**HUBUNGAN *PSYCHOLOGICAL CAPITAL* DENGAN *PROBLEM FOCUSED* *COPING* PADA MAHASISWA YANG BEKERJA *PART TIME***

***(THE RELATIONSHIP BEETWEEN PSYCHOLOGICAL CAPITAL WITH PROBLEM FOCUSED* *COPING ON STUDENT WHO WORKS PART TIME)***

***Henri Trioganda Purba1, Sri Muliati Abdullah2***

UniversitasMercu Buana Yogyakarta

[henritriogandapurba@gmail.com](mailto:henritriogandapurba@gmail.com)

082138689239

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *psychological capital* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang bekerja *part time.* Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya hubungan yang positif antara *psychological capital* dengan *problem focused* *coping* pada mahasiswa yang bekerja part time. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa *part time* dengan usia 18 sampai 25 tahun. Jumlah subjek dalam penelitian ini ada sebanyak 102 subjek. Pengambilan subjek mengggunakan teknik *sampling purposive* dengan data yang dikumpulkan menggunakan skala *psychological capital* dan skala *problem focused* *coping*. Data dianalisis menggunakan korelasi *product moment* dengan menggunakan SPSS versi 22. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai korelasi koefisien (rxy) = 0,453 dengan p = 0,000, sehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. Hal ini berarti menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *psychological capital* dengan *problem focused* *coping* pada mahasiswa yang bekerja *part time.* Dalam penelitian ini juga menunjukkan koefisien determinasi (R2) sebesar 0,205, hasil tersebut menunjukkan bahwa *psychological capital* memberikan sumbangan yang efektif sebesar20,5% terhadap variabel *problem focused* *coping* dan sisanya 79,5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Kata kunci :** *problem focused* *coping, psychological capital,* mahasiswa yang bekerja *part time*

***ABSTRACT***

*This study aims to determine the relationship between psychological capital with problem focused* *coping on students who work part time. The hypothesis in this study is that there is a positive relationship between psychological capital with problem focused* *on students who work part time. The subjects in this study were part time students aged 18 to 25 years. The number of subjects in this study were 102 subjects. Subjects purposive sampling with data collected using psychological capital scale and problem focused* *coping. The data were analyzed using product moment correlation using SPSS version 22. Based on the results of the analysis, the correlation coefficient value (rxy) = 0.453 with p = 0.000, so the hypothesis in this study can be accepted. This means that there is a significant positive relationship between psychological capital with problem focused* *coping on students who work part time. In this study also shows the coefficient of determination (R2)of 0.205, these results indicate that psychological capital provides an effective contribution of 20,5% of the variable coping stress and the remaining 79,5% is influenced by other factors not examined in this study.*

*Keywords: problem focused coping, psychological capital, students who work part time*

**PENDAHULUAN**

Menurut hasil data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2021 menjelaskan bahwa Indeks Pertumbuhan Manusia (IPM) di Indonesia tahun 2021 yang mengalami kenaikan mencapai 72,29 dibandingkan dari tahun sebelumnya yang mencapai 71,94, hal ini menunjukkan adanya peningkatan kualitas pembangunan manusia di Indonesia yang meliputi pada bagian Umur Harapan Hidup saat lahir/UHH (Tahun), pendidikan (Harapan Lama Sekolah (Tahun), serta pengeluaran per kapita per tahun yang disesuaikan (Ribu Rupiah). Melalui data tersebut disimpulkan bahwa negara Indonesia semakin berkembang dan semakin kompleks. Selain itu, hal lain dibuktikan pada era globalisasi dan Masyarakat Ekonomi ASEAN (MEA) yang telah dimulai sejak akhir tahun 2015, dimana generasi muda diharapkan mampu mempersiapkan diri untuk bisa menghadapi kompetisi yang semakin ketat dengan cara memperoleh ilmu pengetahuan baik melalui pendidikan tinggi.

Adisty (2020) menyebutkan bahwa mahasiswa memiliki peran yaitu bertanggung jawab dalam dunia perkuliahan serta diposisi lain, mahasiswa yang memiliki minat dan bakat dapat menyalurkan aktivitasnya di luar perkuliahan seperti ikut bergabung dalam organisasi baik di dalam kampus maupun organisasi di luar kampus.serta ada juga yang bekerja paruh waktu *(part time)* (Charitas dkk, 2018*). Menurut International Labour Organization (ILO)* (dalam Fagan et al., 2014) mendefenisikan pekerja paruh waktu merupakan bentuk pekerjaan yang memiliki lebih sedikit jam kerja dalam per minggu dibandingkan dengan pekerjaan waktu penuh. Pekerja yang dianggap paruh waktu jika mereka biasanya bekerja kurang dari 30 atau 35 jam per minggu.

Menurut Yahya dan Widjaja (2019) bahwa di kota Malang menjalani masa perkuliahan sambil bekerja merupakan suatu hal yang sudah tidak asing lagi. Berbagai alasan diungkapkan mahasiswa melakukan kuliah sambil bekerja yaitu pada masalah finansial yakni untuk membayar biaya pendidikan dan kebutuhan sehari-hari serta meringankan beban keluarga. Pertiwi (2019) bahwa mahasiswa yang kuliah sambil bekerja akan dituntut untuk mampu melaksanakan tugas serta tanggung jawab dengan baik, mulai dari manajemen waktu, kedisiplinan, dan memperhatikan kesehatan fisik, bahkan tidak sedikit faktor di dalam organisasi yang mahasiswa alami pada saat bekerja, dapat menyebabkan stres kerja maupun stres akademik.

Stres merupakan stimulus atau respon yang menuntut individu untuk melakukan penyesuaian. Stress dapat disebabkan dari berbagai hal seperti, berhubungan dengan pekerjaan, keluarga, sekolah atau perkuliahan, cinta, kehilangan orang yang disayang, kehilangan harta, dan lain sebagainya (Adisty, 2020). Masalah atau tekanan yang dapat mengalami stres dapat diminimalisir dengan menggunakan suatu strategi yang disebut *coping stress.*

Sementara menurut Rizky dkk, (dalam Subandy dan Jatmika, 2020) menyebutkan *coping stress* ialah upaya yang dilakukan oleh individu dalam mengatasi masalah yang datang kepada dirinya. Setiap individu dalam kehidupan bisa menghadapi masalah berupa tantangan, tuntutan dan tekanan dari lingkungan sekitarnya. Lazarus & Folkman (2006) membagi *coping stress* dengan dua bentuk yaitu *Problem-focused coping* dan *Emotional- focused coping* . *Problem focused coping* ialah bentuk coping yang diarahkan kepada usaha untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan yang dapat menimbulkan terjadinya stres. Strategi ini akan terfokus pada masalah individu yang akan mengatasi stres dengan cara mempelajari keterampilan baru. Individu yang cenderung menggunakan strategi ini mereka akan percaya bahwa tuntutan dari situasi tersebut dapat diubah. Sementara *Emotional focused coping* merupakan bentuk coping yang diarahkan untuk mengatur respon emosional pada situasi yang menekan.

Menurut Subandy dan Jatmika (2020) dalam menangani stres, strategi coping tidak hanya cukup untuk mengatasi atau meminimalisir tekanan yang terjadi pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu *(part time*), tetapi dalam diri mahasiswa yang bekerja paruh waktu juga memerlukan pandangan positif. Menurut Luthans (2004) pandangan positif tersebut merupakan kapasitas psikologis atau kondisi psikologis yang positif yang dimiliki individu atau yang disebut dengan *psychological capital.* Luthans, dkk (2006) *Psychological capital* merupakan kondisi positif secara psikologis yang berkembang pada individu seperti : (1) dalam mencapai keberhasilan maka individu memiliki efikasi diri untuk melakukan tanggung jawab atau tugas-tugas yang menantang *(self-efficacy)*; (2) mempunyai atribusi positif terkait akan kesuksesan masa kini dan masa depan *(optimism);* (3) konsistensi dalam mencapai tujuan apabila diperlukan untuk mengarahkan jalan dalam mencapai tujuan tersebut *(hope)*; (4) mampu bertahan dan bangkit untuk mencapai kesuksesan saat mengalami konflik atau kesulitan *(resiliency).* keempat karakteristik tersebut merupakan dimensi dari *psychological capital*, yaitu kondisi perkembangan psikologis yang positif dengan aspek-aspek seperti : *self-efficacy, optimism, hope, resiliency* (Luthans et al., 2007).

Menurut hasil penelitian terdahulu oleh Wen (2014) mengenai apakah *psychological capital* memerangi pembelajaran dan stres adaptif pada mahasiswa baru. Hasil dari penelitian tersebut dijelaskan bahwa dimensi *psychological capital* (*self-efficacy, optimism, hope, resiliency*) efektif mampu mengatasi stres belajar dan adaptif mahasiswa baru pada mahasiswa *Department of International Business Management (IBM*)yang dilakukan pada mahasiswa dari delapan universitas yang berada di Taiwan. Selain itu disebutkan juga bahwa peran dari *psychological capital* sangat penting dalam mengatasi stres pada berbagai disiplin ilmu baik dalam aplikasi secara teoritis dan praktis. Hal ini sejalan dengan penelitian Yao Xiuyu dkk., (2022) tentang apakah *psychological capital* memediasi stres kerja dan strategi coping pada perawat di ICU. Hasil penelitian tersebut menyebutkan bahwa *psychological capital* berpengaruh positif dengan strategi coping pada perawat ICU.

**METODE**

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang bekerja secara *part time*. Subjek penelitian merupakan sumber utama data penelitian yaitu yang memiliki data mengenai variabel-variabel yang akan diteliti (Azwar,2015). Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 102 orang, dengan pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan skala.

Pengumpulan data mengenai *problem focused coping* menggunakan skala *The Ways of Coping Questionnaire (WCQ)* yang merupakan revisi dari Folkman (1986) yang sudah diadaptasi dan diterjemahkan. Skala *psychological capital* yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah skala dari Luthans, Youssef dan Avolio (2007).

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil kategorisasi skala *problem focused* *coping* menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategori tinggi sebanyak 0% (0 subjek), dalam kategori sedang berada sebanyak 10,8% (11 subjek), dan kategori rendah sebanyak 89,2% (91 subjek). Berdasarkan hasil kategorisasi skala *psychological capital* menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategori tinggi sebanyak 96,1% (98 subjek), dalam kategori sedang berada sebanyak 3,9% (4 subjek), dan kategori rendah sebanyak 0% (0 subjek).

Berdasarkan hasil analisis korelasi *product moment* pada data penelitian, diperoleh koefisien korelasi (rxy) = 0,453 dengan p = 0,000 (p < 0,050). Hal ini berarti terdapat hubungan yang positif antara hubungan *psychological capital* dengan *problem focused* *coping* pada mahasiswa yang bekerja *part time*. Hal tersebut menandakan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Selain itu, hasil analisi data tersebut juga menunjukkan nilai koefisien determinasi R squared (R2) sebesar 0,205 yang menandakan variabel *psychological capital* cukup berpengaruh dengan memberikan sumbangan efektif sebesar 20,5% terhadap *coping stress* pada mahasiswa yang bekerja *part time* dan sisanya 79,5% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak ikut diteliti dalam penelitian ini seperti faktor ketahanan psikologis dan faktor dukungan sosial.

**SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dari hasil pembahasan, maka diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa Bekerja *Part Time*

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *psychological capital* dengan *problem focused* *coping* pada mahasiswa yang bekerja *part time*. Maka dari itu disarankan kepada mahasiswa yang bekerja part time untuk lebih mempertahankan *psychological capital* yang ada pada diri mereka serta mengelola stress dengan melakukan coping stress dengan cara jenis *problem focused coping* dan *emotion focused coping*.

1. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan untuk dapat meneliti dengan mempertimbangkan faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini**.**

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *Psychological Capita*l dengan *Problem Focused* *Coping* pada mahasiswa yang bekerja *part time.* Diperoleh nilai koefisien korelasi(rxy) **=** = 0,453 dengan p = 0,000 (p < 0,050). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *psychological capital* pada mahasiswa yang bekerja *part time*, maka akan semakin tinggi juga *coping stress* yang dimiliki oleh mahasiswa yang bekerja *part time*. Sebaliknya, semakin rendah *psychological capital* pada mahasiswa yangbekerja *part time*, maka akan semakin rendah juga *coping stress* yang dimiliki oleh mahasiswa yangbekerja *part time*.

Kemudian dari hasil kategorisasi data diketahui bahwa subjek mahasiswa yang bekerja *part time* cenderung memiliki *problem focused* *coping* yang tergolong rendah dengan jumlah 91 orang (89,2%) dan *psychological capital* termasuk dalam kategori tinggi dengan jumlah 98 orang (96,1%). Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa sumbangan efektif yang diberikan oleh variabel *psychological capital* terhadap *problem focused* *coping* adalah sebesar 20,5% sedangkan sisanya 79,5% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak ikut diteliti dalam penelitian ini seperti faktor ketahanan psikologis dan faktor dukungan sosial.

**DAFTAR PUSTAKA**

Adisty, N. D. (2020). Coping stress mahasiswa akhir yang bekerja part time. *Skripsi*: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.

Azwar, S. (2012). *Metode penelitian psikologi*. Yogyakarta: *Pustaka Pelajar*.

Charitas, G., Situmorang, I., & Desiningrum, D. R. (2018). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan coping stress pada mahasiswa tingkat pertama jurusan musik di institut seni Indonesia Yogyakarta. *Jurnal Empati*, 7(3), 279–285.

Fagan, C., Norman, H., Smith, M., & Menéndez, M. G. (2014). In search of good quality part-time employment. *International Labour Office.*

Lazarus, R. S. (2006). Emotions and interpersonal relationships: Toward a person‐centered conceptualization of emotions and coping. *Journal of personality*, 74(1), 9-46.

Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). *Psychological capital: Developing the human competitive edge* (Vol. 198). Oxford: Oxford university press.

Pertiwi, R. H. C. (2019). Self management dengan stres kerja pada mahasiswa pekerja sistem part-time jurusan administrasi bisnis politeknik negeri Semarang. *Jurnal Empati*, 7(4), 1346-1349.

Subandy, K., & Jatmika, D. (2020). Hubungan psychological capital dengan coping stress pada mahasiswa yang bekerja. *Psibernetika*, 13(2). doi:10.30813/psibernetika.v13i2.2382

Wen, M. L. Y., & Lin, D. Y. C. (2014). Does psychological capital combat learning and adaptive stress of college freshmen. *Journal of studies in Education*, 4(1), 25-42. doi:10.5296/jse.v4i1.4684

Yahya, G. M., & Mintarti, S. U. (2019). Analisis prestasi akademik pada mahasiswa yang bekerja part-time di jurusan ekonomi pembangunan fakultas ekonomi universitas negeri Malang angkatan 2014. *Jurnal Pendidikan Ekonomi,* 12(1), 46-52.

Yao, X., Lin, Y., Zhang, C., Wang, X., & Zhao, F. (2022). Does psychological capital mediate occupational stress and coping among nurses in ICU. *Western Journal of Nursing Research,* 44(7), 675-683. doi:10.1177%2F01939459211014426