

SURAT TUGAS

Nomor: 60-R/UNTAR/PENELITIAN/II/2025

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

AGUSTINA, M.Psi., Psikolog

Untuk melaksanakan kegiatan penelitian/publikasi ilmiah dengan data sebagai berikut:

Judul : Hubungan Resiliensi Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Bekerja Paruh Waktu
Nama Media : Paedagogy (Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi)
Penerbit : Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penelitian Indonesia
Volume/Tahun : 4/4/2024
URL Repository : <https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy/article/view/4099/3215>

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

06 Februari 2025

Rektor



Prof. Dr. Amad Sudiro, S.H., M.H., M.Kn., M.M.

Print Security : 54a20209969dc974df4b9e135b953247

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.

Jl. Letjen S. Parman No. 1, Jakarta Barat 11440
P: 021 - 5695 8744 (Humas)
E: humas@untar.ac.id

 Untar Jakarta

 untar.ac.id

Lembaga

- Pembelajaran
- Kemahasiswaan dan Alumni
- Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat
- Penjaminan Mutu dan Sumber Daya
- Sistem Informasi dan Database

Fakultas

- Ekonomi dan Bisnis
- Hukum
- Teknik
- Kedokteran
- Psikologi
- Teknologi Informasi
- Seni Rupa dan Desain
- Ilmu Komunikasi
- Program Pascasarjana



Editorial Team

EDITORIAL BOARD

Journal

PAEDAGOGY (Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi)

Editor in Chief

Dr. Haronsain, M.Pd (Universitas Pendidikan Mandalika)
SINTA ID : 6158243

Journal Editor

Lulu Hamdan Afendi, M.Pd (Universitas Mataram)
SINTA ID : 6083746
Adi Apriadi Adianshu, M.Pd (STKIP Taman Siswa Bima)
SINTA ID : 6076882

Section Editor

Dr. Heger Hariol, M.Pd (STKIP Kusuma Negara)
SINTA ID : 6097851

Copy Editor

Dr. Muhamad Suharti, M.Pd (Universitas Pendidikan Mandalika)
SINTA ID : 6091495

2024 (0,425794-PT) x (00 WhatsApp) x View of HUBUNGAN A) x SINTA - Science and Tech x SINTA DOSEN

sinta.kemdikbud.go.id/journals/pro/5te/11662

SINTA Author Subjects Affiliations Sources FAQ WCU Registration Login

Get More with SINTA Insign [Go to insign](#)



PAEDAGOGY : JURNAL ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
PUSAT PENGEMBANGAN PENDIDIKAN DAN PENELITIAN INDONESIA
P-ISSN : 27973336 E-ISSN : 27973344

0 Impact

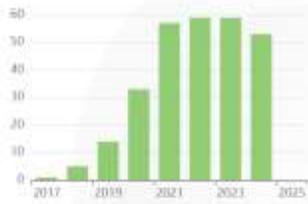
286 Google Citations

Sinta 5 Current Accreditation

[Google Scholar](#) [Garuda](#) [Website](#) [Editor URL](#)

History Accreditation

Citation Per Year By Google Scholar



Year	Citation
2017	5
2018	15
2019	32
2020	55
2021	58
2022	58
2023	55
2024	32

Jurnal By Google Scholar

All Since 2020

Year	Citation
All	286
Since 2020	279

12:38 10/01/2025



**HUBUNGAN RESILIENSI DENGAN STRES AKADEMIK PADA MAHASISWA
YANG BEKERJA PARUH WAKTU**

RAINY OSTANIA LIMIN, AGUSTINA

Universitas Tarumanagara

e-mail: rainy.705210317@stu.untar.ac.id

ABSTRAK

Berbagai alasan dan faktor yang melatarbelakangi mahasiswa bekerja sehingga mahasiswa yang kuliah sambil bekerja saat ini sudah menjadi hal yang umum. Mahasiswa cenderung lebih memilih bekerja paruh waktu karena jadwal kerja yang lebih fleksibel. Namun, untuk melakukan peran ganda tersebut bukanlah hal yang mudah. Banyak mahasiswa yang sulit membagi waktu antara pekerjaan dengan kuliah dan tidak tahu kegiatan apa yang perlu diprioritaskan sehingga menimbulkan hambatan pada mahasiswa itu sendiri, seperti stres akademik. Salah satu cara mencegah stres akademik adalah dengan menjadi individu yang resilien. Resiliensi merupakan gambaran ketahanan individu ketika mengalami kesulitan. Semakin resilien seorang individu, maka semakin besar kemungkinan individu tersebut dapat mengatasi kesulitannya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif non-eksperimental dengan teknik *non-probability sampling* dan *purposive sampling* yang menggunakan alat ukur *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) dan *The Perceptions Stress Scale* (PAS). Partisipan yang terkumpul dalam penelitian ini sebanyak 109 partisipan. Hasil penelitian ini terdapat hubungan negatif antara resiliensi dengan stres akademik.

Kata Kunci: Resiliensi, Stres Akademik, Mahasiswa Paruh Waktu

ABSTRACT

Various reasons and factors underlie students' decision to work, making it increasingly common for students to study while working. Students tend to choose part-time jobs due to the flexibility of work schedules. However, balancing these dual roles is not easy. Many students struggle to allocate time between work and study, often failing to determine priorities, which creates challenges such as academic stress. One way to prevent academic stress is by developing resilience, which reflects an individual's ability to endure and recover from difficulties. The more resilient an individual is, the greater their ability to overcome challenges. A quantitative non-experimental research method was employed, using non-probability sampling and purposive sampling techniques. The study utilized the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) and the Perceptions Stress Scale (PAS) as measurement tools. A total of 109 part-time working students participated in this research. The results showed a significant negative relationship between resilience and academic stress.

Keywords: Resilience, Academic Stress, Part-Time Students

PENDAHULUAN

Pendidikan di Perguruan Tinggi memiliki tantangan tersendiri, khususnya bagi mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja. Mahasiswa adalah peserta didik dari perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, sekolah tinggi, politeknik, universitas dan institusi (Hartaji dalam Indriyani & Handayani, 2018). Mahasiswa juga memiliki tugas dan tanggung jawabnya sendiri. Tugas mahasiswa adalah mengikuti dan menjalankan kegiatan akademik di perguruan tinggi selama masa studinya serta dapat menyelesaikan studinya tepat waktu (Hidayah dalam Indriyani & Handayani, 2018). Di sisi lain, diketahui bahwa banyak pula mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), terdapat



Online Journal System : <https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy>

6,98% [siswa](#) berusia 10 hingga 24 tahun yang sekolah sambil bekerja pada 2020 (Jayani, 2021). Menurut Mardelina dan Muhson (2017), mahasiswa memiliki berbagai alasan yang membuat mereka untuk memilih bekerja, antara lain adanya kebutuhan finansial dalam membantu perekonomian keluarga atau yang berhubungan dengan faktor ekonomi, lalu adanya kebutuhan sosial seperti mengenal lingkungan baru dan menambah banyak relasi sehingga dapat mengembangkan berbagai pola pikir baru dan saling bertukar pikiran dengan berbagai orang. Selanjutnya juga karena adanya kebutuhan aktualisasi diri dalam mengembangkan pribadi dan menemukan arti hidup sesungguhnya (Mardelina & Muhson, 2017). Menurut Buhler (dalam Puspita, 2012), mahasiswa biasanya lebih suka dengan pekerjaan paruh waktu karena dianggap memiliki waktu kerja yang lebih fleksibel dibandingkan pekerjaan *full time*. Pekerja *part-time* juga didefinisikan sebagai pekerja yang waktu kerjanya biasanya kurang dari pekerja yang bekerja dalam waktu penuh. Dalam satu minggu, atau tiga puluh jam per minggu. Selama sepuluh tahun terakhir, pekerja paruh waktu terbagi menjadi tiga kategori: *part-time* substantial (21-34 jam per minggu), *part-time* singkat (kurang dari 20 jam per minggu), dan *part-time* marginal (kurang dari 15 jam per minggu) (Lutfiyah et al, 2024).

Mahasiswa yang melakukan peran ganda seperti berkuliah sambil bekerja diharuskan untuk dapat membagi waktu, berkonsentrasi dan bertanggung jawab terhadap kewajiban dari kedua aktivitas tersebut yang dimana menyebabkan mahasiswa menjadi menghabiskan banyak waktu, energi serta tenaga untuk bekerja. Rendahnya motivasi belajar mahasiswa yang bekerja dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak bekerja salah satunya disebabkan oleh kondisi mahasiswa yang sulit membagi waktu antara pekerjaan dan kuliah sehingga fokusnya terpecah (Hakim & Hashira, 2022). Sebuah survei yang dilakukan oleh *Student Affairs* Universitas Buffalo (dalam Puspita, 2012) menyatakan bahwa mahasiswa yang bekerja rentan mengalami stress. Selain itu, ada juga mahasiswa yang bekerja merasakan tekanan akademik, kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru ataupun bersosialisasi dengan individu baru. Stress itu sendiri dapat diartikan sebagai reaksi fisiologis yang timbul ketika menghadapi sebuah ancaman dan tantangan lingkungan secara subjektif (Mosanya dalam Septiana, 2021). Menurut Marchel (2023), mahasiswa yang tidak dapat menangani stress dengan baik cenderung mengalami penurunan dalam kinerja belajar, terutama pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja yang umumnya cenderung mengalami kesulitan dalam memproses pembelajaran di kelas dikarenakan sulit dalam membagi waktu dan pikiran. Tekanan dalam akademik ini dapat menimbulkan stressor baru yang disebut dengan stress akademik (Marchel, 2023). Stress akademik adalah suatu kondisi dimana individu merasa mendapat terlalu banyak tuntutan, tekanan dan kekhawatiran pada kegiatan akademik seperti tugas-tugas kuliah atau ujian yang dapat menyebabkan kesulitan dalam mengelola kewajiban akademik dengan baik yang disebabkan dengan jadwal yang terlalu sibuk (Dixit dalam Yusuf & Yusuf, 2020). Gadzella dan Masten (dalam Augustini, 2023) berpendapat bahwa stres akademik terkait dengan ketidakmampuan seseorang untuk memenuhi kebutuhan pendidikannya sehingga dapat menyebabkan tekanan, konflik, frustrasi, dan pemaksaan diri, yang menunjukkan respons terhadap stres. melalui keadaan psikologis, emosional, dan perilaku. Jika stres ini terus-menerus dialami oleh mahasiswa, dikuatkan akan menurunkan motivasi belajar yang berpengaruh terhadap prestasi akademik, keterlambatan untuk lulus ataupun menyerah terhadap perkuliahan dan lebih memilih langsung bekerja.

Penelitian mengungkapkan bahwa resiliensi mampu meminimalisir dan terbukti memiliki efek protektif terhadap kondisi stres maupun depresi terhadap lingkungan yang sulit dan penuh dengan tekanan (Shatte, Perlman, Smith & Lynch, 2017). Nurjannah dan Rohmatun (dalam Rahmadanti, 2021) menyatakan untuk dapat bangkit kembali dan berdiri dari kesulitan, tekanan dan stres yang dialami, diharapkan adanya resiliensi pada individu. Reivich dan Shatte (2002) mengemukakan resiliensi sebagai kemampuan individu dalam mengendalikan hasrat, Copyright (c) 2025 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi

keinginan dan tekanan dari dalam diri berdasarkan pengalaman individu dan respon ketika menghadapi permasalahan. Resiliensi adalah kualitas yang tidak menggambarkan yang memungkinkan seseorang ketika sedang berada pada titik terendah dalam hidupnya dapat bangkit kembali, bahkan menjadi lebih kuat dari sebelumnya. Kemampuan ini muncul karena individu cenderung menerima tantangan atau kegagalan yang dihadapi, sehingga dapat menemukan cara untuk pulih dan melanjutkan hidup (Suryadi, 2020). Selanjutnya Connor dan Davidson (2003) menyatakan bahwa individu dengan resiliensi yang tinggi selain mampu menghadapi kesulitan juga mampu dalam beradaptasi dengan positif terhadap kejadian-kejadian yang tidak baik. Mahasiswa yang resilien memiliki karakteristik yang secara psikologis lebih sehat seperti bersifat optimis, dinamis dan bersikap antusias terhadap berbagai hal baru dalam hidup termasuk kondisi stres. Berbeda dengan mahasiswa yang resilien, mahasiswa yang memiliki resiliensi rendah cenderung beresiko untuk mengalami kegagalan (Tugade & Fredickson, 2004). Dalam hal ini, disimpulkan bahwa mahasiswa dengan resiliensi yang baik cenderung mampu untuk menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup, salah satunya ketika sedang mengalami stres akademik.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Kirana et al (2022) diketahui bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi dengan stres akademik mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Universitas X Jakarta Barat. Selanjutnya penelitian lain tentang peran resiliensi akademik terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang dilakukan oleh Rohman (2024) menunjukkan adanya hubungan signifikan secara negatif antara resiliensi akademik dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Hubungan negatif memiliki artian semakin tinggi tingkat resiliensi yang dimiliki maka akan semakin rendah pula tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah tingkat resiliensi yang dimiliki maka akan semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa. Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait resiliensi dengan stres akademik. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah perbedaan pada populasi penelitian. Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Peneliti ingin mencari tahu lebih lanjut terkait hubungan resiliensi dengan stres akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *non-eksperimental*. Teknik sampling yang digunakan adalah *non-probability sampling* dan *purposive sampling*. Partisipan yang terkumpul dalam penelitian ini sebanyak 109 partisipan. Terdiri dari 40 partisipan laki-laki dan 69 partisipan perempuan. Proses pengambilan data penelitian ini dilakukan secara daring dengan menggunakan fasilitas *google form*. *Google form* terdiri dari data demografis mahasiswa, alat ukur *The Connor-Davidson Resilience Scale (RISC)* yang terdiri dari 25 butir item dan alat ukur *The Perceptions Stress Scale (PAS)* yang terdiri dari 18 butir item. Peralatan yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah (a) *laptop*, sebagai sarana untuk mengoperasikan *google form*, *google docs*, *microsoft excel* serta menyimpan seluruh data penelitian. (b) *handphone* dan jaringan internet, sebagai sarana untuk mengumpulkan informasi dan menyebarkan kuesioner yang dibantu dengan aplikasi media sosial (*Whatsapp*, *Line*, dan *Instagram*). (c) *Software Statistical Package for Social Sciences (SPSS) versi 29.2* sebagai aplikasi dalam mengolah data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Sebelum melakukan korelasi, peneliti melakukan uji normalitas terlebih dahulu untuk mengetahui apakah data terdistribusi secara normal atau tidak normal. Uji normalitas

Online Journal System : <https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy>

menggunakan *one sample kolmogorov-Smirnov*. Pada tabel 16 menunjukkan uji normalitas menggunakan nilai residual dengan nilai signifikansi 0.072. Karena nilai signifikansi >0.05, maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini terdistribusi secara normal.

Tabel 1. Uji Normalitas

		Unstandardized Residual
N		109
Normal Parameters	Mean	0.0000000
	Std. Deviation	0.40488454
Most Extreme Differences	Absolute	.124
	Positive	.064
	Negative	-.124
Kolmogorov-Smirnov Z		1.289
Asymp. Sig. (2-tailed)		.072

a. Test distribution is Normal

b. Calculated from data

Pada uji korelasi pearson antara variabel resiliensi dan stres akademik ditemukan hasil sebesar -0.927 dengan nilai signifikansi < 0.001 (Sig) yang dapat diartikan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat kuat antara variabel resiliensi dengan stres akademik. Hubungan negatif artinya kedua variabel tersebut berlawanan. Semakin tinggi nilai resiliensi maka nilai stres akademik akan semakin rendah dan sebaliknya.

Tabel 2 Uji Korelasi Pearson

		RISC	PAS
RISC	Pearson Correlation	1	-.927**
	Sig. (2-tailed)		<.001
	N	109	109
PAS	Pearson Correlation	-.927**	1
	Sig. (2-tailed)	<.001	
	N	109	109

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

Peneliti melakukan uji beda resiliensi berdasarkan jenis kelamin untuk mencari tahu apakah terdapat perbedaan resiliensi antara laki-laki dan perempuan. Uji beda dilakukan dengan menggunakan *independent sample t-test* dengan hasil yang diperoleh $t = 3.267$ dan nilai $p < 0.05$, menunjukkan bahwa variansi antara laki-laki dan perempuan tidak sama. Laki-laki memiliki nilai rata-rata resiliensi yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Detail uji beda resiliensi berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Uji beda resiliensi berdasarkan jenis kelamin

Jenis		N	Mean	t	Sig
Variabel Kelamin					
RISC	Laki-laki	40	4.1935	3.267	<.001

Peneliti juga melakukan uji beda resiliensi berdasarkan semester partisipan untuk mencari tahu apakah terdapat perbedaan resiliensi yang signifikan di setiap semester pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Pengujian dilakukan dengan menggunakan one-way ANOVA, hasil yang diperoleh adalah nilai sig. 0.807 yang menandakan tidak adanya perbedaan yang signifikan antara nilai rata-rata resiliensi berdasarkan semester ($p > 0.05$). Detail gambaran uji beda berdasarkan semester dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Uji beda resiliensi berdasarkan semester

Variabel	Semester	N	Mean	F	Sig
RISC	Semester 1	8	4.0085	0.5	0.807
	Semester 2	3	3.7015		
	Semester 3	9	3.6235		
	Semester 4	1	4.3543		
	Semester 5	9	3.9707		
	Semester 7	60	3.7394		
	Semester 8 atau lebih	19	4.0993		
	Total		109		

Peneliti melakukan uji beda resiliensi berdasarkan durasi bekerja partisipan untuk mencari tahu apakah terdapat perbedaan resiliensi yang signifikan di setiap durasi pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Berdasarkan uji deskriptif, kelompok dengan durasi bekerja 21-34 jam/minggu menunjukkan rata-rata yang lebih tinggi. Namun, setelah dilakukan pengujian one-way ANOVA, hasil yang diperoleh adalah nilai sig. 0.159 yang menandakan tidak ada perbedaan yang nyata antara kelompok berdasarkan durasi bekerja ($p > 0.05$). Detail gambaran uji beda berdasarkan durasi bekerja dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5 Uji beda resiliensi berdasarkan durasi bekerja

Variabel	Durasi	N	Mean	F	Sig
RISC	< 15 jam / minggu	51	3.8143	1.873	0.159
	16 - 20 jam / minggu	44	3.7157		
	21 - 34 jam / minggu	14	4.2934		
Total		109	3.836		

Selanjutnya, pengujian melakukan uji beda pada resiliensi berdasarkan alasan bekerja partisipan. Pengujian dilakukan dengan metode one-way ANOVA, hasil yang diperoleh adalah nilai sig. 0.749 yang menandakan tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok berdasarkan alasan bekerja ($p > 0.05$). Detail gambaran uji beda berdasarkan alasan bekerja dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6 Uji beda resiliensi berdasarkan alasan bekerja

Variabel	Alasan	N	Mean	F	Sig
RISC	Mencari pengalaman	43	3.7671	0.406	0.749

Membutuhkan biaya	24	3.7331
Mengisi waktu luang	27	3.9413
Memperluas relasi	15	4.0089
Total	109	3.836

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mencari tahu mengenai hubungan resiliensi terhadap stres akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Peneliti mencari hubungan kedua variabel dengan melakukan uji korelasi pearson. Hasil dari uji korelasi pearson antara resiliensi dan stres akademik menunjukkan adanya hubungan signifikan yang sangat kuat dengan korelasi negatif. Hubungan negative artinya semakin tinggi resiliensi yang dimiliki oleh mahasiswa maka akan semakin rendah stress akademik yang dialaminya, sebaliknya, semakin rendah resiliensi yang dimiliki oleh mahasiswa maka akan semakin tinggi peluang mahasiswa untuk mengalami stress akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kirana et al (2022) dan Rohmah (2024) dengan hasil yang sama, yaitu terdapat hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi dan stress akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian Rohmah (2024) yang menyatakan resiliensi memiliki pengaruh efektif terhadap stress akademik. Kontribusi yang besar ini dapat terjadi karena resiliensi merupakan suatu kemampuan adaptasi positif yang bisa berfungsi menjadi durabilitas terhadap stress, resiliensi juga dapat memberikan efek perlindungan terhadap kondisi stress dan depresi terhadap lingkungan yang sulit dan penuh dengan tekanan (Shatté, Perlman, Smith, & Lynch, 2017).

Peneliti juga melakukan analisis data tambahan terkait uji beda resiliensi berdasarkan jenis kelamin. Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan resiliensi yang signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang bekerja paruh waktu. Hasil yang diperoleh adalah laki-laki memiliki resiliensi yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian Ramadhani (2023) yang menunjukkan bahwa laki-laki memiliki resiliensi akademik yang lebih tinggi daripada perempuan. Di sisi lain, hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian Oktasari dan Wahyudin (2021) yang menyatakan bahwa resiliensi perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan resiliensi laki-laki. Berbeda dengan keduanya, Latif dan Amirullah (2020) menyatakan bahwa resiliensi akademik tidak dipengaruhi oleh jenis kelamin. Adanya perbedaan pada hasil penelitian ini dengan penelitian lain dikarenakan resiliensi dapat disebabkan oleh beberapa faktor lain yang bervariasi contohnya seperti jumlah partisipan, tingkat pendidikan, usia, tekanan hidup, budaya ataupun pengalaman traumatis (Oktasari & Wahyudin, 2021). Selain itu, pada uji beda stress akademik berdasarkan jenis kelamin juga terdapat perbedaan yang signifikan pada laki-laki dan perempuan. Hasil ditemukan bahwa perempuan lebih tinggi peluang untuk mengalami stress akademik, hal ini sejalan dengan penelitian Rohmatillah dan Kholifah (2021) yang menyatakan perempuan lebih mudah mengalami stress dibandingkan dengan laki-laki. Terkait dengan tingkat stress pada pria dan wanita, laki-laki cenderung lebih aktif dan eksploratif, sementara perempuan lebih sering merasa cemas terhadap ketidakmampuannya dan lebih sensitif sehingga perempuan cenderung lebih mudah mengalami stress dibandingkan dengan laki-laki (Rohmatillah & Kholifah, 2021). Hal ini juga sejalan dengan temuan Handayani et al (2023) yang menyatakan bahwa perbedaan jenis kelamin dapat mempengaruhi penghayatan terhadap stress akademik. Laki-laki cenderung lebih santai dalam menghadapi sumber stress yang berasal dari akademik dibandingkan dengan



perempuan yang lebih berorientasi pada tugas sehingga lebih fokus terhadap pencapaian akademiknya (Handayani et al, 2023).

Hasil analisis data tambahan mengenai uji beda resiliensi dan stres akademik berdasarkan semester menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan dalam kedua variabel tersebut berdasarkan semester pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Hal ini sejalan dengan penelitian Robiwala dan Anggraini (2020) yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan resiliensi mahasiswa berdasarkan semester dan penelitian Putri et al (2022) yang menyatakan tidak ada perbedaan stres akademik yang signifikan pada mahasiswa berdasarkan semester. Walaupun ILO (International Labour Organization) mengklasifikasikan durasi paruh waktu menjadi tiga kategori (Lutfiyah et al, 2024), hasil analisis uji beda resiliensi dan stres akademik berdasarkan durasi bekerja dan alasan bekerja juga tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan. Uji beda resiliensi dan stres akademik berdasarkan alasan bekerja juga tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan walaupun terdapat beberapa alasan yang berbeda mahasiswa bekerja antara lain karena kebutuhan finansial, memperluas relasi, aktualisasi diri dan mengisi waktu luang (Mardelina & Muhson, 2017).

Penelitian ini juga memiliki beberapa limitasi. Limitasi tersebut berupa: (a) keterbatasan sampel penelitian, waktu pengambilan data yang singkat membuat jumlah partisipan penelitian ini terbatas; (b) waktu pengambilan data, penelitian yang dilakukan secara singkat dan dalam satu waktu ditakutkan tidak dapat menggambarkan perubahan resiliensi maupun stres akademik dalam jangka waktu tertentu; (c) peneliti tidak menggunakan alat ukur resiliensi akademik melainkan resiliensi secara umum.

KESIMPULAN

Pada penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara resiliensi dan stress akademik pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Kedua variabel ini memiliki peran negatif yang signifikan. Artinya semakin tinggi resiliensi yang dimiliki mahasiswa, maka akan semakin rendah stres akademik yang dialami. Demikian juga sebaliknya, semakin rendah resiliensinya maka stres akademik yang dialami akan semakin tinggi. Selain itu, pada penelitian ini terdapat analisis data tambahan berupa uji beda variabel pada data demografis. Peneliti melakukan uji beda berdasarkan jenis kelamin dan semester. Hasil uji beda jenis kelamin menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada kedua variabel. Laki-laki memiliki resiliensi yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan, dan perempuan memiliki nilai rata-rata yang lebih tinggi dalam mengalami stres akademik dibandingkan dengan laki-laki. Pada uji beda berdasarkan semester, tidak ditemukan perbedaan yang signifikan antara resiliensi dan stres akademik pada mahasiswa paruh waktu.

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan resiliensi dengan memperkaya pemahaman tentang bagaimana resiliensi dapat berpengaruh dalam menghadapi tantangan akademik dan pekerjaan paruh waktu. Penelitian ini dapat memperkuat atau memperluas konsep resiliensi dalam konteks mahasiswa yang menghadapi tuntutan ganda. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian lanjutan yang mengeksplorasi hubungan antara resiliensi dan berbagai faktor seperti motivasi belajar atau strategi pengelolaan waktu di kalangan mahasiswa. Penelitian ini dapat memperkaya literatur yang membahas hubungan antara bekerja paruh waktu dan pencapaian akademik atau kesejahteraan mahasiswa. Peran resiliensi dalam mengurangi stres dan meningkatkan keseimbangan kehidupan kerja dan studi dapat memberikan perspektif baru yang berharga di bidang ini. Untuk penelitian selanjutnya dengan meneliti variabel yang sama, dapat menggunakan teori dan alat ukur resiliensi akademik karena lebih spesifik dibandingkan dengan resiliensi secara umum. Serta, dapat menambah jumlah partisipan agar data yang didapatkan dapat digeneralisasikan lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, I. S., Razak, A., & Jalal, N. M. (2023). Resiliensi dan Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 3, 96–107.
- Barseli, M., & Ifdil, I. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(3), 143–148. <https://doi.org/10.29210/119800>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82.
- Connor, K. M., Davidson, J. R., & Lee, L. C. (2003). Spirituality, resilience, and anger in survivors of violent trauma: A community survey. *Journal of Traumatic Stress*, 16, 487–494.
- Dixit, K. (2020). A study to assess the academic stress and coping strategies among adolescent students: A descriptive study. *Indian Journal of Applied Research*, 9(12).
- Dudija, N. (2011). Perbedaan motivasi menyelesaikan skripsi antara mahasiswa yang bekerja dengan mahasiswa yang tidak bekerja. *Humanitas*, 8(2), 195.
- Eunice, J. A. (2024). Hubungan antara stres akademik dan adiksi smartphone pada mahasiswa. [Skripsi, Universitas Tarumanagara].
- Handayani, W. A., Purnama, C. Y., & Ariandini, N. (2023). Kesejahteraan mahasiswa: Peran penghayatan stres akademik berdasarkan perbedaan jenis kelamin. *Jurnal Education and Development*, 11(3), 123–127.
- Hakim, A. R., & Hasmira, M. H. (2022). Strategi kuliah sambil bekerja oleh mahasiswa (Studi kasus: Mahasiswa bekerja di Universitas Negeri Padang). *Naradidik: Journal of Education and Pedagogy*, 1(1), 30–37.
- Harahap, A. C. P., Harahap, S. R., & Harahap, D. P. S. (2020). Gambaran resiliensi akademik mahasiswa pada masa pandemi COVID-19. *AL-IRSYAD*, 10(2). <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v10i2.8541>
- Hendriani, W. (2017). Adaptasi positif pada resiliensi akademik mahasiswa doktoral. *Humanitas*, 14(2), 139.
- Hipjillah, A. (2015). Mahasiswa bekerja paruh waktu; Antara konsumsi dan prestasi akademik (Studi pada mahasiswa bekerja paruh waktu di Uno Board Game Cafe). [Doctoral dissertation, Universitas Brawijaya].
- Ikhwaningrum, A. R. S., Yusuf, M., & Saniatuzzulfa, R. (2022). Hubungan resiliensi dan perceived social support dengan stres akademik saat pembelajaran daring pada mahasiswa. *Jurnal Sains Psikologi*, 11(1), 50–61.
- Indriyani, S., & Handayani, N. S. (2018). Stres akademik dan motivasi berprestasi pada mahasiswa yang bekerja sambil kuliah. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 153–160. <https://doi.org/10.35760/psi.2018.v11i2.2260>
- Jayani, D. H. (2021). Sebanyak 6,98% pelajar di Indonesia sekolah sambil kerja. *Katadata*. <https://databoks.katadata.co.id/ketenagakerjaan/statistik/9b4fdfb71fe22df/sebanyak-698-pelajar-di-indonesia-sekolah-sambil-kerja>
- Kirana, A., Agustini, A., & Rista, E. (2022). Resiliensi dan stres akademik mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Universitas X Jakarta Barat. *Provitae: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 15(1), 27–50.
- Lutfiyah, L., MW, Y. E., Salma, O., & Izzaba, N. (2024). Penerapan asas non-diskriminasi dalam perjanjian kerja part time. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2(6), 43–48.
- Marchel, J. (2023). Stres akademik pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. *STEKOM*. <https://stekom.ac.id/artikel/stress-akademik-pada-mahasiswa-yang-kuliah-sambil-bekerja>

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi

Vol. 4 No. 4 Desember-Februari 2025

e-ISSN : 2797-3344

P-ISSN : 2797-3336

Online Journal System : <https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy>

Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). Mahasiswa bekerja dan dampaknya pada aktivitas belajar dan prestasi akademik. *Jurnal Economia*, 13(2), 201.

<https://doi.org/10.21831/economia.v13i2.13239>



Jurnal P4I