

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring berjalannya waktu, kebutuhan pada manusia akan semakin kompleks dan meningkat. Salah satu kebutuhan yang paling penting pada manusia yaitu kebutuhan terhadap pendidikan, dikarenakan pendidikan bertanggung jawab untuk menyediakan SDM yang diperlukan untuk bangsa dan negara. Secara khusus kebutuhan pada mahasiswa guna untuk kelancaran pada pendidikannya tentu sangat bervariasi. Kebutuhan pada mahasiswa tersebut harus terpenuhi agar pendidikan yang tengah jalannya tidak terganggu. Kebutuhan pada mahasiswa akan terus meningkat, Maka dari itu mahasiswa untuk agar kebutuhannya terpenuhi harus mencari cara untuk dapat memenuhi biaya pendidikan dan kebutuhan mereka. Dalam hal ini memunculkan suatu fenomena pada mahasiswa yaitu fenomena peran ganda pada mahasiswa yaitu berkuliah sambil bekerja secara bersamaan, hal ini sudah banyak ditemukan oleh Robert (2012).

Menurut Duidija (2011) Mahasiswa yang bekerja merupakan individu yang berstatus aktif sebagai mahasiswa perguruan tinggi dan menjalankan suatu pekerjaan dengan jenis pekerjaan apapun. Mahasiswa yang bekerja biasanya berasal dari situasi atau latar belakang ekonomi keluarga yang berbeda. Situasi yang dimaksud yaitu situasi yang mempengaruhi ekonomi para mahasiswa yang bekerja untuk mendapatkan uang guna menutupi kebutuhan (Purwanto & Syah, 2013).

Kota Malang memiliki banyak sekolah menengah dan perguruan tinggi swasta maupun negeri. Hal tersebut menjadi salah satu alasan banyaknya usaha di Kota Malang yang menyediakan pekerjaan paruh waktu dan mendapatkan respon positif dari kalangan mahasiswa yang membuat mereka mengambil kesempatan itu. Banyak mahasiswa yang tertarik untuk bekerja paruh waktu di beberapa kafe, distro, restoran, yang ada di Kota Malang yang di karenakan mahasiswa ingin mendapatkan penghasilan di sela - sela aktifitas perkuliahan mereka.

Bukan hal yang mudah ketika melakukan perkuliahan dan bekerja secara bersamaan, hal ini memiliki keterbatasan. Mahasiswa sering merasa terbebani oleh proses perkuliahan yang dialami, seperti beban tugas yang banyak. Kondisi ini tentu dapat memunculkan tekanan bagi mahasiswa yang menjalani perkuliahan sambil bekerja. Menjalani peran ganda yaitu kuliah sambil bekerja mengharuskan mahasiswa dapat menjalani atau melakukan tanggung jawabnya dengan sebaik mungkin, dari manajemen waktu hingga tanggung jawab seperti menyelesaikan tugas kuliah maupun tugas di pekerjaan (Subandy & Jatmika, 2020). Permasalahan atau tuntutan tuntutan yang terjadi dalam perkuliahan dan pekerjaan mengharuskan mahasiswa untuk memenuhinya secara bersamaan. Dalam hal ini tuntutan dalam perkuliahan serta beratnya dunia pekerjaan yang harus dihadapi oleh mahasiswa membuat individu harus menjalaninya hal ini dapat memberikan dampak gangguan psikologis seperti stress. Hal tersebut menimbulkan suatu fenomena yaitu stress pada kalangan mahasiswa yang menjalani peran sebagai pekerja dan mahasiswa secara bersamaan.

Fenomena stress dialami oleh kalangan mahasiswa yang sedang bekerja diperkuat oleh beberapa faktor yang menyebabkan mahasiswa tersebut stress seperti, banyaknya pekerjaan yang dilakukan, serta banyaknya tekanan yang mereka alami dari perkuliahan maupun pekerjaan (Indriani & Handayani 2018). Fenomena stress yang terjadi pada mahasiswa yang sedang bekerja dapat dilihat pada penelitian yang dilakukan oleh Hamdi, Wiyono, Rahayu (2018) dengan menggunakan populasi sebanyak 23 responden mahasiswa yang bekerja, menunjukkan hasil bahwa terdapat tingkat stress pada mahasiswa yang bekerja yaitu dikategorikan memiliki stress tingkat stress berat (56,52%). Kemudian, penelitian yang dilakukan Faqih (2020) menemukan bahwa terdapat 25 mahasiswa memiliki tingkat stress yang tinggi (25%), 58 mahasiswa memiliki tingkat stress sedang (58%), dan 17 mahasiswa memiliki tingkat stress yang rendah (17%). Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Natasia, Rasyid, Suhesty (2022) mengungkapkan bahwa dari 44 mahasiswa FISIP Universitas Mulawarman yang sedang bekerja menunjukkan bahwa aspek stress yang dialami oleh mahasiswa yaitu aspek sulit untuk tidur, selain itu sumber stress yang banyak berpengaruh pada mahasiswa yaitu kesulitan dalam membagi waktu antara perkuliahan dan bekerja sebesar 32,5%. Stress didefinisikan sebagai suatu tekanan yang diterima ketika individu menghadapi sebuah tuntutan, yang diperlukan suatu strategi untuk menyelesaikan hal ini. (Bartsch & Evelyn, 2005).

Fenomena stress pada mahasiswa bekerja juga ditemukan pada mahasiswa yang sedang bekerja di Kota Malang. Dari hasil wawancara dan observasi yang dilakukan pada bulan februari tahun 2024 oleh peneliti kepada 5 mahasiswa. Faktor-faktor yang menyebabkan stress pada mahasiswa adalah banyaknya pekerjaan yang

harus dilakukan dan banyaknya tekanan baik di dunia kampus dan pekerjaan, sehingga mahasiswa mungkin merasa lelah dan sulit untuk berkonsentrasi, yang dapat berdampak pada perkuliahannya, selain itu juga dapat berdampak pada kesehatan tubuh mahasiswa seperti merasa pusing dan mengalami nafsu makan berkurang. Dari hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti kepada mahasiswa yang bekerja, saat perkuliahan mereka sering terlambat mengumpulkan tugas bahkan tidak mengerjakan tugasnya, kemudian tidak terlihat aktif saat perkuliahan berlangsung.

Stress yang dialami oleh mahasiswa berperan ganda sebagai mahasiswa dan sebagai pekerja dapat menyebabkan dampak negatif untuk mahasiswa tersebut. Watanabe (dalam Pradnya Patriana, 2007) menyebutkan bahwa ada dampak negatif yang patut diawasi oleh mahasiswa yang kuliah sambil bekerja, yaitu seperti susah untuk berkonsentrasi saat perkuliahan dan bekerja, kelelahan, kesulitan membagi waktu, menurunkan prestasi akademik, penundaan kelulusan, dan konsekuensi yang paling parah adalah dapat dikeluarkan dari Universitas. Stress pada mahasiswa dapat memberikan dampak negative, seperti dapat mengalami penurunan kemampuan akademik yang mempengaruhi indeks prestasi mahasiswa. Selain itu jika stress yang dialami terlalu berat dapat menyebabkan gangguan konsentrasi memori, kegagalan akademik, dan kesulitan menyelesaikan masalah (Goff, A.M., 2011). Beban stress yang berat dapat memunculkan perilaku negative seperti seks bebas, mengonsumsi alkohol, merokok, dan penyalahgunaan NAPZA.

Dalam menjalani pekerjaan dan perkuliahan sekaligus adalah hal yang sulit untuk dijalani, dalam hal ini memiliki banyak keterbatasan. Mahasiswa sering terbebani dalam tuntutan yang harus diselesaikan dalam pekerjaan maupun

perkuliahan dengan banyaknya tugas. Kondisi tersebut menimbulkan tekanan serta bahaya bagi mahasiswa yang bekerja sambil berkuliah (Dudija, 2011). Beberapa sumber Stress menurut Shabarcq (2003) adalah stress karena struktur organisasi, hubungan interpersonal, kesempatan pengembangan karir, dan masalah peran. Selain itu dalam penelitian Indriani & Handayani (2018) mengatakan bahwa faktor penyebab stress pada mahasiswa yang bekerja adalah terlalu banyak aktivitas yang dilakukan dan tekanan yang berlebihan dari lingkungan perkuliahan dan pekerjaan. Maka dapat disimpulkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi stress pada mahasiswa yang sedang bekerja adalah melakukan peran ganda, terlalu banyak tekanan baik dari dunia pekerjaan maupun perkuliahan, dan adaptasi dengan peran yang dijalannya. Untuk menghadapi faktor faktor tersebut mahasiswa yang sedang bekerja Dalam ilmu psikologi, resiliensi merupakan kemampuan untuk bertahan dan kemampuan beradaptasi secara positif ketika menghadapi tantangan.

Stress dialami oleh mahasiswa yang bekerja dikarenakan kurangnya beradaptasi dengan peran yang dimilikinya selain itu tidak mampu untuk melakukan pengolahan diri yang baik agar bisa menjalani tugasnya sebagai mahasiswa dan pekerja dengan seimbang. Namun tidak semua mahasiswa yang bekerja akan mengalami stress, karena saat menghadapi suatu permasalahan atau tantangan reaksi yang akan dilakukan setiap individu berbeda beda, hal ini disebabkan karena sudut pandang mereka dalam menangani permasalahan. Resiliensi merupakan kemampuan untuk mengatasi dan menhadapi situasi *adversity* atau trauma dengan baik dan produktif (Reivich & Shatte ,2002).

Pada penelitian ini penulis memilih resiliensi sebagai variabel bebas atau menjadi faktor yang mempengaruhi tingkat stress pada mahasiswa bekerja. Resiliensi merupakan kecakapan untuk beradaptasi dalam mengatasi situasi yang sulit atau masalah dalam hidup. Seperti menghadapi kesulitan atau trauma yang pernah dialami seseorang dalam kehidupannya (Reivich&Shatte, 2002). Penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Widyawarti..R.(2017) pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang menunjukkan bahwa hasil dari penelitian tersebut yaitu, terdapat hubungan signifikan antara resiliensi dan stress pada mahasiswa yang artinya, semakin tinggi resiliensi maka semakin rendah stress pada mahasiswa. Penelitian terdahulu selanjutnya yaitu mengungkapkan bahwa jika tingkat resiliensi tinggi biasanya akan berkorelasi positif dengan tingkat disiplin yang tinggi ,self confidence, keberanian dan optimisme dalam menghadapi kegagalan, self efficacy, akan memiliki kemungkinan besar untuk terbebas dari stress (Portzky, 2010). Kemudian. penelitian yang dilakukan oleh Febrianti (2014) ditunjukkan bahwa resiliensi mempunyai pengaruh stress pada penyakit kronis dalam menghadapi perubahan yang ada. Individu yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi akan memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan, yang mengurangi stress begitupun sebaliknya.

Berdasarkan penjabaran latar belakang diatas yang telah dikemukakan, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh resiliensi terhadap tingkat stress pada mahasiswa yang bekerja”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang, maka rumusan masalah pada penelitian ini ialah apakah terdapat pengaruh resiliensi terhadap tingkat stress pada mahasiswa yang sedang bekerja di Kota Malang?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah guna melihat ada atau tidaknya pengaruh resiliensi dengan tingkat stress mahasiswa yang bekerja di Kota Malang

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan membaca mengenai resiliensi serta menambah wawasan atau informasi mengenai pengaruh antara resiliensi dengan tingkat stress, selain itu penelitian ini dapat menjadi literatur atau referensi untuk penelitian selanjutnya.
2. Secara Praktis penelitian ini diharapkan dapat membantu pembaca untuk menambah wawasan atau informasi mengenai kemampuan resiliensi dan tingkat stress dan dapat membantu mahasiswa yang sedang bekerja untuk bisa meningkatkan resiliensi dan mengontrol tingkat stress yang dialami.