

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Masa dewasa awal menurut Hurlock, 1996 (dalam Wibowo & Rahmadi, 2015) akan dimulai saat individu berusia 18 tahun sampai sekitar usia 40 tahun. Lebih lanjut dijelaskan, bahwasanya masa dewasa awal ini merupakan masa permulaan bagi individu dalam menyesuaikan dirinya dengan pekerjaan. Kemudian, sekitar usia 20an tahun, individu akan mengalami satu masa yang dikenal sebagai masa pengharapan kerja. Jadi, setiap individu yang sudah memasuki usia dewasa awal diharapkan sudah dapat memilih pekerjaan yang disesuaikan dengan minat bahkan bakatnya atau paling tidak sudah mempersiapkan diri dari sekarang untuk menghadapi dunia kerja (Wibowo & Rahmadi, 2015).

Lalu, untuk seorang mahasiswa akan dikategorikan pada tahap perkembangan antara masa remaja dan masa dewasa awal dengan rentang usia berkisar 18 sampai 25 tahun yang memiliki tugas pemantapan pendirian hidup dan perkembangan termasuk meniti kariernya (Yusuf dalam Peramu, 2019). Dan menurut Sarwono, 1978 (dalam Gafur, 2015) mahasiswa merupakan seseorang yang secara resmi telah terdaftar untuk belajar di perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18-30 tahun. Dalam meniti karier di usia ini banyak mahasiswa yang memilih untuk bekerja paruh waktu di luar kesibukan aktivitas perkuliahannya.

Hal ini selaras dengan adanya program dari salah satu perguruan tinggi terutama perguruan tinggi swasta yaitu Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang terlihat pada laman *website* yang dapat diakses di link berikut: <http://kk.mercubuana-yogya.ac.id/>. Pada laman tersebut tertera kelas khusus yaitu kelas karyawan yang tidak memiliki batas usia dan jam perkuliahan yang dapat dipilih oleh mahasiswanya sendiri. Hal ini tentu menjadi salah satu solusi yang dipilih oleh individu yang ingin melanjutkan perkuliahan sekaligus meniti karier dengan bekerja.

Fenomena kuliah sambil bekerja bukanlah hal yang baru dan tidak hanya di Yogyakarta, namun hampir di seluruh pelosok Indonesia bahkan mahasiswa di luar negeri. Hal ini sejalan dengan bermacam alasan yang melatarbelakangi mahasiswa perlu kuliah sambil bekerja yang dipaparkan oleh Mardelina dan Muhson (2017), adapun utamanya ialah berkaitan dengan urusan finansial yang dari pekerjaan tersebut akan memperoleh penghasilan untuk membayar uang kuliah dan memenuhi kebutuhan sehari-hari sebagai upaya meringankan beban keluarga. Lebih lanjut dijelaskan beberapa alasan yang berbeda lainnya ialah untuk pengisi waktu senggang disebabkan agenda perkuliahan yang tidak terlalu padat, melatih hidup mandiri, mencari pengalaman di luar perkuliahan, bahkan menyalurkan hobi dan beberapa hal lainnya (Mardelina & Muhson, 2017).

Hal ini menjadikan mahasiswa yang bekerja sambil kuliah memiliki 2 tanggung jawab sekaligus, mahasiswa bertanggung jawab terhadap kehidupan pribadi terutama perkuliahan, sekaligus pekerjaannya. Maka akan menimbulkan

konflik tersendiri bagi mahasiswa yang bekerja, hal ini selaras dengan penuturan dari Octavia dan Nugraha (2013) yang apabila mahasiswa tidak dapat mengatur dengan baik berbagai aktivitas terutama kuliah dan pekerjaannya akan menyebabkan fokus mahasiswa terpecah, jadwal antara istirahat, belajar, bekerja, bahkan berinteraksi dengan teman-teman dan dosen menjadi tidak teratur. Tidak hanya itu, dari pemaparan Mardelina dan Muhson (2017), kuliah sambil bekerja berakibat pada aktivitas belajar mahasiswa yang menjadi berkurang secara signifikan disebabkan banyaknya waktu yang tersita untuk bekerja, sehingga menghabiskan sebagian waktu, energi, tenaga, serta pikiran untuk bekerja. Lebih lanjut dipaparkan bahwasannya kenyataan seperti itulah yang membuat mahasiswa kesulitan dalam mengatur bahkan membagi waktu antara pekerjaan dan perkuliahan, maka dari itu aktivitas mahasiswa bertambah yang menjadikan mahasiswa yang bekerja cenderung mengabaikan tugasnya sebagai seorang mahasiswa. Ketika mahasiswa tidak mampu mengatur waktu dengan baik dan sebab faktor-faktor lain seperti efikasi diri dari mahasiswa, motivasi belajar mahasiswa, ataupun penurunan konsentrasi saat mengikuti pembelajaran yang berpengaruh dengan signifikan pada aktivitas belajar mahasiswa yang bekerja (Mardelina & Muhson, 2017).

Adapun hal tersebut memberikan tantangan bagi mahasiswa yang kuliah sambil bekerja yaitu menyeimbangkan antara kehidupan dan pekerjaannya. Hal ini selaras dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh Octavia dan Nugraha (2013) yang dipaparkan dalam penelitiannya yaitu mahasiswa yang kuliah sambil

kerja bisa memunculkan transformasi dalam kegiatan perkuliahan dan proses belajar mahasiswa, bilamana mahasiswa tidak melaksanakan perannya sebagai mahasiswa sekaligus sebagai pekerja dengan seimbang. Keseimbangan yang dimaksud adalah keseimbangan antara kehidupan pribadi termasuk perkuliahan dan juga pekerjaan atau karier yang dipilihnya. Keseimbangan antara kehidupan pribadi dan pekerjaan ini biasanya dikenal dengan *work-life balance* dan yang awalnya disebut sebagai *work family conflict* (Poulose & Sudarsan, 2014). *Work-life balance* yaitu ketika individu menunjukkan bahwa dirinya dapat berhasil mengelola tanggung jawab dan mencapai tujuan di berbagai bidang kehidupan, menghasilkan kepuasan di bidang tersebut dan dalam kehidupan secara keseluruhan (Bulger & Fisher, 2012), dan hal ini berkaitan dengan sejauh mana individu tersebut sama-sama terlibat dan merasa puas pada peran di pekerjaannya serta di kehidupannya (Greenhaus, Collins, & Shaw, 2003). Selain itu juga, menurut Weckstein (2008) *work-life balance* merupakan suatu konsep keseimbangan yang mengikutsertakan ambisi atau karier dengan kebahagiaan, waktu luang keluarga serta pengembangan spiritual. Sehingga bilamana antara kedua peran tersebut atau bahkan salah satunya tidak terpenuhi peran lainnya, maka akan timbul masalah tertentu yang menyebabkan ketidakseimbangan.

Fisher, Bulger dan Smith (2009) mengemukakan empat dimensi dalam *work-life balance*, antara lain: (1) *Work Interference With Personal Life* (Pekerjaan mengganggu kehidupan pribadi) yaitu dimensi yang mengacu pada sejauh mana pekerjaan dapat mengganggu kehidupan pribadi individu, (2)

Personal Life Interference With Work (Kehidupan pribadi mengganggu pekerjaan) yaitu dimensi yang mengacu pada sejauh mana kehidupan pribadi mengganggu pekerjaan, (3) *Work Enhancement Of Personal Life* (Pekerjaan meningkatkan kehidupan pribadi) yaitu dimensi yang mengacu pada sejauh mana pekerjaan meningkatkan kehidupan pribadi dan (4) *Personal Life Enhancement Of Work* (Kehidupan pribadi meningkatkan pekerjaan) yaitu dimensi yang mengacu pada sejauh mana kehidupan pribadi meningkatkan pekerjaan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Triwijayanti dan Astiti (2019), menunjukkan hasil deskripsi data bahwa *work-life balance* yang mempunyai *mean* teoritis sebesar 65, serta *mean* empiris sebesar 74,67, hingga mempunyai nilai *t* sebesar 24,287 ($p=0,000$). Kemudian dengan berlandaskan frekuensi penyebaran didapatkan hasil ialah sebanyak 134 mahasiswa yang bekerja di Denpasar memperoleh tingkat *work-life balance* dengan kategori sedang atau dengan persentase sebesar 83,8%. Hal tersebut mengindikasikan bahwasanya mahasiswa yang bekerja di Denpasar belum optimal sebab masih mempunyai potensi konflik yang terjadi antara karier dengan kehidupan pribadi.

Adapun hal ini selaras dengan hasil survei yang dilakukan oleh peneliti pada 22 Oktober 2021 terhadap 4 mahasiswa kelas karyawan dan melanjutkan pengumpulan data melalui wawancara pada 5 mahasiswa kelas karyawan lainnya pada tanggal 12-20 April dengan rentang usia ke-9 mahasiswa tersebut yaitu 22-28 tahun. Subjek adalah mahasiswa yang bekerja dengan rentang waktu berkisar 20-40 jam per minggunya. Didapatkan kedelapan subjek dari sembilan yang

memunculkan dimensi-dimensi *work-life balance* yang memiliki tingkatan cenderung rendah. Menurut subjek pada dimensi *work interference with personal life*, terkadang adanya *deadline* dan jam kerja yang padat, serta banyaknya pekerjaan yang dilakukan di luar jam kerja, bahkan mengharuskan subjek untuk lembur dan jatuh sakit ketika menjalaninya bersamaan dengan UTS. Hal ini menjadikan waktu dan tenaga subjek tersita lebih banyak sehingga mengganggu pengerjaan tugas kuliah bahkan terganggu ketika melakukan *zoom meeting* saat bekerja, hingga saat dirumah kurangnya waktu dan interaksi bersama keluarga. Pada *personal life interference with work* subjek sebagai mahasiswa yang memiliki tanggung jawab pada perkuliahan dan pekerjaan, terkadang adanya tugas perkuliahan memberikan beban pikiran tersendiri bagi subjek yang dapat mengganggu fokus saat bekerja. Hal ini terutama akan mengganggu ketika *deadline* tugas perkuliahan bentrok dengan *deadline* pekerjaan, bahkan menurut salah satu subjek kehidupan pribadi terutama perkuliahan mengganggu pekerjaan sebab satu sisi subjek lebih memprioritaskan pekerjaan dan dalam pekerjaanpun tidak mengenal alasan apapun atau tidak ada toleransi bilamana urusan pribadi hingga perkuliahan akan menghambat penyelesaian pekerjaan.

Namun, sebaliknya pada dimensi *personal life enhancement of work* dari kesembilan didapatkan delapan subjek memaparkan bahwasanya dari ilmu perkuliahan yang subjek telah pelajari sangat mendukung pekerjaan dan mampu membantu untuk meningkatkan status sosial, serta meningkatkan posisi dalam bekerja dan berkarier lebih tinggi. Pada dimensi *work enhancement of personal*

life subjek mengatakan bahwasanya pekerjaan mampu memberikan pengalaman lapangan yang membantu subjek memahami materi perkuliahan lebih baik, ditambah ada pekerjaan subjek sangat relevan. Tidak hanya itu subjek juga merasa pekerjaannya sangat membantu sebab dapat membiayai perkuliahannya sendiri dan juga dapat membantu perekonomian keluarga, serta subjek mengharapkan pekerjaannya dapat menjadi landasan dalam memilih minat atau jenjang selanjutnya setelah lulus kuliah nanti. Walau begitu satu diantaranya mengaku bahwasanya kehidupan pribadi terutama perkuliahan tidak begitu berpengaruh pada pekerjaan sebab pekerjaan yang dilakoninnya tidaklah relevan dengan jurusan perkuliahannya yaitu psikologi, sedangkan subjek bekerja sebagai asisten apoteker yang sudah lebih dulu dijalannya sebelum memilih jurusan psikologi sebagai alternatif karena tidak mampu berkuliah di jurusan farmasi yang diakuinya lebih mahal.

Jadi dapat disimpulkan bahwa dari beberapa subjek yang merupakan mahasiswa kelas karyawan ini belum optimal dalam pencapaian *work-life balance* sebab masih memiliki beberapa kendala yang terjadi antara pekerjaan dengan kehidupan pribadi terutama perkuliahannya. Namun, demikianlah bagaimana mahasiswa yang memilih berkuliah sambil bekerja diharapkan mampu menjalani tanggung jawab serta tugasnya sebaik mungkin, hal tersebut dapat dimulai dari menerapkan manajemen waktu untuk perkuliahan dan pekerjaan dengan baik, menjaga kedisiplinan dalam menjalaninya keduanya, hingga tidak lupa pula untuk

senantiasa memperhatikan kesehatan sebab untuk menjalani perkuliahan dan pekerjaan cukup menyita waktu dan fisik (Mardelina & Muhson, 2017).

Kemudian, adapun menurut Poulouse dan Sudarsan (2014) yaitu faktor-faktor yang mempengaruhi *work-life balance* diantaranya sebagai berikut: (1) faktor individu, (2) faktor organisasi, (3) faktor sosial dan (4) faktor lainnya. Tidak jauh beda faktor-faktor yang mempengaruhi *work-life balance* menurut Triwijayanti (2017) dari pencapaian *work-life balance* dapat dipengaruhi oleh empat faktor, diantaranya ialah (1) motivasi berprestasi, (2) keyakinan akan kemampuan diri subjek (*self-efficacy*), (3) dukungan sosial, dan (4) dukungan organisasi. Salah satu faktor yang menyebabkan *work-life balance* adalah *self-efficacy*. *Self-efficacy* ialah salah satu dari faktor yang mempengaruhi *work-life balance*, yang apabila semakin tinggi tingkat *self-efficacy* individu maka pola pikir dan perilaku individu akan mengarah pada sikap optimis terhadap apa yang dilakukannya (Bandura, 1999). Lebih lanjut dipaparkan bahwa individu yang merasa dirinya mempunyai efikasi yang baik dalam bertindak serta berpikir akan merasa beda dengan individu lainnya yang tidak memiliki efikasi diri yang baik dan individu yang memiliki efikasi yang baik memiliki pandangan tersendiri terhadap masa depannya.

Hal ini selaras dengan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dengan kelima subjek yang memaparkan bahwasanya faktor yang paling berpengaruh yaitu dorongan dari diri subjek pribadi yang dimulai dari subjek yakin untuk memutuskan dirinya menjalani kuliah sambil kerja, lalu membiayai

perkuliahan dari hasil kerjanya hingga yakin dapat menjalani pekerjaan dan kehidupan pribadi serta perkuliahan secara bersamaan dengan memaksimalkan kemampuan yang dimiliki tiap subjek sesuai dengan yang dijalannya. Bahkan hal ini membuat subjek harus pandai dalam mengelola atau mengatur segala macam hal agar kedua peran dan tanggung jawab yang sudah dipilihnya terpenuhi tanpa ada yang terbengkalai, walau di beberapa kesempatan subjek butuh ekstra untuk mengatur waktu agar tidak bentrok yang berujung pada pengabaian dari salah satunya.

Menurut Bandura (1997) definisi *self-efficacy*, yaitu keyakinan atau rasa percaya diri individu pada kemampuannya untuk mengerahkan motivasi, kognisi, serta mengerahkan tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai keberhasilan dalam menyelesaikan tugas dan konteks tertentu. Sedangkan menurut Baron dan Byrne, 1991 (dalam Ghufron & Rini, 2014), *self-efficacy* merupakan evaluasi bagi individu atas kompetensi atau kemampuan dirinya dalam perihal menyelesaikan suatu tugas, mencapai tujuan, hingga mengatasi hambatan yang dihadapi. Selain itu, Alwisol (2018) juga memaparkan bahwa *self-efficacy* terkait dengan keyakinan individu pada kemampuannya yaitu bagaimana individu menilai dirinya apakah mampu atau tidak mengerjakan sesuai yang diarahkan dan melakukan tindakan yang memuaskan. Dan hal ini juga selaras dengan pemaparan Feist dan Feist (2009), *self-efficacy* yaitu individu yang memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu bertindak untuk mencapai hasil yang diinginkan dalam keadaan tertentu. Kemudian, Bandura (1997) berpendapat bahwa *self-efficacy*

terdiri dari tiga dimensi antara lain: (1) *level* (tingkat), (2) *generality* (generalisasi), (3) *strength* (kekuatan).

Sesuai perkembangan karier remaja akhir menuju dewasa awal dengan rentang usia 15-24 tahun masuk pada tahap eksplorasi yaitu individu mulai mencoba berbagai peran serta menjelajahi berbagai pekerjaan (Sharf, 2014). Sehingga tidak heran apabila individu dengan rentang usia tersebut memilih untuk bekerja walau memang menimba ilmu menjadi suatu kewajiban baginya. Hal tersebut menjadi salah satu tantangan tersendiri bagi individu yang berkuliah sambil kerja, sehingga individu memerlukan kemampuan khusus dalam menghadapinya. Maka hal inilah yang berkaitan dengan *self-efficacy*, selaras dengan yang dipaparkan oleh Betz (2004) yaitu *self-efficacy* dapat mempengaruhi keterampilan pengambilan keputusan karier individu, dan pilihan karier ditetapkan dalam proses eksplorasi karier, sehingga individu memiliki ketekunan yang lebih besar dalam menghadapi masalah atau rintangan.

Individu dengan *self-efficacy* yang baik juga cenderung beradaptasi dengan masalah secara realistis dan berpikir rasional untuk menyelesaikannya. Misalnya, individu dapat mengambil tanggung jawab untuk setiap pekerjaan atau aktivitas dan memperlakukan masalah sebagai penyebab untuk diselesaikan. Serta bersemangat lalu berusaha untuk mencapai hasil yang diinginkan, dan percaya pada kemampuannya sendiri (Lauster, 1998).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Triwijayanti dan Astiti (2019) yaitu menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki peran yang signifikan dalam

meningkatkan *work-life balance* pada mahasiswa yang bekerja di Denpasar. Semakin tinggi tingkat *self-efficacy* individu, maka semakin tinggi tingkat *work-life balance* individu semakin baik (Lauster, 1998). Kemudian Chan, dkk (2016) memaparkan bahwa *self-efficacy* berkorelasi secara signifikan dan positif dengan *work-life balance*. Adapun hal ini juga dikuatkan oleh hasil penelitian yang telah dilaksanakan oleh Hasna, Wibowo dan Mulawarman (2019) yang memberikan kesimpulan bahwasanya terdapat hubungan yang signifikan secara parsial serta simultan di antara *self-efficacy*, dukungan sosial, dan *work-life balance*.

Penelitian sebelumnya mengenai *self-efficacy* dan *work-life balance* oleh Triwijayanti dan Astiti (2019) yaitu menunjukkan bahwa peran dukungan sosial beserta *self-efficacy* berpengaruh dengan signifikan dalam meningkatkan *work-life balance* pada mahasiswa yang bekerja di Denpasar.

Peneliti belum banyak menemukan penelitian yang berfokus pada *self-efficacy* dan *work-life balance*, dan telah dipaparkan di atas penelitian sebelumnya memiliki beberapa fokus penelitian yaitu pada peran dukungan sosial keluarga dan *self-efficacy* dengan *work-life balance*. Sehingga berdasarkan fakta, pendapat para ahli dan penelitian sebelumnya, peneliti merasa penting meneliti mengenai *self-efficacy* dan *work-life balance* pada mahasiswa kelas karyawan yang menginjak usia dewasa awal.

Berdasarkan uraian tersebut, maka rumusan penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *self-efficacy* dengan *work-life balance* pada mahasiswa kelas karyawan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan *work-life balance* pada mahasiswa kelas karyawan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangsih bagi ilmu psikologi khususnya pada bidang psikologi industri dan organisasi yang berkaitan dengan hubungan antara *self-efficacy* dan *work-life balance* pada mahasiswa kelas karyawan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

b. Manfaat Praktis

- 1) Manfaat secara praktis dari penelitian ini untuk menambah informasi tentang hubungan antara *self-efficacy* dan *work-life balance* pada mahasiswa kelas karyawan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- 2) Untuk menjadi sumber informasi serta referensi bagi para peneliti lain yang akan mengadakan penelitian sejenis kedepannya.