Metriana, 2014) mahasiswa yang bekerja lebih dari 16 jam memiliki tingkat prestasi yang lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak bekerja.

Peneliti telah melakukan wawancara pada bulan April 2024 kepada 3 orang mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati yang digunakan sebagai studi pendahuluan dalam penelitian ini. Subjek 1 mengungkapkan bahwa ia sering merasa tertekan ketika tugas dan pekerjaannya datang menghampiri sehingga subjek 1 kewalahan dalam mengerjakannya:

“Kalau pas revisian banyak terus harus kerja kadang aku merasa tertekan. Karna rasa tertekan ini aku jadi sering merasa kewalahan sehingga tidak bisa fokus untuk mengerjakan pekerjaan ataupun tugas akhir.”

Berbeda dengan subjek 1, subjek 2 mengungkapkan bahwa rasa cemas, panik, frustrasi sering kali muncul dalam dirinya:

“Terus terang weh ini mah. Kewalahan sih sebenarnya. Cemas, panik, frustrasi, takut keringgalan tuh sering banget muncul. Tapi bukannya malah menjadi semangat kalah angger weh, jadi weh revisian teh terbengkalai. Kadang tuh kalau pulang kerja suka pengen ngerjain revisian, tapi nyakumahanya cape jadi weh sare, teu weh dikerjaknateh.”

Subjek 3 mengungkapkan bahwa ia akan merasa marah, frustrasi dan putus asa ketika tidak bisa mengerjakan tugas akhir atau pekerjaannya:

“Bekerja sambil kuliah memang cukup melelahkan, saya harus begadang untuk mengerjakan tugas saya. Terkadang saya merasa marah, frustrasi, dan putus asa ketika menghadapi kesulitan baik dalam mengerjakan tugas akhir atau mengerjakan pekerjaan saya. Saya selalu merasa sulit untuk menenangkan diri ketika tidak bisa menyelesaikan tugas saya“

Dari wawancara tersebut diketahui bahwa mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir sambil bekerja sering merasa kelelahan. Terkadang mereka bergadang untuk mengerjakan tugas akhirnya. Kondisi ekonomi yang kurang mengharuskan mereka tetap bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, hal ini berakibat terhadap pengerjaan tugas akhir. Adanya peran ganda yang dialami oleh mahasiswa tersebut membuat subjek kesulitan dalam mengatur waktu antara mengerjakan tugas, bekerja maupun istirahat, sehingga berpengaruh terhadap pengerjaan tugas akhir dan kesehatannya.

Berdasarkan wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa kurang memiliki resiliensi yang optimal, mereka cenderung pasrah dengan keadaannya tanpa adanya semangat untuk berkembang menjadi lebih baik. Kurangnya resiliensi yang dimiliki mahasiswa pekerja paruh waktu dilihat dari tidak adanya aspek-aspek resiliensi seperti regulasi emosi, pengendalian

implus, optimisme, analisis penyebab, empati, efikasi diri dan pencapaian aspek positif.

Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bangkit dan bertahan dalam menghadapi segala tantangan dalam kehidupan (Sari & Listiyandini, 2015). Connor dan Davidson (dalam Cahyani & Akmal, 2017) menyatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan, mengatasi, dan berkembang di tengah kesulitan. Lebih lanjut, Sari dan Hernawaty (dalam Afridah dkk, 2022) menjelaskan bahwa resiliensi yang baik sangat penting bagi mahasiswa karena memungkinkan mereka beradaptasi dengan efektif terhadap situasi atau permasalahan hidup yang berat. Dalam hal ini, resiliensi melibatkan stabilitas, kesadaran dan kemampuan dalam beradaptasi yang mendukung seseorang untuk menghadapi situasi yang penuh tekanan.

Rendahnya resiliensi yang dimiliki mahasiswa pekerja paruh waktu menjadi sebab terjadinya stres itu timbul. Mahasiswa yang melakukan kerja paruh waktu memiliki tanggung jawab ganda antara menyelesaikan pendidikan dan pekerjaan secara bersamaan. Beban ganda ini yang dapat menyebabkan stres karena tuntutan waktu dan energi yang tinggi. Selain itu kesulitan dalam mengatur waktu antara mengerjakan tugas akhir dengan bekerja juga dapat memicu terjadinya stres. Ketidakmampuan mengelola stres dengan baik dapat mengakibatkan terganggunya fokus dan konsentrasi. Sehingga berakibat pada penurunan kinerja ataupun terbengkalainya tugas akhir. Selain itu stres yang tidak terkelola dapat meningkatkan resiko depresi, kecemasan dan gangguan kesehatan mental lainnya (Aisyah, 2023).

Resiliensi adalah kunci untuk mengatasi tekanan dan kesulitan dalam hidup. Kemampuan untuk beradaptasi yang dimiliki oleh seseorang yang resilien memungkinkan mereka untuk menghadapi berbagai permasalahan dengan lebih baik. Orang yang memiliki resiliensi akan selalu berusaha untuk melakukan penyesuaian diri terhadap situasi yang dialami, karena memiliki sifat pandai, kreatif, mampu beradaptasi dan selalu belajar dari pengalaman membuat mereka mampu menghadapi tantangan dengan lebih baik dan mencapai kesuksesan. Dalam hal ini, resiliensi melibatkan stabilitas internal,

pemahaman diri dan kemampuan beradaptasi yang memungkinkan seseorang mengatasi permasalahan penuh tekanan (Carneiro dkk, 2018).

Dalam menyikapi permasalahan tersebut, mahasiswa yang memiliki peran ganda harus meningkatkan kemampuan untuk menghadapi kesulitan agar mampu untuk bertahan dalam situasi tertekan. Kemampuan tersebut dikenal dengan resiliensi. Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk bangkit kembali, pulih dan menyesuaikan atau bahkan berkembang saat mengalami perubahan, kesulitan atau keterpurukan.

Pembahasan mengenai resiliensi memiliki ruang lingkup yang luas, karena selain dibahas dalam ilmu psikolog, pembahasan mengenai resiliensi juga dibahas dalam Islam. Al-Qur'an, sebagai pedoman hidup bagi umat Islam juga memberikan arahan agar umatnya mampu menghadapi berbagai tantangan atau persoalan yang ditemui dalam kehidupan sehari-hari. Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam Al-Qur'an surah Al-Baqarah ayat 155–156 yang berbunyi :

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ
(١٥٥)

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ
(١٥٦)

“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar (155). (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun (156).” (Q.S Al-Baqarah Ayat 155-156).

Dalam tafsir Al-Mishbah karangan Quraish Shihab dijelaskan bahwa dalam surat Al-Baqarah ayat 155 dan 156 mempunyai makna yaitu setiap manusia akan mendapatkan cobaan sebagai bagian dari perjalanan hidup. Namun, jika kita bandingkan dengan berbagai nikmat yang telah Allah anugerahkan, maka ujian atau cobaan yang dihadapi manusia tidak ada bandingannya. Situasi ini dapat digambarkan seperti ujian dalam lembaga

pendidikan, semakin tinggi tingkat pendidikan yang ditempuh, maka semakin kompleks tantangan atau soal yang diberikan. Untuk meraih tingkat kesuksesan yang lebih tinggi dalam hidup, seseorang perlu melewati ujian yang diberikana oleh Allah.

Allah Swt akan menguji setiap manusia dengan berbagai macam kesulitan hidup. Seseorang yang sepenuhnya berserah diri kepada Allah dan menyadari kepemilikan Allah atas segala sesuatu ia akan meraih ketenangan jiwa serta terbebas dari kekecewaan dan keputusasaan. Dalam ajaran Islam, konsep resiliensi dikenal dengan istilah sabar atau ketabahan dalam menghadapi berbagai ujian hidup. Resiliensi merupakan karakter yang harus dimiliki oleh setiap orang, karena melalui sifat ini seorang hamba menunjukkan keimanan dan keteguhan sebagai seorang muslim. Dengan kata lain, kemampuan seseorang untuk pulih dan bangkit dari keterpurukan bergantung pada tingkat resiliensinya, karena orang yang memiliki tingkat resiliensi yang baik atau tinggi cenderung lebih kuat dalam menghadapi cobaan dan tidak mudah menyerah.

Maddi & Kobasa, (2005) mengatakan bahwa agar seseorang yang memiliki resiliensi yang baik, maka seseorang tersebut harus memiliki *hardiness*. *Hardiness* merupakan kemampuan yang membantu seseorang untuk tetap kokoh dengan bertahan dan berkembang di bawah tekanan. *Hardiness* memegang peranan sebagai faktor internal yang sangat berpengaruh dalam mengelola stres akademik. seseorang dengan *hardiness* tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengendalikan emosi, berpikir positif, dan mencari solusi atas masalah yang dihadapi, sehingga dapat mencapai prestasi akademik yang lebih baik.

Maddi (2013) mengatakan bahwa *hardiness* merupakan sifat manusia yang membuat seseorang menjadi lebih kuat, tahan banting, stabil, dan optimis dalam menghadapi stres serta mengurangi dampak dari stres yang dihadapi, suka bekerja keras karena dapat menikmati apa yang lakukannya, melihat kehidupan sebagai sesuatu yang harus dibuat bermakna, dan mampu menghadapi setiap peristiwa kehidupan. Oleh karena itu, *hardiness* diartikan

sebagai sifat manusia yang dapat membuat lebih kuat, stabil dan optimis dari semua hal.

Hardiness dan resiliensi adalah dua konsep yang saling terkait, namun memiliki tujuan yang berbeda. Perbedaan mendasar antara *hardiness* dan resiliensi terletak pada kedudukannya, *hardiness* mampu mendorong seseorang untuk menjadi resilien. Sedangkan pada resiliensi, mencakup pada pola pikir seseorang, artinya penilaian kognitif seseorang yang bersifat positif akan disimpan kemudian diubah menjadi sebuah perspektif.

Maka dari itu, penelitian mengenai *hardiness* dan resiliensi pada mahasiswa pekerja paruh waktu dalam pengerjaan tugas akhir menjadi sesuatu yang menarik untuk dikaji dan diteliti lebih lanjut, dengan adanya resiliensi, mahasiswa yang menjalani peran ganda diharapkan mampu bangkit kembali dari keterpurukannya dan mampu untuk menjalani hidupnya kembali.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti tertarik dan ingin melakukan penelitian mengenai **“Pengaruh *Hardiness* terhadap Resiliensi Mahasiswa Pekerja Paruh Waktu dalam Pengerjaan Tugas Akhir”**.

B. Perumusan Masalah

Perumusan masalah sebagai suatu pijakan untuk memulai sebuah penelitian. Dalam perumusan masalah berisi identifikasi masalah, pembatasan masalah dan pertanyaan penelitian.

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang di atas, permasalahan dalam penelitian dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- 1) Beban pendidikan dan pekerjaan dapat meningkatkan stres yang berpotensi menghambat resiliensi dalam menyelesaikan tugas akhir.
- 2) Resiliensi yang rendah mengakibatkan munculnya stres sehingga mahasiswa kesulitan mengatur waktu antara pekerjaan, pendidikan dan kehidupan pribadinya, hal ini dapat menghambat penyelesaian tugas akhir.

2. Pembatasan Masalah

Berdasarkan paparan identifikasi masalah di atas, peneliti menetapkan batasan masalah untuk mencegah meluasnya masalah dan fokus pada tujuan yang telah ditetapkan. Adapun pembatasan masalah yang menjadi pokok permasalahan untuk mengetahui pengaruh *hardiness* terhadap resiliensi mahasiswa pekerja paruh waktu dalam pengerjaan tugas akhir.

3. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan paparan pembatasan masalah diatas, maka dapat disusun pernyataan penelitian sebagai berikut:

- 1) Seberapa besar tingkat *hardiness* pada mahasiswa pekerja paruh waktu dalam pengerjaan tugas akhir?
- 2) Seberapa besar tingkat resiliensi pada mahasiswa pekerja paruh waktu dalam pengerjaan tugas akhir?
- 3) Seberapa besar pengaruh *hardiness* terhadap resiliensi pada mahasiswa pekerja paruh waktu dalam pengerjaan tugas akhir?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan paparan rumusan masalah di atas, maka peneliti menyampaikan tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini sebagai berikut.

- a. Untuk mengetahui tingkat *hardiness* pada mahasiswa pekerja paruh waktu dalam pengerjaan tugas akhir
- b. Untuk mengetahui tingkat resiliensi pada mahasiswa pekerja paruh waktu dalam pengerjaan tugas akhir.
- c. Untuk mengetahui pengaruh *hardiness* terhadap resiliensi pada mahasiswa pekerja paruh waktu dalam pengerjaan tugas akhir.

D. Manfaat/Kegunaan Penelitian

Dilihat dari tujuan penelitian di atas, maka manfaa/kegunaan penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini dapat berkontribusi pada pengembangan *khazanah* keilmuan, khususnya dalam bidang psikologi. Sehingga temuan-temuan dalam penelitian ini dapat menjadi rujukan penting bagi penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi:

a. Bagi Mahasiswa yang Bekerja

Penelitian ini diharapkan mampu diterapkan sebagai gambaran bagi mahasiswa yang bekerja agar mampu melewati tantangan dan rintangan yang dialami ketika mengerjakan tugas akhir sambil bekerja. Serta dapat memberikan informasi kepada mahasiswa yang bekerja agar dapat meningkatkan resiliensi yang dimilikinya.

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu diterapkan sebagai solusi untuk meningkatkan resiliensi. Peneliti juga berharap dari penelitian ini mendapatkan pengetahuan serta menambah wawasan peneliti khususnya tentang *hardiness* dan resiliensi.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengaruh *hardiness* terhadap resiliensi mahasiswa.

E. Sistematika Penelitian

a. BAB I: Pendahuluan

Bab satu merupakan bagian pendahuluan membahas tentang latar belakang masalah, perumusan masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah, pernyataan penelitian, tujuan penelitian dan manfaat/kegunaan penelitian.

b. BAB II: Landasan Teori

Bab dua menguraikan landasan teori, penelitian terdahulu, kerangka pemikiran dan hipotesis penelitian.

c. BAB III: Metode Penelitian

Bab tiga membahas metode dan pendekatan penelitian, tempat dan waktu penelitian, penentuan populasi dan sampel, variable penelitian, definisi oprasional variabel, teknik pengumpulan data, instrument penelitian, teknik analisi data, hipotesis statistil, sistematika penelitian, hipotesis statistik, dan rencana waktu penelitian.

d. BAB IV: Hasil Penelitian

Bab empat memaparkan temuan-temuan penelitian serta dilakukan pembahasan mendalam terhadap hasil yang didapatkan, sesuai dengan pertanyaan penelitian hasil.

e. BAB V: Penutup

Bab lima memaparkan simpulan dari hasil penelitaian dan berisi saran-saran bagi pihak terkait.