

BAB I

PENDAHULUAN

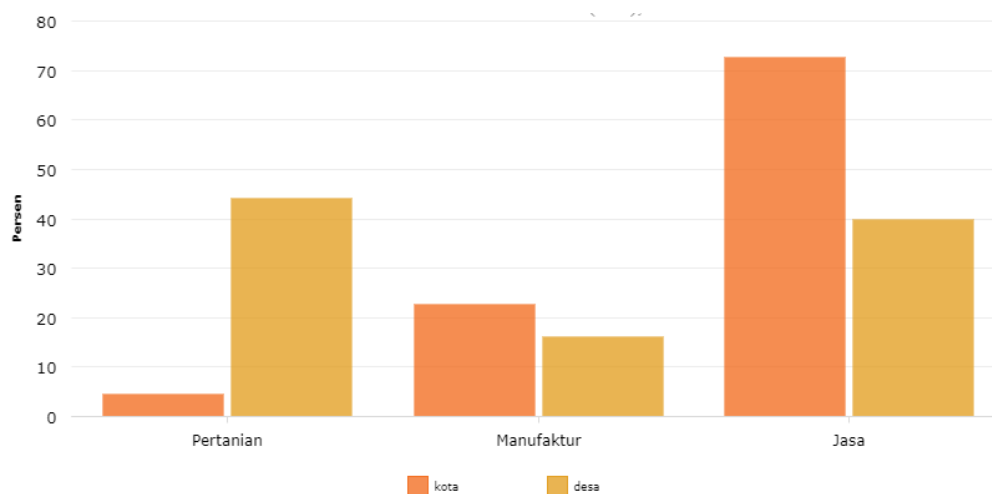
A. Latar Belakang Permasalahan

Mahasiswa merupakan periode peralihan dari masa remaja (18-22) menuju masa dewasa. Pada fase ini, seseorang yang menyanggah status mahasiswa akan memiliki sikap yang lebih konkrit dan kritis dalam menghadapi masalah (Ningrum & Usroh, 2018). Permasalahan yang terjadi cukup beragam, mulai dari masalah akademik, sosial-budaya, dan finansial. Hal ini menuntut mahasiswa untuk dapat berpikir kritis dalam menghadapi masalah selama pendidikan. Permasalahan finansial menjadi problematika sebagian besar mahasiswa dengan ekonomi sulit. Mahasiswa memiliki banyak kebutuhan yang harus dipenuhi selama menempuh pendidikan. Kebutuhan ini mencakup uang kuliah, uang buku, perlengkapan, kebutuhan tugas, maupun biaya lainnya yang diperlukan guna menunjang kelancaran pendidikan (Rahmanias, 2020).

Mahasiswa dengan ekonomi yang serba kekurangan memiliki tantangan di tengah banyaknya kebutuhan dalam memenuhi kebutuhan selama perkuliahan. Salah satu cara untuk bertahan di situasi tersebut adalah dengan bekerja. Bekerja di tengah kesibukan kuliah menjadi alternatif yang banyak dipilih sebagian besar mahasiswa. Mahasiswa yang bekerja memiliki banyak motif maupun faktor di balik keputusan untuk bekerja di sela-sela waktu perkuliahan. Penelitian Novia (2018) menemukan fakta bahwa faktor kebutuhan menjadi dorongan terbesar mahasiswa memutuskan untuk kuliah sambil bekerja. Faktor kebutuhan yang dimaksud mencakup kebutuhan hidup sehari-hari maupun kebutuhan kuliah.

Novia (2018) menjelaskan bahwa mahasiswa termotivasi untuk meringankan beban ekonomi keluarga, sehingga memutuskan untuk kuliah dan bekerja. Apalagi

dalam kondisi Pandemi Covid-19 ini, kondisi ekonomi sebagian besar masyarakat ikut terancam yang disebabkan banyaknya pembatasan aktivitas ekonomi dan pemutusan hubungan kerja dalam skala besar. Badan Pusat Statistik (2020) melaporkan jumlah siswa 10-24 tahun yang bekerja setiap tahunnya mengalami peningkatan. Jayani (2021) menjelaskan bahwa selama pandemi Covid-19 terjadi kenaikan jumlah mahasiswa yang bekerja. Mahasiswa yang bekerja tidak hanya yang tinggal di daerah perkotaan tetapi di daerah pedesaan yang tersebar pada berbagai sektor misalnya pertanian, manufaktur, dan jasa. Hal ini disajikan pada gambar di bawah ini (Lihat Gambar 1):



Gambar 1. Grafik Siswa 10-24 Tahun yang Bekerja Menurut Lapangan Usaha

Berdasarkan gambar 1 dapat diketahui bahwa sebanyak 698 siswa yang berusia 10-24 tahun menjalankan peran ganda sebagai siswa dan pekerja. Beberapa diantaranya merupakan mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan tinggi dan sekaligus menjalankan peran lainnya sebagai pekerja. Pekerjaan yang dipilih oleh mahasiswa di wilayah perkotaan umumnya barista, penjaga toko, penjual makanan, dan lain-lain (Ningrum & Usroh, 2018). Hal ini dikarenakan pekerjaan-pekerjaan tersebut yang tidak terikat dan dapat dilakukan di sela-sela aktivitas perkuliahan.

Mahasiswa yang bekerja memiliki banyak tantangan dan permasalahan dalam menjalankan kedua aktivitas tersebut secara bersamaan. Penelitian Wensly (2016)

mengungkapkan bahwa permasalahan yang sering dihadapi oleh sebagian besar mahasiswa yang bekerja antara lain terlambat mengikuti perkuliahan, terlambat mengumpulkan tugas, kurangnya minat untuk melanjutkan kuliah, serta kurangnya interaksi dengan teman-teman di perkuliahan. Hal ini terjadi ketika mahasiswa yang bekerja tidak mampu mengelola waktu dengan baik, sehingga mahasiswa lebih banyak mengorbankan aktivitas perkuliahan untuk melakukan pekerjaan.

Mardelina dan Muhson (2017) menjelaskan serupa bahwa kerja *part-time* berpengaruh secara signifikan terhadap aktivitas belajar dan prestasi akademik mahasiswa. Hasil penelitian Mardelina dan Muhson (2017) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang bekerja cenderung memiliki waktu yang terbatas dalam menjalankan aktivitas perkuliahan, sehingga mahasiswa cenderung memperoleh prestasi akademik yang lebih rendah. Permasalahan-permasalahan tersebut bersinggungan dengan ketersediaan waktu mahasiswa yang bekerja dalam menjalankan aktivitas perkuliahan. Hal ini terjadi ketika mahasiswa kesulitan membagi waktu untuk bekerja, berkuliah, dan mengerjakan tugas (Novia, 2018).

Mahasiswa yang bekerja perlu ketahanan psikologis dalam menghadapi berbagai permasalahan yang kompleks akibat adanya peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja. Mahasiswa yang bekerja memerlukan kemampuan untuk beradaptasi secara positif dan kemampuan luar biasa untuk bertahan dan bangkit dari berbagai permasalahan (Dinumurti, 2020). Oleh karena itu, mahasiswa memerlukan kemampuan resiliensi untuk tetap bertahan dalam situasi penuh tekanan tersebut. Resiliensi menjadi kemampuan yang perlu dibentuk oleh mahasiswa yang bekerja di tengah kesibukan kuliah dan bekerja dalam waktu yang bersamaan.

Resiliensi merupakan *output* psikologis yang menjadi ukuran kemampuan dalam mengatasi stres, yang berperan penting dalam intervensi adanya kecemasan, depresi,

maupun reaksi stres akibat peristiwa yang mengancam psikologis individu (Connor & Davidson, 2003). Rubim dan Borges (2017) mendefinisikan resiliensi sebagai kombinasi dari adanya tindakan preventif yang digabungkan dengan kegiatan responsif atas peristiwa traumatis untuk mempertahankan fungsi dasar psikologis individu. Connor dan Davidson (2003) menyatakan terdapat 5 (lima) aspek utama yang membentuk resiliensi yaitu *personal competence*, *trust in one's instincts*, *positive acceptance of change and secure relationships*, *control and factor*, dan *spiritual influences*. Sedangkan Rubim dan Borges (2017) menyatakan 5 (lima) aspek yang turut membentuk resiliensi antara lain, *resource*, *strategy*, *way of application*, *object of action*, dan *planning*.

Permasalahan resiliensi pada mahasiswa menjadi penting untuk dikaji secara ilmiah. Penelitian Adinda (2021) melaporkan bahwa sebanyak 58 mahasiswa (71%) memiliki resiliensi pada tingkat sedang dan sebanyak 10 mahasiswa (12%) memiliki resiliensi pada tingkat rendah. Hal ini menunjukkan sekitar 83% mahasiswa yang diteliti diketahui belum memiliki modal untuk bertahan dalam situasi yang penuh tekanan. Adinda (2021) menjelaskan bahwa mahasiswa dengan resiliensi pada kategori sedang maupun rendah sangat rentan mengalami kegagalan untuk bangkit dalam keterpurukan. Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian Palmarius dan Barus (2021) yang mengungkapkan bahwa sebanyak 34 orang (58,6%) pekerja harian memiliki resiliensi yang rendah. Pekerja yang memiliki resiliensi rendah cenderung gagal untuk bangkit dalam kondisi yang penuh tekanan di pekerjaan. Hal ini menyebabkan banyak pekerja yang kesulitan bertahan dan memilih meninggalkan pekerjaan mereka sebagai respon ketidakmampuan individu menghadapi tuntutan dalam pekerjaan. Pada mahasiswa yang bekerja, individu dihadapkan pada dua tekanan mencakup tekanan

akademik dan tekanan dalam pekerjaan. Resiliensi sangat diperlukan bagi mahasiswa yang bekerja untuk dapat bertahan menjalankan dua peran dengan dua tekanan tersebut.

Permasalahan resiliensi pada penelitian ini dilakukan dengan melakukan wawancara singkat untuk memperoleh gambaran resiliensi pada mahasiswa yang bekerja. Wawancara dilakukan pada tanggal 4 Januari 2022 kepada 3 orang mahasiswa yang bekerja melalui media chat dan *voice note Whatsapp*. Narasumber pertama menyatakan bahwa individu kesulitan untuk mengelola waktu membagi peran sebagai mahasiswa dan bekerja. Hal ini menyebabkan individu tersebut tidak mampu mengambil tindakan yang tepat dan ragu-ragu dalam memutuskan prioritas. Individu juga diketahui tidak mampu bersikap tenang dan cenderung gegabah pada banyak situasi yang menekan. Hal ini menggambarkan bahwa narasumber pertama terdapat permasalahan terkait dengan *personal competence*, tidak memiliki *trust in one's instincts*, dan memiliki *control* yang rendah sebagai gambaran ketiadaan resiliensi yang memadai pada narasumber pertama.

Narasumber kedua menjelaskan bahwa kondisi terpuruk pasti pernah dirasakan oleh mahasiswa yang bekerja. Hal ini dipicu ketika banyak pekerjaan dan tugas di waktu yang bersamaan. Narasumber kedua menyatakan bahwa individu sulit untuk menerima perubahan secara positif dan cenderung resisten dengan banyaknya perubahan dalam menjalankan aktivitas kuliah dan bekerja. Individu menyatakan bahwa hal ini menyebabkan individu jauh dengan hal-hal spiritualitas dan cenderung menyalahkan keadaan atas keharusan bekerja sambil menjalankan aktivitas perkuliahan. Hal ini menggambarkan bahwa individu terdapat permasalahan terkait dengan aspek *positive acceptance of change*, rendahnya kontrol, dan tidak memiliki aspek *spiritual influences* yang baik yang mengindikasikan bahwa individu belum

cukup resilien dalam menghadapi berbagai tekanan di perkuliahan dan pekerjaan dalam waktu yang bersamaan.

Narasumber ketiga juga menyatakan bahwa sulit membagi waktu antara kuliah dan bekerja, sehingga terkadang harus mengorbankan salah satu diantara perkuliahan dan pekerjaan. Narasumber ketiga menyatakan bahwa hal tersebut menyebabkan kondisi mahasiswa yang bekerja seringkali terpuruk untuk menjalankan peran ganda tersebut. Individu menunjukkan permasalahan terkait dengan *personal competence*, aspek *control*, dan ketiadaan *positive acceptance of change* yang mengindikasikan bahwa narasumber ketiga tidak memiliki resiliensi yang baik untuk bertahan dalam menjalankan peran di perkuliahan dan pekerjaan. Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi memiliki peranan penting dalam membentuk mahasiswa yang tanggung dalam menghadapi kedua tekanan sebagai mahasiswa dan bekerja.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang bekerja memiliki akar permasalahan yang sama yaitu sulitnya mengatur waktu untuk menjalankan peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja. Hal ini memicu timbulnya tekanan yang menyebabkan mahasiswa yang bekerja seringkali merasakan terpuruk. Hal ini menyebabkan kebingungan akan peran yang harus dijalankan, sehingga menyebabkan keterpurukan jika permasalahan tersebut terjadi dalam waktu yang relatif lama.

Pada kondisi yang seharusnya, mahasiswa yang bekerja diharapkan memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik, pengendalian dorongan, adanya kepercayaan akan hidup yang lebih baik, mampu mengidentifikasi masalah, serta keyakinan untuk bangkit dari permasalahan tersebut (Adinda, 2021). Hal ini merujuk pada harapan adanya resiliensi untuk dapat bangkit dalam berbagai situasi yang sulit. Sedangkan Sari, dkk (2020) menjelaskan bahwa mahasiswa seharusnya memiliki keyakinan yang tinggi

untuk mampu menghadapi masalah dengan baik, memiliki keinginan untuk mengoptimalkan kemampuan, dan keinginan memperoleh hasil yang maksimal.

Ningrum dan Usroh (2018) menjelaskan bahwa jika resiliensi pada diri individu tinggi maka individu tersebut memiliki kemampuan lebih untuk memecahkan masalah, meningkatkan kapasitas diri, menjaga perasaan positif terhadap kegagalan, kedewasaan emosional, dan mampu melihat hal-hal positif yang dapat dilakukan di masa yang akan datang. Selain itu, Smith, dkk (2018) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki resiliensi akan mampu mengontrol emosi dengan baik, mengatasi masalah, keyakinan yang tinggi terhadap kapasitas diri, mampu mempertahankan fungsi psikologis dengan baik, dan mampu menghadapi berbagai tantangan serta dampak negatif stres di berbagai situasi. Hal ini diperlukan oleh mahasiswa yang bekerja agar mampu menjalankan peran sebagai mahasiswa dan pekerja secara sehat.

Resiliensi menjadi kemampuan yang penting untuk dimiliki setiap orang, terutama pada kasus mahasiswa yang bekerja dengan adanya tuntutan peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja. Mahasiswa yang memiliki resiliensi rendah cenderung rentan akan risiko depresi, *burnout*, ketidakhadiran, dan ketidaksesuaian dengan harapan lingkungan serta sulit beradaptasi dengan lingkungan sekitar (Smith, dkk 2018). Penelitian Smith, dkk (2018) juga mengungkap bahwa rendahnya resiliensi akan berpengaruh pada kemungkinan stres dan gejala psikosomatis yang mungkin dialami individu.

Upaya dalam meningkatkan kemampuan resiliensi diperlukan untuk mempertahankan kondisi psikologis individu agar mampu bangkit dalam berbagai tekanan dan permasalahan. Naglieri, LeBuffe, dan Ross (dalam Goldstein & Brooks, 2013) menjelaskan bahwa resiliensi dipengaruhi oleh dua faktor adaptasi positif (protektif) maupun faktor adaptasi negatif (risiko). Faktor protektif merupakan faktor

yang memoderasi atau menyangga efek negatif stres yang menghasilkan perilaku dan psikologis yang lebih positif. Sedangkan, faktor risiko merupakan faktor yang meningkatkan dampak negatif stres dan melemahkan fungsi psikologis individu.

Salah satu faktor yang diprediksi kuat berhubungan dengan resiliensi yaitu kompetensi sosial. Kompetensi sosial merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang untuk berkomunikasi dan berinteraksi secara efektif dan efisien dengan lingkungan sosial. Kompetensi sosial dapat terlihat dari keterampilan sosial individu dalam kehidupan sehari-hari. Riggio, dkk (1993) menjelaskan bahwa keterampilan sosial berperan dalam menentukan penyesuaian psikososial individu. Hal ini dikarenakan keterampilan sosial yang baik akan memungkinkan individu untuk mampu memperoleh sumber daya yang memadai dalam membentuk penyesuaian psikososial dan mempertahankan kondisi psikologis secara sehat. Individu dengan keterampilan sosial yang baik akan meningkatkan resiliensi individu dalam menghadapi berbagai situasi yang penuh tekanan sekalipun.

Keterampilan sosial didefinisikan sebagai kapasitas individu dalam mengirimkan, menerima, dan mengontrol informasi (verbal dan non verbal), sehingga tercipta interaksi sosial yang positif (Riggio, 1986). Riggio, dkk (1990) menjelaskan bahwa individu yang terampil secara sosial akan mampu membangun interaksi sosial yang efektif, penguasaan situasi sosial yang baik, mampu meningkatkan harga diri sosial, adanya evaluasi positif, mampu memainkan peran sosial dengan baik, serta mampu mengarahkan citra diri sosial secara positif. Sedangkan Jurevičienė, dkk (2018) mengungkapkan bahwa keterampilan sosial merupakan kompetensi sosial dalam membangun hubungan pribadi, komunikasi, kerjasama, dan keterampilan dalam manajemen diri, serta kemampuan dalam memecahkan masalah.

Riggio, dkk (1990) mengungkapkan bahwa terdapat 6 (enam) aspek yang membentuk keterampilan sosial pada individu, yaitu *Emotional Expressivity (EE)*, *Emotional Sensitivity (ES)*, *Emotional Control (EC)*, *Social Expressivity (SE)*, *Social Sensitivity (SS)*, dan *Social Control (SC)*. Sedangkan (Jurevičienė, dkk (2018) mengungkapkan 5 (lima) konstruk multi aspek dari keterampilan sosial yang meliputi *interaction skills*, *communication skills*, *participation skills*, *emotional skills*, dan *social cognition skills*. Jurevičienė, dkk (2018) menjelaskan bahwa keterampilan sosial dapat ditunjukkan dengan berbagai kontak interpersonal dan mencakup kemampuan untuk menentukan reaksi verbal dan *non verbal* agar memperoleh respon positif dari lingkungan sosial.

Keterampilan sosial yang baik akan membantu individu dalam membentuk kapasitas diri untuk mengatasi berbagai hambatan dan permasalahan, sehingga individu mampu bertahan dalam berbagai situasi sulit sekalipun. (Goldstein & Brooks, 2013) menjelaskan bahwa resiliensi sebagai kerangka teoritis transaksional dan tiga aspek (orang, lingkungan, dan waktu). Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi merupakan proses yang interaktif antara individu dengan lingkungannya dalam proses waktu tertentu. Adanya keterampilan sosial merupakan kapasitas individu dalam interaksi dengan lingkungannya di rentang waktu tertentu. Dalam hal ini, keterampilan sosial merupakan faktor protektif yang mencegah dampak negatif stres dan menguatkan fungsi psikologis individu.

Goldstein & Brooks, (2013) mengusulkan bahwa konsep bahwa keterampilan sosial dan emosional merupakan satu set proses protektif yang secara sistematis berhubungan dengan proses resiliensi individu. Hal ini menguatkan dugaan bahwa keterampilan sosial memiliki hubungan erat dengan resiliensi pada individu. Berdasarkan latar belakang di atas, maka resiliensi memiliki peran penting dalam

membentuk kapasitas individu untuk menghadapi masalah dan tekanan di lingkungan akademik dan pekerjaan sebagai *output* dari adanya peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan dengan mengajukan rumusan masalah sebagai berikut: “Apakah ada hubungan antara keterampilan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa yang bekerja?”.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keterampilan sosial dengan resiliensi pada mahasiswa yang bekerja. Adapun manfaat penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang psikologi, khususnya psikologi klinis dewasa dalam pengembangan topik resiliensi. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bacaan untuk peneliti selanjutnya.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi mahasiswa yang bekerja untuk dapat meningkatkan kemampuan resiliensi melalui peningkatan keterampilan sosial yang dimiliki. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi banyak pihak terkait bacaan resiliensi pada mahasiswa yang bekerja.