

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perguruan tinggi pasti mempunyai visi dan misi yang bertujuan mampu mencetak mahasiswa yang tidak hanya menguasai ilmu secara teorinya saja, tetapi juga menguasai penerapan dalam teorinya yang telah diajarkan sehingga mampu membentuk lulusan di masa depan yang dapat diandalkan dan professional (Ririn & Asmidir, 2013). Terbentuknya lulusan yang professional tidak terlepas dari faktor peserta didik atau disebut dengan mahasiswa. Muhibullah (2011) menjelaskan mahasiswa merupakan agen perubahan, kontrol sosial dan juga penerus bangsa. Mardelina dan Muhson (2017) mengungkapkan mahasiswa memiliki tugas dan tanggung jawab yang cukup besar baik sebagai seorang individu maupun sebagai bagian dari warga Negara. Kemudian, kebutuhan hidup yang membuat mahasiswa untuk mampu mencukupi kebutuhan dalam pendidikan dan juga untuk biaya hidupnya, mereka mencari jalan keluarnya yaitu dengan cara bekerja. Fenomena mahasiswa kerja sambilan bukan lagi hal yang baru, kuliah sambil bekerja tidak lagi menjadi sesuatu hal yang langka dan banyak dilakukan pada mahasiswa yang lemah dalam ekonomi, karena kenyataannya biaya hidup sehari-hari seringkali tidak sebanding dengan uang saku yang diberikan oleh orang tua (Dudija, 2011).

Dewasa ini, hampir semua orang dituntut untuk memiliki pekerjaan agar dapat melangsungkan hidup. Dengan pekerjaan, individu dapat memenuhi berbagai kebutuhan hidupnya. Tanpa pekerjaan, maka tidak akan mendapatkan penghasilan untuk membeli kebutuhan pokok sehari-hari seperti makan, pakaian, dan tempat tinggal. Bekerja pada suatu bidang pekerjaan sudah menjadi tuntutan dalam hidup seorang individu, begitupun sama seperti apa yang dialami oleh mahasiswa yang sambil bekerja.

Mahasiswa yang bekerja memiliki beban dan tanggung jawab yang besar, memiliki aktifitas, tanggung jawab yang lebih berat dan tujuan yang lebih kompleks (Purwandany, 2012). Banyak alasan yang melatarbelakangi mahasiswa kuliah sambil bekerja yaitu terkait finansial untuk memperoleh penghasilan agar bisa membayar pendidikan, kebutuhan sehari-hari, dan meringankan beban keluarga (Mardelina dan Muhson, 2017). Menurut Purwandany (2012) dengan demikian mahasiswa yang bekerja dituntut agar bisa membagi waktu antara kuliah dan bekerja, tetapi bisa menjalin hubungan baik secara personal dengan lingkungan perguruan tingginya. Oleh karena itu adanya pembagian waktu dan aktivitas yang dilakukan harus seimbang.

Qonitatin (dalam Fitriana, 2018) mengatakan bahwa tanggung jawab yang dipikul mahasiswa sangat besar sehingga menjadi tekanan yang dapat mempengaruhi kondisi psikologisnya dan menimbulkan rendahnya kesejahteraan subjektif. Namun, keberhasilan mahasiswa untuk menjalani masa-masa awal masuk dunia perkuliahan tergantung pada kesejahteraan subjektif individu masing-masing (Putri & Suprapti, 2014). Individu yang memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi mampu mempunyai ketahanan terhadap tekanan, stress dan depresi (Utami, 2009). Selanjutnya, adanya tingkat kesejahteraan subjektif yang tinggi pada mahasiswa, yaitu mahasiswa akan memiliki kinerja yang baik di bidang akademis (Fitriana, 2018).

Menurut Diener (1984) *subjective well being* atau kesejahteraan subjektif adalah suatu tolok ukur dari keseluruhan aspek kehidupan dan menekankan pada penilaian seseorang terhadap kehidupan yang dijalani. Menurut Diener (2000) ada 3 aspek kesejahteraan subjektif yaitu: (1) kepuasan hidup (*life satisfaction*), penilaian seseorang tentang kepuasan hidup (2) afek positif,

seseorang yang mengalami suasana hati yang menyenangkan (3) afek negatif, seseorang yang mengalami beberapa perasaan yang tidak menyenangkan.

Penelitian yang dilakukan oleh Sutrisno (2019) adanya kesejahteraan subjektif pada 199 mahasiswa, terdapat 41 subjek pada kategori rendah dengan persentase 20,6%, kemudian 89 subjek pada kategori sedang dengan persentase 44,7%, 56 subjek pada kategori tinggi dengan persentase 28,1%. Dapat disimpulkan penelitian yang dilakukan oleh Sutrisno tentang kesejahteraan subjektif pada mahasiswa terdapat pada kategori “sedang” dengan 89 subjek dan persentase 44,7%.

Peneliti melakukan wawancara pada hari Rabu, 23 Oktober 2020 hingga Jum'at 25 Oktober 2020 di Tangerang kepada 10 orang mahasiswa yang bekerja. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh data sebanyak 8 dari 10 orang mahasiswa yang bekerja menunjukkan adanya gejala kesejahteraan subjektif yang cenderung rendah. Subjek yang memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah ditunjukkan dengan adanya masalah psikologis dan banyak tekanan. Kesepuluh subjek merupakan mahasiswa yang berada di Tangerang. Subjek mengaku bahwa subjek sering menghadapi permasalahan selama ini. Permasalahan yang biasa dihadapi adalah adanya tekanan, stress dan manajemen waktu dalam pembagian waktu kerja dan sekaligus menjadi mahasiswa.

Tiga orang subjek mengaku sering merasakan beban yang cukup berat dan sulit terhadap pembagian waktu kuliah dan bekerja. Salah satu subjek memiliki keinginan untuk berhenti berkuliah saja karena terlalu banyak tugas tugas yang tidak diselesaikan dalam tepat waktu. Sedangkan subjek lain masih kebingungan dalam pembagian waktu kuliah dan bekerja. Selain itu subjek juga merasa tertekan karena adanya tuntutan dari pekerjaan maupun tugas tugas kuliah

yang harus diselesaikan tepat waktu. Subjek merasa penyebab masalah-masalah tersebut adalah dirinya, yang mereka alami setiap hari.

Sedangkan empat subjek lainnya merasakan perasaan yang tidak menyenangkan dengan kehidupan yang dijalannya. Subjek merasa terbebani dengan permasalahan yang dihadapi selama ini. Selain itu, subjek lainnya juga memiliki perasaan yang tidak bahagia, mereka merasakan adanya keirian pada mahasiswa-mahasiswa lain yang bisa bermain, nongkrong dan tidak bekerja. Oleh karena itu subjek merasa pilihannya untuk berkuliah sambil bekerja ini merupakan sebuah penyesalan, tetapi subjek juga berfikir harus menghasilkan uang tambahan untuk kebutuhan sehari-hari.

Sudjarawadi (dalam Fitriana, 2018) mengatakan mahasiswa agar dapat mengatasi permasalahannya dan bisa menjalani peran dan tanggung jawab yang baik, mahasiswa diharapkan dapat memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi. Penelitian ini penting dilakukan karena menurut Ariati (2010) kesejahteraan subjektif yaitu penjumlahan dari pengalaman positif yang terjadi di kehidupan seseorang, semakin individu mempunyai peristiwa yang menyenangkan dan bahagia maka individu tersebut semakin puas. Individu dapat dikatakan memiliki kesejahteraan subjektif yang tinggi jika dia mengalami kepuasan hidup dan mengalami kegembiraan dalam hidupnya sesering mungkin dan jarang mengalami emosi yang tidak menyenangkan (Utami, 2009). Menurut Ariati (2010) kesejahteraan subjektif dapat diketahui dengan ada tidaknya perasaan bahagia, ketika individu menilai lingkungan kerja sebagai lingkungan yang menarik, dan menyenangkan. Itu semua dapat dikatakan bahwa individu tersebut merasa bahagia dan dapat menunjukkan kinerja yang optimal.

Menurut Eryilmaz (2010) beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif yaitu: (1) Jenis kelamin (2) Usia (3) Pendidikan (4) Pendapatan. Ditambahkan oleh Emmons &

McCullough (2003) faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif yaitu kebersyukuran. Kebersyukuran merupakan salah satu dari emosi dasar yang diperlukan untuk stabilitas individu. Mengungkapkan rasa syukur baik itu terhadap manusia dalam bentuk terimakasih dan kepada Tuhan dalam bentuk yang lebih tinggi merupakan suatu kebijakan yang telah diakui secara universal.

Kebersyukuran termasuk faktor yang saling berpengaruh terhadap kesejahteraan seseorang, sebagaimana hasil penelitian yang dilakukan Dewanto dan Retnowati (2015) terhadap kelompok yang memiliki disabilitas fisik. Individu yang memiliki disabilitas fisik akan sulit untuk menyesuaikan diri di lingkungan sehari-hari mereka. Tetapi jika individu telah mengalami fase untuk mampu bersyukur hal ini akan menimbulkan kesejahteraan. Berdasarkan penjelasan diatas, dapat dijelaskan bahwa bersyukur merupakan salah satu faktor untuk menciptakan rasa sejahtera dalam kehidupan seseorang atau biasa disebut dengan kesejahteraan subjektif.

Menurut McCullough, Kimeldorf dan Cohen (2008) bersyukur merupakan bentuk emosi yang menyenangkan dengan didahului terbentuknya suatu persepsi bahwa dirinya mendapatkan suatu manfaat dari pemberian atau kemurahan hati orang lain. Menurut McCullough, Emmons dan Tsang (2002) ada beberapa aspek kebersyukuran, yaitu (1) Intensitas (*Intensity*) merupakan individu yang sangat bersyukur ketika terjadi hal-hal positif, biasanya individu lebih intens untuk bersyukur (2) Frekuensi (*Frequency*) individu yang sering mengekspresikan rasa syukurnya setiap hari (3) Rentang (*Span*) diartikan sebagai rasa syukur individu di berbagai kondisi kehidupannya seperti rasa syukur atas pekerjaan, kesehatan maupun keluarga (4) Kerapatan (*Density*) syukur individu terhadap lebih banyak orang.

Kesejahteraan subjektif pada diri individu akan diindikasikan dengan sebuah pemaknaan terhadap kebahagiaan yang dimilikinya. Kebahagiaan juga mengacu kepada pengalaman

subjektif yang mengarah kepada penilaian terhadap hidup yang dijalani. Kesejahteraan subjektif merupakan evaluasi kognitif dan afektif seorang individu dalam kehidupannya. Ketika individu dapat memaknai kebahagiaan dalam hidupnya dengan baik maka individu tersebut akan menunjukkan karakteristik yang diinginkan untuk menjadi sejahtera, sejahtera secara subjektif dapat diwujudkan dengan adanya kebersyukuran atas nikmat Allah yang diberikan kepada individu tersebut (Sndyer, 2002). Menurut Wood dkk (dalam Kurnianita 2018) mengatakan rasa syukur dapat menyebabkan individu untuk mempunyai kesejahteraan subjektif yang tinggi dan sebaliknya. Semakin mempunyai rasa syukur maka akan semakin sejahtera hidupnya. Individu yang mempunyai rasa syukur tinggi akan memiliki tingkat stress yang rendah dan tidak mudah depresi. Berdasarkan uraian diatas, peneliti mengajukan sebuah rumusan permasalahan, apakah ada hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa yang bekerja.

B. Tujuan dan Manfaat

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa yang bekerja.

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap perkembangan khasanah ilmu psikologi, khususnya yang berkaitan dengan kebersyukuran dan kesejahteraan subjektif.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan bahan pertimbangan antisipatif mengenai kesejahteraan subjektif, serta memberikan informasi mengenai

pentingnya kebersyukuran untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif seseorang yang lebih baik.