

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Pendidikan pada hakikatnya adalah proses pematangan kualitas hidup yaitu diharapkan melalui proses tersebut manusia dapat memahami apa arti dan hakikat hidup, serta untuk apa dan bagaimana menjalankan tugas hidup dan kehidupan secara benar. Oleh karena itu pendidikan merupakan langkah yang paling utama dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Kondisi Indonesia yang termasuk ke dalam negara berkembang tentunya meningkatkan sumber daya manusia melalui pendidikan merupakan hal yang sangat penting, maka tidak mengeherankan jika dikatakan bahwa majunya suatu bangsa bisa dilihat dari bagaimana kondisi pendidikannya.

Pendidikan sangat berperan untuk meningkatkan Sumber Daya Manusia (SDM). Salah satu komponen pembangunan SDM adalah perguruan tinggi. Setiap tahapan perkembangan memiliki tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi individu. Apabila tugas perkembangan berhasil diselesaikan dengan baik, maka akan tercapai kepuasan, kebahagiaan, dan penerimaan dari lingkungan. Keberhasilan individu memenuhi tugas perkembangan akan menentukan keberhasilan individu memenuhi tugas perkembangan pada fase berikutnya. Salah satu tugas perkembangan remaja akhir adalah mempersiapkan diri dan memilih pekerjaan untuk memulai karir (Havighurst dalam Yusuf, 2004).

Fenomena mahasiswa yang bekerja dan berkuliah kiranya bukan hal baru. Banyak dari mahasiswa tersebut mencari tambahan penghasilan untuk mencukupi kebutuhan kuliah yang semakin menggunung. Kuliah sambil bekerja tidak lagi menjadi sesuatu hal yang langka dan hanya dilakukan mahasiswa yang lemah dalam ekonomi, karena kenyataannya biaya hidup sehari-hari seringkali tidak sebanding dengan uang saku yang diberikan oleh orangtua. Hal itu juga berlaku saat kita belajar di jenjang pendidikan tinggi. Pendidikan tinggi merupakan jenjang pendidikan yang sangat diharapkan oleh banyak orang. Jenjang pendidikan ini sangat berpengaruh terhadap kualitas diri seseorang terutama berkaitan dengan hal mendapatkan pekerjaan dan kesuksesan. Hal tersebut disebabkan karena melalui pendidikan seseorang akan mampu meningkatkan kualitas sumber daya manusianya dalam bekerja dan meraih kesuksesan. Hal itulah yang dijadikan sebagai motivasi dalam menuntut pendidikan tinggi.

Namun dewasa ini, biaya pendidikan dan biaya hidup mahasiswa relatif mahal sehingga memunculkan suatu fenomena yang berkembang yaitu banyak mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Lebih lanjut Watanabe (2005) menjelaskan bahwa jumlah mahasiswa yang kuliah sambil bekerja meningkat tajam. Berdasarkan data *National Center for Education Statistic (NCES)*, 40% mahasiswa bekerja lebih dari 20 jam per minggu (Dadgar,2012). Fenomena ini di dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Daulany & Rola (2009) mengenai mahasiswa yang kuliah sambil bekerja juga ditemukan di Universitas Sumatera Utara (USU). Dari jumlah mahasiswa USU yang terdaftar berdasarkan data statistik USU tahun 2009 yakni lebih dari 33.000 orang. Menurut Motte dan Schwartz,

(2009) kuliah sambil bekerja juga memiliki dampak positif maupun negatif bagi mahasiswa. Dampak positif kuliah sambil bekerja yaitu dengan bekerja mahasiswa dapat membantu orang tua dalam membiayai kuliah, memperoleh pengalaman kerja serta kemandirian ekonomis. Pada sisi lain mahasiswa yang kuliah sambil bekerja perlu mewaspadai masalah yang akan muncul seperti melalaikan tugas utamanya yaitu belajar. Masalah ini muncul karena biasanya mahasiswa yang sudah bekerja merasa bahwa dirinya sudah dapat memperoleh uang dan kuliah hanya sebagai kewajiban agar lulus, memperoleh gelar dan ijazah.

Menyadari bahwa hal yang menjadi kendala dalam kuliah sambil bekerja yaitu tidak mudah membagi waktu antara kuliah, kerja, istirahat dan urusan lain. Namun terlebih dari itu, bagi mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja mempunyai tanggung jawab dua kali lipat daripada mahasiswa yang tidak bekerja, sehingga hal tersebut mempengaruhi aspek kesejahteraan psikologis bagi mahasiswa yang kuliah dan bekerja. Dampak negatifnya adalah bahwa bekerja bisa membuat mahasiswa lalai akan tugas utamanya, yakni belajar (Yenni, 2007).

Menurut Ramos (2007) kesejahteraan psikologis adalah kebaikan, keharmonisan, menjalin hubungan baik dengan orang lain baik antar individu maupun dalam kelompok. Lawton (1996), mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai tingkat evaluasi mengenai kompetensi dan diri seseorang, yang ditekankan pada hirarki tujuan individu. Raz (2004) menambahkan bahwa menjalankan kegiatan sepenuh hati dan sukses dalam menjalin hubungan dengan orang lain merupakan makna dari kesejahteraan psikologis, dengan kata

lain sumber dari kesejahteraan psikologis adalah menemukan makna dalam hidupnya. Menurut Ryff dan Keyes (1995) aspek kesejahteraan psikologis sendiri meliputi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup dan perkembangan pribadi.

Tingkat kesejahteraan psikologis berdasarkan hasil yang dirilis dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada bulan April tahun 2014 merilis bahwa masyarakat Indonesia yang sejahtera secara psikologis, tingkat kesejahteraan masyarakat Indonesia berada pada level sedang menuju rendah sekitar 31,72 persen. Hal ini menunjukkan masih adanya masyarakat Indonesia yang berada di level rendah. Nilai indeks ini mengalami penurunan dari tahun sebelumnya, di mana berada di angka sekitar 34,89 persen (Sodikin, 2017). Bila di lihat dari indeks data di atas keterkaitan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja diperoleh fakta-fakta dari observasi dan wawancara yang telah dilakukan penulis, di dapatkan empat orang mahasiswa yang bersedia untuk diwawancarai pada hari rabu 17 Mei 2017. Adapun nama mahasiswa yang di wawancarai oleh penulis yaitu : WR (22), RWU (23), NH (24) , NI (24). Mahasiswa yang diwawancarai oleh penulis adalah mahasiswa aktif di Universitas Mercu Buana Yogyakarta dan juga terdaftar sebagai karyawan di berbagai perusahaan ataupun bidang pekerjaan lainnya. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan dari empat mahasiswa, di katakan bahwa masing-masing narasumber mempunyai kesamaan tentang sedangnya kesejahteraan psikologis, di mana terlihat bahwa sedangnya penerimaan diri mahasiswa mengenai kehidupannya dengan membandingkan bahwa kehidupan orang lain (teman-teman kuliah) lebih beruntung karena teman-teman di

perkuliahan tidak harus bekerja untuk meringankan beban biaya kuliah maupun biaya hidup. Namun di sisi lain mahasiswa tetap merasa bahwa dengan berkuliah akan menaikkan taraf hidup di masa depan.

Hal tersebut memicu keyakinan di dalam diri mahasiswa bahwa keharusan untuk bekerja adalah karena terlahir di kehidupan yang kurang beruntung, sedangkan perbandingan yang di katakan mahasiswa karena melihat bahwa mahasiswa berada di lingkungan yang berbeda dengan kehidupannya, di mana teman-teman (di lingkungan perkuliahan) sangat jarang sekali yang kuliah sambil bekerja, sehingga dukungan dari lingkungan kuliah relatif sedikit, hal tersebut yang membuat mahasiswa mengurangi hubungan bersosialisasi dengan teman-teman di lingkungan kuliahnya, sehingga mahasiswa hanya memiliki sedikit teman dan beberapa sahabat, hal tersebut di sadari oleh mahasiswa karena keterbatasan waktu bersosialisasi dengan teman-teman kuliah yang lain sehingga teman-teman kuliah yang lainnya merasa kurang akrab dengan mahasiswa. Pada dasarnya hal tersebut yang membuat mahasiswa merasa kurang informasi mengenai tugas kuliah dan hanya mengandalkan informasi dari teman-teman dekatnya saja. Salah satu mahasiswa berinisial (WR) mengaku bahwa di tempat kerja mahasiswa tidak terlalu dianggap karena mahasiswa adalah karyawan yang paling muda di antara karyawan lain, sehingga mahasiswa merasa kurang dihargai ketika bekerja *team*, namun yang membuat mahasiswa terus bertahan di dalam pekerjaan itu adalah karena adanya dukungan dari atasan untuk terus belajar menyesuaikan diri di lingkungan kerjanya. Selain itu ketika mahasiswa merasa kebingungan dengan pekerjaan yang dikerjakan hanya ada beberapa rekan kerja

yang membantu meskipun dari luar *team* pekerjaan, hal tersebut karena mahasiswa dianggap rival baru dalam team tersebut.

Apabila ditinjau dari tujuan hidup mahasiswa, karena kesibukan yang padat akibat bekerja dan kuliah dengan jadwal yang acak, sehingga mau tidak mau mahasiswa lebih mementingkan salah satu tanggung jawabnya yaitu bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup, dalam pemikiran mahasiswa dengan terus bekerja mahasiswa dapat tetap melanjutkan kuliah meski nantinya waktu yang di temuh cukup lama, asal dapat membayar biaya hidup dan membayar kuliah, bagi mahasiswa hal tersebut adalah sesuatu yang cukup untuk difikirkan. Pada hal lain di saat pengambilan mata kuliah di semester baru mahasiswa hanya mengikuti teman yang lain dalam memilih mata kuliah yang akan di ambil atau dapat dikatakan bahwa teman dekat mahasiswa memberikan pilihan mata kuliah yang di ambil, sehingga jam perkuliahan tidak terbentur dengan waktu bekerja, bahkan dalam pengakuan mahasiswa saat wawancara mengatakan bahwa banyak tugas yang akhirnya meniru dari tugas temannya tanpa memperbaiki ulang tugas yang telah dibuat.

Wawancara yang dilakukan juga mengungkapkan alasan bahwa mahasiswa berfikir jika kehidupan yang dijalani cenderung terkesan monoton yaitu hanya ada waktu untuk kuliah dan bekerja, sehingga saat libur bekerja waktu tersebut digunakan untuk istirahat, meskipun terkadang narasumber mengunjungi teman dekatnya ketika merasa jenuh untuk bercerita atau sekedar berbagi keluh kesah. Hal tersebut terlihat bahwa perkembangan pribadi mahasiswa dalam kehidupannya terbilang sedang. Kesejahteraan psikologis merupakan hal yang penting untuk

diperhatikan terlebih pada mahasiswa. Kesejahteraan psikologis merupakan unsur penting yang perlu ditumbuhkan pada mahasiswa agar dapat menguatkan keterikatan secara penuh dalam menghadapi tanggung jawab dan mencapai potensinya (Evans dan Greenway, 2010). Menurut data-data yang diperoleh dari wawancara, penulis memperkirakan bahwa kesejahteraan psikologis dari narasumber terbilang sedang bila ditinjau berdasarkan aspek-aspek kesejahteraan psikologis yang mewakili kriteria fungsi psikologis positif tersebut, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pengembangan pribadi (Ryff dalam Hadjam & Nasiruddin, 2003).

Goleman (2002) mengemukakan bahwa adanya kesejahteraan psikologis dapat berpengaruh terhadap kesehatan, ada hubungan yang kuat antara perasaan dengan kesehatan, kondisi-kondisi yang lebih positif seperti ketenangan pikiran serta optimisme akan berdampak baik terhadap kesehatan, sehingga di harapkan dengan adanya kesejahteraan psikologis yang positif pada mahasiswa dapat mempengaruhi kesehatan, ketenangan pikiran, dan optimisme yang tinggi bagi mahasiswa yang bekerja. Penelitian tentang kesejahteraan psikologis memang sudah banyak tetapi ada arti penting dalam penelitian ini dimana variabel ini masih perlu untuk diteliti lebih lanjut karena permasalahannya menyangkut sikap atau perasaan terhadap aspek-aspek yang ada, khususnya tanda-tanda mengenai kesejahteraan psikologis, hal tersebut tidak terlepas dari faktor-faktor yang ikut mempengaruhi adanya kesejahteraan psikologis antara lain : usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, budaya, dan dukungan sosial (Ryff,1989).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Dinova (2016) kepada 152 remaja panti asuhan menunjukkan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada remaja di panti asuhan tersebut. Penelitian lain menyebutkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis ibu yang memiliki anak retardasi mental (Amelia, 2012). Bila dilihat dari hasil wawancara yang telah dilakukan pada mahasiswa yang bekerja dijelaskan bahwa mahasiswa mempunyai tingkat dukungan sosial yang rendah, seperti kurang tersedianya informasi dalam perkuliahan karena keterbatasan bersosialisasi dengan teman-teman di kampus, selain itu mahasiswa tidak dapat mengajukan pendapat atau berbagi gagasan karena minimnya teman yang menilai dan memberi masukan sehingga mahasiswa sering merasa diacuhkan dan tidak diperdulikan, kurangnya bantuan-bantuan dalam menyelesaikan pekerjaan dari rekan kerja dan tidak adanya kompensasi dari tempat kerja meskipun terkadang mahasiswa harus mengambil kerja lembur, serta kurangnya kebersamaan dalam sebuah team kerja.

Sarason dan Pierce (dalam Baron & Byrne, 2000) mendefinisikan dukungan sosial sebagai kenyamanan fisik dan psikologis yang diberikan oleh teman-teman dan anggota keluarga. Dukungan sosial adalah kenyamanan, perhatian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diterimanya individu dari orang lain ataupun dari kelompok. Menurut Pierce (dalam Kail & Cavanaugh, 2000) definisi dukungan sosial adalah sebagai sumber emosional informasional atau pendampingan yang diberikan oleh orang-orang di sekitar individu untuk

menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi sehari-hari dalam kehidupan.

Senada dengan keterangan di atas, aspek dukungan sosial dirasa sangat cocok karena aspek dukungan sosial mencakup dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan jaringan sosial, dan dukungan informasi Sarafino (2010). Dukungan sosial merupakan salah satu faktor di dalam kesejahteraan psikologis, manfaat dukungan sosial tergantung pada ketepatan dukungan yang diberikan ketika menghadapi situasi yang mendukung dan mengatakan dukungan sosial dapat bersumber dari orang-orang yang memiliki hubungan yang berarti dengan individu, misalnya: keluarga saudara teman dekat, pasangan hidup rekan kerja dan tetangga (Cohen & Syme 1985).

Aspek kesejahteraan psikologis yang diungkapkan Ryff (1989) yaitu hubungan positif dengan orang lain dengan menunjukkan adanya hubungan kesejahteraan psikologis dengan dukungan sosial. Mahasiswa yang bekerja cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang sedang karena dampak negatif berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa bekerja. Dampak negatif yang dirasakan mahasiswa akan terwujud dalam bentuk afek negatif seperti keterbatasan ikatan dengan orang lain, cenderung bersikap konformis, kurangnya kepercayaan diri, ketidakmampuan dalam mengembangkan diri, dan tidak mempunyai harapan untuk dirinya sendiri (Ryff, 1989). Hal tersebut akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa yang bekerja karena afek negatif merupakan bagian penting yang turut berperan dalam menentukan kondisi kesejahteraan psikologis individu.

Dukungan sosial merupakan faktor yang cukup dominan dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Tanpa adanya dukungan sosial, perubahan peran sosial (kuliah sambil bekerja) yang dialami oleh mahasiswa bekerja sering kali membuat kesejahteraan mahasiswa rendah, hal ini dikarenakan lingkungan baru yang membuat mahasiswa merasa belum siap, oleh karena itu mahasiswa yang bekerja membutuhkan dukungan sosial dari orang-orang di sekitarnya. Sumber dukungan sosial yang dapat terpenuhi berasal dari keluarga, teman, dan lingkungan. Teman atau rekan kerja merupakan sumber dukungan yang penting untuk mahasiswa setelah keluarga, karena di dalam lingkungan kampus ada interaksi sosial yang dapat memberikan dukungan bagi mahasiswa untuk lebih mengembangkan kemampuannya sehingga dapat menekan dampak-dampak negatif dari aktifitas padat mahasiswa yang bekerja (Wentzel dalam Apollo & Cahyadi, 2012). Dukungan sosial menyediakan sumber untuk meningkatkan kesejahteraan seseorang karena dengan bantuan yang diberikan orang lain membantu seseorang untuk dapat menghadapi situasi yang tidak menyenangkan dan untuk penyesuaian diri yang lebih baik, sebagai penopang ketika seseorang sedang mengalami masalah, selain itu dukungan sosial merupakan bantuan dari seseorang yang diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan yang baik meliputi pemberian semangat dan perhatian sehingga dapat mencegah kecemasan, meningkatkan harga diri dan mencegah gangguan psikologis (Jhonson & Jhonson, 1991).

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas penulis tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis

pada mahasiswa yang bekerja” guna memberikan informasi dan solusi bagi mahasiswa yang bekerja dalam mencapai kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Dari judul yang diambil oleh penulis maka dapat diambil rumusan masalah “Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang bekerja ?”.

B. Tujuan Penelitian & Manfaat Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Adapun manfaat penelitian ini adalah :

a. Teoritis

Diharapkan dengan penelitian ini dapat memberikan informasi bagi mahasiswa di bidang psikologi sosial klinis tentang peranan dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis.

b. Praktis

hasil penelitian ini dapat memberikan informasi bagi mahasiswa mengenai hubungan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.