

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring dengan perkembangan zaman, berbagai jenis kebutuhan yang dibutuhkan individu semakin meningkat dan kompleks. Kebutuhan yang penting bagi manusia salah satunya yaitu kebutuhan akan pendidikan. Pendidikan merupakan kebutuhan manusia yang sangat penting karena pendidikan mempunyai tugas untuk menyiapkan sumber daya manusia bagi pembangunan dan kemajuan bangsa dan negara (Mardelina dan Muhson, 2017).

Di Indonesia, kondisi perekonomian yang cukup sulit bagi sebagian lapisan masyarakat mendorong mahasiswa mencari solusi dari masalah ekonomi yang dihadapi dengan cara bekerja. Sebagian mahasiswa mempunyai masalah dengan biaya kuliah yang semakin tinggi dengan berusaha meringankan beban orang tua dengan cara bekerja. Namun, sebagian mahasiswa lain bekerja dengan alasan kemandirian. Menurut Dudija (2011) mahasiswa bekerja adalah individu yang menuntut ilmu pada jenjang perguruan tinggi dan berstatus aktif, yang juga menjalankan usaha atau sedang berusaha mengerjakan suatu tugas yang diakhiri buah karya yang dapat dinikmati oleh orang yang bersangkutan. Fenomena peran ganda mahasiswa, yaitu kuliah sambil bekerja sudah banyak ditemukan (Robert dalam Mardelina & Muhson 2017).

Dananjaya dalam Lubis dkk (2015) menyebutkan bahwa kuliah sambil bekerja adalah salah satu usaha untuk membuka gerbang dunia kerja, menumbuhkan jiwa kemandirian dan menghubungkan antara teori yang diperoleh di kampus dengan dunia kerja yang nyata di lapangan. Berbagai alasan yang melatar belakangi mahasiswa untuk kuliah sambil bekerja. Alasan utamanya adalah terkait dengan finansial yakni memperoleh penghasilan untuk membayar pendidikan dan kebutuhan sehari-hari sekaligus meringankan beban keluarga. Alasan lainnya adalah untuk mengisi waktu luang dikarenakan jadwal perkuliahan yang tidak padat, ingin hidup mandiri agar tidak ketergantungan dengan orang lain ataupun orang tua, mencari pengalaman di luar perkuliahan, menyalurkan hobi dan macam-macam alasan lainnya. Seperti yang dikemukakan oleh Daulay (2009), bahwa mahasiswa yang bekerja paruh waktu dilatar belakangi oleh masalah ekonomi, mengisi waktu luang, hidup mandiri dan mencari pengalaman. Sedangkan menurut Jacinta, yang mendasari seorang mahasiswa untuk bekerja di antaranya adalah kebutuhan finansial, kebutuhan sosial relasional dan aktualisasi diri (Dudija, 2011).

Manfaat yang diperoleh mahasiswa dengan bekerja selain finansial adalah untuk mengembangkan ketrampilan, pemahaman yang luas tentang dunia bisnis, dan meningkatkan kepercayaan diri (Curtis & Shani, 2002). Mahasiswa yang bekerja dapat berpikir lebih kreatif dan memiliki jiwa profesional. Dengan demikian mahasiswa yang bekerja diharapkan dapat mengaplikasikan diri dalam kehidupan nyata sebagai hasil belajar yang di dapat di bangku perkuliahan. Semua bekal tersebut tentu sangat berguna perkembangan studi, baik pada saat ini

maupun masa depan.

Dari penjelasan di atas, dapat diketahui bahwa alasan yang melatar belakangi mahasiswa kuliah sambil bekerja adalah karena adanya kebutuhan akan keuangan guna membantu dalam hal perekonomian keluarga atau yang berhubungan dengan faktor ekonomi, berupa upah, gaji dan penghasilan yang didapat dari bekerja, kemudian kebutuhan sosial relasional yakni dapat berupa kebutuhan untuk bergaul dengan banyak orang sehingga akan mengenal lingkungan dan menambah pertemanan agar mampu mengembangkan pola pikir mahasiswa dengan bertukar pikiran dengan orang banyak, selanjutnya kebutuhan aktualisasi diri yakni kebutuhan akan pengembangan diri sebagai bentuk aktualisasi diri dalam menemukan arti hidup sesungguhnya.

Di sisi lain adanya konflik peran antara kuliah dan bekerja dapat menjadi sumber stres (Lenaghan & Sengupta, 2007). Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja dituntut untuk mampu melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya dengan baik, mulai dari manajemen waktu antara waktu yang digunakan untuk kuliah dengan pekerjaan, kedisiplinan, baik itu dalam urusan perkuliahan maupun dalam pekerjaan, dan memperhatikan kondisi kesehatan fisik karena mereka karena harus membagi peran antara menjadi seorang mahasiswa dan karyawan (Mardelina dan Muhson, 2017).

Menjalani kuliah sambil bekerja bukanlah hal yang mudah. Pilihan untuk kuliah sambil bekerja tentunya memiliki manfaat dan risiko tersendiri bagi kelangsungan pendidikan mahasiswa dan di sisi lain bekerja juga menimbulkan efek negatif bagi mahasiswa. Tantangan yang dialami mahasiswa yang bekerja

berupa keharusan untuk menjalankan tugas yang lebih banyak, keharusan untuk mengelola waktu dengan tepat, kemampuan untuk membagi perhatian dan energi untuk menyelesaikan tugas di pekerjaan maupun kampus, serta kemampuan untuk menyesuaikan diri di lingkungan yang berbeda tersebut. Banyaknya tuntutan dari dunia kerja dan juga dunia kuliah, seringkali menyebabkan stres bagi individu yang menjalaninya karena harus dapat membagi waktu dan tanggung jawab terhadap komitmen dari kedua aktivitas tersebut. Penelitian Destanti, dkk (2011) mendapatkan hasil bahwa mahasiswa yang bekerja lebih banyak mengalami stres dari pada mahasiswa yang tidak bekerja sebanyak 83,3%.

Stres adalah peristiwa yang menekan seseorang dalam keadaan tidak berdaya dan menimbulkan dampak negatif, misalnya pusing, tekanan darah tinggi, mudah marah, sedih, sulit berkonsentrasi, nafsu makan bertambah, sulit tidur, ataupun merokok. Stres digambarkan sebagai kekuatan yang menimbulkan tekanan-tekanan dalam diri, dalam hal ini stres muncul jika tekanan yang dihadapi melebihi batas optimal (Greenberg, 2002). Menurut Lazarus (dalam Davison, 2004), ada berbagai cara seseorang mengatasi stres atau yang disebut dengan strategi koping.

Lahey (2007) mengartikan strategi koping sebagai usaha yang dilakukan individu dalam rangka mengatasi sumber stres dan atau mengontrol reaksi individu terhadap sumber stres tersebut. Carver *et al*, (1989) menyebutkan aspek strategi koping dibagi menjadi dua bentuk yakni *Problem Focused Coping* dan *Emotional Focused Coping*. *Problem Focused Coping*, meliputi : Coping aktif (*Active coping*), Perencanaan (*Planning*), Penekanan kegiatan yang bersaing

(*Suppression of competing activities*), Pelepasan perilaku (*Behavioral disengagement*), Pembatasan coping (*Restraint coping*), Menggunakan dukungan instrumental (*Use instrumental support*). *Emotional Focused Coping*, meliputi : Menggunakan dukungan emosional (*Use emotional support*), Memfokuskan pada pelepasan atau pelepasan emosi (*Focusing on and venting of emotions*), Pelepasan mental (*Mental disengagement*), Reinterpretasi dan pertumbuhan yang positif (*Positive reinterpretation and growth*), Menyalahkan diri sendiri (*Self blame*), Penerimaan (*Acceptance*), Penolakan (*Denial*), Humor, Penggunaan zat (*Substance use*), Beralih ke agama (*Turning to religion*).

Pentingnya strategi koping bagi mahasiswa yang bekerja adalah untuk membantu mahasiswa menghadapi situasi yang menekan yang setiap saat dapat timbul dan dapat menyebabkan stres. Menurut istilah dalam psikologi, cara-cara pemecahan, adaptasi terhadap situasi yang menekan atau pengentasan masalah tersebut disebut dengan strategi koping (Greenberg, 2002). Mahasiswa yang bekerja memiliki resiko yang lebih besar untuk memiliki permasalahan yang dialami dalam dirinya. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa apabila mahasiswa yang bekerja tidak menggunakan strategi koping maka mahasiswa dapat mengalami stres yang disebabkan oleh adanya tekanan, baik dari pekerjaan maupun dari kuliah. Sebaliknya, mahasiswa yang menggunakan strategi koping maka akan mampu menjaga keseimbangan psikologisnya sehingga dapat menjalankan tugas kuliah ataupun pekerjaan dengan baik dan individu yang tidak dapat memenuhi tuntutan lingkungannya maka akan ada hal yang ditakuti yaitu takut kuliahnya terganggu dan takut kehilangan pekerjaan yang sudah dijalannya

selama ini, hal tersebut dapat mengakibatkan stres dan dapat mengganggu keseimbangan psikologisnya dalam menjalankan tugas (Lubis dkk, 2015).

Pada beberapa penelitian, strategi koping memiliki berbagai dampak. Pada penelitian yang dilakukan oleh Candraning (2017) menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara strategi koping dengan *subjective well-being* pada mahasiswa luar Jawa. Semakin tinggi strategi koping maka semakin tinggi *subjective well-being* dan sebaliknya. Selain itu penelitian dilakukan oleh Widya (2011) menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara strategi koping dengan optimisme pada mahasiswa UEO yang sedang menyusun skripsi. Semakin tinggi strategi koping maka semakin tinggi optimisme dan sebaliknya. Berdasarkan kedua penelitian di atas, dapat diketahui bahwa mahasiswa yang memiliki strategi koping yang tinggi maka memiliki *subjective well-being* dan optimisme yang tinggi.

Peneliti melakukan wawancara pada hari Senin, 19 Maret 2018 sampai hari Rabu, 21 Maret 2018 kepada 10 Mahasiswa Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta kelas karyawan. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh data strategi koping yang dimiliki mahasiswa relatif kurang tepat. Mahasiswa menggunakan strategi koping yang sedikit, seperti pada aspek coping aktif (*active coping*), mahasiswa tidak menyelesaikan permasalahannya agar tidak menjadi buruk. Pada aspek perencanaan (*planning*), mahasiswa tidak membuat strategi untuk memecahkan masalah ada. Pada aspek beralih ke agama (*turning to religion*), saat memiliki masalah mahasiswa menghindari beribadah dengan Tuhan justru malah menghindarinya.

Berdasarkan beberapa penelitian dapat ditemukan faktor yang mempengaruhi strategi koping antara lain : kecerdasan emosi, stres, dan kematangan beragama. Pada penelitian ini peneliti tertarik meneliti kembali hubungan antara kecerdasan emosi dan strategi koping dengan subyek berbeda dengan alasan mahasiswa bekerja memiliki banyak permasalahan. Individu yang memiliki kecerdasan emosional ketika menghadapi stres atau konflik yang menekan, maka individu tersebut mampu mengenali perubahan emosi dan penyebabnya serta mampu menanganinya (Zeidner, 2005). Menurut Goleman (2004) kecerdasan emosi adalah kecakapan emosi yang meliputi kemampuan mengendalikan diri, memiliki daya tahan dalam menghadapi rintangan, mampu mengendalikan keinginan dan tidak mudah merasa puas. Goleman (2004) mengungkapkan aspek kecerdasan emosi sebagai berikut : (1) Kesadaran diri yaitu kemampuan individu dalam mengamati perasaan-perasaan, pikiran dan perbuatan yang sedang terjadi dalam individu tersebut. (2) Mengelola emosi yaitu kemampuan individu dalam mengungkapkan perasaan yang dirasakan secara tepat. (3) Mampu berempati yaitu kemampuan untuk menghargai perbedaan individu yang dibutuhkan dalam kemampuan bergaul. (4) Memotivasi diri sendiri yaitu mampu menjadi moivator bagi dirinya sendiri dan orang lain sehingga dalam melakukan pekerjaan akan dilakukan secara produktif dan efektif. (5) Kemampuan membina hubungan yaitu kemampuan individu dalam menjalin hubungan dengan individu lain untuk menunjang keberhasilan bergaul antar pribadi.

Individu yang mampu mengenali emosi secara obyektif mengakibatkan dirinya tidak larut ke dalam emosi. Hal tersebut membuat individu mampu memikirkan berbagai cara strategi koping untuk meredakan stres dan menyelesaikan konflik yang sedang berlangsung (Zeidner, 2005). Menurut Kulkarni, Sudarshan dan Begum (2016) bahwa kecerdasan emosional yang baik akan membuat individu melakukan penyelesaian masalah dan penyesuaian diri terhadap stres dengan cara yang adaptif. Hal tersebut didasarkan pada kemampuan individu yang baik dalam mengontrol emosi, mengekspresikan emosi dan berempati dengan lingkungan sosialnya. Sebaliknya, kemampuan individu yang rendah dalam mengenali emosinya, membuat individu tersebut memiliki kemampuan yang rendah dalam melakukan adaptasi dengan situasi di sekitarnya (Engleberg & Sjoberg, 2003). Berdasarkan uraian tersebut peneliti ingin meneliti apakah ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan strategi koping pada mahasiswa yang bekerja ?

A. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan strategi koping pada mahasiswa yang bekerja.

2. Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan penelitian terhadap bidang psikologi, terutama psikologi klinis. Peneliti berharap penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi untuk melakukan penelitian terkait kecerdasan emosi dan strategi koping pada mahasiswa yang bekerja.

Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat sebagai referensi bahwa untuk dapat meningkatkan strategi koping maka perlu ditingkatkan kecerdasan emosi pada mahasiswa yang bekerja.