

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Seiring dengan perkembangan zaman, hal tersebut juga berdampak pada peningkatan serta beragamnya kebutuhan-kebutuhan yang perlu dipenuhi masyarakat, baik kebutuhan primer, sekunder, dan tersier. Sejalan dengan hal tersebut menurut Dauly dan Rola (2009), di zaman sekarang ini segala aspek kehidupan penuh akan persaingan. Namun, tidak semua kalangan berada pada tingkat ekonomi yang baik untuk dapat mencukupi segala kebutuhan tersebut. Terlebih lagi bagi seorang mahasiswa, kebutuhan akan pendidikan merupakan suatu hal yang penting, yang mana pendidikan merupakan kesempatan bagi setiap mahasiswa yang ingin belajar dan sukses. Namun biaya yang harus dibayarkan untuk menempuh pendidikan bukanlah angka yang kecil dan akan terus meningkat, yang mana besaran kenaikan mencapai 15% setiap tahunnya (Advertorial, 2015).

Oleh karena itu, mahasiswa yang berasal dari keluarga dengan tingkat ekonomi yang belum cukup baik, merasa terkendala untuk memenuhi kebutuhan akan pendidikan, terlebih untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Akan tetapi, kendala tersebut tidak akan menjadi halangan bagi mahasiswa yang benar-benar memiliki kegigihan yang tinggi, dengan keterbatasan ekonomi tersebut banyak mahasiswa yang sudah mulai berinisiatif untuk berkuliah sembari bekerja.

Bukan merupakan fenomena yang baru ketika ditemui mahasiswa yang bekerja, kebanyakan mahasiswa tersebut mencari tambahan penghasilan agar dapat tercukupi kebutuhan hidupnya. Hal ini pun didukung pendapat, bahwa zaman sekarang ini biaya dalam pendidikan sangat mahal, maka dari itu menimbulkan banyak fenomena yaitu mahasiswa yang kuliah juga bekerja (Handianto & Johan, 2006). Sejalan dengan hal tersebut, pada tahun 2020 terdapat data dari Badan Pusat Statistik (BPS) di Indonesia yang mencatat bahwa terdapat 6,98% siswa yang berusia 10 hingga 24 tahun bersekolah sembari bekerja. Pada tahun 2015, juga dilakukan survei kepada mahasiswa program studi psikologi di kampus UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan ditemukan data bahwa terdapat sekitar 8,11% mahasiswa yang bekerja, serta dari tahun 2002 sampai tahun 2015 didapati data bahwa terdapat 11.769 mahasiswa di kelas karyawan Universitas Mercu Buana (Liauw, 2015). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pada setiap universitas dan daerah memiliki jumlah mahasiswa bekerja yang berbeda-beda.

Terdapat beragam sebab ketika seorang mahasiswa memutuskan untuk menjalani kuliah sembari bekerja, yang pertama yaitu mahasiswa bekerja demi mendapat penghasilan tambahan untuk biaya kehidupan sehari-hari yang kerap kali tidak cukup atau tidak sebanding dengan uang saku yang diberikan oleh orang tua (Dudija, 2011). Kedua, bekerja untuk membantu perekonomian keluarga serta bekerja untuk membayar uang kuliah dikarenakan biaya yang harus dikeluarkan untuk meraih jenjang pendidikan tinggi bukanlah angka yang kecil (Advertorial, 2015). Ketiga, bekerja untuk mengisi waktu luang. Keempat, bekerja untuk mencari pengalaman (Bahar, 2017). Dengan demikian, dapat simpulkan bahwa mahasiswa

yang memutuskan untuk kuliah sembari bekerja tidak hanya dikarenakan kendala ekonomi, melainkan terdapat juga mahasiswa yang berkuliah dan bekerja secara bersamaan untuk menambah uang saku, mengisi waktu luang serta bekerja untuk mencari dan menambah pengalaman.

Namun bukan merupakan hal yang mudah ketika menjalani kuliah dan bekerja secara bersamaan. Mahasiswa kerap kali merasa kesulitan dalam proses perkuliahan dengan tugas yang banyak sehingga kondisi ini memicu tekanan bagi mahasiswa yang kuliah sembari bekerja (Dudija, 2011). Watanabe (2005) juga menyatakan bahwa terdapat pengaruh negatif yang wajib diwaspadai bagi mahasiswa yang memutuskan untuk kuliah sembari bekerja, antara lain ialah sulitnya membagi waktu serta konsentrasi ketika kuliah dan bekerja, merasa lelah, mengalami penurunan prestasi akademik, menyebabkan keterlambatan kelulusan, serta dampak yang lebih serius ialah dikeluarkan dari universitas dikarenakan lebih fokus dan mementingkan pekerjaan ketimbang kuliah.

Mahasiswa sebagai individu yang mengenyam pendidikan di perguruan tinggi, tentunya memiliki tanggung jawab dalam hal akademik, dan di saat mahasiswa tersebut memutuskan untuk kuliah sembari bekerja, maka mahasiswa tersebut akan memiliki tanggung jawab lebih terkait pekerjaan. Terdapat penelitian yang dilakukan oleh Grenberger & Steinberg, hasil penelitian menunjukkan terdapat dampak yang didapat ketika seorang mahasiswa memutuskan untuk kuliah dan bekerja, yaitu merasa kesulitan untuk menyeimbangkan tuntutan dalam dunia pendidikan, kerja, keluarga, dan lingkungan sekitar (Santrock, 2003). Menjalani kuliah seraya bekerja bukan merupakan hal yang mudah untuk dilakukan. Seorang

mahasiswa yang memutuskan untuk kuliah sembari bekerja dituntut untuk dapat melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya dengan baik, serta diharuskan mempunyai manajemen waktu yang baik antara waktu yang digunakan untuk kuliah dan bekerja. Dengan adanya peran ganda yang dijalani, hal ini tentunya akan memberikan pengaruh pada prestasi akademik mahasiswa tersebut (Karimah, 2016).

Dengan demikian, aktivitas kuliah sembari bekerja memang bukanlah suatu hal yang mudah, sehingga keseimbangan antara perkuliahan, pekerjaan, dan kehidupan personal merupakan suatu hal yang penting, perlu dilakukan usaha demi menyeimbangkan waktu yang digunakan untuk kuliah, bekerja, serta untuk kehidupan pribadinya agar mahasiswa dapat meminimalisir konflik antar peran dan dapat tercapai *work-life balance* (Clark, 2002; Ungerson & Yeandle, 2005).

Work-life balance dapat diartikan sebagai usaha yang dilakukan oleh individu demi menyeimbangkan dua peran atau lebih yang dijalani (Fisher, Smith & Bulger, 2009). Sedangkan menurut Gunawan., dkk (2019) keseimbangan tuntutan peran dan tanggung jawab antara pekerjaan dengan kehidupan personal di luar pekerjaan yang tetap beriringan tanpa mengutamakan ataupun mengorbankan salah satunya. Selanjutnya, ketika seorang individu bisa memiliki jam kerja yang fleksibel demi menyeimbangkan pekerjaan dan aspek kehidupan lain seperti keluarga, hobi serta studinya maka individu tersebut mempunyai *work-life balance* (Frame & Hartog 2003). Fisher, Smith, dan Bulger (2009), memaparkan beberapa dimensi dalam *work-life balance*, antara lain 1) pekerjaan mengganggu kehidupan pribadi (*work interference with personal life*), 2) kehidupan pribadi menngganggu pekerjaan

(*personal life interference with work*), 3) kehidupan pribadi meningkatkan pekerjaan (*personal life enhancement of work*), dan 4) pekerjaan meningkatkan kehidupan pribadi (*work enhancement of personal life*).

Dalam hal ini, seorang mahasiswa yang sekaligus merupakan pekerja akan mempunyai berbagai peran yang dihadapinya. Oleh karena, itu penting untuk dapat tercapainya *work-life balance*. Dengan terpenuhinya *work-life balance*, menghasilkan beberapa pengaruh yang tidak berkaitan dengan karir, yaitu kepuasan hidup dan kesehatan. *Work-life balance* memiliki hubungan yang signifikan dengan kepuasan hidup, yang mana semakin tinggi *work-life balance* seseorang maka semakin tinggi pula kepuasan hidup orang tersebut. Kepuasan hidup ini mencakup beragam aspek, yaitu kepuasan terhadap aktivitas kesenangan (aktivitas yang tidak berhubungan dengan pekerjaan), kepuasan terhadap kehidupan pribadi, kepuasan akan peran lain yang dijalani, dan kepuasan terhadap keluarga. Selanjutnya, konflik yang terjadi antara kehidupan pribadi, keluarga, karir, serta kuliah dapat meningkatkan stres yang berdampak pada kesehatan. Berdasarkan pemaparan di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa *work-life balance* mempunyai dampak positif terhadap kehidupan manusia. Dengan demikian, *work-life balance* menjadi hal yang vital untuk dimiliki setiap individu (Poulose & Sudarsan, 2014).

Namun pada kenyataannya, fenomena mahasiswa yang kuliah dan bekerja dapat mempengaruhi waktu belajar dan prestasi akademik. Hal ini pun didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Mardelina dan Muhson (2017), penelitian ini menemukan bahwa mahasiswa yang bekerja berpengaruh signifikan terhadap aktivitas belajar. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan hasil bahwa

mahasiswa yang bekerja berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik. Prestasi akademik mahasiswa yang bekerja cenderung lebih rendah jika dibandingkan dengan prestasi akademik mahasiswa yang tidak bekerja. Aktivitas kuliah sembari bekerja juga memberikan dampak negatif seperti, kelelahan yang mengakibatkan waktu belajar kurang efisien, menurunnya tingkat belajar serta menurunnya motivasi untuk menyelesaikan studi tepat waktu, kurangnya waktu bermain dan berkumpul bersama teman, dikarenakan sebagian besar waktu dan pikiran dihabiskan untuk pekerjaan (Karimah, 2016).

Hal ini pun didukung dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Cahyadi dan Prastyani (2020) diketahui bahwa 19 dari 20 atau sekitar 95% mahasiswa yang bekerja merasa setuju dengan pernyataan sulit membagi waktu dalam mengerjakan tugas perkuliahan dan tugas pekerjaan. Sejalan dengan hal tersebut, menurut Dadgar, dalam hasil wawancara dengan mahasiswa yang kuliah sembari bekerja, ditemukan hasil bahwa adanya ketidakmampuan untuk menyeimbangkan pekerjaan dengan perkuliahan sehingga hal ini pun memainkan peran penting dalam hal akademik (Metriyana, 2014).

Sejalan dengan data hasil survei penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, peneliti juga melakukan survei pendahuluan guna mengetahui data di lapangan. Survei pendahuluan dilakukan dengan cara melakukan wawancara mengenai *work-life balance* yang dilaksanakan pada tanggal 13-14 Mei 2022, namun sayangnya masih banyak didapati mahasiswa yang belum dapat mencapai *work-life balance*. Berdasarkan data yang diperoleh dari wawancara pendahuluan yang dilakukan pada sepuluh mahasiswa yang sekaligus merupakan pekerja, pada aspek pekerjaan

mengganggu kehidupan pribadi (*work interference with personal life*), didapati hasil 7 dari 10 responden merasa bahwa pekerjaan sering mengganggu kehidupan pribadinya, yang mana ketujuh responden tersebut merasa kelelahan setelah bekerja yang mengakibatkan tidak dapat melakukan aktivitas lain di luar pekerjaannya.

Pada aspek kehidupan pribadi mengganggu pekerjaan (*personal life interference with work*), didapati hasil 7 dari 10 responden merasa bahwa kehidupan pribadi sering mengganggu pekerjaannya, yang mana responden mengalami kesulitan fokus dengan pekerjaan karena sibuk dengan hal-hal pribadi di tempat kerja.

Selanjutnya pada aspek kehidupan pribadi meningkatkan pekerjaan (*personal life enhancement of work*), didapati hasil 5 dari 10 responden merasa kehidupan pribadi jarang dapat meningkatkan pekerjaan, yang mana kehidupan pribadi tidak dapat memberikan energi untuk melakukan pekerjaan dan responden merasa kehidupan pribadi jarang dapat membantu responden santai dan merasa siap untuk bekerja di hari berikutnya. Namun 5 dari 10 responden merasa bahwa suasana hati di tempat kerja baik karena hal-hal lain yang terjadi di kehidupan responden juga berjalan dengan baik.

Pada aspek pekerjaan meningkatkan kehidupan pribadi (*work enhancement of personal life*), didapati hasil 5 dari 10 responden merasa pekerjaan jarang dapat meningkatkan kehidupan pribadi, yang mana responden jarang merasa pekerjaan dapat membuat suasana di rumah menjadi lebih baik dan responden jarang merasa pekerjaan dapat memberi energi untuk melakukan aktivitas lain di luar pekerjaan.

Namun 5 dari 10 responden merasa bahwa hal yang dilakukan di tempat kerja sering dapat membantu responden ketika menangani permasalahan pribadi dan praktis di rumah.

Dengan demikian dapat dilihat bahwa terdapat suatu kesenjangan antara harapan dengan kenyataan yang terjadi dalam diri mahasiswa tersebut. Oleh karena itu, mahasiswa yang sekaligus merupakan pekerja diharapkan dapat memiliki *work-life balance* yang tinggi agar dapat menjalani tiap-tiap peran dan tanggung jawab secara baik dan minim konflik atau permasalahan. Dalam hal ini, *work-life balance* juga dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *work-life balance* yaitu karakteristik kepribadian, karakteristik ini dapat memberikan pengaruh terhadap kehidupan kerja serta kehidupan di luar pekerjaan. Kedua adalah karakteristik keluarga, ketiga ialah karakteristik pekerjaan, dan yang terakhir adalah sikap (Schabracq, dkk., 2003). Menurut Baron & Bryne (2005) di dalam sikap terdapat aspek seperti pengetahuan, perasaan serta kecenderungan untuk bertindak atau melakukan sesuatu.

Oleh sebab itu, dengan adanya fenomena ini dapat diketahui bahwa mahasiswa yang sekaligus merupakan pekerja sangat perlu dalam memiliki *work-life balance* dengan meningkatkan *psychological capital* dalam dirinya. Menurut Hobfoll (2002) karakteristik diri yang dipunyai oleh tiap-tiap individu ialah *psychological capital*, yang mana *psychological capital* adalah karakteristik diri yang menguatkan individu dalam mengatasi beban dan tuntutan pekerjaan yang ada berdasarkan teori *conservation of resources*, sehingga dapat terlibat pada kemampuan individu dalam menyelesaikan konflik yang ditemuinya.

Psychological capital mencakup empat konsep, diantaranya *self-efficacy*, *resilience*, *optimism*, serta *hope*. Menurut Luthans, dkk., (2007), kapasitas positif yang dimiliki tiap-tiap individu yang dapat dimanfaatkan untuk membantu individu agar dapat berkembang ialah *psychological capital* yang ditandai ketika seorang individu mempunyai perasaan yakin dan percaya akan diri sendiri untuk mengerjakan usaha demi dapat menangani tugas-tugas yang sukar (*self-efficacy*), selanjutnya ditandai dengan seorang individu yang mempunyai tujuan serta selalu berjuang demi tercapainya tujuan tersebut (*hope*), yang ketiga yaitu ketika seorang individu mampu membuat atribusi yang positif dari tiap-tiap kejadian yang terjadi, baik di masa kini maupun di masa yang akan datang (*optimism*), dan yang terakhir ialah ketika seorang individu mampu bangkit serta mengupayakan untuk mengatasi masalah serta konflik ketika muncul dalam kehidupannya (*resilience*). Salah satu bagian yang vital dalam sumber daya manusia (SDM) ialah konsep *psychological capital* karena diharapkan konsep tersebut dapat membantu menangani masalah atau konflik pekerja yang terjadi di organisasi (Ummah, 2018).

Tentunya seorang mahasiswa mempunyai tanggung jawab akademik yang harus dipenuhinya, ditambah lagi ketika mahasiswa tersebut juga merupakan pekerja maka tanggung jawab dan peran yang dimilikinya makin bertambah, sehingga perlu dilakukan usaha untuk menyeimbangkan berbagai peran tersebut, membagi atau menyeimbangkan waktu yang digunakan untuk kuliah, bekerja, serta kehidupan pribadi. Hal tersebut dilakukan demi bisa meminimalisir konflik antar peran dan sanggup mencapai *work-life balance* (Clark, 2002; Ungerson & Yeandle, 2005).

Menurut Hobfoll (2002) berdasarkan teori *conservation of resources*, agar seseorang dapat dengan efektif dan baik dalam menjalani tiap-tiap tuntutan peran serta tanggung jawab yang dipunyai, baik dalam perkuliahan, pekerjaan serta kehidupan personalnya maka individu tersebut perlu mempunyai *psychological capital* dalam dirinya. Sejalan dengan hal tersebut, menurut Avey, dkk (2010) individu yang memiliki *psychological capital* dalam dirinya, cenderung mampu efektif dalam bekerja sehingga mempunyai hasil kerja yang baik serta optimal. Dengan demikian, seorang individu yang mempunyai *psychological capital* dalam dirinya cenderung dapat mencapai *work-life balance*. Pada penelitian yang pernah dilakukan, didapati bahwa *psychological capital* yang tersusun dari *self-efficacy*, *hope*, *optimism*, dan *resilience* dapat mempengaruhi *work-life balance* secara signifikan (Siu, 2013).

Dengan demikian, agar penelitian yang dilakukan dapat lebih fokus dan mendalam, maka peneliti memandang permasalahan penelitian yang diangkat perlu dibatasi variabelnya. Oleh sebab itu, peneliti membatasi diri hanya berkaitan dengan, “Hubungan antara *Psychological Capital* dengan *Work-Life Balance* pada Mahasiswa yang Bekerja”. Dalam hal ini, peneliti menganggap penelitian penting dilakukan dikarenakan *work-life balance* dapat mempengaruhi kepuasan hidup dan kesehatan (Poulose, 2014). Selain itu, penelitian yang pernah dilakukan menunjukkan hasil bahwa mahasiswa yang bekerja berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik dan waktu belajar. Prestasi akademik mahasiswa yang bekerja cenderung lebih rendah jika dibandingkan dengan prestasi akademik mahasiswa yang tidak bekerja (Mardelina & Muhson, 2017).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin meneliti apakah terdapat hubungan antara *psychological capital* dengan *work-life balance* pada mahasiswa yang bekerja?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *psychological capital* dengan *work-life balance* pada mahasiswa yang bekerja.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Manfaat secara teoritis adalah diharapkan dapat memberikan kontribusi pengembangan secara ilmiah bagi ilmu psikologi dan mampu menjelaskan atau menjabarkan bagaimana hubungan antara *psychological capital* dengan *work-life balance*, serta juga dapat menjadi kajian ilmu dan referensi-referensi untuk penelitian berikutnya.

b. Manfaat Praktis

Manfaat secara praktis ialah memberikan pemahaman bagi para mahasiswa yang bekerja akan vitalnya mempunyai keseimbangan dengan beragam aspek kehidupan yang dijalani, serta dapat memberikan masukan bagi pimpinan ataupun staf *human resources development* sebuah perusahaan atau instansi dalam melakukan penerapan aturan dan kebijakan kepada pekerja dengan mengutamakan dan mempertimbangkan *work-life balance*.